



FACULTAD DE ARTES Y HUMANIDADES

CARRERA DE ARTES CULINARIAS

TEMA: “ENSAYO SOBRE LAS INCIDENCIAS DE LA CONQUISTA  
ESPAÑOLA EN LA ALIMENTACIÓN DEL ECUADOR”

TRABAJO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE LICENCIADO  
EN ARTES CULINARIAS

AUTOR: ANA PAOLA CAILLAGUA

TUTOR: MASTER CHEF DAVID RAMOS

Quito, 2017

## DEDICATORIA

A las personas más importantes en mi vida, mi madre y mi padre que a su manera quieren lo mejor para mí, y que me formaron como la persona que soy ahora; espero que un día entiendan que siempre quise lo mejor para ellos a mi modo. Gracias por su amparo incondicional en lo moral y en lo económico para poder llegar a ser un profesional.

A la memoria de mi abuela materna, a quién recuerdo siempre con amor. Y aunque no se encuentre en este mundo, siempre vivirá en mi corazón y memorias. Gracias a su motivación, puedo por fin concluir una de mis metas, mis estudios.

A mi hermano mayor por su ejemplo y constante ayuda en mis estudios; A mis hermanos menores, por exigirme a dar mucho más de lo que ahora doy.

Gracias, Dios por concederme la vida y por estar presente en cada etapa. Él es mi guía, mi maestro y mi protección.

## AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por darme la vida y ser la luz guía de mi camino, por acompañarme en todo momento en el transcurso de mi carrera. Un amigo no tangible pero siempre presente.

Gracias a mi familia, mis padres y mis hermanos, que estuvieron ahí en el momento justo para brindarme su amor, comprensión y muchas veces sus manos.

A la universidad que me dio la bienvenida al mundo como tal, las oportunidades que me ha brindado son incomparables, y antes de esto ni pensaba que fuera posible que algún día siquiera me topará con una de ellas.

Gracias a mis compañeros de clases, durante cuatro años vivimos aventuras inolvidables, madrugadas y noches frías, horas largas de trabajo intenso, alegrías por los éxitos en los exámenes, pesares por las batallas perdidas, todos estos momentos que compartimos juntos marcaron mi memoria para siempre.

Agradezco inmensamente por la ayuda de mis maestros cocineros- Chefs- quienes desinteresadamente me han transmitido sus conocimientos y experiencias. Mis maestros se volvieron mis amigos, y ahora serán mis colegas.

A todos les debo mi gratitud y eterna consideración.

## **Planteamiento del Problema**

El descubrimiento de América y la posterior invasión europea produjo un tremendo impacto entre los pueblos que habitaban estas tierras. Para estas sociedades que habían vivido aisladas del resto del mundo, los europeos representaban algo totalmente desconocido. Toda la vida que habitaba estas tierras cambió a partir de la conquista. El choque cultural entre mundos distintos generó un conjunto de reacciones positivas y negativas provocando múltiples incidencias no solo en la organización económica, social o cultural. El siguiente documento pretende analizar los cambios que provocó la conquista española en la alimentación del Ecuador.

### **Antecedentes**

“Es difícil establecer una época exacta en que las tierras ecuatorianas iniciaron a ser pobladas por el hombre, por inmigraciones sucesivas debió llegar por el lado del Pacífico, la mayor parte de los primitivos pobladores ecuatorianos, la diversidad de origen podría deducirse de la variedad de idiomas nativos de los pobladores” (Suaréz, 1890). Los primeros pobladores de este territorio se dedicaron a la caza, pesca y recolección, dejando así evidencia en sus diversos utensilios hechos en su mayoría de obsidiana<sup>1</sup>. Conforme el paso del tiempo distintas sociedades geminaron en las tierras del actual Ecuador, en la zona andina Quitus, Cotacollas, Cayambes, Puruhaes, en la costa pueden mencionarse Jambelí, Guangala, Bahía, y la Tolita, y en la Amazonía a los Cosanga, sociedades que desarrollaron su cultura en base a su entorno. Comunidades que basaban su organización política-económica- social en los ayllus<sup>2</sup>, comunidades familiares que trabajan de forma colectiva dentro de un territorio de propiedad común. No todas estas sociedades alcanzaron niveles iguales, pero en la mayoría de ellas se aprecia la existencia de una vida social estable, una agricultura desarrollada, gran variedad en producción de artefactos, inclusive de metal. Así

---

<sup>1</sup> Roca volcánica formada por enfriamiento rápido de la lava, de color negro o verde muy oscuro, y estructura vítrea, constituida principalmente por sílice; se usa para la fabricación de objetos de adorno.

<sup>2</sup> El ayllu fue la base y el núcleo de la organización social del imperio Incaico. El imperio inca se organizaba en ayllus que tenían a su cargo una extensión de tierra que les servía para alimentarse. Los miembros del ayllu trabajaban su tierra, pero también tenían la obligación de trabajar la tierra del estado para que se pudieran alimentar los gobernantes, los nobles, el ejército, los artistas (entre ellos los artesanos que trabajaban la piedra y las mujeres que tejían para el imperio), los ancianos y los enfermos que no podían alimentarse ellos mismos por sus cargos o su indisponibilidad.

mismo, se observa la existencia de canales de intercambio de productos, especialmente entre zonas geográficas diversas con climas y posibilidades complementarias. “Es importante destacar que la agricultura tuvo en estas tierras un amplio desarrollo autónomo. Si bien no es posible establecer un lugar específico, se puede afirmar que el proceso agrícola se dio tanto en Mesoamérica<sup>3</sup> como en los Andes, sin que se descarten interrelaciones entre los dos espacios” (Mora, 2008).

Al llegar a sus fines el siglo XV, Europa entraba en los albores de la época Moderna. Finalizando así la Edad Media, el feudalismo fue la única forma de subsistencia de una Europa que entraba en un estado de gran descomposición. A lo largo de los siglos, el comercio había logrado establecerse entre Europa y Oriente, aportando al continente europeo muchos productos tales como especias, las sedas, los perfumes del Oriente, entre muchas otras cosas, siendo las principales las ya mencionadas.

Unos años antes del descubrimiento de América, los viajes marítimos portugueses a la India se hicieron bordeando la costa de África, y siguiendo el derrotero hacia el este a través del Océano Indico, sirvieron como un estímulo para otros navegantes europeos que creían que era posible llegar a las regiones de Asia Oriental navegando hacia el oeste. Es así que surge el mercantilismo como elemento primario de la economía de Europa, el cual requería de metales y piedras preciosas para el fortalecimiento de la nación.

Crecía en Europa la demanda de objetos de lujo, tales como, el oro, la seda y las especias, este comercio estaba monopolizado por los turcos quienes dominaban el Mediterráneo, se trata de buscar una ruta directa para eliminar el comercio directo de los musulmanes.

La corona española renacentista, pasaba por duros momentos debido a los cambios de mando recurrentes en el país (expulsión de los árabes de la península). Los monarcas a cargo Fernando II de Aragón e Isabel I de Castilla buscaban una nueva ruta hacia Oriente pues el Mediterráneo lo controlaban los árabes y la ruta de África lo dominaba Portugal; Por ello optaban por la ruta de Occidente cruzando el Océano Atlántico, algo desconocido y

---

<sup>3</sup> El término o denominación de Mesoamérica se utiliza especialmente para hacer referencia a un área no definida por los límites políticos de los países de esta zona si no por ser el área de América en el que varias culturas y civilizaciones precolombinas de importancia tuvieron asiento antes de la llegada del hombre blanco (por ejemplo, los aztecas, los mayas, los olmecas, los zapotecas y los mexicas entre muchos otros).

por lo tanto riesgoso. La necesidad de buscar nuevas rutas comerciales, para superar la crisis social y económica que atravesaba su patria los lleva a financiar expediciones en busca de nuevas rutas comerciales.

Uno de los viajes de descubrimiento y de exploración, seguramente el más conocido, es el llevado a cabo por el navegante genovés Cristóbal Colón, en 1492, bajo la protección de la Corona de Castilla<sup>4</sup>, con las embarcaciones La Niña, La Pinta, y La Santa María, y con un promedio de 25 hombres en su tripulación; El deseo de encontrar un nuevo camino, tal vez más corto o menos peligroso para ir a las Indias, país de preciosas y finas mercaderías, lo llevo a uno de los viajes más importantes de la historia universal, pues supuso la confirmación de que existen nuevos mundos, y otras tierras en el Océano. Fue así como el 12 de octubre las embarcaciones llegan a tierra firme, no justamente al destino deseado, sino topándose con un continente nuevo, dando comienzo a la colonización de las “Indias”. En estas nuevas tierras, se comenzaron a instaurar bajo el mando de los reyes las bases y estructuras administrativas tradicionales del reinado castellano.

Con la llegada de Colón a tierras americanas, España se convierte en uno de los territorios más poderosos de toda Europa. Es a mediados del siglo XVI, donde la establecida América española logró incorporar vastos territorios desde el norte hacia el sur del continente americano.

En el siglo XV uno de los imperios más poderosos de América, “Los Incas” empiezan su expansión hasta el territorio de los Quitus-Caras, bajo el mando del emperador del Tahuantinsuyo, Túpac Inca Yupanqui. Los pueblos originarios de los Andes lucharon arduamente contra los Incas, pese a las crueles batallas, los incas lograron llegar a un territorio de dominación Quito, cuyo nombre era llamado así por los Quitus, en 1487 este sitio se convierte en la residencia habitual de los posteriores emperadores. En 1525 se produce una división del imperio, Huáscar y Atahualpa hijos del emperador Huayna Capac, aspiran al trono. Empieza una época de enfrentamientos civiles para determinar quién de los hijos sería el nuevo emperador inca. Con el imperio debilitado, el conquistador

---

<sup>4</sup> Soberanos de la Corona de Castilla o Reyes Católicos fue la denominación que recibieron los esposos Fernando II de Aragón e Isabel I de Castilla, (1474-1504) y de la Corona de Aragón (1479-1516).

Francisco Pizarro apoyado con la resistencia de un grupo indígena descontento por la dominación inca, logra hacerse con el control del imperio.

Considerando las actuales divisiones políticas el Imperio Inca, el Tahuantinsuyo, estaría conformado por los países de Ecuador, Colombia, Perú, Bolivia, Chile, Argentina. Un extenso territorio que se desarrollaba en el anonimato del mundo. Es en 1532, con la conquista española que la influencia de los incas termina y empieza un nuevo camino para ambos mundos.

Por muy claras razones se tiene que hacer un breve recorrido por la historia para poder hacer un análisis detallado de las circunstancias que originaron cambios del tema a tratarse en las siguientes páginas.

### **Justificación**

No existe nada que nos pueda diferenciar más entre otras regiones o países que la alimentación propia. Vivimos en el presente y parece que lo único que importa es el futuro. Necesitamos saber de dónde venimos para saber a dónde vamos. Todos los seres humanos somos historias vivas, herederos de un legado alimentario de cientos de años.

El descubrimiento de América y la posterior conquista española, son hechos históricos que han generado el surgimiento de una nueva cultura rica en conocimientos, técnicas, tradiciones y costumbres. Han surgido cambios en muchos ámbitos no solo en lo socio-cultural, sino en los ámbitos cotidianos de la vida, como la más básica, la alimentación de los pueblos conquistados. Es necesario investigar, conocer y analizar, el rumbo que tomó la alimentación de los indígenas en el territorio ecuatoriano antes y después de la conquista española, para poder tener un criterio más objetivo de nuestra identidad culinaria.

### **Delimitación Espacial**

El proyecto se llevará a cabo en la ciudad de Quito, ubicada en la provincia de Pichincha, en el cantón Quito.

### **Objetivo General**

Realizar un análisis de la influencia de la Conquista Española dentro de la Alimentación del Ecuador. Determinando los aspectos mínimos y máximos que influyeron en el desarrollo del Arte Culinario.

### **Objetivos Específicos**

- Recolectar información para tener fundamentos sobre el tema.
- Analizar la información obtenida y de esta manera conceptualizar en una narración los datos que fortalezcan el contenido del documento.
- Redactar de manera clara.
- Presentar un trabajo que promueva la investigación y análisis gastronómico.

### **Ideas a defender**

A través de este análisis se pretende rescatar las raíces históricas de la incidencia de la conquista española en la alimentación del territorio ecuatoriano. Demostrando así el nacimiento de un mundo culinario rico en sabores, tradiciones y productos.

### **Diseño Metodológico**

Tipo de investigación

- Deductivo. - Es aquel que parte de datos generales considerados como válidos y que por medio del razonamiento lógico pueden deducirse suposiciones. La deducción representa un valor muy importante en la ciencia debido a que gracias a ella se aplican los principios descubiertos a causas particulares.
- Analítico. - analizar significa un conocimiento o un objeto de las partes que lo estructuran es decir hallar los principios y las relaciones, las dependencias que existen en todo. Esto se logra al separar de forma adecuada los conceptos básicos, de los secundarios a las relaciones esenciales de las aleatorias.



# ÍNDICE

|  |    |
|--|----|
| INTRODUCCIÓN.....                      | 1  |
| CAPÍTULO I.....                        | 2  |
| CULTURAS PRECOLOMBINAS .....           | 2  |
| 1. PERÍODO PALEO INDIO.....            | 5  |
| EL INGA.....                           | 6  |
| LOS GRUPOS HUMANOS ARCAICOS .....      | 6  |
| LAS VEGAS.....                         | 6  |
| 2. PERÍODO FORMATIVO.....              | 8  |
| VALDIVIA .....                         | 9  |
| MACHALILLA .....                       | 11 |
| CHORRERA.....                          | 11 |
| NARRÍO.....                            | 12 |
| COTOCOLLAO.....                        | 12 |
| 3. PERÍODO DE DESARROLLO REGIONAL..... | 13 |
| BAHÍA .....                            | 13 |
| JAMA-COAQUE.....                       | 14 |
| GUANGALA .....                         | 14 |
| LA TOLITA .....                        | 15 |
| PANZALO O COSANGA.....                 | 15 |
| 4. PERÍODO DE INTEGRACIÓN .....        | 16 |
| MILAGRO-QUEVEDO.....                   | 16 |
| MANTEÑO.....                           | 17 |
| PURUHÁ .....                           | 18 |
| CAÑARI.....                            | 18 |
| NAPO.....                              | 19 |
| 5. PERÍODO INCA.....                   | 19 |
| CAPITULO II.....                       | 21 |

|  |    |
|--|----|
| HISPANIA.....                            | 21 |
| CÁPITULO III.....                        | 30 |
| INDICIOS EN UN NUEVO TERRITORIO .....    | 30 |
| CAPITULO IV.....                         | 34 |
| TERRITORIO ECUADOR .....                 | 34 |
| CAPITULO V .....                         | 37 |
| HECHO Y PATRIMONIO ALIMENTARIO .....     | 37 |
| CAPITULO VI.....                         | 41 |
| PRÁCTICAS CULTURALES CULINARIAS .....    | 41 |
| CAPITULO VII.....                        | 57 |
| COCINA DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR ..... | 57 |
| CAPITULO VIII .....                      | 77 |
| CONCLUSIONES FINALES.....                | 77 |
| BIBLIOGRAFÍA .....                       | 81 |



## INTRODUCCIÓN

“La alimentación, es una necesidad vital de todo ser humano, es también un elemento social y cultural, que aglutina y unifica a un país, pero es al mismo tiempo un elemento diferenciador que refleja las identidades sociales, culturales y económicas” (Andrés, 2016). Cuando dos pueblos de orígenes y cultura diferentes, se encuentran, aunque el contacto sea pacífico y amistoso, se presentan fenómenos de intercambio y aculturación<sup>5</sup> que traen consigo instantáneamente la destrucción o modificación total o parcial de técnicas, costumbres, creencias, gustos y modos de vivir, para permitir la fusión o sustitución de uno o varios elementos de la cultura material o espiritual de cada grupo. Cada uno toma del otro lo que está más de acuerdo con los valores preexistentes, fenómeno que los sociólogos llaman “compatibilidad” (Rogers, 1962, pág. 126). Pero cuando el contacto es violento, como en una guerra de conquista y cuando las diferencias de cultura, costumbres y modos de vivir son tan antitéticas<sup>6</sup> como ocurrió a raíz del descubrimiento de América, las consecuencias de un choque entre dos mundos desiguales, pueden ser traumáticas y perturbadoras. En tales casos, el pueblo que domina impone sus propias costumbres, concepciones y actitudes, de grado por fuerza, tomando del vencido, por derecho de conquista, lo que le convenga y destruyendo o tratando de destruir lo que estime inferior o indigno de aprecio (Lipschutz, 1963).

La alimentación es una de las manifestaciones más antiguas del hombre, por este medio el hombre expresa su diversidad, tradiciones, costumbres, conocimientos y técnicas. El alimentarse es un elemento preponderante de la cohesión de una sociedad, no se come solo porque se tiene hambre sino sobre todo por ser un acto social. El alimentarse expresa socialmente a cada individuo de forma única y a su sociedad a la cual pertenece. Los alimentos lejos de ser una simple fuente de nutrición desempeñan en todas las culturas funciones de naturaleza cultural, social, económica, y religiosa. La conquista de América desembocó una serie de indecencias en esta manifestación cultural, desde el uso de nuevos productos hasta estrictos protocolos a seguir para alimentarse.

---

<sup>5</sup> Incorporar a un individuo o a un grupo humano elementos culturales de otro grupo.

<sup>6</sup> Peculiares, contrarios, opuestos.

## **CAPITULO I**

PATRIMONIO CULTURAL ANCESTRAL ECUATORIANO

CULTURAS PRECOLOMBINAS

Según estudios antropológicos se puede afirmar que el Ecuador tiene por lo menos unos 11.000 años de cultura, tiempo en el cual la población que habitaba estas tierras tuvieron un estilo de alimentación ni abundante ni balanceada, pero sí de variedad. De alguna manera la ingesta de alimentos fue diversa, entre los tres tipos de nutrientes principales de la dieta humana. Y se presenta un claro intercambio comercial costa-sierra-amazonía, llamado “Trueque” o intercambio de productos.

En aquella época los primeros grupos humanos asentados en lo que hoy es Ecuador, estaban organizados en hordas compuestas por un promedio de cincuenta personas pertenecientes a una misma línea familiar, esto implicaba la promiscuidad sexual, costumbre que fue combatida posteriormente en la colonia. El grupo representativo del Paleo-indio, es El Inga<sup>7</sup>, localizado en los valles de Quito y se puede afirmar cronológicamente, que fue el primer asentamiento cultural en el Ecuador, 10.000 años a.C en la zona de Tumbaco, Provincia de Pichincha. Casi simultáneamente con la desaparición de El Inga aparece la cultura Valdivia en la Costa, produciéndose un vacío histórico de 200 años en la provincia de Pichincha. En la fauna de la montaña según estudios arqueológicos se puede mencionar que se encontró vestigios de venado, conejo, oso hormiguero, aves e insectos. En el año 1960 es el investigador Robert Bell, que estudiaba el asentamiento El Inga, recupera diferentes artefactos hechos con obsidiana y basalto, lo cual revela que los habitantes antiguos en su modo de vida, ya se permitían desollar y despiezar animales para consumo, con cuchillos hechos de estos materiales. Además, existieron otros grupos

---

<sup>7</sup> El Inga debe su nombre a una hacienda y a un río situado al noreste del volcán Illaló, al sureste de Quito, donde se descubrieron abundantes vestigios de talla obsidiana y basalto que fueron la razón de intensas investigaciones arqueológicas. Este lugar fue habitado aproximadamente 10.000 años antes de la llegada de los Incas. El Inga ha presentado muchos problemas para su estudio y en la actualidad aún no ha sido posible determinar cómo fue su organización social, pues debido a las condiciones climatológicas del lugar no se han podido encontrar restos óseos de sus primitivos habitantes.

humanos tales como los Cotocollao (1.500 a.C), Chaupicruz (200 d.C), Socapamba (200-900 d.C), Cochasquí (900- 1. 250d.C), La Florida (200-600 d.C) y Malchingui (200-800 d.C). En estas épocas de grandes criaturas como el caribú, tigre dientes de sable, mamuts, invaden tierra americana, es así que la Provincia del Carchi se encuentran restos de mega fauna a lo largo del callejón interandino.

Existen espacios-vacíos en el tiempo, debido a que los registros históricos de este tiempo eran limitados. En la Arqueología ecuatoriana se denomina “culturas” a los distintos asentamientos o sitios que se desarrollaron y que lograron su permanencia durante un tiempo corto o largo. Las denominaciones de las culturas en su mayoría han sido tomadas de los nombres actuales de los sitios donde se han encontrado. Por ejemplo, la cultura Valdivia, su denominación viene de la comuna actual Valdivia en la provincia de Santa Elena, así mismo la cultura Cañar, hace referencia al barrio de la ciudad de Quito, donde antiguamente se desarrolló dicha sociedad.

Gracias a varios bienes arqueológicos que han sido encontrados en varios lugares del país y las culturas han sido ubicadas de acuerdo a su cronología en cinco grandes períodos, cada período corresponde a ciertas características de desarrollo de las sociedades ancestrales.

1. Período Paleo indio
2. Período Formativo
3. Período de Desarrollo Regional
4. Período de Integración
5. Período Inca

## 1. PERÍODO PALEO INDIO

Los grupos pertenecientes a este período fueron por excelencia cazadores y recolectores. En varios lugares del Ecuador, vivieron los primeros habitantes (Ilaló, Cubilán, Santa Elena, Chordeleg, Sigsig, Tabacundo, Cotocollao, Alangasí, etc.). Estos cazadores y recolectores fueron personas que vivían de forma colectiva y se movilizaban de acuerdo a sus necesidades, estaban organizados en “bandas”, de hombres y mujeres de todas las edades, el espíritu de supervivencia los llevo con el tiempo a crear comunidades basadas en la colectividad. El conocimiento de su entorno les permitió rotar cíclicamente en sus territorios, de acuerdo a la presencia de animales de caza o la diversidad de productos de estacionalidad. Se han encontrado en valles de clima templado del callejón interandino y en el bajo páramo, vestigios de estos cazadores-recolectores paleo-indios, subiendo esporádicamente a los páramos en busca de materias primas como la obsidiana y basalto, para la elaboración de herramientas y armas para la cacería de animales. La apropiación directa de recursos naturales, les permitió aprovechar su entorno.

Estos antepasados habitaban cuevas que les protegían de inclemencias del tiempo y de los peligros que ofrecía el aire libre. Estos paleo indios, cazaron animales como: paleollama, osos, tigres dientes de sable, venados, zorros, conejos, cuyes, etc. La recolección de los frutos silvestres: moras, taxo, uvillas, guaicanes, achupallas, etc., y quizá plantas comestibles. Los grupos arcaicos de la costa, además de la caza de animales propios de su medio, recolectaron concha prieta, cangrejos, almejas, etc.



## EL INGA

El Inga fue un campamento- taller que fue ocupado por especialistas en el trabajo de lítica, de manera ininterrumpida, durante miles de años, actualmente estaría ubicado en la zona del cerro Ilaló, entre los valles de Tumbaco y Los Chillos, al Este de la ciudad de Quito. En esta zona se encontraron instrumentos de piedra que consisten en su mayoría en: puntas de lanza, proyectil, tajadores, cuchillos bifaciales, rapadores, perforadores, escotaduras. En total, se han determinado al menos 50 diferentes tipos de artefactos de obsidiana y basalto. Las puntas eran colocadas en el extremo de un astil de madera, amarradas con fibras vegetales. Tendones de animal o cordones de cuero para, de este modo, obtener proyectiles utilizados en la caza.

## LOS GRUPOS HUMANOS ARCAICOS

### LAS VEGAS

Esta sociedad arcaica del litoral, estaba organizada en grupos familiares, que ocuparon el extremo occidental de la península de Santa Elena, cerca del océano Pacífico, donde en el pasado existieron abundantes manglares, hoy desaparecidos debido al levantamiento tectónico; En estas orillas del océano los peces, moluscos y crustáceos de las playas y manglares servían como alimento de estos habitantes. Una formación de recolección de la península consistía en recorrer las zonas del bosque seco cazando animales para la provisión de carne y recolectando frutos.

Este grupo humano-arcaico reflejaba una mayor dependencia de la obtención de productos, vegetales, animales y minerales, de abundancia estacional (terrestre- marino), lo que posibilitó a que esta cultura tenga una relativamente abundante y segura base alimenticia, permitiéndoles una mayor permanencia. Al tener asegurado el alimento, su organización social tuvo una mayor complejidad. Los vestigios de este grupo humano han sido

localizados en 35 terrenos altos a corta distancia del océano, o en el interior de pequeños valles fluviales de la zona, a pocos kilómetros de la playa, factor que promovió la subsistencia a base de la caza, pesca, y recolección.

La muestra de la fauna de la zona corresponde a desechos de comida tal como: venado de cola blanca, y cervicabra, lobo, conejo, roedores pequeños, comadreja, oso hormiguero, ardilla, rana, loro, boa, y lagarto. Sin dejar de lado la fuente primordial del mar, especies marinas atrapadas en las orillas y en el interior del océano.

Con el pasar del tiempo la cultura Las Vegas empezó a desarrollar un sistema de agricultura basada en trasplantar sus especies preferidas junto a los lugares donde vivían. Este cuidado incluyó la eliminación de malezas a su alrededor y el riego de agua. De esta forma se revolucionó la producción directa de alimentos, dando origen a la horticultura. Comenzando por crear herramientas para cavar la tierra como picos y hachuelas, fabricadas de grandes caracolas marinas. La planta que primero se cultivó fue el zapallo; más tarde, el maíz primitivo, el mate y una raíz llamada "leren", algodón, achira, frijoles, etc. El proceso constante de manipulación de las plantas les permitió incorporar cada vez nuevas variedades y así desarrollaron los cultivos hasta épocas posteriores. La práctica de una agricultura incipiente, acompañada de la estacionalidad de los productos y de la cercanía de los nichos ecológicos, hace suponer que posibilitó a este grupo humano asentarse en campamentos-base cada vez más estables y duraderos.

Todos estos conocimientos y tecnologías otorgan a Las Vegas como la sociedad que revolucionó el desarrollo de las culturas ecuatorianas, el antecedente directo de los pueblos sedentarios y agricultores del siguiente período.

## 2. PERÍODO FORMATIVO

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. En este período se inicia en el Ecuador, el intercambio de productos y de conocimientos que posteriormente llegará a complejizarse en un sistema de comercio entre los pueblos andinos y los mesoamericanos.

El óptimo manejo de la agricultura proporciona una base alimenticia más estable, diversificada y en mayor volumen, que hay un período de tiempo que transcurre entre la siembra y la cosecha, la gente de la época tuvo más tiempo para crear nuevos implementos para su desarrollo. Una característica innovadora que aparece en todo el mundo con las sociedades agrícolas y sedentarias tempranas es la manufactura de recipientes y otros objetos de arcilla cocida para uso cotidiano. El uso de los recipientes de cerámica, les sirvió para el almacenamiento y cocción de alimentos vegetales. Por su resistencia a la humedad,

es muy adecuado para guardar los productos agrícolas. Su resistencia a las altas temperaturas y el ser un buen transmisor y conservador del calor, es ideal para cocer los alimentos.

## VALDIVIA

Valdivia es la primera sociedad de agricultores sedentarios y ceramistas en nuestro país y una de las más antiguas en Sudamérica, las investigaciones actuales le otorgan mayor antigüedad. Su nombre lo toma del actual pueblo de pescadores llamado Valdivia en la provincia de Santa Elena, teniendo como fuente alimenticia y de interrelación el océano, el río y el valle.

En su cosmovisión religiosa, la Madre Tierra generadora de vida es la principal deidad matriz, las fuerzas masculinas completan la dualidad que perdurará hasta la actualidad. De esta manera, las prácticas religiosas giran, principalmente, alrededor de la propiciación de la fertilidad de la tierra femenina productora de alimentos.

En su cosmovisión religiosa, la Madre Tierra generadora de vida es la principal deidad matriz, las fuerzas masculinas completan la dualidad que perdurará hasta la actualidad. De esta manera, las prácticas religiosas giran, principalmente, alrededor de la propiciación de la fertilidad de la tierra femenina productora de alimentos. En su religión dos elementos marinos fueron de vital importancia en la vida ceremonial de los pueblos de toda América; el “mullu” o concha spondylus; princeps y calcifer, así como el “churu”, o caracola strombus que representaron la fertilidad femenina y masculina, la sacralidad de estas conchas perduró hasta la etapa colonial, cuando se impuso una nueva religión. Estas conchas fueron pescadas y elaboradas por artesanos especializados, quienes preparaban la materia para enviarlas a todo el continente. Conformaron adornos y objetos muy preciados

por todos los personajes de rango. Los bienes de uso ceremonial y suntuario fueron adquiridos mediante la realización de intercambios a larga distancia. De la Amazonia provenía la coca y otras plantas medicinales y sagradas, y de la Sierra norte llegaba la obsidiana. Existieron también los intercambios por mar y tierra con zonas, cercanas, medianas y lejanas. En Valdivia, se dio un proceso de desarrollo de las técnicas agrícolas, iniciada con la agricultura del huerto casero, como continuidad de la horticultura de Las Vegas. Luego se pasó a la agricultura de roza y quema en sus diversas modalidades (vega, conuco y milpa), de acuerdo a los diferentes nichos ecológicos existentes. La coexistencia de los agricultores estableció un patrón de asentamiento de aldeas. Más tarde, se llegó a la agricultura extensiva como efecto de un excedente poblacional en las aldeas, lo que permitió producir mayor cantidad de alimentos.

En Valdivia se ha encontrado una variedad de maíz de grano duro y grande. Además, se cultivó algodón, fréjol, ají, maní, zapallo, y achira.

La cerámica aparece por primera vez en América en sitios de la cultura Valdivia y de otras sociedades contemporáneas de la costa caribeña de Colombia, como Puerto Hormiga. La alta calidad técnica del material y sus diseños de los objetos de alfarería, desde la fase más temprana de la cultura Valdivia, iniciada anteriormente en los sitios San Pedro y la Ponga al interior de la costa. El apareamiento de la cerámica en Valdivia es uno de los desarrollos culturales y tecnológicos más visibles en la historia del Ecuador. A partir de Valdivia todos los pueblos o culturas nos dejaron evidencia del manejo, uso e importancia del trabajo en arcilla. La cerámica presenta motivos lineales raspados, incisos o grabados, los motivos incisos presentan diseños geométricos y mascarones antropomorfos estilizados; algunos motivos corrugados realizados con las uñas, ramitas, etc. las herramientas de uso en la

elaboración de la cerámica fueron de diversas piedras duras. Las estatuillas de cerámica representan, a seres humanos, sin características individuales claras. Las más abundantes y mejor trabajadas son las que representan claramente a mujeres. Los recipientes de piedra llamados morteros en forma de felino, elaborados de piedra andesita, muestran claramente sus colmillos, indicando así su fuerza vital. Su cola en espiral, que se enrosca en sentido contrario a como lo hace un felino real, puede representar a la espiral de la vida. Restos de tejidos, redes o cordeles, se conocen de su elaboración y uso por la presencia de improntas de tejido en cerámica y en barro sin cocer, así como al hallazgo de torteros elaborados en concha y cerámica que servían para hilar algodón.

#### MACHALILLA

La cultura Machalilla es la continuidad de Valdivia, al final de la fase Valdiviana, se produjo un movimiento poblacional, ocupando territorios más amplios. Estos pueblos mantuvieron su identidad, pero también fueron incorporando nuevos elementos culturales hasta presentar su propia cultura conocida como Machalilla. La cerámica de Machalilla tiene sus propias características, el apareamiento de la “botella asa de estribo”, recipientes con un asa, que potencializa la trasportación de líquidos. Las representaciones humanas presentan por primera vez en nuestra historia, la deformación craneana, que es el alargamiento del cráneo con fines religiosos y estéticos. El uso de adornos corporales como collares, aretes y clavos faciales y sobre todo la pintura corporal. Elaboran cuencos con engobe rojo y vasijas de color negro al parecer ahumadas.

#### CHORRERA

La cultura Chorrera es la más representativa en la elaboración de múltiples de objetos de cerámica. Llegando a perfeccionarse en las técnicas del trabajo de arcilla, técnicas que son

desconocidas hasta la actualidad, como es el caso de la “pintura iridiscente” de los cuencos, que al mojarse permite ver los diseños y los colores. Los grados de cocción y los desgrasantes utilizados fueron los más resistentes al paso del tiempo, como hoy los podemos apreciar. Por todos estos conocimientos se decía que, Chorrera es el “núcleo de la nacionalidad ecuatoriana”. Los ceramistas chorrerianos fueron artistas por excelencia, realizaron objetos con representaciones de la fauna y flora de la naturaleza; muchos de los animales representados tienen la simbología religiosa para los pueblos de toda América; el mono, el murciélago, el delfín, etc. Representaron también a las personas: mujeres en distintas facetas, de su categoría social, por sus tocados que representan estatus. Hombres en varias actividades como remeros, contorsionistas, cargadores, etc.

## NARRÍO

La cultura Cerro Narrío se desarrolló en la parte sur-andina del Ecuador, en las actuales provincias de Cañar y Azuay, también se han encontrado ciertas manifestaciones en el sur de Chimborazo (Alausí) y en la parte centro-norte de la de Loja. Es la cultura antecesora directa de la cultura Cañari del período de Integración. El sitio de Cerro Narrío más conocido está en la ciudad misma de la ciudad del Cañar. En la agricultura emplearon el sistema de roza en los bosques templados de los valles interandinos. Junto al maíz, se sembraban el fréjol, el chocho, la quinua, las calabazas (mate, zapallo o zambo), el ají, la papa, el melloco y la oca. Aparte de la cacería de animales, en sus casas se practicaba la cría de cuyes como un importante complemento alimenticio.

## COTOCOLLAO

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. 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”.

### 3. PERÍODO DE DESARROLLO REGIONAL

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.

#### BAHÍA

Ocuparon la parte centro-sur de la actual provincia de Manabí, desde Bahía de Caráquez hasta el límite con la provincia del Guayas. Esta área está atravesada por pequeñas



cordilleras que crean un clima trópico lluvioso, por lo que constituye una de las mejores zonas para la agricultura, en donde el maíz persistió como cultivo primordial. Era una sociedad dominada, al parecer, por una élite de chamanes y comerciantes. Con la utilización de la balsa fue posible obtener una manera sostenida de productos requeridos de tierras lejanas, pues sus gobernantes dieron impulso a la manufactura de bienes especialmente en el metal, cerámica y piedras preciosas y semipreciosas.

#### JAMA-COAQUE

Esta sociedad ocupó el norte de la actual provincia de Manabí y el sur de la provincia de Esmeraldas, en un área comprendida entre la ensenada de Bahía de Caráquez por el sur, Santo Domingo de los Colorados al interior y el antiguo cabo de San Francisco al norte, ubicado cerca de la ciudad de Esmeraldas.

Las manifestaciones culturales de Jama-Coaque son muy variadas. Su cerámica, caracterizada por la producción de estatuillas, decoradas con detalles hechos en Pastillaje. El uso de la pintura post-cocción con los colores amarillo, rojo, blanco, verde y negro. Estos objetos son una fuente de información sobre la vida cotidiana de esta antigua sociedad; están representados personajes con su indumentaria ceremonial, en donde el ritual relacionado al culto agrícola tuvo gran importancia. Igualmente, se puede apreciar una serie de personajes: músicos, danzantes, agricultores, cazadores, orfebres, guerreros, etc.

#### GUANGALA

Este pueblo ocupó la zona del golfo de Guayaquil y la península de Santa Elena, siguiendo hacia el norte los territorios comprendidos entre la faja costera y las cordilleras de Chongón-Colonche en la actual provincia del Guayas y la de Paján en Manabí, hasta la altura de la isla de la Plata. Esta cultura se especializó en la música por excelencia,

elaboración variadas ofrendas de cerámica, además de trabajar con el cobre creando puntas de estrellas con cinco puntas.

## LA TOLITA

La Tolita ocupó un espacio territorial entre el río Saija en Colombia hasta la bahía de San Mateo en Ecuador, una franja costera de aproximadamente 500 kilómetros. Su medio ambiente ribereño y marino estuvo en estrecha relación con el manglar y el bosque tropical; el primer ecosistema ofrecía crustáceos, pequeños mamíferos, aves y algunas variedades de peces; mientras el bosque tropical brindaba una gran variedad de plantas y animal. En La Tolita, ubicado en la desembocadura del río Santiago, se han encontrado una gran cantidad de objetos de carácter sagrado; elaborados en metales (oro, platino, plata, cobre), cerámica, hueso y piedra en los enterramientos humanos y construcciones monumentales, por lo que se lo ha definido como un importante centro ceremonial y de comercio. La obsidiana tuvo un carácter ritual, material con que se elaboraron los llamados “espejos”, cuya superficie fue tan bien pulida que permitía el reflejo.

## PANZALO O COSANGA

Este grupo humano ocupó los valles de Misahuallí, Jondachi y Quijos en la actual provincia de Napo, en la Amazonía ecuatoriana. 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”.

#### 4. PERÍODO DE INTEGRACIÓN

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. 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.

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.

#### MILAGRO-QUEVEDO

Esta sociedad se asentó desde el golfo de Guayaquil hasta la zona de Santo Domingo de los Colorados, que es la cuenca fluvial muy grande, en donde se encuentran importantes vías de comunicación entre Costa y Sierra. Tal es el caso de los valles y ríos serranos de Chimbo y Chanchán que se unen al sistema fluvial del Yaguachi, que va a alimentar las aguas del río Babahoyo y que, a su vez, permite una fácil conexión con el río Guayas, todo el golfo de Guayaquil y finalmente, el mar. Posiblemente fue el pueblo que los españoles les

llamaron “Chonos”. Este pueblo se caracterizó por su especialidad en el trabajo en metales como: el cobre, cobre dorado, oro, plata, etc. Numerosos son los objetos metálicos, principalmente adornos corporales de los personajes importantes. Esta actividad les relacionó con las culturas de la sierra central y sur, con los Puruhá y Cañaris.

Esta confederación contó con una organización social central, con centros administrativos importantes, organizados en señoríos de una amplia densidad demográfica. El territorio Milagro-Quevedo, fue un sitio de intensa actividad agrícola, donde se transformaron los terrenos anegadizos en tierras cultivables, moviendo la tierra con mano de obra que utilizaba palos, azadas de madera y cestos para cargar la tierra. Construyeron zanjas de tierra, anchas y profundas, para formar bancos elevados conocidos como "camellones", que fueron utilizados para la agricultura, principalmente de maíz y yuca. Milagro-Quevedo también construyó montículos artificiales o tolas que sirvieron de asentamiento de viviendas, y que a veces tienen enterramientos. Otras fueron utilizadas como base de casas comunales, templos o adoratorios, y dentro de ellas siempre se encuentran varias tumbas, de personajes importantes.

## MANTEÑO

Los Manteños Huancavilcas fueron excelentes navegantes, comerciantes, artesanos y agricultores. La confederación Manteño Huancavilca ocupó el territorio de las provincias del actual Santa Elena, Guayas, y Manabí. Existió una división entre lo urbano y lo rural. En el campo, construían sus casas formando poblados dispersos por todo su territorio. Las casas, pequeñas y rectangulares, ocupadas por una familia, eran levantadas sobre terraplenes recortados en el declive de los cerros. Los caseríos contaban con casas

comunales, como las encontradas en Cerro de Hojas, Cerro Jaboncillo, Cerro Montecristi, etc.

## PURUHÁ

Los Puruháes se desarrollaron en lo que hoy son las provincias de Chimborazo, Tungurahua y una parte de Bolívar. Evidencias de cerámica amazónica que se ha encontrado en Chimborazo, indica la interrelación entre los pueblos amazónicos y los Puruháes, principalmente por Palora, paso natural al Oriente. Las relaciones de Puruhá, con Panzaleo y con Cañari, están demostradas por la presencia de cerámica híbrida, es decir objetos con las características de Panzaleo - Puruhá, así como Cañari -Puruhá. Los Puruháes defendieron su territorio, durante varios años de la conquista Inca. Su presencia es importante en la etnohistoria, fue conocida la población de San Andrés de Xunxi, como un centro administrativo. La antigüedad de la presencia humana está corroborada por el sitio de Chalán del Formativo. La cerámica Puruhá ha sido encontrada en Guano, San Andrés, Huavalac, Tuncahuán, etc. Las formas de los objetos cerámicos son: vasijas triangulares antropomorfas estilizadas, cuencos, compoteras, vasos, vasijas trípodes, etc.

## CAÑARI

Al igual que las demás culturas serranas, los Cañarís mantenían relaciones comerciales con los pueblos de la Costa y con los de la Amazonia. Entre los productos más comerciados están: algodón, plumas exóticas y de colores, sal, coca, pescado conservado por sal. Los Cañarís fueron los proveedores de metales a sus vecinos Milagro-Quevedo, especialmente del cobre, ya que el territorio Cañari es altamente cuprífero. Como evidencia de los intercambios, en algunas tumbas Cañarís se encontraron abundantes conchas caracolas

marinas. Los Cañaris fueron un pueblo guerrero, combatieron contra las tropas Incas, liderado por el cacique Duma de Sigsig.

## NAPO

Fue una cultura ubicada en las actuales provincias de Sucumbíos, Orellana, Napo y Pastaza, en la Amazonia ecuatoriana. Por el norte el río Aguarico, por el Este territorio peruano y por el Oeste los valles de Misahuallí y de Jondachí. Su origen está relacionado con los Omagua, de la familia lingüística tupi-guaraní, proveniente del Amazonas medio. Los sitios Napo están ubicados en los márgenes altos del río Napo y están localizados en las cimas de las colinas próximas al río. El hallazgo de metates y manos de moler evidencia el uso de granos en su alimentación, probablemente de maíz. Su cerámica, principalmente la funeraria tiene formas humanas, cuadrangulares, rectangulares, con varios colores. Los diseños de su cerámica son de formas geométricas. Un sinnúmero de hachas de piedra, de varios tamaños y formas, fueron herramientas para su trabajo diario.

## 5. PERÍODO INCA

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 Túpac Yupanqui quien enfrentó una dura resistencia y solo, años después, Huayna Capac completó la conquista del norte. La Costa no escapó al influjo económico y cultural del Imperio Incaico. 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 Huáscar 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 Túpac 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 habitantes antiguos de estas tierras muestran la relación de los diferentes tintes naturales de su entorno, Ecuador es un país megadiverso y multicultural, que heredo de sus antepasados los primeros pasos para formar su historia y cultura. Los primeros habitantes de este territorio, crearon bases de la cultura ecuatoriana que hasta hoy se encuentran fortificadas en la vida diaria. Este es el inicio del Patrimonio Cultural Inmaterial que posee Ecuador, pues las costumbres, expresiones, prácticas y conocimientos y resto de valores culturales y sociales que caracterizan a una comunidad, están ligadas a la alimentación. Pues no solo los mitos y rituales, fiestas y leyendas se pasan de generación a generación, la alimentación es la recreación diaria que infunde un sentimiento de identidad y continuidad, pues es la profundidad de la diversidad cultural que se transmite a las nuevas generaciones. Las Culturas ancestrales, dan paso no solo al Patrimonio Cultural Tangible, por su expresión artística en la metalurgia, y cerámica. Dan los primeros contactos con una alimentación rústica y de supervivencia.

**CAPITULO II**  
**HISPANIA**



La forma de alimentación del mundo se remonta a las primeras civilizaciones que surgieron hace 5000 años a.C. entre ellas tenemos a los pueblos que se asentaron en Mesopotamia, Egipto, Persia, Fenicios, Grecia y el imperio Romano de Occidente y Oriente. Cada civilización muestra características alimentarias propias importantes de su cultura, su forma de vivir y de pensar.

La civilización mesopotámica se establecía entre los ríos Tigris y Éufrates, hasta su desembocadura en el Golfo Pérsico. Su origen es en los años 5000 y 4000 a.C. La civilización egipcia se encontraba en el continente africano, limitando al Norte con el Mar Mediterráneo, al Este con Israel y el Mar Rojo, al Sur con el Sudán y al Oeste con Libia. Su único río el Nilo, que es el río más largo del mundo, fue un factor de suma importancia para desarrollar su cultura, en especial en las llanuras cercanas al delta del Nilo, donde las tierras son de extraordinaria fertilidad. Estas tierras fueron un oasis, ya que el resto del país es desértico.

La alimentación tanto en Mesopotamia como en Egipto eran muy similares. Un buen ejemplo de esto es el pan, ya que este fue creado en Mesopotamia y después llegó a Egipto, donde también se convirtió en un alimento muy importante al cual con el paso del tiempo lo fueron perfeccionando. En Mesopotamia la carne más consumida era del asno y el mulo<sup>8</sup> y en Egipto el buey y aves de corral<sup>9</sup>. Además, la cebada y el trigo fueron ingredientes muy especiales para la preparación de diferentes tipos de alimentos en ambas culturas. En Mesopotamia las frutas más destacadas fueron la manzana, pera, granadas, higos, uvas y uvas desecadas. Por otro lado, en Egipto la lechuga era un producto que aparecía regularmente en las mesas de ofrendas.

La antigua Persia o el actual Irán, se encontraba en el extremo oriental del valle mesopotámico, los sistemas montañosos del Zagro<sup>10</sup> eran de difícil acceso y separaban la tierra persa de la mesopotámica, sin embargo, eso no impidió el intercambio cultural. El origen de Persia se reduce a varias tribus nómadas, esta civilización tuvo reglas especiales

---

<sup>8</sup> Hijo de caballo y burra o de asno y yegua, casi siempre estéril.

<sup>9</sup> Ocas- Gansos.

<sup>10</sup> Zagros (persa), constituye la cadena montañosa más larga de Irak y de Irán. Se extienden a lo largo de 1500 kilómetros desde el Kurdistán iraquí en el Noroeste de Irán hasta el estrecho de Ormuz en el golfo Pérsico. Es paralela a la frontera occidental de Irán y se extiende a todo lo largo del oeste y suroeste de la meseta iraní.

en su alimentación. Consumían carne de vaca, ovino, caprina, camello y carne de caza, evitaban comer la carne de reptiles y anfibios. Además de la recomendación de cocinar bien la carne y oler los alimentos antes de consumirlos para que no estén podridos. El alimento de los jóvenes persas eran la leche, el pan, la sal y el agua que se consideraba la bebida común. Durante los banquetes los persas mantenían estrictas reglas de comportamiento en la mesa, no se podía hablar o conversar, porque la saliva podía contaminar los alimentos que consumían los demás.

Mientras los fenicios se establecieron en la faja costera del actual Líbano y el norte de Israel, en la costa de Siria-Palestina. Este punto se encuentra de manera estratégica entre Asia y África. Al este la tierra Fenicia limitaba con el río Éufrates y el desierto de Arabia, al sur por el desierto del Sinaí, al oeste por el Mar Mediterráneo y al norte por las cordilleras del Líbano. De acuerdo con sus actividades y con algunos textos podemos decir que los fenicios comían carne de res a la sal, carnero, pescado, pulpo, leche, quesos, miel, pan de trigo, cerveza, vino, aceite de oliva, naranjas, uvas, higos, granadas, dátiles, nueces; en el Monte Líbano tenían nieve de las montañas a la mano.

Luego de que muchos sedentarios evolucionarán sus técnicas a través de siglos, las tierras europeas vieron florecer a la perfeccionista civilización griega, llena de héroes, dioses, grandes banquetes y vino. Los griegos se dedicaban a la ganadería y su cultura era simple, fabricaban herramientas y armas de bronce. Sus tierras solo eran adecuadas para plantar vides y olivos. Debido a que no podían depender de la agricultura, los griegos desarrollaron una gran habilidad de navegantes y constructores de barcos, con los cuales cruzaban el Mar Mediterráneo, hasta al Mar Negro donde llevaban a cabo intercambios comerciales con otros pueblos navegantes. La alimentación en Grecia se caracterizaba por varias técnicas que ocupan para preparar la comida, entre ellas la salazón<sup>11</sup>, además que se dedicaban al cultivo de cereales; apreciaban mucho el pescado de río, el cual era consumido por los nobles, mientras que el pescado de mar, lo consumían los pobres. Eran buenos cazadores, el jabalí y la libre son proteínas importantes dentro de su dieta diaria.

---

<sup>11</sup> Método de conservación, consiste en la penetración de sal dentro del producto, la sal absorbe la humedad y provoca una deshidratación parcial impidiendo el posible desarrollo de bacterias y microorganismos. En salazones de carne elabora una salmuera nitrificada, en ella los nitrificantes hacen que la hemoglobina de la carne no se oxide, dándole ese color rosado, de otro modo se tornaría gris.

El imperio Romano, surge de una pequeña comunidad agrícola, fundada en la península italiana, en el siglo X a.C. situado a orillas del mar Mediterráneo. Roma fue una monarquía poderosa. Todo lo que Roma conocía del arte culinario fue heredado de los griegos. Las mujeres eran las encargadas de la elaboración y cocción del pan de uso doméstico, pues no había panaderos en las ciudades. Las carnes preferidas eran el lechón, el cordero y el cabrito. La carne de res no era carne para los nobles. La carne de caza, sobre todo de aves, como avestruces, pavos reales, flamencos, loros y grullas eran las preferidas. Los embutidos eran productos que gustaban mucho, en especial el embutido de carne de cerdo. La comida romana ha pasado a la historia, no solo por el lujo de manjares, sino por la presentación de las mesas y los espectáculos que se ofrecían en el transcurso de las cenas, por la suntuosidad de los detalles. Sus técnicas básicas culinarias fueron el ahumado, salazón y panificación. El imperio romano se caracterizó por la gran asimilación que sus habitantes hicieron de las culturas que iban anexando. Estudiaron leyes, normas de vida y costumbres de otros países y las incorporaron a su patrimonio. En el caso de la cocina y alimentación sucedió así. En el mundo empieza una época de cambios y costumbres dentro de este período, esto debe a la exportación de muchos alimentos frescos, como frutas, pescados y carne.

Hispania era el nombre que le dieron los fenicios a la Península Ibérica<sup>12</sup>. Roma es el primero que logra dominar militarmente a toda la Península, conquistándola, y conservando el nombre, durante los seis siglos. En este tiempo, los romanos dotaron a los pueblos indígenas de la Península de una nueva lengua, costumbres, religión, y ley. Además de darse una explotación agrícola de estas tierras, pues era muy rica en la producción de cereales tales como el trigo y la cebada, así como en dar toda clase de frutos. Las fincas hispánicas eran fértiles, lo que permitía la variedad de cultivos. Según como se afirma en el libro Historia de la Hispania Romana, la alimentación de su gente consistía en base a aceites, como el *óleum hispanicum*<sup>13</sup> fue el más importante no solo en la

---

<sup>12</sup> Península al suroeste de Europa. Alrededor del año 1000 a.C, se puede establecer que, por migraciones de pueblos indoeuropeos, procedentes de Europa central, especialmente los Celtas, se establecieron en la zona y las colonias de diversos pueblos que procedían del Mediterráneo Oriental, fenicios, cartaginenses, y romanos. Se organizaban en torno a la monarquía. Vivían en ciudades estado fortificadas y urbanizadas, y, con frecuencia, enemigas entre sí. Se dedicaban a la agricultura, ganadería y comercio. En la actualidad la ocupan políticamente tres países España, Andorra y Portugal.

<sup>13</sup> Aceite de oliva.

gastronomía, si no en también en la farmacéutica. Y la crianza de los cerdos en la península era extraordinaria gracias a su alimentación con bellotas, dando así el resultado de exquisitos jamones ibéricos. La primera aportación que tienen los españoles con la cocina occidental es la salazón y la salsa garum<sup>14</sup> producto que no era caro, pero había de distintas calidades. Esto le permitió permanecer siglos en la cocina. La pesca del atún, esturión, morena y la del escombro, así como la sardina, fueron sus materias primas.

En lo que se refiere a bebidas, Hispania importó vinos a Roma, que fueron apreciados de manera muy contradictoria, pero a pesar de la fama de los vinos, lo que bebían los naturales del país era cerveza<sup>15</sup>. La cocina dentro de Hispania romana, se hizo exigente y ceremoniosa, gracias al período bizantino<sup>16</sup>, pues se acostumbraban a tres comidas, el desayuno matinal, la comida del mediodía y la cena. Las comidas se hacían en familia, cuando había invitados extranjeros, las mujeres tenían prohibido asistir; los invitados debían cambiar de calzado antes de sentarse a la mesa. Se implementa el uso del tenedor, la mesa debía estar recubierta por un mantel, y se colocaban servilletas, así como ponchera para lavarse las manos, todo esto era signo de buena educación. Utilizaron la cruz de hierro incrustada a la tierra para asar las carnes, así como técnicas de hervido y horneado de pescados, conociendo el punto exacto de cocción. Utilizaron legumbres frescas, coles, espárragos silvestres que comían con aceite y laurel. Gustaban de aderezos como el vinagre, de guisantes como los chícharos, purés de legumbres sobre todo de trigo que aromatizaban con miel, canela y vino. Los bizantinos gustaban de carnes de animales jóvenes, como corderos, cabritos, conejos y lechones. El deleite con sus menudencias y despojos como las manos de cerdo, las tripas, hígados, riñones, eran muy solicitados. Mientras que, en la repostería, había grandes maestros dulceros, queseros y grandes artesanos de golosinas perfumadas, se frían buñuelos de miel y nardo, confituras de membrillo perfumadas de rosas, arroz con miel, cremas con miel, pasteles de nueces, jaleas y mermeladas de manzanas, peras y ciruelas. Acompañaban la repostería de vinos elaborados a base de pimienta, clavo, canela y nardo; mientras que otros eran aromatizados

---

<sup>14</sup> Salsa líquida a base de pescado, antiguamente se elaboraba con un pez al que los griegos denominaban gáros. Hoy en día se utiliza infinidad de peces en su elaboración.

<sup>15</sup> Las tribus celtas y celtibéricas, la habían conocido a través de los púnicos, que obtuvieron la fórmula para elaborarla desde Egipto.

<sup>16</sup> Imperio romano de Oriente, 330 d.C.

con ajeno, esencia de rosas y otras hierbas. El pan de pura harina de trigo del país era apreciado y figuraba en todas las mesas bizantinas, se podía hacer distinción de tres clases de pan, que se diferenciaban en la finura del cernido de la harina. Gracias a la expansión y al comercio contaban con muchos productos de todo el mundo. Su cocina influyó en la cocina árabe y en la de Europa Central.

El dominio romano en la península finaliza en el siglo V, comenzando así una época importante que dura más de dos siglos hasta la llegada de los musulmanes en el 711 a.C, este tiempo supone la transición de la Antigüedad hacia la Edad Media y la creación de una unidad política.

Es durante los últimos años del siglo VII y los primeros del siglo VIII, donde las constantes guerras civiles entre la monarquía bárbara visigoda por el poder, que se debilita el imperio, permitiendo que los musulmanes se hicieran con el poder de todo el territorio, algo que lograron con relativa facilidad. Comienza una nueva etapa para España (Hispania), La península pasa a llamarse Al-Andalus, y la ocupación por los musulmanes se extiende por casi ochocientos años.

Con la llegada de los musulmanes se introducen nuevos cultivos en España, entre estos, la caña de azúcar, la granada, el algodón, la berenjena, y el arroz que se convertiría en un grano simbólico de la cocina española, si bien llegó antes que los árabes, fueron ellos quienes desarrollaron su grandeza exportable en la industria, así mismo con el vino y la vid no dejaron de progresar. Se conoce sobre la agricultura musulmana, pero se conoce muy poco sobre su alimentación y menos aún sobre su arte culinario. Se conoce sobre la limpieza y el aseo que debía tener la cocina. Una cocina estricta, con un ceremonial complejo en la mesa, pero no su dieta o los alimentos que se consumían específicamente en estos eventos. Se sabe que los comensales comían sentados sobre cojines alrededor de una mesa baja, y tomaban sus alimentos directamente de una fuente con sus manos. No se usaba ni cuchillo ni tenedor, y se acompañaba la comida con pan. Existían normas del paladar, << No se puede servir dos series de manjares que no combinen bien entre sí>>, << No toda bebida debía ser vino, los zumos de frutas eran permitidos>>.

Para aromatizar se utilizaba la cebolla, la almendra, y las bases para las salsas eran la canela, flores de clavo, hierba buena, ruda. Además de que sazonaban con el zumo de

naranjas amargas, con agua de rosas y con flores de azahar. Uno de las especies que trasciende su uso hasta la cocina actual es el azafrán, que proviene de la India, y se logró cultivar en el sur de España. Lo que lo convirtió en un condimento indispensable en la cocina. En esta cocina predominan los embutidos, albóndigas, y pastel de carne, además de las hortalizas y los dulces.

La llamada RECONQUISTA<sup>17</sup> en el siglo XIV y la expulsión de los musulmanes de la península, abren paso a que todos estos manifiestos culinarios se diversifiquen en la Edad Media. Los productos empiezan a ser más elaborados como quesos especiados, las técnicas de cocción se amplían dando paso al ahumado de productos cárnicos y marinos, la conservación de alimentos mejora, y se basa en las estaciones del año. En los grandes banquetes se podía apreciar las incrustaciones de oro y plata en las mesas de roble. El servicio en la mesa empieza a marcar diferencias entre preparaciones. Aparece la cultura vitivinícola, el vino solo se consumía para acompañar la comida y en las salsas, ya que refinaba el sabor de los alimentos. El menú se dividía en varios tiempos: sopas, platos con salsas, carnes, pescados, postres, pasteles, tartas y frutas. El uso de un solo par de cubiertos queda anulado, se llegan a usar hasta cinco tipos de cuchillos y tenedores en la mesa. El cambio de dietas de acuerdo a la estación del año (primavera- verano). Se empiezan a escribir recetarios en los conventos, y en las cocinas reales, en cada uno se imprimía la personalidad de quienes cocinaban dichos manjares. Con el cristianismo, la iglesia de la época comienza a imponer reglas dentro de la gastronomía como el comer ligero y sin grasa en las Cuaresmas, los días viernes y festivos, sin carnes. Se sustituyen carnes por pescados, la grasa animal por vegetal. Son los conventos y monasterios quienes conservan y transmiten de manera directa tales modos de comportamiento en la alimentación del pueblo.

Los últimos años del siglo XV suponen la transición de la Edad Media a la Edad Moderna. Se han buscado diferentes fechas que representen de manera simbólica el comienzo del cambio: La Caída de Constantinopla, 1453; la invención de la Imprenta, 1448 y el descubrimiento de América en 1492.

---

<sup>17</sup> Proceso histórico en que los reinos cristianos de la península ibérica buscaron el control peninsular en poder del dominio musulmán. Este proceso tuvo lugar entre los años 722 a.C y 1492 d.C.

Con la Corona de Castilla y la expulsión de los musulmanes de la península, España se ve afectada por una grave crisis económica- social. Los Reyes Católicos, tratan de reforzar su poder real, reformando el gobierno y su administración, buscan la unidad religiosa del pueblo, y la expansión exterior de su nación. En busca de nuevas rutas para el comercio, empiezan a financiar expediciones. Es en 1492, que el navegante genovés Cristóbal Colón con sus embarcaciones La Niña, La Pinta y La Santa María, desembarcan en tierras desconocidas, un nuevo mundo. Posteriormente en diversos viajes, los españoles fueron explorando y estableciendo pequeñas colonias.

La alimentación dentro de las naves de Colón, suponía un motivo de preocupación, tanto para el mismo Colón, como para los marineros que lo acompañaban en aquel viaje, durante los setenta días que tardaron en cruzar el mar. El historiador español José María Martínez Hidalgo, relata en su libro Las Naves de Colón, los pormenores de la alimentación de los noventa tripulantes de las naves de exploración. “Para la comida tenían gamellas<sup>18</sup>, platos de madera, escudillas<sup>19</sup> de barro y cuchillos, así como liarias (vasos rústicos), para la ración del agua. Entre los víveres embarcados comprendían agua, vino, aceite, manteca de cerdo, harina, bizcocho o galleta, tocino, sal, vinagre, judías, lentejas, cebollas, habas, ajos, aceitunas, pescado seco y en salazón, arroz, azúcar, carne de membrillo, miel, queso, almendras, pasas, y otras frutas secas en cantidad suficiente para un año”.

No es fácil poder imaginar lo que en su momento significó cruzar el Atlántico, hace poco más de cinco siglos, en una lenta embarcación movida por el viento. Ese viaje seguramente fue considerado por muchos marineros y después pasajeros como una verdadera penalidad, especialmente en lo que concierne a la alimentación a bordo. El hecho de no disponer de suficiente agua fresca y de alimentos en buen estado de conservación

---

<sup>18</sup> Recipientes para colocar los alimentos.

<sup>19</sup> La escudilla fue uno de los primeros utensilios de mesa, recipiente semiesférico, ancho, no muy grande ni muy hondo y sin asas ni labio, usado individualmente para comer con cuchara y beber sorbiendo.

durante la dilatada travesía de poco más de dos meses, debió ser motivo de incomodidad y desaliento para aquellos viajeros, quienes se vieron obligados a comer carnes secas, saladas y agusanadas, con tal de cumplir su anhelo de llegar a tierras, en las cuales pensaban encontrar grandes riquezas.

Con la llegada de Colón a tierras vírgenes e inexploradas, se da inicio a nuevos viajes colonizadores, y un encuentro con el cual los navegantes españoles tal vez no se esperaban. Estas tierras estaban habitadas por imperios poderosos, como el imperio Maya y Azteca ubicados en América del Norte y parte de la Central. Y el imperio Inca, ubicado en América del Sur, teniendo el Tahuantinsuyo, el dominio más extenso que cualquier otro.

El objetivo de los colonizadores españoles fue desde un principio la explotación económica de los territorios descubiertos y la cristianización de los indios. Las violencias del proceso de conquista dieron lugar a un vivo debate en España. Fray Bartolomé de las Casas, monje dominico, se convirtió en la voz crítica contra los desmanes producidos durante el proceso de conquista y posterior colonización.

Dos momentos marcan el proceso de conquista por parte de los españoles, la conquista al imperio azteca o mexica, por Hernán Cortes entre 1519 y 1521, y la del imperio Inca, por Francisco Pizarro en 1532-1533.



## **CÁPITULO III**

### **INDICIOS EN UN NUEVO TERRITORIO**

En los posteriores años, en los que todavía no se conocían todos los lugares del planeta, eran muy pocos los que se atrevían a adentrarse en las desconocidas e inexploradas selvas del llamado Nuevo Mundo. Sin embargo, entre aquellos pocos se encontraba un hombre llamado Francisco Pizarro, de origen español, quien mediante espada y morrión<sup>20</sup>, dirigió varias partidas de exploración a Perú. Durante sangrientos enfrentamientos Pizarro tomo posesión de una gran parte del Oeste de América del sur. Derrotando y asesinando a Atahualpa, hijo del emperador Huayna Capac, se hizo con el imperio y la expansión de la monarquía española se asienta en estas tierras incaicas. Dominando el Tahuantinsuyo.

La guerra entre los hermanos Huáscar y Atahualpa junto a las alianzas estratégicas que realizo Pizarro con etnias en rebeldía en contra del imperio inca, hizo que la conquista e invasión española no fueran difíciles de llevar a cabo. Conquistada gran parte del Tahuantinsuyo, se empezó a regar la voz entre los españoles de un supuesto tesoro de Atahualpa, ubicado en la ciudad de Quito. Este mito empujo a que se enviaran expediciones a conquistar el resto de los Andes, una proveniente del norte y la otra del sur siendo ésta última la que llegaría a Quito y la refundaría como ciudad española. El territorio del norte fue defendido por uno de los tres generales del antiguo emperador Huayna Capac: Rumiñahui, este territorio se encontraba en gran conflicto, pues varios asentamientos antes Quitus Caras, se rebelaron contra el Imperio Inca, lo que significó una oportunidad importante para la expedición dirigida por Sebastián de Benalcazar, se forman alianzas entre pueblos nativos descontentos y llega al poder derrotando al general Inca Rumiñahui, la Conquista del Reino de Quito, se da por concluida. En 1534, el asentamiento milenarío Quito, ciudad inca totalmente desierta, sin techos de paja y ya sin riquezas importantes, pues Rumiñahui para evitar que los españoles se hicieran con estas desapareció de los templos todo ornamento de valor, asesino a las jóvenes sacerdotisas del templo del dios Inti para evitar que se profanen el templo con sus violaciones. Benalcazar ordena “no dejar piedra sobre piedra” de la ciudad inca Quito, y se empieza una campaña de destrucción de

---

<sup>20</sup> Es un casco que apareció en la Castilla de principios del siglo XVI que cubría la cabeza de los antiguos caballeros; su forma era algo cónica y contaba de ordinario con una cresta casi cortante. También tenía ala ancha, levantada y abarquillada que terminaba en punta por delante y por detrás. En la cumbre o cimera, casi siempre curva, presentaba bien una especie de gancho, uña o botón, bien una punta afilada.

toda la arquitectura ancestral, no solo por tratar de encontrar el supuesto tesoro, si no con la intención de destruir la carga simbólica que representaba Quito para la resistencia indígena. Evitando un futuro levantamiento, pacificando la zona norte con sangre.

La ciudad Quito solía estar en lo que actualmente es el centro histórico, su centro era un gran Tianguéz<sup>21</sup> o mercado en que se articulaba todos los productos de las diferentes llactas<sup>22</sup> y ayllus, tanto de los Andes, como de la Costa y Amazonía, desde mucho antes de la llegada de los incas; ahora esta plaza se la conoce como San Francisco.

Se llama “Reino de Quito” a la ciudad de Quito porque los cronistas como el padre Juan de Velasco así lo narra en sus escritos, aunque no existen documentos que respalden tal afirmación, se mantiene éste nombre por el valor histórico que sentó claramente nuestra identidad como nación.

La conquista fue una empresa privada, y en la cabeza estaban los aventureros españoles que obtuvieron los mayores privilegios de explotar los recursos naturales y la fuerza laboral de los nativos, enriqueciendo únicamente a los grupos dominantes locales. Esto implicó un sistema racista de dominación, Blancos e Indígenas.

España se ve gratamente sorprendida por la cultura y técnicas de cultivo que los aborígenes, los sistemas de terrazas, incluso mejores a los de Europa Medieval, el solo hecho de nombrarlos salvajes, simplemente fue un acto déspota. Pues la riqueza cultural de estas tierras rompía mitos dentro la mentalidad española.

Pronto los productos de primera necesidad de los españoles se ven reemplazados; el vino, el cerdo, las judías, se cambian por la carne de llama, chicha, maíz, papa. Productos que para los españoles parecían poco digeribles. Sin embargo, al ver la variedad de preparaciones que se podía realizar con los productos americanos, se llevaron a sus tierras las raíces para ser cosechadas en Europa. Al poco tiempo del encuentro se empieza a dar una -Adaptación- simultánea entre ambas culturas, pues la alimentación es un fenómeno en el cual el hombre se expresa a un nivel biológico, y aún más profunda es su expresión, un

---

<sup>21</sup> Lugar, espacio abierto ('Descampado') expresamente destinado para el mercadeo de productos agrícolas y artesanales.

<sup>22</sup> Es un término que define los antiguos poblados de los Andes Centrales, especialmente aquellos que funcionaban como centros administrativos durante el Imperio inca (siglos XV y XVI).

nivel social que integra estructuras sociales de distinto carácter en un solo acto social. Se marca la mezcla de culturas.

Los españoles decidieron alimentarse, en buena parte en función del sistema cultural alimentario con el cual se encontraron. Los incas tenían un calendario agrícola que empezaba en el mes de agosto cuando se empezaba a preparar los campos para la siembra del maíz en el mes de septiembre. En diciembre se hacía la siembra de las papas, las ocas y las legumbres. En los meses de abril y mayo se terminaba de hacer la recolección y el almacenamiento de los diferentes productos. En la costa y valles menos elevados se sembraba el maíz, calabazas, porotos y mandioca<sup>23</sup>.

Con la práctica agrícola y culinaria se produce un cambio simultáneo que aporta a la humanidad el mayor crecimiento de todos los tiempos y cuatro de los productos más importantes para la alimentación mundial. El maíz, la papa, la yuca y el plátano. Luego de la Conquista vino la colonización, este proceso fue prácticamente el mismo en toda Latinoamérica, e involucro cambios radicales en lo económico y social. La mayoría de población de aquella época, los indígenas fueron sometidos a un sistema servil de producción para la explotación minera y textil. En 1563 la Corona Española estableció la Real Audiencia de Quito, nombre la nueva administración a la cual se sometía un vasto territorio incluyendo el actual Ecuador. Desde aquella época el mestizaje ha sido la característica fundamental de la identidad ecuatoriana, debido a que el poder español también se impuso mediante un sistema racial de dominación: los blancos e indios, separados por color de piel, altos cargos administrativos e indios siervos, esclavos, afrodescendientes. Una parte de la sociedad discriminada socialmente.

---

<sup>23</sup> Yuca

**CAPITULO IV**  
**TERRITORIO ECUADOR**

Según estudios antropológicos se puede afirmar que el Ecuador tiene por lo menos unos 11.000 años de cultura, tiempo en el cual tuvieron un estilo de alimentación ni abundante ni balanceada, pero sí de variedad. De alguna manera la ingesta de alimentos fue diversa, entre los tres tipos de nutrientes principales de la dieta humana. Y se presenta un claro intercambio comercial costa-sierra-amazonía. Llamado “Trueque” o intercambio de productos.

En aquella época los primeros grupos humanos asentados en lo que hoy es Ecuador, estaban organizados en hordas compuestas por un promedio de cincuenta personas pertenecientes a una misma línea familiar, esto implicaba la promiscuidad sexual, costumbre que fue combatida posteriormente en la colonia. El grupo representativo del Paleo-indio, es El Inga<sup>24</sup>, localizado en los valles de Quito y se puede afirmar cronológicamente, que fue el primer asentamiento cultural en el Ecuador, 10.000 años a.C en la zona de Tumbaco, Provincia de Pichincha. Casi simultáneamente con la desaparición de El Inga aparece la cultura Valdivia en la Costa, produciéndose un vacío histórico de 200 años en la provincia de Pichincha. En la fauna de la montaña según estudios arqueológicos se puede mencionar que se encontró vestigios de venado, conejo, oso hormiguero, aves e insectos. En el año 1960 es el investigador Robert Bell, que estudiaba el asentamiento El Inga, recupera diferentes artefactos hechos con obsidiana y basalto, lo cual revela que los habitantes antiguos en su modo de vida, ya se permitían desollar y despiezar animales para consumo, con cuchillos hechos de estos materiales. Además, existieron otros grupos humanos tales como los Cotocollao (1.500 a.C), Chaupicruz (200 d.C), Socapamba (200-900 d.C), Cochasquí (900- 1. 250d.C), La Florida (200-600 d.C) y Malchingui (200-800 d.C). En estas épocas de grandes criaturas como el caribú, tigre dientes de sable, mamuts, invaden tierra americana, es así que la Provincia del Carchi se encuentran restos de mega fauna a lo largo del callejón interandino.

---

<sup>24</sup> El Inga debe su nombre a una hacienda y a un río situado al noreste del volcán Illaló, al sureste de Quito, donde se descubrieron abundantes vestigios de talla obsidiana y basalto que fueron la razón de intensas investigaciones arqueológicas. Este lugar fue habitado aproximadamente 10.000 años antes de la llegada de los Incas. El Inga ha presentado muchos problemas para su estudio y en la actualidad aún no ha sido posible determinar cómo fue su organización social, pues debido a las condiciones climatológicas del lugar no se han podido encontrar restos óseos de sus primitivos habitantes.

Existen espacios-vacíos en el tiempo, debido a que los registros históricos de este tiempo eran limitados.

La historia del territorio ecuatoriano empieza a ser relevante desde la conquista por el imperio Inca, durante la época precolombina. Antes de esta conquista se encontraba habitada por diversas tribus. Pero luego de fieras batallas de resistencia opuesta por estas tribus, la conquista de este territorio termino a favor de los incas a finales del siglo XV. Los Incas no tuvieron mayor dificultad en dominar a los Cañaris y Puruháes, tribus valientes que se opusieron al sangriento Huayna Cápac. Así los Incas gobernaron territorio ecuatoriano alrededor de 50 años, antes de la llegada española.

Con la llegada española y las batallas por el dominio de las tierras entre incas y españoles, el territorio ecuatoriano es finalmente dominado por España. A mediados de 1534, con la derrota de los ejércitos incas. Quito, ciudad central de la batalla es finalmente tomada, gracias a las previas guerras civiles y la falta de líderes. El Imperio inca colapsó rápidamente, aunque las selvas orientales y las costeras de Esmeraldas permanecieron sin ser conquistadas hasta finales del siglo XVII.

La Conquista del Ecuador por parte de los españoles no podría ser catalogadas menos que de brutal; el saqueo, el pillaje y la tortura fueron las armas principales que esgrimieron los conquistadores en nuestra historia.

Aunque los incas fueron derrotados, a los españoles les tomó casi dos décadas el poder establecer un sistema estándar de colonización. Luego de apagar algunos focos de rebelión, y diferencias de intereses entre sus conquistadores. Así finalmente Ecuador, inició un período de más de dos siglos y medio de relativa y pacífica égida colonial.

**CAPITULO V**  
**HECHO Y PATRIMONIO ALIMENTARIO**



La alimentación es una experiencia que se encuentra articulada a diferentes dimensiones de la actividad humana, el hecho alimentario comprende a la alimentación como un fenómeno en el que se expresa el hombre biológico y el social de manera integrada, no se come solo porque nuestro cuerpo biológico lo necesita, sino también y, sobre todo porque existen condicionamientos de tipo cultural que modelan lo que comemos, sin reducirse a la satisfacción de una necesidad de hambre. No se ve a la alimentación solo como un asunto de nutrición y salud, sino principalmente se la ve como una representación de la cultura que revela una concepción particular del mundo en el cual dos universos – naturaleza y cultura- se implican.

“Si bien nosotros los seres humanos elegimos nuestros alimentos, en buena parte lo hacemos en función de sistemas culturales alimentarios, que pueden llamarse cocinas. Desde esta perspectiva, las cocinas varían en función de los entornos como experiencias universales; todos los humanos hablan una lengua, pero existe un gran número de lenguas diferentes, todos los humanos comen una comida cocida, pero existe un gran número de cocinas diferentes. La cocina es universal; las cocinas son diversas” (Claude, 1995).

La cocina se puede comprender como un sistema alimentario complejo, que reúne un conjunto de procesos de producción de alimentos (manera en la que los recursos necesarios se extraen del medio), como aquellos referidos a su transformación (combinación de alimentos y procedimientos de elaboración) y consumo, es decir a las prácticas culturales, agrícolas y culinarias, así como los sistemas materiales y simbólicos asociados a ellas.

Cocinar para alimentarse implica utilizar una estructura, que va desde la selección del alimento, donde intervienen cuestiones de diverso orden, tomando en cuenta primero la herencia biológica, pues se sostiene por un lado que las sociedades humanas tienen preferencias y aversiones de sabor innatas que condicionan dichas elecciones y adaptaciones al medio. Por lo que en primera lo que determina nuestra elección son las cualidades organolépticas del producto a consumirse. Otro rasgo que incide en la elección de alimentos es el sentido cultural, si no se consume todo lo que es biológicamente comestible se debe a que todo lo que es biológicamente comible no es culturalmente

comestible. La diversidad de culturas crea un dilema en la elección de alimentos, pues restringe el tipo de elección que se haga. Y es que el ser humano, es portador de libertad y autonomía, es un ser portador de una adaptabilidad de alimentos de origen animal y vegetal. Sin embargo, toda esta libertad que parece tener se limita a la dependencia de un mínimo de variedad.

El hombre tiene una disposición al cambio, al buscar innovación, pero a la vez se enfrenta al temor y desconfianza a lo desconocido, a lo nuevo. De nuevo es la cocina la cual se presenta como la posibilidad de resolver esta paradoja, pues al experimentar, elimina dicha tensión y convierte en propio lo extraño. Al comer no solo se incorpora las características propias del alimento, si no se agregan también sus valores simbólicos e imaginarios que al igual que las cualidades nutritivas, pasan a formar parte del propio ser.

Una vez seleccionados los alimentos son transformados a través de una serie de procedimientos, pues en razón de su origen no todos los alimentos que se definen como comestibles pueden serlo en su estado natural, por lo que se hace necesaria la intervención humana para que puedan llegar a ser aceptables. El fenómeno de transformación de los alimentos expresa un deslizamiento de un estado natural a uno cultural haciendo uso de este movimiento gracias al ejercicio del pensamiento.

Los actos que rodean al hecho alimentario dan lugar a la definición de formalidades, pautas de conducta, normas alimentarias específicas que una cultura de individuos debe cumplir en razón de su pertenencia. Un sistema de comportamiento cumple la finalidad de mostrar el grado de desarrollo que posee la civilización, durante la comida frente a las demás. Siendo así un grado de diferenciación, que permite llegar a un tipo de “distinción” y diferenciación.

Las formas del comer responden a la manera en la que está organizada la estructura social del grupo que las reproduce, del cumplimiento de estas pautas puede advertirse relaciones de poder, jerarquizaciones, y concepciones en tono a los alimentos, consumos según épocas determinadas -festivas o religiosas, así como relaciones de respeto, agradecimiento, prestigio y reciprocidad. En consecuencia, su irrespeto implica una ruptura del orden alimentario.

El principio del sabor ha sido considerado como el elemento con mayor resistencia al cambio, si bien las cocinas están expuestas a la adopción o desaparición de alimentos, será gracias a este principio que lo nuevo o extraño logra ingresar al ámbito familiar, permitiéndoles la continuidad, pues la referencia de aquellas combinaciones de especias y alimentos que gracias a su uso reiterado, confieren una cualidad particular, el de distinguirse de las otras e identificarse con una cultura específica.

Si asumimos cocina como un sistema alimentario complejo donde intervienen una diversidad de actores, espacios y procesos, se puede hablar de *patrimonio alimentario* como el conjunto de prácticas culturales, agrícolas y culinarias que han experimentado una interiorización colectiva, es decir una apropiación simbólica y material que es transmitida de generación en generación y que se recrea en las cotidianidades de un grupo social, lo que hace posible su vigencia y sentido. Un patrimonio intangible y de expresión cualitativa alimentaria de su país o región. Concretamente este patrimonio comprende el conjunto de productos agrícolas, brutos y transformados, el conocimiento y la experiencia utilizada.

En el patrimonio alimentario se articulan por tanto prácticas de producción y transformación de alimentos, así como los espacios y saberes asociados, conocimientos que no se restringen a aquellos referentes del pasado reconocidos como tradicionales, pues al igual que la identidad es patrimonio una manifestación construida socialmente que experimenta cambios, gracias a un permanente diálogo entre tradición y modernidad. El patrimonio alimentario se apoya en el pasado y se recrea y reproduce en el presente.

El patrimonio alimentario ecuatoriano es el resultado del choque entre dos culturas, dado que se apega más a esta categoría de transculturación, que a la de mestizaje, pues esta última de uso generalizado admite una connotación de acento en la comprensión del encuentro, el hecho de la “mezcla” entre poblaciones de orígenes étnicos diversos, proponiendo más que una comprensión del fenómeno cultural, un acercamiento al encuentro biológico.

**CAPITULO VI**  
**PRÁCTICAS CULTURALES CULINARIAS**

El origen prehispánico en general, caracterizaba a América por tener una agricultura de climas diversos en tierras altas como los Andes y Bajas como la Amazonía. La alimentación consistía en el consumo de animales pequeños, por lo general silvestres y de domesticación de ciertas especies como por ejemplo la llama, un animal de tamaño mayor y no apta para labores pesadas. Los pueblos americanos desarrollaron técnicas agrícolas, los cuales no dependían de la fuerza o abono (estiércol) de animales domésticos, lo que les lleva a desarrollar distintas herramientas para el trabajo de la tierra.

El desconocimiento de elementos como la rueda o el arado, y la ausencia de animales de tiro como el buey, lleva a los nativos americanos a determinar una aplicación intensiva del trabajo humano. La interacción del hombre y la tierra se establece a través de instrumentos de trabajo fácilmente manejables y adaptados al esfuerzo del hombre, desarrollaron herramientas agrícolas elaboradas de madera, piedra, hueso y cobre, para talar árboles, limpiar hierbas, cavar y romper la tierra, para cosechar tubérculos, deshojar maíz.

Gracias a evidencias arqueológicas, es probable que la agricultura se inicie en la zona de la costa y posteriormente se difunda a la zona interandina, donde los hallazgos más remotos de alimentos cultivados corresponden a una época de 2.000 años antes de la era cristiana. Sin embargo, existen otros investigadores que coinciden que esta labor se inicia 8.000 años antes con la cultura “Las Vegas” en la península de Santa Elena.

La variabilidad ecológica del Ecuador, es lo que le lleva a diferenciarse de las demás técnicas de cultivo de la América Nativa. La utilización de terrenos luego de épocas de invierno, el cultivo en tierras inundables con diseño de canales de cultivos alternos, en tierras secas, cultivo de riego, andenes y terrazas (principalmente en la zona de la costa); de roza y quema, o del cultivo barbecho, en el que se deja de sembrar por varios ciclos, además de los cultivos asociados que representan un método de fertilización natural de la tierra, sin el uso de animales domésticos.

A esta cultura y a la disponibilidad variada de alimentos, se debe sumar las técnicas culinarias desarrolladas para su preparación, técnicas que suponen la consecuente elaboración de utensilios apropiados para su realización, los morteros o piedras de moler a

mano, cedazo o coladeras<sup>25</sup>, pundos, mates<sup>26</sup>, ralladores o piedras pómez o volcánica, ollas de cerámica<sup>27</sup>, tostadoras<sup>28</sup>. Los instrumentos de corte, no eran necesarios dado que no tenían necesidad de trinchantes porque cuando se guisaba un manjar lo picaban tanto y lo hacían tan pequeño que el uso del cuchillo no hacía oficio en la mesa. El nombre que se le daba al único elemento que servía para cortar era cuchuna. *Kayuina*, era el cucharón que se empleaba para mover o mezclar los alimentos.

Mientras los utensilios que ayudaban a preparar los alimentos se ligan también las técnicas de la época para completar la transformación. El asado, es una de las técnicas de cocción más popular en esta parte del continente. Existen hallazgos arqueológicos que remontan el uso de esta técnica al pre cerámico. Pues tiene la ventaja de la rapidez con que los alimentos logran su cocción, sin el uso de elementos como la grasa o el agua, además que el alimento conserva su sabor original. El asar a la parrilla es una de las formas de cocinar más apegada a los hábitos ancestrales, pues por este método los alimentos son expuestos directamente al contacto producido por carbón, maderas o ramas. Otra técnica dentro de la selva, consistía en asar los pescados de río muy pequeños dentro de un pedazo de carrizo llamado *marona* mientras que los lados se cerraban con hoja antes de cocerlos a la parrilla. El asado en las cenizas o a las brasas eran la manera tradicional de cocinar la carne de alpaca o de cocinar los tubérculos y los choclos enteros envueltos en sus hojas.

La *Pachamanca* era una de las más favoritas técnicas prehispánicas de asar alimentos entre piedras calientes que luego se cubren de tierra para no dejar escapar el calor. *Pachamanca*, significa “olla de tierra” en quechua. El uso de piedras calientes, era muy común en los Andes, pues esta técnica culinaria, permite la cocción de diferentes carnes como: aves, llama, alpaca, cangrejos, pescados, camarones, cuyes; tubérculos y guisos al contacto con las piedras calientes al rojo vivo. Estos métodos de cocción dieron paso a las cocinas modernas.

---

<sup>25</sup> Se hacen con fibras sacadas de los tallos de bombonaje, o tamishe (plantas). Las fibras se tejen entre si y se amarran a un marco de madera.

<sup>26</sup> Mates o corteza seca y muy dura de cierto tipo de calabaza. Fue empleada desde tiempos muy remotos como vajilla, en estos utensilios se cocina, se guardaba el agua. Eran empleados como vasos o tazas.

<sup>27</sup> Ollas de cerámica o manca, eran de forma esférica o cilíndrica, eran apropiadas para exponer al calor. Estos recipientes fueron utilizados principalmente para hervir, estofar, cocinar al vapor. Y así mismo para todo aquello que fuera a tostarse y fermentar. Ejemplo la Chicha.

<sup>28</sup> El maíz tostado era uno de los alimentos más básicos de la dieta inca, y en aquellos tiempos existía dos tipos de tostadoras de maíz: la *kallana* (tiesto) y el *ttocoychimpu* (cazuela de tostar maíz con agujeros).

Otra técnica importante es el hervido, es la técnica más común entre los pobladores del antiguo imperio inca y aún lo es hoy en día para todos los campesinos sudamericanos, porque permite una inmensa cantidad de posibles combinaciones. El agua es el principal elemento para hervir las comidas, por ende, los hombres antiguos nativos, escogían para vivir aquellos lugares cercanos a manantiales, orillas de los ríos y quebradas.

Una de las técnicas más apreciadas por los pobladores de América era el envolver los alimentos y las masas de maíz en las hojas de mismo, estas se cocían al vapor o en agua o a las brasas. Los españoles les conocían como “panes envueltos” y las había de muchas clases, los nombres nativos varían de región en región. En el imperio Inca la más popular era sin dudas, la *huminta*, que era un bollo de maíz envuelto en forma de regalo y se parecía a los tamales.

El uso de la técnica de congelación, se daba gracias a las heladas nocturnas de las zonas más altas de los Andes, su uso principalmente era para la elaboración de papas amargas congeladas, para el *chuño* o papa congelada, exprimida y cocida. Estos productos ahora son muy codiciados, debido a su largo proceso de elaboración para el consumo.

Son las harinas la parte indispensable de la alimentación del pueblo inca y de sus posteriores conquistas, pues servían para todo, tortillas, pan, mazamoras<sup>29</sup>. Las harinas de quinua, maíz, chuño y cañihua, se consumían de tres formas: solas, a cucharadas intercaladas con sorbos de chicha, disueltas en agua hasta hacer una crema o se cocinaban con agua en una olla hasta conseguir una consistencia deseada. En estos tiempos prehispánicos no se acostumbraba a cernir la harina. Es en tiempos de los españoles que se empieza con esta forma de elaboración, pues a falta de cedazos, se la cernía utilizando una

---

<sup>29</sup> Comida criolla hecha con maíz blanco partido y hervido, que se come fría o caliente, con o sin leche y a veces con azúcar o miel.

manta blanca de algodón limpia. Aquí se separaba el afrecho que era lo más grueso y de la molienda más fina.

El uso del sol en procesos culinarios fue para incrementar el sabor dulce de ciertos productos, por lo general en camotes, ocas enteras o partidas por la mitad. Este proceso aceleraba su tiempo de cocción e incrementaba sabor a las siguientes preparaciones.

Los pisos ecológicos de los Andes del Ecuador, en comparación como los Andes de Perú y de Bolivia, eran pisos utilizados con gran sabiduría por los señoríos étnicos, habitantes de estas tierras. Los productos obtenidos de ellos, eran destinados a formar parte de la alimentación sana, balanceada y rica de los pobladores de la zona.

En las prácticas culturales culinarias la filiación con lo prehispánico es quizá mayor. El maíz, la papa, la yuca y el plátano, se instituyen en alimentos fundamentales de las cocinas de los primeros pobladores. La frecuencia de su uso ubica estos alimentos en las prácticas alimentarias cotidianas y festivas, por lo que puede hablarse de su carácter esencial, históricamente transversales en todo el territorio. Junto a ellos, los métodos utilizados para su transformación guardan una estrecha relación con el pasado.

En el caso de la papa, cultivo primario del estado inca, se conoce que fue el alimento que permitió el sustento de las poblaciones nativas, pero del cual no hay registro sobre su lugar en las prácticas culturales, pues no gozó del mismo prestigio que el maíz. Su importancia en los Andes del norte, incluyendo Ecuador, estaba dada en la dieta andina. Sin representar un valor material o simbólico, pero su presencia es incuestionable dada su domesticación antes del pueblo incaico. El maíz, por el contrario, se consolidó como un alimento ceremonial y adquirió mayor importancia al ser utilizado como un impuesto para



pagar al estado inca. El maíz, alimento ritual, aparece como el alimento insignia de los pueblos originarios de América.

Aunque se efectúan varios cambios, debido a la migración europea hacia América. El hecho de la evangelización, la imposición española, y la escritura, el saqueo de riquezas, la esclavitud de las poblaciones negras, y la explotación de la población indígena, la consecuente explosión demográfica, y la proliferación de enfermedades, la satanización de rituales y concepciones del mundo andino, son solo algunas consecuencias visibles. Pero no menos importantes fueron los cambios sucedidos en las cocinas.

Con la invasión española, se desarrolla una variada agricultura en América, la cual apporto al mundo numerosas especies vegetales domesticadas, entre ellas se puede destacar el maíz- base alimenticia de los indígenas, la papa, el fréjol, el cacao, la mandioca o yuca, el tabaco, el tomate, y numerosas frutas tropicales como la piña, chirimoya, mango entre otras. Mientras que por su parte los europeos, introdujeron los cultivos de cereales, leguminosas, diversas hortalizas, la vid, el olivo, la caña de azúcar, y algunas especias muchas de ellas de origen asiático. Caballos, cerdos, vacas, ovejas y aves de corral comenzaron a pulular en todo asentamiento humano, incluso indígena.

En un inicio los conquistadores españoles menospreciaron la agricultura volcándose principalmente a la minería, sin embargo, los centros mineros podían subsistir sin agricultura, y ganadería, pues debían resolver los problemas de alimentación y transporte. Es así que entorno a las explotaciones mineras se establecen haciendas y estancias para la producción de trigo, carne de cerdo y de res, mulas y maíz, para satisfacer las necesidades de la población minera.

Ambas culturas tenían amplia gama de conocimientos y biodiversidad que en un principio no competían, por lo que la adaptación de las nuevas especies en ambos territorios y de las tecnologías agrícolas, y culinarias asociadas podían desarrollarse, sin las limitaciones o dificultades impuestas por su lugar de origen.

Con el avance de la colonización, las tierras americanas pasan al dominio del rey de España, por sucesión papal, pero quienes primero se repartieron las tierras fueron los “conquistadores”, soldados más destacados en las batallas. Alrededor del siglo XVI, la Corona concede las tierras a través de las Audiencias. La iglesia y especiales Órdenes religiosas como las jesuitas, sobresalieron como terrateniente en el Nuevo Mundo, sobre todo en la Nueva España. Los indígenas, si bien lograron mantener sus cultivos tradicionales alrededor de sus comunidades rurales, tenían que pagar tributo al rey. A partir del año 1600 los asentamientos indígenas fueron reorganizados en los llamados “pueblos indios”, a pesar de prohibiciones legales algunos colonizadores se establecieron entre los nativos y cultivaron parte de sus tierras, transformando de esa manera las reducciones indígenas en pueblos mestizos poblados por pequeños y medianos agricultores. El proceso de colonización incidió en la configuración de una estructura jerárquica que ordeno las relaciones sociales en razón a la pertenencia étnica y al acceso a los medios de producción, lo que permitió la atribución de ciertos roles en la sociedad que poco a poco se fueron naturalizando a través del discurso colonizador. Esta estratificación social puso una división e trabajo en las que los sectores como los indios y los negros, servían a través del trabajo manual a otros, españoles, criollos y mestizos. De acuerdo a la posición que se ocupaba en esa establecida sociedad, era posible identificar los roles ocupados y por ende la manera en la que probablemente se efectuó la interiorización de los alimentos en el patrimonio

alimentario del país. Pues el giro cultural culinario, obedece a un cambio, en el sistema de valores en torno a los alimentos como símbolos.

Junto a los españoles llegaron los esclavos negros, la mano de obra esclava, constituida por miembros de diversas culturas de la costa occidental del continente africano. Su trabajo se dedicaba al cuidado de los monocultivos como el del azúcar, café, tabaco, algodón y la extracción de oro, plata y cobre. Debido al hecho que en América los colonizadores no consiguieron utilizar a los indígenas como fuerza de trabajo en volumen y condiciones deseadas, recurren a los esclavos importados desde África. Estos esclavos, fueron usados como objeto de cambio, una mercancía y una máquina de trabajo, en lugar del buey o del arado. El negro sufrió un sometimiento brutal a través del cual se eliminaron sus rasgos culturales, se le despojo de su humanidad, y se convirtió en mercancía a través de la esclavitud. Después de la conquista de América, el tráfico de esclavos no sólo aumentó extraordinariamente, sino que se transformó en una institución que por cerca de cuatro siglos iría a relacionar en forma dramática a tres continentes: África-América-Europa. Esta relación es conocida como comercio o tráfico triangular.

La influencia de la cultura africana en el continente americano resulta ser un componente fundamental en la formación de nuestra identidad ecuatoriana y del resto de los pueblos que forman parte de este amplio continente. La masiva presencia de negros africanos permitió un proceso de transculturización, en el cual las lenguas de los blancos europeos, interactuaron con la de los negros esclavos, dejando una huella que llega hasta la actualidad. Este influjo cultural no siempre ha sido justipreciado, ni valorado en su justa medida, sobrevalorándose el mestizaje europeo sobre la africana.

Su alimentación mientras eran llevados hacia América era pobre, muchas veces tenían que subsistir con carne salada y galletas. Su primordial y casi único alimento era el arroz, que lo cocían enteramente en seco, lo rociaban con aceite de palma o con una especia de masa formada con carne, gallinas, pescados o vegetales, cocido todo junto, muy sazonado con pimienta, especias y aceite de palma. Realizaban también diversas preparaciones con bananas: asadas, fritas o formando una pasta que se mezcla con carne y salsa. El arroz y el pescado son alimentos básicos de las zonas costeras, donde se cocinaban con una gran variedad de especias (clavo de olor, curry, canela, comino y pimienta picante). No es necesario decir más respecto a la presencia alimenticia con influencia afro: los gordos, las grasas, los huesos, la mezcla exagerada, pero necesaria de ingredientes, serán la constante a detectar en cada comida. Uno de los grandes aportes gastronómicos de los esclavizados de África fue la composición lograda a base de desperdicios animales (práctica ejercida desde África).

A partir de su llegada y con el paso del tiempo tenemos aquí los platillos preparados por los negros con los menudos o desperdicios animales, de cuya esencia resaltara la revoltura de ingredientes, con seguridad, inteligente estrategia para hacer de estas sobras lo más ricamente digeribles, ya que en muchas ocasiones la carne estaba echada a perder, y los condimentos ocultaban el mal olor y sabor.

Además, la comida prehispánica, descrita tantas veces como “sencilla”, no de buen agrado para el Negro, obligaba a éste a mezclarla con huesos, pellejos, gordos o verduras de su conocimiento. “Lo cierto es que sus aportes estuvieron condicionados por la presencia permanente de la comida de sus amos, la que indiscutiblemente también imitaron imprimiéndole su sello personal con “sus propios” ingredientes, expresando las relaciones

de subyugación de la que eran objeto, ya que no tenían derecho a nada” (Equinoccial, 2014).

Producto de las sobras, aún quedan comidas como el mondongo, la sangre guisada (de res, borrego, puerco), la cabeza horneada, la birria o barbacoa enterrada, etc.

Es en este momento sumamente conflictivo donde Julio Pazos, historiador e investigador gastronómico, ubica el nacimiento de una *cocina criolla* en Ecuador, refiriéndose a aquella cocina resultado de la tradición culinaria negra, indígena y española, es decir a prácticas alimentarias resultantes del fenómeno del mestizaje biológico y transculturización.

Las transculturizaciones que se pueden ubicar en este momento son resultado de estrategias de imposición de algunos alimentos, pero también son consecuencia del contacto de las mujeres indígenas y afro descendientes con las cocinas de la familias criollas o españoles, produciéndose una coexistencia de interacciones y producción cultural entre miembros de tradiciones culturales diferentes.

“Las cocineras indias debieron preparar sus sangos, locros y tortillas con la aplicación de productos introducidos. Los españoles readaptaron sus gustos. Pocas mujeres españolas llegaron más tarde. Los viejos fundadores murieron y sus viudas crearon los claustros donde se las ingeniaron para producir los sabores de su España natal con productos nativos” (Pazos, 2005|).

Tanto españoles como indígenas tuvieron que readaptar su paladar, pues el descubrimiento de las prácticas alimentarias entre una u otra cultura generó apropiaciones en varios sentidos. Las especies introducidas llegarían a encontrar un lugar importante en el

sistema alimentario andino, y por parte de los conquistadores españoles tuvieron que adaptar su lenguaje alimentario a las cocinas andinas, pues las diferencias ecológicas y culturales limitaron su reproducción de idéntica manera que en sus lugares de origen. La importación de especies animales y vegetales evidencio en el poder colonizador una necesidad de reproducción de sus cocinas tradicionales, esto dio como resultado un temor hacia las practicas nativas, asociándolas como inferiores culturalmente. La imposición de algunos alimentos constituyo un ejercicio de poder sustentado en la validez de sus prácticas en contraposición a la inferioridad de las nativas.

Entre los recursos introducidos en las cocinas andinas se puede nombrar algunas especies de animales como el gallina tao<sup>30</sup>, ganso, vaca, conejo, oveja, chivo o cerdo. Y de vegetales como el trigo, cebada, arroz, caña de azúcar, col, lechuga, alverja, lenteja, mora, haba, naranja, limón, durazno, higo, perejil, culantro, hierba luisa, arrayán, pimenta, comino, manzana.

Las prácticas agrícolas cambian con la inserción de animales aptos para la agricultura, se desarrolla una actividad agrícola apoyada en el uso de estos. Además de implantar un nuevo método e cultivo, en modo extensivo de un determinado cereal, como el trigo, la cebada, el maíz. Estos provocaron el considerable aumento de erosión de la tierra, además se incrementa el consumo de la carne en la dieta de los nativos.

Por su parte el maíz, la papa, la yuca son alimentos nativos que representan el aporte americano a las cocinas del mundo. El maíz tiene una extremada variabilidad genérica que le ha permitido prosperar en una amplia gama de climas, permitiendo el uso variado de sus

---

<sup>30</sup> Referencia al pato.

hojas, corazón de la mazorca y del alimento en sí. La papa y la yuca son aptos para el consumo de animales, y de personas.

La adaptación de animales como la gallina y el cerdo, la vaca, hizo que progresivamente se fueran incluyendo sus carnes en la dieta americana. Aumentando su consumo en la época colonial en contextos festivos religiosos más que a la cotidianidad. Los animales aparecen además en las frituras, en las que se combina el uso de pailas y el aprovechamiento de las grasas animales. Técnicas traídas de Europa. Estos métodos de cocción fritura, horneado y cocido a vapor son técnicas hispánicas culinarias de hoy.

“No faltaba comida, pero no cometían excesos”, antes de la llegada de los españoles, los pobladores de territorios como Ecuador, Bolivia, Colombia, Chile y Argentina, solo comían carne en las festividades. Y no cualquier carne, si no la de llama blanca de raza “cuyro”, animal destinado solo para el consumo de la nobleza (Olivas, 1999).

De Europa vinieron las sopas y los guisos, de aquí sobrevivieron los sangos o locros. Pues antes de que llegaran las sopas, no se conocía de caldos o de fondos. Nuestras elaboraciones eran de textura densa y pastosa, gracias a la incorporación de alimentos ricos en féculas, como el maíz, y la papa. Totalmente diferentes a las practicas europeas donde se empleaban caldos de consistencia líquida.

La cocina española, acepto las posibilidades americanas mientras que la cocina americana heredaba el rico conocimiento de sus fogones.

Entre las consecuencias de la conquista en las prácticas culturales alimentarias se destaca la concepción cultural, sobre los alimentos que empezaron a evidenciarse, mediante

la evangelización de la Iglesia en estas tierras. Las fiestas indígenas ancestrales estaban ligadas al ciclo agrícola y, con los españoles les dieron una visión católica.

Celebraciones como El INTI-RAYMI o Gran Fiesta del Sol, lo celebraban los incas de Cuzco en el solsticio de invierno, se ofrecían llamas, coca y maíz en la fiesta de bienvenida al joven Sol. La más pintoresca de las fiestas del Sol, era la de CITOC RAYMI (incremento gradual del Sol), que se celebraba en junio, dedicándole nueve días al ceremonial. O el CAPAC RAYMI o Celebración españolizada que se celebraba en el mes Diciembre cuando se iniciaban las lluvias en la Sierra. En estos rituales religiosos, los Incas ofrecían una diversidad de ofrendas de alimentos tesoros, etc. y sacrificios de animales como la llama, alpacas, etc. y en algunos casos humanos. Sobre los sacrificios humanos, han sido discutidos por los historiadores, pero según últimos hallazgos, parecen ser afirmativas las versiones. Así también había la COYA RAYMI, que se celebraba en el mes de octubre, era una fiesta femenina dedicada a la diosa Quilla o Luna, la cual era para la fertilidad femenina. Todos estos rituales de idolatría fueron combatidos por la iglesia con total crueldad, buscando la conversión de sus nuevos fieles paganos. Castigos como azotes para ser purificados, pago de oro para el perdón de pecados, era lo poco que los indígenas pagaban por su conversión.

Aún en el silencio, los fieles paganos de la iglesia, daban continuidad a sus festividades, coincidiendo festividades eclesiásticas con las indígenas ancestrales, creando un sincretismo religioso-cultural-alimentario. El sincretismo como tal, se da por la coincidencia o vinculación de dos doctrinas culturales diferentes, en este caso se inicia con la versión del cristianismo que traen los españoles, la cual se mezcló luego con los ritos y creencias indígenas, y posteriormente con los traídos del África, esclavos. Como claro



ejemplo de esta fusión, está el Sincretismo entre Corpus Christi e Inti Raymi, dos fiestas que no por casualidad coinciden en fechas, pues la primera se vinculó a los pueblos andinos tras la conquista española, y la segunda, una tradición ancestral que se recuperó en el siglo anterior. El Corpus Christi significa el Cuerpo de Cristo y es la celebración de la eucaristía de la Iglesia Católica. El Inti Raymi es la fiesta Inca que se celebra durante el solsticio de invierno en la cual se rinde tributo al dios Sol, la deidad más importante de esta cultura. Esta es la fiesta del agradecimiento por la cosecha. En ella con danza, música y trajes coloridos, se interpretan las formas de vida de los incas antes de la llegada de los españoles. En el Ecuador, esta tradición se mantiene en todas las provincias, donde existe una similitud, que es el agradecimiento por la abundancia, señaló Tamara Landívar, antropóloga del Museo Pumapungo del Ministerio de Cultura y Patrimonio. En 1572 el virrey Francisco Álvarez de Toledo emitió la prohibición de conmemorar la fiesta ancestral, por considerarla pagana, pero fue recuperada a mediados del siglo anterior en algunos países de América Latina. A decir de Landívar, en esta fiesta se detecta la imposición española religiosa, priorizando en la gente la fiesta Católica. En la actualidad el Inti Raymi toma fuerza y tiene más presencia en las comunidades urbanas y rurales, donde cada año se realizan varias actividades culturales el 21 de junio. Se presume que ambas fiestas, el Corpus Christi y el Inti Raymi, se fusionaron por las autoridades católicas, generando el sincretismo que vemos en la actualidad.

Además de un notable sincretismo cultural, se da uno más profundo y marcado, como es el sincretismo alimentario, pues en estas festividades vinculadas, no está por fuera, las ofrendas (alimentos, frutos, animales) entregadas en honor a estas fechas. Tal es el caso

que la elaboración de dichas ofrendas, respondían a la abundancia de frutos y demás. En el Corpus Christi, en celebración se reparte dulces, hechos a base de membrillo.

La gran injerencia de los españoles sobre el territorio crea un sistema de imposición en el que adaptaron, modificaron y se tornaron representaciones del catolicismo hacia festividades ancestrales incásicas.

Otro claro ejemplo es la fanesca para la Semana Santa, investigaciones hablan que su origen fue en la época prehispánica con la celebración del equinoccio del mes de marzo y el tiempo de cosecha de granos tiernos. Su nombre original era “Uchucuta” que significa granos tiernos; justamente de estos ingredientes está compuesta la fanesca de arvejas, habas, mellocos, choclo, fréjol, zapallo, zambo que eran cocidos con hierbas y ají, acompañada con carne de cuy silvestre. El sincretismo durante la colonia entre indígenas y españoles permitió incluir otros elementos y símbolos con contenido católico, incluso se le agregó a la presentación gastronómica leche y pescado. La influencia hispánica relaciona a este plato con la doctrina católica que conmemora la muerte, pasión y resurrección de Jesucristo que lo convirtió como representativo en esa época. La simbología que le dieron a este exquisito plato durante su preparación es que se utilizan doce granos que representan a los apóstoles y las tribus de Israel y el pescado (bacalao) que personifica a Jesucristo; dentro de nuestro país sobre todo en los Andes ecuatorianos la fanesca viene acompañada de platillos adicionales que de una u otra forma hacen referencia a los apóstoles tales como: molo (puré de papa), sopa de pan, arroz de leche, dulce de higos con queso, dulce de durazno, pristiños o buñuelos con miel, colada de zapallo, chocolate y humitas.

Actualmente este plato está lleno de misticismo por todas las creencias que acompañan la preparación, destacando que esta herencia gastronómica, con el pasar de los

años, no se ha perdido. La fanesca es un plato 100% ecuatoriano que en 1882 se consolidó como plato tradicional en el Ecuador.

La colada morada, para el día de los muertos, es una bebida que claramente refleja un sincretismo cultural, del Ecuador, pues este potaje al igual que los otros, sintetiza la mezcla de las culturas indígena e hispánica. Lo espiritual pagano y lo católico. Por lo que se constituye como un emblema del mestizaje ecuatoriano, en fusión de costumbres, sabores, e historias.

**CAPITULO VII**  
**COCINA DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR**

La Gastronomía del Ecuador, es una cocina en la que predomina una gran variedad de ingredientes. Debe tenerse en cuenta que el territorio ecuatoriano tiene acceso a diferentes recursos culinarios, el pescado y los mariscos de sus costas del Océano Pacífico, en los Andes, una gran variedad de granos, cereales, hortalizas y vegetales, y después la selva amazónica que brinda tubérculos y animales exóticos como las guantas, guatusas, chontaduros, además de plantas medicinales. La cocina gira en torno a tres fuentes de ingredientes, haciendo que las personas y las etnias de la zona puedan elaborar diversos platos autóctonos. La gastronomía en este territorio, es rica, abundante.

Con la llegada de los españoles a tierras ecuatorianas, se desencadena un proceso de cambios que marcan la historia. Se da un cruce de razas distintas al cual se conoce como “Mestizaje”, la mezcla biológica y cultural de españoles e indígenas, que fruto de esta unión, nacen los “Mestizos o Criollos” hijos de españoles nacidos en tierras americanas, los cuales no contaban con el mismo estatus que un español de sangre, pero no tan bajo como los aborígenes.

El término “Criollo” utilizado para calificar a los hijos de españoles nacidos en América, pasó a designar lo que es propio de estas tierras. Es así que la cocina propia de esta tierra, empieza a ser reconocida como “Cocina Criolla”, cocina de estas tierras.

Mucho tiempo atrás, antes del desarrollo de caminos y mercados, el nicho ecológico de cada pueblo era necesariamente la fuente primordial de los ingredientes culinarios. Los ciclos de la naturaleza, las variaciones climáticas, el tipo de terreno y las técnicas agrícolas locales influían directamente en la cocina. El hecho de que el Ecuador se halle en la zona tórrida donde el sol pega vertical y fuertemente, cobra una importancia decisiva. De no ser por la participación de la Cordillera de los Andes y la Corriente de Humboldt, la

temperatura media superaría los 30 grados centígrados, como acontece en ciertas zonas de la Amazonía.

El choque de estas dos civilizaciones genera un impacto, desde la Amazonía, se empieza a crear una lista infinita de animales y vegetales: achiote, algodón, aguacate, achira, el ajeno, de los simbolistas, algarrobo, anís, badea, el berro del loco, camote, canela, caña, guadua, coca, chocho, chonta, fréjol, girasol, guanábana, ishpingo o flor de la canela, jícama, mango, el maní que tostaban y mezclaban con miel, naranjilla, oca, papaya, quinua, tabaco, taxo, tagua, tomate, vainilla, sambo, zapallo, zapote.

Animales domésticos eran la alpaca, la llama, el cuy, el pato y una especie de perro comestible que sacó de hambres a los españoles cierta angustiosa vez en la Península de Santa Elena. Se pescaba bagres y pangoras de río; se cazaban venados y conejos de monte. Los españoles trajeron muchos vegetales que fueron enriqueciendo la cocina criolla: a la caña de azúcar, el trigo de Fray Jodoco, la cebada y el arroz, sumaron sus olores y sabores el ajo, la cebolla, las habas y lentejas, higos, manzanas, naranjas, limones, uvas para el vino y el pisco, el olivo y sus aceites, la mostaza, el orégano, el perejil. Por nuestro lado, podemos rescatar la importancia histórica del maíz como sustento básico de las culturas que germinaron en el país, desde las Vegas y Valdivia hasta los señoríos étnicos del siglo XV de nuestra era (Nestle, Cuvil Pablo, 2001).

Dentro de la gastronomía ecuatoriana encontramos diferencias muy marcadas entre lo que es una cocina ancestral, típica y tradicional, siendo estas últimas confundidas entre sí. Podemos definir a la cocina ancestral como la cocina étnica de un pueblo, elaborada con productos endémicos de la zona, marcada por sus propias técnicas culinarias de alrededor 100 años atrás, mientras que la cocina típica se define como la cocina étnica de una zona

marcada, que poco a poco se ha sufrido cambios, y se ha mantenido como cocina representativa, y característica de la región. Por otro lado, la cocina tradicional parte del concepto de tradición, el cual se define como un bien cultural que va pasando de generación en generación dentro de una comunidad. Siendo conservada socialmente por ser considerado como valioso, por lo tanto, la tradición es algo que se hereda y que forma parte de la identidad teniendo como característica que esta puede adquirir nuevas expresiones sin perder su esencia, renovándose para mantener su valor y utilidad.

Tres países disputan la paternidad del ceviche: México, Perú y Ecuador. Pero en realidad el ceviche pudo haber surgido en varias partes a la vez, puesto que macerar el pescado crudo en sal y limón es una forma lógica de curtir y preservar ciertos alimentos. A partir de esa combinación básica de pescado crudo, limón y sal, en un futuro se marcarán estrechas diferencias y muchas semejanzas entre los fogones de la América.

En cuanto a la sopa, nos topamos con el sancocho, afortunada cópula de la olla aborígen con el cocido español que fue común en las colonias con diversos nombres y variados ingredientes. Aunque en Ecuador es también un plato tradicional, dos de sus componentes básicos, la yuca y el verde, permiten ubicarlo en la Costa.

En Portoviejo se usaba el repollo, no se comía con zanahoria porque no había la conexión con la Sierra que se dio a fines de los cincuenta con los carreteros. Recién ahí se regularizó el descenso semanal de camiones cargados de hortalizas, desde Ambato especialmente.

La variedad de combinaciones gastronómicas que se elaboró con toda esta riqueza de productos fue sorprendente. Cazuelas de pescado y de mariscos, con salsa picante de achiote y ají. Pescado con coco (sustancioso alimento que hoy mismo nos deleita).

Salsa en pasta, de maní con harina de maíz (la famosa «sal prieta» de Manabí). Turrone de maní con miel o dulces de maní molido con harina de maíz (el hasta hoy celebrado bocadillo de El Oro y Loja). Y bollos, muchos bollos, hermanos mayores - sólo por el tamaño- de los chigúiles y tamales serranos. Bollos de pescado, bollos de camote, bollos de yuca, bollos mixtos, todos envueltos en hoja de bijao, tibios y sudorosos compañeros de todo caminante.

Hubo otro potaje, casi olvidado, si no abandonado del todo: la mazamorra de maíz con leche de coco.

Como se sabe, no hay gastronomía posible sin aderezos. Los condimentos, hierbas, salsas y colorantes despiertan los sentidos para la composición de las comidas. Y es aquí donde el trópico destapó sus productos, concentrándose en hierbas, frutos y esencias lujuriantes: albahaca, ají, culantro, perejil, malvarrosa, arrayán, laurel, romero, achiote, canela, etc.

Uno de los hechos más significativos de la nueva situación fue la adopción popular del chanco, el borrego, los pavos y las gallinas, que pasaron a convertirse en animales domésticos de la mayoría de la población, mejorando la dieta y reforzando el arte culinario.

Especial importancia cobró la manteca de chanco, densa y sabrosa, que permitió la lubricación de los viejos potajes de la tierra y la realización de una amplia gama de frituras. La carne del porcino, por su parte, vino a enriquecer el vientre de tamales serranegos y de bollos costeños y a engordar el de por sí sabroso loco de quinua.

Además, surgieron nuevos locros, como el de cuero o el arroz de cebada con espinazo. Aprovechado en todas sus posibilidades, el chanco se volvió recurso pródigo para el asador, la paila y los embutidos familiares; con ello aparecieron los múltiples hornados, el



jugoso sancocho de paila, la empalagosa fritada y esa roja serpiente de la longaniza, cargada de achiote y ahumada largamente en los cordeles de la cocina. Con el borrego sucedió algo igual, aunque en escala menor, por la no adaptación del animal a los climas calientes. Con todo, el humilde ovino sirvió de base para soberbios platos populares: chanfaina, treinta y uno, yahuarlocro o mondongo cocinado en chicha de jora. También el chivo fue a su vez motivo de una delicada creación culinaria: el popular seco de chivo. La gallina vino a completar el terceto de carnes populares. Criada en todos los patios y corrales campesinos, se convirtió en proveedora de huevos y recurso de urgencia para toda ocasión inesperada. Particular importancia logró en la Costa, donde el aguado de gallina, «espeso como para que se pare la cuchara», vino a ser plato central y prueba plena de la habilidad de las cocineras. La vaca, aunque menos numerosa en los corrales familiares, rindió también su fruto en las hábiles manos de sus mujeres. Su carne ingresó a la olla ecuatoriana para integrar el sancocho, rebosante de plátanos pelados, de yuca y de trozos de choclo tierno. El queso, por su parte, pasó a ser ingrediente indispensable de salsas y pasteles. Queso para tortillas de maíz, queso para empanadas, queso para llapingachos, queso para chigüiles, queso para choclotandas, queso para ajíes, queso para acompañar al maduro cocinado o para rellenar el maduro al horno, queso para el pan, queso para todo. Los hitos que marcan el nacimiento de la cocina y luego su desarrollo, se pueden englobar en tres grandes etapas (cocina prehispánica, cocina colonial y cocina en el período republicano), mientras que las causas de los cambios y mejoras en las técnicas de cocción las podemos delimitar por hechos de relevante importancia: la creación de las plazas, el trabajo de los yumbos<sup>31</sup> la presencia de las mitas, la instauración del ferrocarril y la introducción de los alimentos de otros países.

---

<sup>31</sup> Yumbo, personaje que interpreta una danza de origen prehispánico característico de la región oriental,

Para entenderlo de mejor manera es necesario imaginar a la ciudad que se convirtió en el punto central de la cocina y desde la cual se esparcieron las nuevas prácticas a las otras poblaciones que hoy forman el Ecuador; esta ciudad es Quito.

En la época prehispánica, los hombres recolectaban sus alimentos en las explanadas, de las faldas del Pichincha, esta explanada era conocida como una especie de grada geográfica. Para proveerse de alimentos, los cazadores-recolectores debieron ocultarse tras matorrales de chilcas, mortiño, cabuyas, achupallas. Durante la Época Colonial, con las expediciones de los españoles-conquistadores, llegan nuevas especies de animales, como el puerco. Animal que con el tiempo se convertirá en un alimento emblemático de españoles, indios y mestizos. Los sacerdotes franciscanos como Fray Jodoco Ricke<sup>32</sup> y Fray Pedro Gocial<sup>33</sup>, trajeron en su equipaje mucho más que escrituras sagradas. Son el vino y el trigo, bebida y alimento, que arriban a tierras americanas. En los conventos establecidos por los religiosos se empieza con el cultivo de frutas como el durazno, las vides y olivos. En sus corrales se criaron chanchos ovejas y gallinas. Al mismo tiempo de evangelizar estas tierras paganas, se les atribuye a los franciscanos la elaboración de la cerveza, en todo caso la adaptación del trigo en estas tierras, resulto un favorable hecho, pues este alimento es versátil de él se obtiene harina para el pan, sopas, tortillas, y bebidas. La elaboración del pan fue oficio de mujeres, españolas y mestizas. Además de enseñar a los indígenas el proceso de cultivo del trigo y la elaboración del pan, se deduce que enseñaron a faenar chanchos y la preparación de sus carnes y viveras, en diversidad de viandas.

---

interpretado con un tamborcillo y un pito. Así mismo pinta su cara con varios colores, adorna su cabeza con plumas y guacamayos disecados, en su cuerpo lucen pieles de animales salvajes.

<sup>32</sup> Fray Jodoco Ricke fue un religioso franciscano, erudito y artista de origen flamenco que destacó como fundador y pionero de la Escuela Quiteña de arte.

<sup>33</sup> Comúnmente conocido como "Fray Pedro Pintor" en las Actas del Cabildo Municipal de Quito; fue primer franciscano flamenco pintor que tuvo Quito. Es el iniciador y guía del innumerable grupo de pintores y artistas que florecieron en la Real Audiencia.

Entre los años 1614 y 1616 hubo en Quito escasez de trigo, maíz y papas. Se presume que la venta de animales y de su carne, en estos primeros años, debió ser informal. Los pocos vecinos que se establecieron definitivamente en Quito cuidaron con esmero su ganado, sobre todo con el propósito de incluir en sus comidas carnes de procedencia europea muy estimadas por ellos. La producción cárnica aumentó considerablemente y ello incentivó la transacción comercial. El consumo de aguardiente era cotidiano entre mestizos e indios. El Rey Felipe V, con el afán de combatir el exceso de la bebida, expidió una cédula en la que se instruía sobre la fabricación y venta de licor. Cómo era de esperarse, una protesta popular.

Los tratados de cocina españoles distinguen tres clases de comida: de reyes, de burgueses y del pueblo. De la primera se conocieron en la Audiencia las “empanadillas de pies de puerco y morcillas de puerco dulces”. A las primeras se las identificó con el término híbrido de cuchipatas<sup>34</sup>. Las morcillas fueron muy comunes en la sierra. Se las conoció como “blancas” para diferenciarlas de la sangre. Las morcillas blancas se hacen con arroz, col, miel y otros ingredientes. Los sábados, en la mesa de reyes, se ponían callos o mondongo, lenguas, sesos y cabezas. La comida burguesa se basaba en platos de menestras y los cocidos, por ejemplo, está el puchero<sup>35</sup>. Se ofrecían tres servicios de sopa de fideo con

---

<sup>34</sup> Cuchipatas, del kichwa *cuchi* (cerdo). También se lo conoce como Patas de chanco emborrajadas. Es un plato elaborado con patas de cerdo cocidas y fritas. Se acompañan con chicha de jora o vinagre, y también picadillo (cebolla blanca, perejil y culantro) o encurtido de cebolla. Según la contundencia del plato puede consumirse como entrada o plato principal. Es una preparación que puede consumirse en cualquier época del año. Según el investigador Julio Pazos (2005), este plato, el Puchero y el Jucho (bebida de capulí), eran originalmente alimentos propios de la época de Carnaval.

<sup>35</sup> De origen español medieval. Fue un plato exclusivo de los criollos adinerados, debido a que los productos utilizados eran costosos y se requerían una gran cantidad y variedad de éstos. El plato se caracterizó por la ausencia de papa. Es una sopa de carnes que lleva frutas de estación. Se sirve como un único plato, dada su contundencia, y por ello se consume generalmente como almuerzo. Los ingredientes se sirven separados para que cada quien agregue las cantidades que desee. Se caracteriza su sabor dulce salado, debido a la variedad de productos que pueden contener dependiendo la provincia lo que incluyen frutas, granos, condimentos, sal, panela y tres tipos de carne.

garbanzos, verduras y tocino; el plato de carnes de cerdo, ternero o vaca, y los postres: flan, cuajada, queso frito, pan tostado con miel, arroz con leche de almendras. La comida diaria del pueblo incluía pan, tortas y gachas. El pueblo valoraba el cocido y su aspiración era tenerlo siempre en la mesa. No bien se instalaron en la villa, tomaron como concubinas mujeres indias, quienes en adelante se encargaron de la alimentación. Fue el origen de la comida popular de la Audiencia; aunque para las celebraciones oficiales, las autoridades españolas y los criollos acostumbraron servir cocido y asado, pernil y jamón, y la pastelería y dulcería españolas. Al finalizar el siglo XVI, algunas mujeres españolas entraron a los claustros. Con ellas se iniciaron las elaboraciones de helados y dulces, éstos últimos de origen árabe, como lo demuestran sus nombres: alfeñique, alfajor, arepa, etc. Se dieron nuevas técnicas de cocina, por ejemplo, se adoba la carne no solo con sal, sino con especias, sobre todo con los animales introducidos y el cuy. Escabechar y marinar carne, mariscos y pescados fueron técnicas utilizadas con frecuencia, como freír al sartén y cocinar al vapor. Los hornos de bóveda facilitaron el ahornado del pan y carne. Para el siglo XVIII, además del anís y el comido introducidos, la especería quiteña cuenta con achiote e ishpingo, que sirven para los guisos; vainilla, canela y pimienta negra. La frutilla, mientras tanto, es reconocida como una fruta originaria de Quito, y es acompañada del auge de otras frutas como la guanábana, la naranjilla y el plátano. Las especies vegetales europeas que completaban el abasto eran: trigo, cebada, alverjas, lentejas, garbanzos, arroz, coles, lechugas y coliflores. Algunos dulces enconfitados, conservas y jarabes, así como pastas dulces que se consumían en Quito, venían de Piura. Es relevante en esta época denotar la preparación de una comida especial acorde a una fecha religiosa. El día de la Virgen del Carmen, las monjas gustaban de dulces y empanadas. En Navidad la variedad de platos era mayor: tamales, dulce de leche, mazapanes, hostias con maní, alfajores, costras, bizcochos,

torrejas, bizcochuelos y tortas. Durante la Cuaresma y la Semana Santa se preparaba la fanesca. Para el día de difuntos, 2 de noviembre, se preparaban la colada morada y guaguas de pan. Champús<sup>36</sup> en Corpus Christi.

En la segunda mitad del siglo XVI se preparaban en Quito jamón, tocino y cecina de vaca, según las tradicionales recetas españolas. La cecina era una carne delgada salada y seca al sol o ahumada, parecida al charqui<sup>37</sup> nativo, con la diferencia de que ese último no se adoba con sal. Más tarde la cecina se tiñó de rojo por la participación del achiote. Es el antecedente de las carnes coloradas.

La combinación de sabores que se destacaron en la época denotan: salado y agrio; salado y dulce; salado y picante; dulce y agrio; agrio y picante. No se encuentra la combinación de dulce y picante. En las texturas no se admite lo que sea totalmente líquido, se prefiere lo espeso. Hierbas y especerías se combinan de acuerdo con los sabores predominantes de sal o de dulce. Para las composiciones de sal se utilizan perejil, culantro, apio, orégano, pimienta, comino, paico, ajo y cebolla.

Cuando lo predominante es el dulce se añaden: hojas de naranja, hierba luisa, cedrón, cáscara de piña, canela, ishpingo, pimienta dulce, clavo de olor, anís, esencia de vainilla, nuez moscada. “En cuanto al color se relacionan rojo y verde en los platos de sal. En

---

<sup>36</sup> Prehispánico o criollo. Si tomamos como referencia la base de esta bebida, conformada por maíz, chawarmishki y frutas nativas, se puede concluir que el champús es un producto prehispánico. Sin embargo, algunos historiadores sostienen que en realidad es fruto de la adaptación del maíz a la cultura culinaria africana, y que fueron los afro ecuatorianos los primeros en ofrecerla comercialmente. En todo caso, su origen es tema de debate, y se lo considera actualmente un producto sincrético.

<sup>37</sup> Charqui, charque, charki (kichwa), ancestralidad prehispánica. La práctica de secar la carne a través del salado y asoleado es muy antigua, posiblemente fuera conocida ya por los primeros pobladores de América para preservar la carne en sus largos viajes. Algunos autores opinan que era más popular en los Andes Centrales, y habría sido traída desde allí en tiempos de la conquista Incaica o incluso antes por los intercambios comerciales. El charqui es una de las grandes contribuciones nativas a la cultura alimentaria. Fue muy común en toda la América colonial. Dio origen al Jerky norteamericano.

algunas composiciones resalta el amarillo, como en quimbolitos y quesadillas. La colada morada en realidad es casi negra. El blanco es poco apreciado y su presencia es excepcional, este color puede aparecer en los higos negros que se acompañan con queso blanco. A propósito de las texturas conviene recordar los procedimientos con los que se las obtiene: moler, majar, tostar, freír, cocer en agua, cocer al vapor, envolver en hojas, ahornar, macerar, rallar, congelar, secar al sol, espolvorear, aliñar, asar a la plancha, asar a la brasa, cocinar en paila, decanta, batir con molinillo, batir en gancho. Dos códigos se cruzan en la cocina interregional. Según los cronistas de Indias, en la cocina de los incas y de los pueblos conquistados por ellos, se cocían en agua los tubérculos y el maíz, se molían con metate<sup>38</sup>; las carnes se asaban en brasa, se secaban al sol; maíz y tortillas se tostaban. Los sabores eran salados, agrios y picantes. El sabor dulce era secundario. Su percepción de lo dulce resulta del sabor de las frutas y de la savia dulce de la caña tierna del maíz.

Las masas de maíz, humitas, tamales y chigüiles, se envolvían en hojas y se cocinaban en agua. En la cocina tradicional estas masas se han enriquecido con huevos, manteca, mantequilla, quesos, pasas, etc., y se cocinan al vapor. Estos ingredientes y este procedimiento fueron desconocidos por los indios. Los cronistas descubrieron los sabores de los alimentos y los compararon con los que ofrecían los productos europeos. “La cocina tradicional es el resultado de la aplicación de procedimientos europeos a los ingredientes andinos y americanos en general; además, los españoles incrementaron el repertorio gastronómico con carnes, vegetales, grasas y especias. Sin embargo, la tendencia que revela el consumo muy marcado de féculas y harinas se relaciona con la cocina prehispánica” (Barrera, 2007).

---

<sup>38</sup> Piedra cuadrada que se usa en zonas rurales de Latinoamérica para moler el maíz, y que se usaba en España para labrar el chocolate.

De acuerdo a lo que se encuentra en investigaciones, la cocina quiteña en la época republicana se vio marcada por la presencia, en su mayoría, de alimentos españoles, haciendo de lado productos netamente ecuatorianos.

Se debe considerar que, a más de la comida española, existió la presencia de la cocina americana, el pavo, por ejemplo, cobra gran importancia en el diario alimento. Entre los productos sobresalientes figuran el ají, el cacao, el maíz blanco, el tomate, la yuca y el camote. Es extremadamente curioso que no aparezca el uso de la papa, tal vez por ser considerada un alimento muy popular y por tanto no adecuado para los potajes de homenaje. Lo que sí es importante resaltar la calidad y costo de las carnes que se vendían en Quito. La carne era de novillos cebados, carneros, cerdos y aves domésticas, y resultaban ser mejores que las europeas y de un precio muy conveniente.

El sancocho que, por años se había preparado con queso, huevos y papas, sufrió una variación. El ají es infaltable, aunque no se dice si se presentó en forma de salsa, en todo caso se trató de una nueva cocina. Se denota el uso del azafrán<sup>39</sup> en lugar del achiote para dar color a la comida oficial. Ahora, dentro de toda la historia de la cocina ecuatoriana, la época republicana fue la que menos favoreció con elogios a los platos preparados y a la ciudad en las que se los elaboraba.

De hecho, en algunos libros se expresa las condiciones de la ciudad de Quito y la describen como una ciudad nauseabunda con un alto grado de pobreza, de la cual aún se conservan algunos rasgos.

---

<sup>39</sup> Especie derivada de los 3 estigmas secos del pistilo de la flor de *Crocus sativus*, una especie del género *Crocus* dentro la familia Iridaceae. Planta originaría de Oriente Medio, precisamente de Anatolia, actual Irán. Fueron los árabes quienes la llevaron a Europa y al Oriente asiático. Finalmente llegó a la península ibérica en los siglos VIII y IX.

“Solamente se observa al pasar la carnicería, algunas indias en sumo grado sucias, acarreando carne y dando al propio tiempo de mamar a un niño sujeto en la especie de chal que llevan al cuello; las lecheras, que pregonaban la venta de la leche por las calles; uno que otro aguador en su tinaja; dos o tres indias vendiendo estos indispensables utensilios.”  
(Pazos, El sabor de la memoria. Historia de la cocina quiteña, 2008, pág. 210).



## **CAPITULO VIII**

### **ESPECIES ENDÉMICAS DEL ECUADOR**

La vida cotidiana de los habitantes del altiplano y de otros lugares como el de la Costa y del Oriente, se interrumpió con la llegada de los españoles. Hasta entonces el cuadro general de los alimentos del territorio incluía los productos nativos de sus pisos, que provenían de las zonas cálidas de los declives de las cordilleras, tanto de accidente como de oriente (Barrera, 2007).

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

La siguiente lista solo registra plantas y animales endémicos del territorio ecuatoriano, la mayor parte de ellos existe en la actualidad y su consumo es generalizado, aunque algunos se han excluido de la cocina vigente.

| <b>CEREAL</b>   |
|---|
| <p><b>Maíz</b><br/>Zea mays L. POACEAE.<br/><b>Quichua: Zara, sara.</b></p> |

| <b>PSEUDOCEREALES</b>   |
|---|
| <p><b>Quinoa</b><br/>Chenopodium quinoa<br/>Quichua: quinoa<br/><b>Ataco o sangoroche</b><br/>Amarantus caudatus L. sin. Amaranthus<br/>Quichua: sangurachi</p> |

**FUENTE:** (Barrera, 2007)

## LEGUMINOSAS

### **Fréjol**

*Phaseolus vulgaris*

### **Tortas o pallares**

*Phaseolus lunatus*

Quichua: pallar

### **Chocho**

*Lupinus mutabilis*

Quichua: tarhui

### **Maní**

*Arachis hypogaea*

Quichua: inchic

**FUENTE:** (Barrera, 2007)

## TUBÉRCULOS, RAÍCES Y RIZOMAS

### **Papa**

*Solanum tuberosum*

Quichua: Accsu

### **Melloco**

*Ullucus tuberosus* Caldas

Quichua: Olluco

### **Oca**

*Oxalis tuberosa*

Quichua: Uca.

### **Mashua**

*Tropaeolum tuberosum*

Quichua: Añu.

### **Miso o taza**

*Mirabilis expanda*

Quichua: Tazo.

## RAÍCES Y RIZOMAS DE CLIMAS TROPICAL, SUBTROPICAL Y TEMPERADO

### **Yuca**

*Manibot dulces* Lax. *Esculenta* Crantz

Quichua: rumu

### **Camote**

*Ipomoea batatas*

Quichua: apichu

### **Zanahoria Blanca**

*Arracacia esculenta*

Quichua: racacha

### **Jícama**

*Polymnia edulis* Weddell

Quichua: asipa

### **Achera o achira**

*Canna edulis* ker-gawl

Quichua: achira

### **Papa china**

*Araceae*

| <b>HORTALIZAS Y VERDURAS</b>  |
|---|
| <b>Totora</b><br><i>Scirpus totora – riparius</i>                       |
| <b>Penco negro</b><br><i>Agabe americana</i>                            |
| <b>Lengua de vaca</b><br><i>rumez spcs.</i>                             |
| <b>Paico</b><br><i>Chenopodium ambrisioides</i>                         |
| <b>Ashpa Quinoa</b><br><i>Chenopodium álbum</i>                         |
| <b>Verdolaga</b><br><i>Portulaca aleracea</i>                           |
| <b>Berro</b><br><i>Nastustium officinale</i>                            |
| <b>Chulco</b><br><i>Oxalis app. OXALIDACEAE</i>                         |
| <b>Mastuerzo o capuchina</b><br><i>Tropaelum majus L. Tropaeolaceae</i> |
| <b>Tomate</b><br><i>Lycopersicum esculentum Mili.</i>                   |
| <b>Achicoria</b><br><i>Achyropburus quitensis</i>                       |
| <b>Llullucha -murmunta</b><br><i>Nostoc sp.</i>                         |
| <b>Huaca-mullo</b><br><i>Mimulus glabratus</i>                          |
| <b>Zapallo</b><br><i>Cucurbita moshbata</i>                             |
| <b>Sambo</b><br><i>cucurbita ficifolia bouche</i>                       |
| <b>Achogcha</b><br><i>Cylanthera pedata schrad</i>                      |
| <b>Ají</b><br><i>Capsicum spp.</i>                                      |
| <b>Cerraja</b><br><i>Soncbus oleraceus L.</i>                           |

FUENTE: (Barrera, 2007)

| CONDIMENTOS Y COLORANTES   |  |
|--|--|
| <b>Ishpingo</b><br><i>Ocotea quixos Lam.</i><br><b>Molle</b><br><i>Shinus molle L.</i><br>Quichua: mulli<br><b>Achiote</b><br><i>Bixa orellana L.</i><br>Quichua: mantur | <b>Poleo</b><br><i>Bystropogon mollis</i><br>Quichua: muña, tipu<br><b>Asnac yuyo</b><br><i>Tapetes temiflora</i><br>Quichua: asnal-yuyo, chilchil |

FUENTE: (Barrera, 2007)

| PRINCIPALES FRUTAS NATIVAS   |   |
|--|---|
| <b>Chontaduro</b><br><i>Bactris gasipaes</i><br><b>Piña</b><br><i>Ananas comosus</i><br>Quichua: achupalla<br><b>Chirimoya</b><br><i>Anona chirmolia Mill</i><br>Quichua: masa<br><b>Guanábana</b><br><i>Anona muricarata L.</i><br>Quichua: masasamba<br><b>Aguacate</b><br><i>Persea americana Mill</i><br>Quichua: palta.<br><b>Mora</b><br><i>Rubus glaucus Benth Rub</i><br><b>Capulí</b><br><i>Prunas serotina Ebrb.</i><br>Quichua: ussum.<br><b>Guaba</b><br><i>Inga spp.</i><br>Quichua: pacay.<br><b>Guayaba</b><br><i>Psidium Guajava l.</i><br>Quichua: Savintu.<br><b>Uvilla</b><br><i>Physalis peruviana</i><br><b>Tomate de árbol</b><br><i>Cyphomandra betacea</i> | <b>Hobo</b><br><i>Spondias nombin Jacq.</i><br><b>Granadilla de Quijos</b><br><i>Pasiflora Popenovii</i><br><b>Granadilla</b><br><i>Pasiflora ligularis Juss</i><br>Quichua: tintin<br><b>Badea</b><br><i>Pasiflora cuadrangulares</i><br>Quichua: tumbo<br><b>Taxo</b><br><i>Pasiflora mollisima L.</i><br>Quichua: tacsu<br><b>Papaya</b><br><i>Carica papaya L.</i><br><b>Chamburo</b><br><i>Carica chrysopetala helibom.</i><br><b>Chihualcan</b><br><i>Carica candamrcensis hook.</i><br><b>Tuna</b><br><i>Opuntia Bonplandi Hort.</i><br><b>Pitahaya</b><br><i>hylocereus polirbizus.</i><br><b>Mortiño</b><br><i>Vaccinium floribundum.</i><br><b>Naranjilla</b><br><i>Solanum quitoense Lam.</i><br>Quichua: pushsuc-lunlun |

FUENTE: (Barrera, 2007)

| ANIMALES DÓMESTICOS  |  |
|--|--|
| <b>Llama</b><br><i>Lama glama linn</i><br><b>Cuy</b><br><i>Cavia Porcellus</i> | <b>Xuta o pato</b><br><i>Carina moschata</i> |

| FAUNA SALVAJE   |  |
|---|--|
| <b>Venado</b><br><i>Odocoileus virginianus</i><br>Quichua: taruga<br><b>Conejo</b><br><i>Sylvilagus brasiliensis</i><br>Quichua: tumlla<br><b>Perdiz</b><br><i>Tinamidae</i><br>Quichua: yute | <b>Tortola</b><br><i>Columbiadae</i><br>Quichua: urpi<br><b>Paloma</b><br><i>Columbiadae spp.</i><br>Quichua: urpi<br><b>Cuzo</b><br><i>Scarabaeoidea</i><br><b>Churo</b><br><i>Mollusco, gastropoda</i> |

FUENTE: (Barrera, 2007)

**CAPITULO VIII**  
**CONCLUSIONES FINALES**



En nuestro territorio, se había conformado y desarrollado grandes culturas. Pueblos, con organizaciones político-culturales-religiosas. El choque cultural, el genocidio, la implantación de nuevos modelos culturales, económicos y políticos, pero sobre todo la imposición de una nueva religión, diferente a la andina, crearon formas culturales que, a lo largo de estas centurias, se han ido imponiendo la sobrevaloración a lo que creemos que es la cultura española y europea, lamentablemente con un gran desconocimiento de las mismas.

Cuando conocemos y describimos las formas de vida, costumbres cotidianas, manifestaciones religiosas, festivas del Ecuador; sale a la luz esta identidad andina que ha permanecido mimetizada en las propias sociedades, nos evidencian la riqueza de la multiculturalidad de los pueblos como característica y riqueza de que es posible el ideal de la “unidad en lo diverso”. La avaricia y la ignorancia que impulsa a toda conquista que haga la humanidad, destruyó conocimientos valiosísimos que hubieran producido grandes beneficios a la humanidad.

A lo largo de este estudio acerca de la influencia africana en el habla de la modalidad del español hablado en el Caribe y Cuba se ha querido resaltar cómo es posible abordar los nexos culturales africanos en las clases impartidas a estudiantes universitarios que no son del perfil de las carreras de lenguas o de estudios socioculturales. El legado cultural africano es muy importante y precisa ser revitalizado y considerado en su justo lugar, sobre todo en el uso actual de nuestra lengua. Aun cuando, como ya se ha señalado por otros autores, las voces africanas no son cuantitativamente considerables, sí constituyen un elemento común en el habla cotidiana de muchos países de la zona caribeña y su influjo

junto a otros rasgos, forman parte de su identidad cultural, de su oralidad, de su idiosincrasia, de su nexo indisoluble con la historia de los países americanos.

Nuestra gastronomía a lo largo del tiempo y por motivos ya sea de la llegada de los españoles o de los asentamientos de Negros provenientes de África, ha hecho que ésta tenga cambios debido a que muchas veces los indígenas solo recibían los despojos de animales para su alimentación o los tenían que recolectar de los lugares donde eran sacrificados los animales para el consumo de sus amos y de igual manera fue en el caso de los esclavos negros, pero para ellos la comida era muy insípida así que le pusieron su sello con especias y condimentos para hacer estos desperdicios lo más agradable posible. De ahí tenemos que respecto a la presencia alimenticia con influencia afro el común es: la revoltura y mezcla exagerada de ingredientes, los gordos, las grasas, los huesos, las vísceras de animales.

La Gastronomía de Ecuador es una cocina donde predomina la variedad de ingredientes, debe tenerse en cuenta que Ecuador tiene acceso a tres diferentes tipos de recursos culinarios, el pescado por las costas del Océano Pacífico, así como las islas Galápagos, segundo a los Andes y por último la selva amazónica. La cocina gira en torno a estas tres fuentes de ingredientes, haciendo que las personas y las etnias de la zona puedan elaborar diversos platos autóctonos.

Es de destacar de la cocina de Ecuador los caldos (conocidos como sopas o locros) que suelen prepararse con verduras muy diversas y carne de gallina, son frecuentemente servidos en los mercados callejeros como desayuno. Algunos de ellos son muy populares como el yahuarlocro, que es una sopa de papas que lleva como ingrediente borrego y una salsa especial, que visitando el Ecuador sabrá degustar.

Las especias más empleadas en los platos son los ajíes (que le proporcionan el toque picante) y las hierbas como el cilantro (muy frecuente en la cocina ecuatoriana).

Los sabores ancestrales de la cocina ecuatoriana, adquieren otro matiz en las manos de los nuevos chefs ecuatorianos. Ellos experimentan con ingredientes no comunes, técnicas modernas y buscan otros conceptos. A esta tendencia se la conoce como gastronomía Novo (nueva) ecuatoriana, que tiene como objetivo principal, rescatar la importancia del producto local, sus sabores y raíces. No solo se trata de llevar la cocina nacional a la modernidad, sino de que cada cocinero imponga su propio estilo, basado en un concepto creativo. En la nueva gastronomía, por ejemplo, se recuperan las plantas que realzan el sabor de los alimentos, para usarlos en lugar de los condimentos procesados, como la congona, una hoja con sabor similar al anís, que usan los indígenas para preparar chicha.

Las costumbres alimenticias de los, indios, mestizos y españoles, se vieron enriquecidos por los animales y vegetales introducidos por los europeos en América.

## BIBLIOGRAFÍA

- Alva, C. I. (2012). Historia de la Gastronomía. *Historia de la Gastronomía*. Thalnpantla, Estado de México, México: RED TERCER MILENIO.S.C.
- Andrés, I. M. (17 de octubre de 2016). *Biblioteca Nacional de España*. Obtenido de La cocina escrita:  
[http://www.bne.es/es/Micrositios/Exposiciones/Cocina/documentos/cocina\\_estudios\\_1.pdf](http://www.bne.es/es/Micrositios/Exposiciones/Cocina/documentos/cocina_estudios_1.pdf)
- Asenjo, M. L. (19 de septiembre de 2012). *Breve Historia Hispanica*. Obtenido de <https://brevehistoriahispanica.wordpress.com/2012/09/19/historia-antigua-peninsula-iberica/>
- Asenjo, M. L. (26 de Septiembre de 2012). *Breve Historia Hispanica*. Obtenido de Los Reyes Católicos y el descubrimiento de América:  
<https://brevehistoriahispanica.wordpress.com/2012/09/26/reyes-catolicos/>
- Beltrán, J. (15 de abril de 2015). Las nuevas tendencias de la cocina ecuatoriana . *El Comercio*, págs. 1-2.
- Claude, F. (1995). *El Omnívoro*. Barcelona: Colección de Argumentos.
- Equinoccial, U. T. (2014). INFLUENCIA AFRO EN LA COCINA ECUATORIANA. *Cocina Ecuatoriana*, 1-4.
- Joaquín Sanmartín, J. M. (2006). *Historia Antigua del Próximo Oriente Egipto-Mesopotamia*. Madrid: Akal Textos.
- Legarre, J. M. (13 de septiembre de 2013). *REVISTA LA ALCAZABA*. Obtenido de <http://www.laalcazaba.org/cocina-y-gastronomia-romana-por-jose-manuel-mojica>
- Lipschutz, A. (1963). *El probleina racial en la conquista de América y el mestizaje*. Santiago de Chile: Editora Austral. Talleres de Arancibia Hnos.. .
- Mora, E. A. (2008). *Resumen de la Historia del Ecuador* (Vol. Tercera Edición). Quito: Cooperación Editorial Nacional. Recuperado el 2 de Octubre de 2016, de <http://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/836/1/AYALAE-CON0001-RESUMEN.pdf>
- Olivas, R. (1999). *La Cocina de los Incas*. Lima.

Pazos, J. (2005 | ). La comida criolla, expresión de identidad del Ecuador. Quito.

Rogers, E. (1962). Social Change in Rural Societies: An Introduction to Rural Sociology. Prentice Hall College Div; 3 Sub Edition.

Suaréz, F. G. (3 de Octubre de 1890). *Historia General de la República del Ecuador*. Quito. Obtenido de Biblioteca Virtual Universal: <http://www.biblioteca.org.ar/libros/157151.pdf>