

UNIVERSIDAD TECNÒLOGICA ISRAEL



FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN

ESCUELA DE GASTRONOMÍA

TEMA:

APLICACIÓN DEL MORTIÑO EN LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA

**Trabajo de Titulación previo a la obtención del título de Licenciatura en
Gastronomía.**

AUTOR

Juan Pablo Pazmiño Rey

TUTOR

Chef. Marcos Valdés (MSC.)

Quito – Ecuador

2013

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de TUTOR DIRECTOR del Proyecto: “Aplicación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana”, presentado por el ciudadano Juan Pablo Pazmiño Rey, estudiante de la Facultad de Administración Hotelera y Turística, considero que dicho informe investigativo reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la revisión y evaluación respectiva por parte del Tribunal de Grado que se digne para su correspondiente estudio y calificación.

Quito, 20 de agosto del 2013

TUTOR

Chef Marcos Valdés (MSC.)
CC: 1720687605

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

El abajo firmante, declara que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente proyecto, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciado en Administración, son absolutamente originales, auténticos y personales, de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor.

Juan Pablo Pazmiño Rey

CI: 171495346 - 8

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO

Proyecto de aprobación de acuerdo con el Reglamento de Títulos y Grados de la Facultad de Administración Hotelera y Turística de la Universidad Tecnológica Israel.

Quito, 04 de junio del 2013.

Para constancia firman:

TRIBUNAL DE GRADO

F.....

PRESIDENTE

F.....

VOCAL

F.....

VOCAL

DEDICATORIA

Dedico este proyecto de tesis a mis padres que me dieron la vida y a mi dios que sin ellos, esto no sería posible. Mis padres que me han apoyado en las buenas y en las malas para que no me falte nada y culmine mi carrera con éxito, los quiero con todo mi corazón, y que mi dios los tenga con vida por mucho tiempo para disfrutarlos junto con mi familia. Con mucho cariño les dedico esta tesis.

Juan Pablo Pazmiño Rey

AGRADECIMIENTO

Este proyecto es el resultado de una larga investigación, tiempo, sacrificio acompañado de cuatro años de carrera viéndose plasmado en la culminación de la tesis para obtener el título anhelado en licenciatura gastronómica.

A mis padres que siempre estuvieron apoyándome para ser alguien en la vida, una persona de provecho para esta sociedad y salir adelante en esta vida de retos, y cumplir con todas las expectativas como amigo, hijo, estudiante, profesional y con ello se sientan orgullosos de haber culminado mis estudios.

Juan Pablo Pazmiño Rey

INDICE GENERAL

PORTADA.....	i
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	ii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD.....	iii
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE GRADO	iv
DEDICATORIA	v
AGRADECIMIENTO	vi
INDICE GENERAL.....	vii
ÍNDICE DE CUADROS.....	x
ÍNDICE DE GRÁFICOS	xi
ÍNDICE DE ANEXOS.....	xii
GLOSARIO DE ABREVIATURAS Y SIGLAS	xiii
RESUMEN.....	xiv
ABSTRACT	xv
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I – EL PROBLEMA.....	2
TEMA.....	2
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN CON LA QUE SE RELACIONA.....	2
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	2
CONTEXTUALIZACIÓN.....	3
ANÁLISIS CRÍTICO.....	5
DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE INVESTIGACIÓN.....	6
JUSTIFICACIÓN.....	6
OBJETIVOS.....	7
Objetivo General.....	7
Objetivo Específico.....	7
VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN.....	8
HIPÓTESIS	9

METODOLOGÍA	9
ENFOQUE DE LA MODALIDAD	9
TIPOS DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN	9
REFERENCIA ESTADÍSTICA.....	11
PLAN DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN	13
PLANES DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN	14
CAPITULO II – MARCO TEÓRICO	15
ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS /ESTADO DEL ARTE.....	15
FUNDAMENTACIONES.....	17
MARCO TEÓRICO	17
El Mortiño.....	18
Identificación y características.....	18
Gastronomía ecuatoriana	20
Condiciones organolépticas de los alimentos	21
Participación en la estructura del menú diario	25
Identificación de la cocina	27
Técnicas y métodos culinarios	29
Tecnología culinaria.....	32
Receta estándar.....	33
Tipo de vajilla	34
Montaje de platos	35
CAPITULO III – DIAGNÓSTICO	37
ANÁLISIS DE RESULTADOS	37
CAPÍTULO IV - TÍTULO DE LA PROPUESTA DE SOLUCIÓN A SER IMPLEMENTADA.....	51
Datos informativos del beneficiario de la propuesta	51
Justificación de la propuesta	51

Objetivos de la propuesta.....	52
Análisis de la factibilidad de implementación de la propuesta.....	52
Modelo operativo de la ejecución de la propuesta	53
Perspectiva y/o evaluación de impactos de la propuesta	72
Presupuesto general de la propuesta	72
CAPÍTULO V – CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	73
CONCLUSIONES.....	73
RECOMENDACIONES	75
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	76

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1 – Variables de la investigación.....	8
Cuadro 2 - Matriz de desarrollo de la investigación	11
Cuadro 3 – Población de la investigación	11
Cuadro 4 - Composición nutricional del mortiño	20
Cuadro 5 - Alimentación Diaria.....	25
Cuadro 6 - Porcentajes en peso de nutrientes.....	25
Cuadro 7 - Porcentajes en calorías de alimentos energéticos	26
Cuadro 8 - Rendimiento de alimentos energéticos	26
Cuadro 9 - Recomendaciones nutricionales diarias para la población ecuatoriana	26
Cuadro 10 - Composición nutricional del mortiño	27
Cuadro 11 - Receta Estándar.....	34
Cuadro 12 – Pregunta 01.....	37
Cuadro 13 – Pregunta 02.....	38
Cuadro 14 – Pregunta 03.....	39
Cuadro 15 – Pregunta 04.....	40
Cuadro 16 - Pregunta 05	41
Cuadro 17 - Pregunta 06	42
Cuadro 18 - Pregunta 07	43
Cuadro 19 - Pregunta 08	45
Cuadro 20 – Pregunta 09.....	46
Cuadro 21 – Pregunta 10.....	48
Cuadro 22 – Enrollado de gallina con mortiño	55
Cuadro 23 – Camarones con apanadura de mortiño	56
Cuadro 24 – Chuculas con mortiño.....	58
Cuadro 25 - Cazuela Fiestera Ecuatoriana de Mortiños.....	60
Cuadro 26 - Camarones reventados con mortiños glaseados.....	61
Cuadro 27 – Quimbolitos de mortiño	64
Cuadro 28 - Buñuelos con miel de mortiño	65
Cuadro 29 – Carne colorada con adobo de mortiño.....	66
Cuadro 30 – Pollo de pynio con espuma de mortiño	68
Cuadro 31 – Filete de pescado con salsa de mortiño ahumado	69
Cuadro 32 –Pastel de frutillas con mortiño.....	71
Cuadro 33 - Presupuesto de la propuesta	72

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1: Diagrama de Ishikawa	5
Gráfico 2 : Pirámide Alimenticia	24
Gráfico 3 – Pregunta 01	37
Gráfico 4 – Pregunta 02	38
Gráfico 5 – Pregunta 03	39
Gráfico 6 - Pregunta 04.....	40
Gráfico 7 - Pregunta 05	41
Gráfico 8 - Pregunta 06.....	42
Gráfico 9 – Pregunta 07	43
Gráfico 10 - Pregunta 08.....	45
Gráfico 11 - Pregunta 09.....	46
Gráfico 12 - Pregunta 10.....	48
Gráfico 13 - Modelo operativo de la ejecución de la propuesta	53

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo 1 - Encuesta sobre la aplicación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana	80
Anexo 2 - Entrevista sobre la aplicación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana.	82

GLOSARIO DE ABREVIATURAS Y SIGLAS

- **cc:** centímetros cúbicos
- **Dr:** Doctor
- **FDA:** Food and Drug Administration
- **f:** frecuencia
- **gr:** gramo
- **mg:** miligramo
- **mm:** milímetros

RESUMEN

La investigación propuesta se centra en la aplicación del mortiño en la gastronomía ecuatoriana, ya que de acuerdo a sus características y propiedades nutricionales, este producto resulta adecuado para su inclusión en platos tradicionales tanto dulces como salados.

Igualmente mediante esta investigación se logró demostrar que el mortiño es una fruta que puede ser incluida en la dieta diaria de las personas, ya que normalmente solo ha sido utilizada en la colada morada y en ciertas clases de mermeladas o compotas.

Además, el Suplemento para la aplicación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana incluido en esta investigación, fortalece el consumo de esta fruta, para que de esta manera aumente su producción en el país y se mejoren los ingresos económicos de aquellas personas responsables de su comercialización.

Finalmente y gracias al aporte nutricional de esta fruta, es importante resaltar que su aplicación en la Gastronomía Ecuatoriana contribuye con la salud de las personas, ya que posee un alto contenido de fósforo, fibra, calcio y vitaminas B1 y C. El fosforo aporta a la memoria y la fibra estimula la digestión y previene el estreñimiento, además de ser un excelente antioxidante que previene infecciones.

Palabras claves: Mortiño, Gastronomía Ecuatoriana, Cocina Tradicional.

ABSTRACT

The proposed research focuses on the application of mortiño in Ecuadorian gastronomy, since according to their characteristics and nutritional properties, is innovative product include traditional dishes both sweet and savory.

In addition to that investigation mortiño is intended to become a fruit that can be included in the daily diet of the people, and normally only included in the known colada morada and certain kinds of jams or compotes.

For this reason it is essential to encourage the consumption of this fruit, so that in this way increase its production in the country and at the same time I improved the income of those responsible for marketing.

Finally, the inclusion of mortiño contribute to the health of people, since it is known that this fruit has a high phosphorus content, fiber, calcium and vitamins B1 and C. Phosphorus contributes to the memory and the fiber stimulates digestion and prevents constipation, besides being an excellent antioxidant that prevents infections.

Keywords: Mortiño, Gourmet Ecuadorian Traditional Cuisine.

INTRODUCCIÓN

El Ecuador es un país que debido a su ubicación geográfica posee una gran cantidad de productos que han permitido que la cocina ecuatoriana se convierta en una de las más exquisitas a nivel mundial. Precisamente una de las frutas que el país posee es el mortiño, el cual crece en los páramos de la Sierra y es consumido únicamente, en la tradicional colada morada y en mermeladas caseras o compotas, durante el mes de noviembre.

Debido a esta limitación culinaria y la destrucción de los páramos, el mortiño ha empezado a desaparecer, lo que ha significado una enorme pérdida a nivel económico, ya que muchas personas se beneficiaban de la producción y comercialización de esta fruta. Además, a este contexto hay que añadir que al dejar de consumir el mortiño se desaprovechan aquellas propiedades nutricionales que esta fruta puede aportar en la dieta diaria.

Todo lo anteriormente mencionado ha motivado a que esta investigación se desarrolle con el objetivo de impulsar el consumo de este producto en las personas, el cual se llevará a cabo mediante la aplicación del mortiño en distintos platos de la cocina ecuatoriana, para lo cual se ha recurrido a conocer la opinión de los chefs de los distintos restaurantes que se encuentran en el sector de la Mariscal, quienes con su experiencia y relación con el consumidor, han guiado el tema de la investigación.

Por ello se incluye al final, un suplemento donde se detallan las características y propiedades nutricionales del mortiño, así como su aplicación en once platos tanto fuertes, postres y entradas, con el fin de que quien lo consulte pueda desarrollarlos de forma práctica y dinámica en su cocina, y convertirlos en un plato de su dieta diaria.

CAPÍTULO I – EL PROBLEMA

TEMA

APLICACIÓN DEL MORTIÑO EN LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN CON LA QUE SE RELACIONA

La línea de investigación con la cual se relaciona este trabajo se encuentra dentro de *Productividad y Sociedad*, dentro de la Sub línea *Turismo Alternativo*, ya que a través de la aplicación del mortiño en la Gastronomía ecuatoriana se pretende incrementar el uso de este producto, así como los ingresos económicos que generará a sus productores. Además, la aplicación de esta fruta, permitirá mejorar la dieta de las personas y dotar a la cocina ecuatoriana de un nuevo sabor para disfrutar.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Ecuador es un país que posee una gran variedad de productos alimenticios autóctonos de cada región. Sin embargo, con el pasar del tiempo una gran mayoría de estos productos están siendo rezagados dentro del mercado, debido al desconocimiento del valor nutritivo de los mismos, su aplicación en la gastronomía diaria, la falta de interés por consumirlos, y porque cada vez, la mano del hombre destruye el hábitat donde estos productos crecen de forma natural.

Precisamente el mortiño es uno de estos productos, que está dejando de ser usado en la dieta diaria de las personas, olvidando que esta fruta cuenta con grandes beneficios tanto nutricionales, medicinales, como también culinarios.

A nivel culinario y debido al desconocimiento o poca importancia que se le da al mortiño, el consumo de esta fruta es mínimo, a lo que se suma su escasa difusión que no va más allá de la tradicional preparación de la colada morada o una compota.

También es importante señalar que la falta de atención a productos como el mortiño, afecta directamente a la economía del país, ya que al no explotar adecuadamente esta fruta se está perdiendo una gran fuente de ingresos, no solo para los comuneros sino para el país entero.

De esta manera si el mortiño no logra ser implementado en nuevos platos de las Gastronomía Ecuatoriana es muy probable que esta fruta desaparezca y por lo tanto sea mucho más costosa su adquisición.

Por ello es fundamental que se promueva el consumo de este producto en distintas aplicaciones para que de esta manera aumente su producción, y no se pierda su aporte nutricional en la dieta de los ecuatorianos.

CONTEXTUALIZACIÓN

El mortiño llamado también uva de monte, perteneciente a la familia Ericacea, es una fruta nativa de los páramos ecuatorianos que en el exterior, se la conoce como *Andean Blueberry* y se considera que “es una especie a la que se mejoró para obtener el blueberry; por lo que hay que aclarar que estas dos plantas tienen el mismo género pero la especie es diferente”. (MUÑOZ, 2004, pág. 02)

El principal productor, consumidor e importador mundial de blueberries es Estados Unidos y le sigue Canadá. Importan la fruta durante todo el año, aunque es mayor en el otoño.

Chile, Nueva Zelanda, Argentina y México son los principales proveedores de blueberry para estos países. De acuerdo con datos estadísticos se sabe que Chile exportó 2`347.517 Kg. de blueberry cultivado en el año 2000 a Estados Unidos, mientras que en ese mismo año no se importó nada de Argentina. Japón y algunos países de Europa son consumidores de blueberry pero en menor escala.

El blueberry tiene la ventaja que se encuentra en el mercado por casi ocho meses, contrario al *Andean Blueberry* que solo lo hace por dos meses, los mismos que son Octubre y Noviembre. (MUÑOZ, 2004, pág. 2)

Antiguamente este producto era muy importante en la alimentación ecuatoriana y era común encontrarlo en los páramos de la sierra, pero con el paso de los años, su producción y consumo ha bajado, provocando que esta fruta empiece a desaparecer.

“De esta fruta se logra una sola cosecha al año que va de octubre a noviembre; se lo consume en fresco y cabe señalar que su mayor demanda es por el Día de los Difuntos (Noviembre 2) para preparar la colada morada”. (LOJÁN, 2003, pág. 17)

En el caso del Ecuador, es posible conseguir mortiño durante todo el año, en lugares como en Machachi o incluso en la provincia de Imbabura, pero a un costo muy alto. En Quito es muy difícil hacerlo, ya que no existen campos productores de la fruta y únicamente se la encuentra en el mes de noviembre a un costo de dos dólares por libra.

ANÁLISIS CRÍTICO

Diagrama de Ishikawa

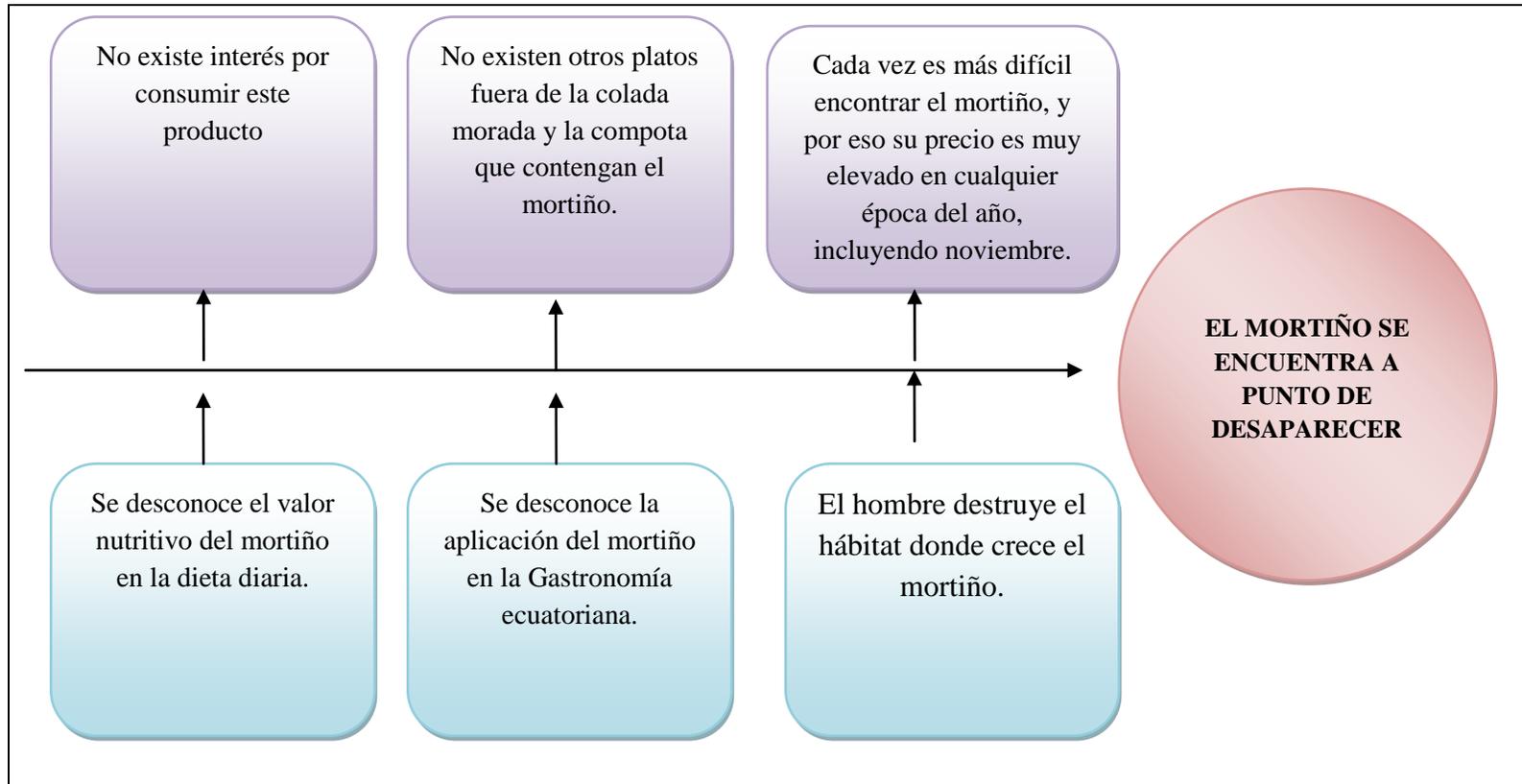


Gráfico 1: Diagrama de Ishikawa.

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

PROGNÓISIS

El mortiño es una fruta silvestre que se la encuentra en los páramos de la sierra ecuatoriana, su consumo es mínimo debido al poco interés de las personas, no solo dentro del campo gastronómico, medicinal y nutricional.

De continuar el poco interés de consumir el mortiño, es evidente que este recurso valioso para el Ecuador se perderá, desaprovechando sus bondades nutritivas y medicinales, además de descartar la producción de esta fruta como una fuente de ingresos económicos para aquellas comunidades que las siembran.

Sin embargo, si se logra impulsar el uso del mortiño dentro del campo gastronómico, se pueden formular alternativas innovadoras que sean de gran atractivo para consumir esta fruta, la cual se abrirá espacio dentro del mercado, lo cual representaría un gran beneficio no solo para el país en el aspecto económico, sino que también existiría una fuente de trabajo para los comuneros de las zonas donde crece el producto, así como su oportuno rescate de un posible peligro de extinción.

DELIMITACIÓN DEL OBJETO DE INVESTIGACIÓN

En el caso de esta investigación se estudió las cualidades nutritivas que el mortiño posee y que pueden ser usadas para la elaboración de diversos platillos dentro de la Gastronomía ecuatoriana, para lo cual fue necesario conocer las características nutricionales y composición química de esta fruta, con el fin de determinar la forma de cómo se puede hacer partícipe a este producto, en la estructura del menú diario ecuatoriano.

JUSTIFICACIÓN

Esta investigación incentiva el consumo del mortiño a través de su implementación en distintos platillos de la Gastronomía ecuatoriana, dando relevancia al producto, sus características nutritivas y sabor, que motivarán a la población a consumirlo de forma cotidiana, además de rescatar parte de la identidad ecuatoriana.

El consumo de esta fruta también permite impulsar a los futuros gastrónomos, quienes podrán utilizar productos autóctonos del Ecuador, prefiriendo lo nuestro, antes que productos extranjeros.

El mortiño al ser un producto ecuatoriano autóctono y de raíces andinas, que se produce de forma natural en las faldas de los páramos de la sierra y que cuenta con grandes

beneficios nutricionales y medicinales, permite crear alternativas innovadoras en el ámbito gastronómico, además de explorar un mercado todavía no explotado y con muchas expectativas culinarias.

Para lo cual ha sido necesario investigar de qué manera el producto puede ser aplicado dentro de la Gastronomía ecuatoriana, así como el nivel de aceptación que las propuestas gastronómicas desarrolladas pueden tener en los distintos restaurantes de la ciudad de Quito y el público que las consumirá en el futuro.

OBJETIVOS

Objetivo General

- Establecer nuevas alternativas culinarias que incluyan el mortiño dentro de la Gastronomía ecuatoriana.

Objetivo Específico

- Determinar a nivel conceptual, las características y el aporte nutricional que posee el mortiño en la alimentación diaria.
- Identificar a través de la investigación de campo, las razones por las cuáles el mortiño no ha sido implementado de forma adecuada dentro de la Gastronomía ecuatoriana y las tendencias culinarias que más se consumen dentro de esta.
- Diseñar un suplemento culinario que permita introducir nuevas alternativas culinarias que incluyan el mortiño dentro de la Gastronomía ecuatoriana.

VARIABLES DE LA INVESTIGACIÓN

Cuadro 1 – Variables de la investigación

Variable	Concepto	Dimensiones	Indicadores	Ítems
Variable Independiente Gastronomía ecuatoriana	Es el resultado de la fusión alimenticia entre Europa y América; que incluye la introducción de alimentos, animales, especias, plantas y técnicas traídas desde Europa, así como la dieta de sus pueblos autóctonos.	Características	Factibilidad de implementación	06, 07
		Tecnología	Nivel Tecnológico	08
		Tendencias	Clases de cocina	09, 10
Variable Dependiente Mortiño	Fruta que pertenece a la familia de las Ericáceas. Se puede hallarla, en medio de un arbusto pequeño, el cual tiene un fruto cuyo diámetro mide aproximadamente 6.5 mm. Cuando el fruto es maduro su color es rojizo o negro azulado. Su pulpa es acuosa y posee semillas muy pequeñas de color pardo.	Características	Nivel de conocimiento sobre el mortiño	01, 02
		Aplicación culinaria	Nivel de aplicación del mortiño	03, 04
		Necesidades del cliente	Preferencias culinarias del cliente	05

Fuente: elaborado por Juan Pablo Pazmiño.

HIPÓTESIS

¿Es posible establecer nuevas alternativas culinarias que incluyan al mortiño dentro de la Gastronomía ecuatoriana con el fin de aprovechar las características nutritivas de esta fruta y evitar su posible desaparición?

METODOLOGÍA

ENFOQUE DE LA MODALIDAD

La presente investigación tuvo un enfoque cualitativo y cuantitativo, ya que se deseaba conocer el nivel de conocimiento, que los chefs de los restaurantes del sector de la Mariscal de la ciudad de Quito, poseen acerca del mortiño y su aplicación en otros platos distintos a la colada morada. Además también se encuestó sobre el nivel de aceptación que podrían tener los nuevos platos que incluyan esta fruta en el futuro.

Por otra parte, el enfoque cualitativo se obtuvo a través de la aplicación de una entrevista a chefs especializados en Gastronomía ecuatoriana, para determinar las mejores aplicaciones donde se incluya el mortiño, y cómo deber ser el procedimiento para la elaboración de los platos escogidos.

TIPOS DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Para desarrollar este trabajo se aplicó los siguientes tipos de investigación:

Investigación Bibliográfica: tiene como objetivo recolectar toda la información de distintas fuentes de información escritas como libros, informes, datos estadísticos, periódicos, tesis, entre otros, con el fin de tener una base teórica desde la cual partirá la nueva investigación. Este tipo de investigación se constituye en un apoyo para el marco teórico de todo trabajo académico.

En este caso toda la información que será recolectada tendrá una relación directa con el objeto de estudio, en este caso el mortiño, y con todos los estudios previamente realizados sobre este, así como con la Gastronomía Ecuatoriana.

Investigación de Campo: tiene como objetivo que el investigador determine el contexto real, donde se adscribe una problemática en concreto, mediante el uso de técnicas e instrumentos apropiados para recolectar datos sobre las variables de estudio. Luego estos datos se procesan utilizando una referencia estadística para obtener los resultados que son analizados y discutidos e interpretados en base a la fundamentación teórica determinada en la investigación, con el fin de obtener un nuevo conocimiento científico sobre el problema planteado.

En este caso se recogerán datos que permitirán conocer la aceptación de las nuevas propuestas gastronómicas elaboradas con el mortiño que se pretenden realizar para los restaurantes de la ciudad de Quito, en el sector de la Mariscal.

También se recogerá información acerca de los procesos que deben tomarse en cuenta para la elaboración de este tipo de recetas y su presentación a los clientes, a través del montaje de platos.

Investigación Descriptiva: permite detallar cada uno de los elementos que forman parte de una problemática de investigación, para analizar e interpretar las condiciones que rodean al objeto de la investigación, con el fin de determinar sus relaciones de causa-efecto utilizando las variables existentes. La descripción de la problemática se establece a través de la comparación y la medición de las variables de estudio, la clasificación, análisis e interpretación de los resultados, bajo las condiciones naturales en las que se presenta el objeto de estudio.

En este caso la investigación descriptiva permitirá establecer las características nutritivas y propiedades alimenticias del mortiño y como estas pueden ser usadas dentro de la gastronomía ecuatoriana, así como los factores que permitirán que estos platos tengan una mejor aceptación por parte de los clientes.

Cuadro 2 - Matriz de desarrollo de la investigación

Tipo de Investigación	Fuentes de información	Métodos de recopilación
Investigación Bibliográfica	Libros, informes, datos estadísticos, periódicos, tesis, entre otros.	Fichas nemotécnicas Archivo
Investigación de Campo	Restaurantes encuestados Chefs especializados	Entrevista y Encuesta
Investigación Descriptiva	Restaurantes encuestados Chefs especializados	Entrevista y Encuesta

Fuente: elaborado por Juan Pablo Pazmiño.

REFERENCIA ESTADÍSTICA

Población

La población que se utilizó para esta investigación corresponde al número total de restaurantes que se encuentran ubicados en el barrio de la Mariscal y que corresponden a 260 restaurantes, los cuales se encuentran distribuidos entre primera, segunda, tercera, cuarta clase y de lujo según la información entregada por la Empresa Pública Metropolitana de Gestión de Destino Turístico “Quito Turismo”.

Cuadro 3 – Población de la investigación

Categoría restaurante	Número
Primera clase	21
Segunda clase	76
Tercera clase	84
Cuarta clase	76
De Lujo	3
Total	260

Fuente: Empresa Pública Metropolitana de Gestión de Destino Turístico “Quito Turismo”

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Muestra

Después de revisar las variables de segmentación del mercado de estudio, se empleó la encuesta por el tipo de muestreo probabilístico relacionado con el método aleatorio simple y sin reemplazo, que permitió que cada muestra tenga la misma probabilidad de ser seleccionada y que cada elemento de la población total tenga una oportunidad igual de ser incluido en la muestra.

Para el cálculo de la muestra se aplicó la siguiente fórmula:

Fórmula:

$$N = \frac{z^2 * P * Q * N}{e^2(N - 1) + z^2 * P * Q}$$

Datos:

N= Tamaño de la población	260 (Número de restaurantes)
Z ² = Nivel de confianza (95%)	1.95
P= Proporción real estimada de éxito	50%
Q= Proporción real estimada de fracaso	50%
e= Error	5%

Desarrollo:

$$n = \frac{(1.95^2)(0,5)(0,5)(260)}{(0,05)^2 (260 - 1) + (1.95^2)(0,5)(0,5)}$$

$$n = \frac{0,950625(260)}{(0,0025)(259) + (3,841)(0,25)}$$

$$n = \frac{247,1625}{(0,6475) + (0,96)}$$

$$n = \frac{247,1625}{1,598125}$$

$n = 155$ encuestados

En base a los cálculos realizados se concluyó que la muestra estaría constituida por 155 encuestas, que se realizaron a los diferentes restaurantes ubicados en el barrio La Mariscal dentro de la ciudad de Quito.

PLAN DE RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN

Para la presente investigación se utilizó el Método Descriptivo que permitió estudiar las características o factores de una situación particular en uno o más puntos del tiempo.

Con esta clase de método se analizaron los datos recogidos mediante las herramientas escogidas, para determinar la relación de las variables y así interpretar, si es viable que se desarrollen nuevas aplicaciones con el mortino dentro de la Gastronomía ecuatoriana.

Las técnicas usadas para la investigación fueron la encuesta que se aplicó a los chefs de los restaurantes ubicados en el sector comercial del barrio La Mariscal de la ciudad de Quito, con el fin de determinar su nivel de conocimiento acerca del mortino, su aplicación en otros platos distintos a la colada morada y el nivel de aceptación que podrían tener estos nuevos platos por parte de los clientes.

Mientras que la entrevista se la realizó a chefs especializados en Gastronomía ecuatoriana, para determinar las mejores aplicaciones donde se incluya el mortino, y cómo deber ser el procedimiento para la elaboración de los platos escogidos.

Estas dos técnicas fueron aplicadas a través del uso de un cuestionario elaborado en base a los indicadores de cada una de las variables de la investigación.

Los datos obtenidos fueron validados a través de la escala de Likert, usados para encuestas dentro del área social, para lo cual después de obtener los cuestionarios completos, cada pregunta se analizó por separado, según las escalas sumativas de tipo Likert.

PLANES DE PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

La información recolectada fue subida al programa Microsoft Excel, donde se realizaron los gráficos estadísticos de cada pregunta, los cuales permitieron describir de mejor manera los resultados obtenidos cuantitativamente.

En el caso de las entrevistas, la información recolectada fue transcrita en base a la dimensión de cada una de las variables de la investigación.

CAPITULO II – MARCO TEÓRICO

ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS /ESTADO DEL ARTE

Ecuador cuenta con una gran variedad de alimentos autóctonos andinos, tanto en hortalizas, verduras, legumbres, granos y frutas, entre las que se encuentran la chirimoya, el tomate de árbol, la uvilla, el babaco, la naranjilla, la pitajaya, la mora y el mortiño.

Pese a la importancia que tienen todas estas frutas en la alimentación de una persona, el mortiño ha perdido su valor y se puede incluso asegurar, que casi se encuentra extinto en el mercado ecuatoriano, ya que solo se lo usa en el Día de los difuntos, fecha tradicional en la cual se elabora la colada morada, mientras que el resto del año, esta fruta pasa desapercibida para las personas.

Esta falta de interés ha provocado que cada vez se deje de consumir el mortiño y al no existir una fuerte demanda en el mercado, esta fruta está desapareciendo, poco a poco, de su habitat natural, es decir de los páramos andinos donde esta fruta crece de forma natural.

Según un estudio del Servicio de Información y Censo Agropecuario, en el país no existen cultivos comerciales del producto y se considera que si se fortalece adecuadamente la producción del mortiño, existiría un excelente sector de mercado nacional y mundial para la fruta.

Por otro lado en el 2004, Viviana Muñoz, desarrolló la tesis “Determinación de métodos para producción de mortiño (*Vaccinium floribundum* Kunth)”, con el objetivo de propagar esta fruta y producirla comercialmente. En este trabajo se determinó que el mortiño no ha sido cultivado lo suficiente para comercializarlo, ya que no se cuenta con un método para propagar estas plantas y sus frutos. Además en

esta investigación se determinó la importancia de incluir este producto en la gastronomía ecuatoriana, debido a sus cualidades nutritivas y su delicioso sabor.

En el 2008, Diana Trujillo llevó a cabo la tesis “Cultivo in vitro del mortiño (*Vaccinium floribundum* Kunth)” donde se desarrolló protocolos para el cultivo in vitro del mortiño, sentando las bases para futuras investigaciones con esta especie, con el objetivo de introducir a esta fruta en el mercado, ya que representa una fuente de muchas vitaminas y su sabor es muy agradable para el paladar.

Otro estudio más actual señala que en el 2012, la Editorial Abya Yala junto a varios estudiantes de la Universidad Politécnica Salesiana llevaron a cabo un “Estudio Etnobotánico del mortiño (*Vaccinium floribundum*) como alimento ancestral y potencial alimento funcional”, con el objetivo de determinar que su consumo es muy importante, ya que esta fruta es un alimento ancestral y es una fuente excelente de antioxidantes y vitaminas, razón por la cual es necesario incluirlo en nuevos platillos de la Gastronomía ecuatoriana.

Verónica Fuentes en el 2008, presentó la Tesis “Estudio del mortiño y Propuesta gastronómica aplicada a un recetario” en la Universidad Tecnológica Equinoccial, en la cual desarrolló platillos como salsas, postres y cocteles que incluyen al mortiño como ingrediente principal de los mismos, tomando en cuenta su calidad nutricional y sabor.

De esta manera, toda esta bibliografía permitió entender la necesidad de proponer nuevos platillos que permitan aplicar el mortiño en la Gastronomía ecuatoriana y de esta manera rescatar esta fruta, así como aprovechar sus características nutricionales y su exquisito sabor.

FUNDAMENTACIONES

Esta investigación pretende incrementar el consumo del mortiño, mediante la implementación de nuevos platos tanto salados como dulces que incluyan este producto, para que pueda ser consumido de forma cotidiana por las personas y de esta forma se logre rescatar parte de la identidad ecuatoriana.

Además con la creación de un recetario que incluya al mortiño, los futuros gastronomos aprenderán a utilizar productos autóctonos del país, dando prioridad al consumo de productos nacionales, reduciendo así el uso de aquellos productos extranjeros que implican un costo más elevado para el consumidor final.

También se debe señalar que el mortiño, al ser un producto de raíces andinas, que se da de manera natural en los páramos de la sierra y que cuenta con grandes beneficios nutricionales y medicinales, permite crear alternativas innovadoras en el ámbito gastronómico, situación que incluso podría fortalecer su explotación comercial en un sector de mercado todavía no explotado y con muchas expectativas culinarias.

Para lograr el cumplimiento de esta investigación se empleó métodos y técnicas como la encuesta, la cual permitió conocer la aceptación de las propuestas gastronómicas que se pretenden realizar para los restaurantes de la ciudad de Quito, obteniendo resultados tanto cualitativos y cuantitativos que contribuyeron positivamente en la investigación.

MARCO TEÓRICO

La investigación propuesta desarrolló varios temas donde se identificó al mortiño como fruta silvestre, además se conocieron las características organolépticas y nutricionales del mortiño, su composición química, y conjuntamente se lo ubicó dentro de la pirámide alimenticia, lo cual ayudó a estructurar una preparación más acorde a la dieta nutricional del consumidor.

Además se logró identificar las variedades de mortiño que existen en Ecuador, y se estableció las principales zonas geográficas de producción, para establecer el fruto con mejores características organolépticas que facilite la elaboración de propuestas gastronómicas innovadoras, mediante la aplicación de métodos y técnicas culinarias, para lograr platillos atractivos y originales que contribuyan con la gastronomía ecuatoriana.

El Mortiño

Identificación y características

Uno de los cultivos autóctonos e importantes del Ecuador es el mortiño que constituye parte del legado de los Andes para el mundo.

Esta fruta pertenece a la familia de las Ericáceas y su nombre científico es *Vaccinium*. En el caso del Ecuador puede hallarse al mortiño, en medio de un arbusto pequeño, el cual tiene un fruto cuyo diámetro mide aproximadamente 6.5mm. Cuando el fruto es maduro su color es rojizo alcanzando el color negro azulado. Su pulpa es acuosa y posee semillas muy pequeñas de color pardo.

El mortiño o arándano como también se lo conoce, se lo considera como una fruta con delicadeza salvaje, se la consume fresca sin necesidad de retirar sus semillas, ya que estas son imperceptibles y se lo puede utilizar en una infinidad de platillos tanto dulces como salados.

En el Ecuador, el mortiño puede encontrarse de forma silvestre en reservas ecológicas en distintas provincias de la Sierra como Carchi (El Ángel), Imbabura (Cuicocha), Pichincha (El Pasochoa, Atacazo) y otros lugares como el Pedregal, Corazón e Illinizas. (IDROVO, 2013)

Propiedades nutricionales

El mortiño es una fruta que posee muchos nutrientes como la vitamina C, minerales como el potasio, fosforo, magnesio y calcio, proteínas y un gran contenido de agua, además de su sabor dulce cuando está maduro.

Se conoce además que el mortiño es consumido por las personas debido a sus propiedades hipocalóricas, antioxidantes, nutritivas y medicinales, las cuales previenen el colesterol y un envejecimiento prematuro, tanto mental como físico.

La Food and Drug Administration (FDA) de los Estados Unidos, según sus estándares, consideran al mortiño como un fruto con bajo contenido de grasa y sodio, rico en fibras, vitaminas y libre de colesterol. Al tener un bajo contenido de calorías, es un fruto propicio para dietas a más que reduce el azúcar en la sangre.

La piel del mortiño tiene un color azul violáceo, el cual se debe a los polifenoles (antocianas y flavonas) que son antioxidantes que captan los radicales libres de los tejidos, retardando su envejecimiento.

El mortiño es un alimento hiposódico y también hipocalórico, esto quiere decir que demandan muchas más energía para digerirlos que la energía que aporta al consumirlo.

El sistema digestivo se ve beneficiado por el mortiño ya que es rico en fibra, por lo que ayuda a la regulación intestinal. (FUENTES, 2008)

Cuadro 4 - Composición nutricional del mortiño

Food and Drug Administration - FDA			
Composición nutricional del arándano cada 142 gr.			
Calorías	100 Kcal	Zinc	0.16 mg
Proteínas	0.97 gr	Cobre	0.09 mg
Grasas	1.0 gr	Manganeso	0.41 mg
Carbohidratos	20.5 gr	Vitamina C	18.9 mg
Fibra	3 gr	Tiamina	0.07 mg
Calcio	9.0 mg	Rivoflavina	0.07 mg
Hierro	0.24 mg	Niacina	0.25 mg
Magnesio	7.0 mg	A. Pantoténico	0.13 mg
Fósforo	15 mg	Vitamina B6	0.05 mg
Potasio	129 mg	Folacina	9.3 mg
Sodio	9 mg	Vitamina A	145.0 IU

Fuente: elaborado por Food and Drug Administration

Gastronomía ecuatoriana

Se entiende como Gastronomía al conjunto de herramientas que explican la relación del hombre con su alimentación y el entorno donde se desarrolla esta actividad. La gastronomía estudia varios componentes culturales tomando como eje central la comida.

A pesar de estar vinculada casi de manera exclusiva con la comida, en realidad, la gastronomía es la conjunción de aspectos culinarios con aspectos culturales que hacen a cada sociedad o comunidad. Es por esto que la gastronomía no es simplemente un conjunto de técnicas o métodos de cocción sino también la relación que los individuos establecen con el medio que los rodea, del cual obtienen sus recursos alimenticios, el modo en que los utilizan y todos aquellos fenómenos

sociales o culturales que tienen que ver con la consumición de las preparaciones culinarias. (Anónimo, 2013)

Diego Albán (2006) señala que la Gastronomía del Ecuador es:

Una consecuencia de la fusión alimenticia entre Europa y América; parte de esta enajenación cultural fue la introducción de alimentos, animales, especias, plantas y técnicas traídas desde Europa, así como también de la dieta de los nuevos habitantes y que sería adaptada por necesidad por el pueblo indio sometido para entonces, contando además con el pueblo negro que tiene su distinción y espacio en este tema.

(...) Durante los siglos XVI, XVII, XVIII y XIX las costumbres alimenticias de los ecuatorianos fueron cambiando lentamente con la llegada y popularización de productos exclusivamente europeos; mientras se perfeccionaban y definían platos regionales con sus productos autóctonos combinados de técnicas europeas; el sincretismo cultural en la cocina se posicionó definitivamente.

Con el aumento de la emigración de ecuatorianos alrededor del mundo y con el crecimiento de vías de comunicación con los países de los cinco continentes permitieron la llegada de ciudadanos que llegaron para mostrar su gastronomía y ampliar la diversidad de ofertas de sabores y plato, especialmente en las grandes urbes del Ecuador.

(...) Por otro lado la coyuntura actual de la gastronomía nacional intenta evolucionar tomando como punto de partida la constitución de una “Nueva cocina ecuatoriana que incluye la alteración de recetas tradicionales y cambios meramente formales como tendencias actuales de moda; mas no de vanguardia de cambio. (ALBÁN, 2006, págs. 19-25)

La gastronomía mundial y la ecuatoriana se encuentran integradas por elementos que permiten entender la relación de las personas con su alimentación y el entorno en donde se desarrolla esta actividad, los cuales se describen a continuación:

Condiciones organolépticas de los alimentos

Toda persona necesita alimentarse para vivir, ya que un organismo vivo mantiene sus componentes corporales y su crecimiento gracias a la alimentación, según lo

menciona el Dr. Amaya Aramburu. Además el alimento está destinado a suministrar estructuras químicas para desarrollar las funciones y mantener la salud, por lo tanto un alimento debe contar con determinadas características organolépticas como son: sabor, textura, color y aroma según lo manifiesta el doctor Fisher Scott, quien también señala:

- **Sabor:** es la impresión que nos causa un alimento u otra sustancia, y está determinado principalmente por sensaciones químicas detectadas por los receptores situados en la lengua y el paladar, de moléculas esencialmente no volátiles.
- **Textura:** es la sensación que nos da la comida en la boca. En realidad, la textura son sensaciones diferentes a la vez.
- **Color:** es una propiedad consumida por el degustador, la cual puede afectar directamente en la elección del género.
- **El Olor:** sensaciones obtenidas por la interacción con los receptores olfativos, extendidos en los pasajes nasales y que se deben básicamente a las sustancias volátiles. (SCOTT, 2000, pág. 29)

Características nutricionales y composición química de los alimentos

Según el Dr. Jorge de Panplona, las características nutricionales son compuestos de los alimentos que desempeñan una función nutricional y los cuales se dividen en:

- **Proteínas:** Las proteínas son biomoléculas formadas básicamente por carbono, hidrógeno, oxígeno y nitrógeno. Pueden además contener azufre y en algunos tipos de proteínas; fósforo, hierro, magnesio y cobre entre otros elementos. Pueden considerarse polímeros de unas pequeñas moléculas que reciben el nombre de aminoácidos.
- **Lípidos:** Los lípidos cumplen funciones diversas en los organismos vivientes, entre ellas la de reserva energética, también funcionan para el desarrollo del cerebro, el metabolismo y el crecimiento. Compuestas principalmente por carbono e hidrógeno y en menor medida oxígeno.

- **Hidratos de carbono:** Componentes de un gran número de alimentos cotidianos, entre los que destacan los cereales, los hidratos de carbono constituyen la principal fuente de energía de la mayoría de la población mundial. Compuestas por carbono, hidrógeno y oxígeno, en combinación con moléculas de agua.
- **Sales minerales:** Los Minerales son elementos químicos imprescindibles para el normal funcionamiento metabólico. El agua circula entre los distintos compartimentos corporales llevando electrolitos, que son partículas minerales en solución.
- **Vitaminas:** Sustancias químicas no sintetizables por el organismo, presentes en pequeñas cantidades en los alimentos y son indispensables para la vida, la salud, la actividad física y cotidiana.
- **Agua:** El agua es el componente principal de la materia viva. Constituye del 50 al 90% de la masa de los organismos vivos, actúa como disolvente transportando, combinando y descomponiendo químicamente sustancias como grasas, carbohidratos, proteínas, sales y otros compuestos químicos similares. (ROMÁN, 2010, pág. 35)

Ubicación en la pirámide alimenticia

La pirámide alimenticia es un gráfico diseñado con el fin de indicar en forma simple, los alimentos que es necesario incluir en la dieta, y la medida en qué deben ser consumidos.

La pirámide se estructura horizontalmente según la clasificación de los alimentos en los siguientes grupos: cereales, verduras, frutas frescas, leche y sus derivados, carnes, pescados, huevos y legumbres secas, azúcares y grasas.



Gráfico 2 : Pirámide Alimenticia

Fuente: elaborado por www.piramidealimenticia.org

- En el primer nivel de la pirámide se encuentran todos aquellos alimentos derivados de granos, estos son los que presentan altas concentraciones de carbohidratos y son por ejemplo: las pastas, el arroz, el pan y los cereales. Los expertos recomiendan que estos productos sean consumidos sin ser refinados, ya que así tienen más valor nutricional.
- El segundo nivel incluye frutas y verduras, las que poseen gran cantidad de fibra, así como altas concentraciones de vitaminas y minerales. Es recomendado consumir entre 3 y 5 porciones de verduras, y entre 2 y 4 de frutas al día.
- En el tercer nivel se encuentran dos grupos. El primero incluye a los lácteos y el segundo, a las carnes y las legumbres, debiendo incluir en la dieta diaria, entre 2 y 3 porciones de los alimentos incluidos en cada uno de estos grupos de alimentos.

- El cuarto nivel es aquel que incluye aquellos alimentos que se debe evitar consumir grandes cantidades. Entre ellos se encuentran los aceites y las grasas, incluyendo también los postres, dulces, cremas y bebidas gaseosas. Su mayor restricción se debe al alto porcentaje de grasas y calorías que estos alimentos poseen. Este grupo de alimentos debe ser consumido con suma moderación.

Participación en la estructura del menú diario

Para el ingeniero Jaime Guamialama, la alimentación debe distribuirse en desayuno, almuerzo y merienda con diferentes porcentajes, representada en las siguientes tablas, destinados para la dieta nutricional del consumidor.

Cuadro 5 - Alimentación Diaria

Desayuno	=	30 – 40 %
Almuerzo	=	50 %
Cena	=	10 – 20 %

Fuente: Seminario Universidad Israel

Elaborado por: Jaime Guamialama

Cuadro 6 - Porcentajes en peso de nutrientes

Hidratos de C.	=	70 - 75 %
Grasas	=	10 - 15 %
Proteínas	=	10 - 15 %

Fuente: Seminario Universidad Israel

Elaboración: Jaime Guamialama

Cuadro 7 - Porcentajes en calorías de alimentos energéticos

Hidratos de C.	=	60% - 65 %
Grasas	=	25% - 30 %
Proteínas	=	10% - 15 %

Fuente: Seminario Universidad Israel

Elaboración: Jaime Guamialama

Cuadro 8 - Rendimiento de alimentos energéticos

1 gramo de proteína	=	4 calorías
1 gramo de hidratos de carbono	=	4 calorías
1 gramo de grasas	=	9 calorías

Fuente: Seminario Universidad Israel

Elaboración: Jaime Guamialama

Cuadro 9 - Recomendaciones nutricionales diarias para la población ecuatoriana

ADULTOS

NUTRIENTES	VARONES	MUJERES
Calorías (Cal)	3000	2200
Proteínas (g)	65	58
Calcio (g)	0.50	0.50
Fósforo (g)	0.80	0.80
Hierro (mg)	15	24
Vitamina A (mg)	800	800
Tiamina B1 (mg)	1.1	0.9
Riboflavina B2 (mg)	1.6	1.4
Niacina PP (mg)	20	15
Vitamina C (mg)	70	70

Fuente: Seminario Universidad Israel

Elaboración: Jaime Guamialama

Cuadro 10 - Composición nutricional del mortño

Mortño												
Por cada 100 gr de producto calorías 75												
Humedad	Proteína	Carbohidra tos	Fibra	Ceniza	Calcio	Fósforo	Hierro	Caroteno	Tiamina	Risoflax	Niacina	Acido Ascórbico
80.0	0.8	18.1	2.9	0.3	26	16	0.9	0.6	0.01	0.02	56	11

Fuente: www.nutri.com

Elaborado por: Dr. Steven Pratt

Identificación de la cocina

Las costumbres culinarias han ido evolucionando con el tiempo y todo se debe a la modernidad y las personas, quienes han logrado difundir nuevos conocimientos que pueden ser aprovechados de mejor manera. La historia de la cocina es muy diversa y ha cambiado en cada siglo con la implementación de nuevas creaciones e ideas, siempre con la mentalidad de mejorar y satisfacer más a los paladares de las personas.

En la era del hombre primitivo la supervivencia se basaba en la ingesta de lo que la tierra les proporcionaba como plantas, frutos y semillas, los cuales eran parte de su dieta diaria. Mientras que la proteína, la obtenían de huevos de pájaro y pequeños e indefensos animales fáciles de capturar, además de que no dudaban de ingerir toda clase de insecto que encontrarán.

De esta manera, las primeras sazones en los alimentos fueron de manera natural, otorgadas por el agua de mar y su agradable sabor salino, así como la mezcla de los alimentos con hierbas para dar un sabor más agradable a la comida. Con el descubrimiento del fuego, el hombre descubrió la cocción, por lo que la carne, pescado y otros alimentos pudieron ser cocinados, dándoles un mejor sabor para el paladar.

Con el pasar de los años, el hombre fue descubriendo nuevos alimentos, formas de conservación y maneras de consumirlo. Buscaban nuevos animales, mezclas poco usuales y bebidas para despertar intereses de los primeros cocineros.

La historia del primer lugar en donde se sirvió comida a los clientes, data del siglo XVI, en cuya época abundaban las hosterías de alojamiento pero sin servicios alimenticios.

Fue entonces cuando la demanda motivó a que los posaderos se las ingeniaron para brindar comidas sencillas como sopas y guisos en sus hostales logrando una buena aceptación por parte de los comensales y el nacimiento de un nuevo negocio.

Sin embargo, los restaurants no serían lo que son hoy, sin la ayuda de la Revolución Francesa del siglo XVIII, ya que el pueblo luchaba en contra del abuso social por parte de los reyes, quiénes les quitaban sus alimentos y cosechas para quedarse con los restos.

Así y después de años de batallas, los cocineros reales abandonaron los palacios y llegaron a los restaurants para comenzar con sus doctrinas de platillos y estilos de trabajo. Las personas acudían a estos lugares a deleitarse con la gama de manjares y exquisiteces servidas en los diversos locales. Fue así como estos lugares se fueron popularizándose y expandiéndose por el mundo, con diversos estilos culinarios, los cuales han ido revolucionando el mundo de la cocina.

Por ello se pueden mencionar a las siguientes clases de cocinas como influyentes dentro de la historia gastronómica del mundo:

Cocina tradicional y cocina clásica: para Iñigo Zarauz la cocina tradicional es una doctrina que incluye costumbres conservadas en un pueblo y que se transmite de padres a hijos. Mientras que la cocina clásica es la misma cocina tradicional pero esta debe conservar el mismo sabor de antaño de quien lo ha creado, mediante la utilización de los mismos condimentos e ingredientes de una receta tradicional.

Cocina gourmet: es comida de elaboración refinada, lo más excelso de la gastronomía. La calidad de los ingredientes y la forma de preparación gourmet, no solo implican disfrutar de la comida de mejor calidad, sino que también se incluyen intereses artísticos y culturales vinculados al disfrute.

Cocina de autor: el concepto de cocina de Autor, según lo señala Pepe Carvalho, se refiere a aquellos cocineros que diseñan una estrategia culinaria singular y renovadora, más o menos basada en el gusto tradicional, pero tan innovadora que encuentra un estilo propio y que modifica el gusto, además es la mezcla de técnicas culinarias que ayudan a realzar productos de la zona.

Cocina creativa: cocina caracterizada por la capacidad continua de innovación e investigación. La cocina creativa como bien se denomina es toda aquella que se elabora con creatividad o con una presentación fabulosa o que solamente con presentarla en la mesa, los comensales desearán comerla. Los ingredientes tienen que ser de una excelente calidad junto con una preparación donde se disfruten los sabores.

Cocina fusión: esta cocina nace en Europa durante la Edad Media, con la incorporación de los alimentos de Occidente. A partir del Renacimiento, empieza a utilizar, tímidamente, los nuevos productos traídos del Nuevo Mundo, sin los cuales hoy sería inconcebible cualquier cocina, es por ello que la cocina fusión es la unión de culturas en un plato.

Cocina molecular: se define como la aplicación científica en la cocina. Es la respuesta a las relaciones físicas y químicas que se producen durante los procesos de preparación o elaboración de los alimentos.

Técnicas y métodos culinarios

Según lo mencionado por el chef José Gutiérrez:

Los métodos de cocción son procedimientos en los cuales se aplican técnicas culinarias con las que se modifican los alimentos crudos, mediante la aplicación de calor para su consumo. Mientras que la técnica se refiere a los diferentes procesos

mediante los cuales se somete un alimento para conservar de mejor manera sus propiedades organolépticas. (ANÓNIMO, 2013)

Entre los principales métodos de cocción tenemos:

A) La cocción en elemento líquido o húmedo

Se puede utilizar dos técnicas: sumergiendo el alimento en agua fría o agua hirviendo. Se puede pochar con ligeros hervores o a plena ebullición. Es posible realizar otras variaciones como la cocción al vapor o el baño María.

- **Blanquear o Escaldar:** el escaldado se realiza en el líquido hirviendo y en tiempo reducido.
- **Escalfar:** es cocer un alimento en un líquido a una temperatura inferior al punto de ebullición (100° C a nivel del mar). Los alimentos ideales para este método de cocción son los que poseen un alto contenido en proteínas y son firmes, como los pescados y las carnes.
- **Pochar:** es cuando se cocinan los alimentos en su propio jugo y generalmente en el medio graso, se utiliza más a menudo con los vegetales, cuando preparamos un sofrito y cebolla, pimientos, tomates, etc.
- **Cocción al vapor:** es una técnica que se utiliza para las verduras que se oxidan al contacto con el oxígeno del aire.
- **Cocción en caldo blanco:** este tipo de cocción evita que adquieran ese tono oscuro que aparece tras limpiar y trocear los vegetales susceptibles a la oxidación.

B) La cocción en elemento gaseoso

En este método de cocción parte del agua del alimento se evapora y los elementos se concentran. Dentro de este tipo de cocción se encuentran:

- **Al horno:** Consiste en someter un alimento a la acción del calor sin mediación de ningún elemento líquido. Las carnes y pescados, sobre todo, se suelen untar en aceite para favorecer la dispersión del calor.
- **Asado a la sal:** Se aplica a carnes y pescados y consiste en cubrir la pieza de sal gorda y asarlo en el horno de esa manera.
- **Asado a la plancha o parrilla:** En este caso los alimentos se cuecen por la evaporación de sus propios líquidos. Por lo general el alimento se unta con aceite. Hoy en día se utiliza mucho este método de cocción debido a que necesita muy poca o ninguna grasa convirtiéndose en una forma de cocción sana y de mucha aceptación.

C) La cocción en elemento graso

Es la que se realiza con aceites y grasas.

- **Confitar:** es un procedimiento de cocción, donde un alimento es sumergido en un medio grasoso a baja temperatura (de 60° a 90°), por un período de tiempo largo.
 - De esta manera se consigue que las grasas del elemento se fundan en la grasa de cocción y los jugos se queden dentro del mismo, conservándolo más jugoso. La aplicación quizá más conocida de esta técnica es el confitado de pato, pero se puede aplicar para otras carnes, pescado o incluso verduras.
- **Freír:** en ambos casos hay también la diferencia de la temperatura frente al salteado o la fritura, estos métodos de cocción superan los 100° C.
- **Rehogar y sofreír:** el rehogado es un método de cocción que se realiza a alta temperatura, sin superar los 100° C, con los ingredientes cortados pequeños y con el aceite justo y necesario para que se lubriquen.
- **Sofreír:** implica someter a los alimentos, del mismo modo, en un recipiente sobre una fuente de calor y un medio graso que los lubrique, pero cocinándolos a fuego lento.

- **Saltear:** se realiza con poca cantidad de grasa, la justa y necesaria para lubricar los ingredientes, suele ser aceite o mantequilla clarificada, igual que en el rehogado, pero se cocina a una temperatura superior.
- **Dorar:** es un método de cocción que se aplica a todo tipo de alimentos, desde una carne, hasta una cebolla de un sofrito, el azúcar o el pan.

D) La cocción mixta

Se la puede realizar en agua y grasa:

- **Guisar:** es preparar los alimentos haciéndolos cocer en una salsa (o caldo), después de que hayan sido rehogados.
- **Estofar:** cocción con un poco de grasa y a veces un poco de agua, a fuego lento.
- **Brasear:** Estofar en un recipiente hermético y sobre un lecho de hortalizas.

Tecnología culinaria

La tecnología culinaria desarrolla técnicas y maquinarias modernas empleadas en las cocinas industriales con los conocimientos más vanguardistas, que ayudan en los procesos de preparación de platos destinados a formar parte de los menús que integran la alimentación humana, además de favorecer al factor nutricional, factor de calidad sanitaria y organoléptica implicada en la elaboración de cada plato cocinado.

Todo ello con el objetivo de beneficiar al sistema restaurativo de producción y distribución de los diferentes establecimientos de gastronomía.

La creciente demanda de alimentos mínimamente procesados, que contienen pequeñas cantidades de conservantes y que mantienen características organolépticas, nutritivas y sanitarias óptimas, ha derivado entre otras tendencias, en el desarrollo de un nuevo menaje culinario, logrando que el mundo de la gastronomía, cada vez se torne más fácil y se logre obtener alimentos cocinados con la mejor calidad en cuanto a maquinaria se refiere.

Receta estándar

En el recetario que se desea elaborar se ubicará como primer punto, el nombre de cada plato, así como el responsable de dicha elaboración, el peso del plato, el número de porciones y los tiempos usados para la preparación del plato.

En el área operativa los ingredientes se ubicarán con su respectivo gramaje (unidad de medida), así como las cantidades necesarias para obtener el plato deseado, incluyendo los ingredientes de especies vegetales o cárnicas, es decir lo que se conoce como mise emplace.

Con el mise and place requerido, se procederá a la preparación y elaboración de cada plato, guiando a las personas que deseen prepararlo.

En el área administrativa, se determinará la cantidad de productos que se deberán utilizar en cada plato, así como su precio total y el precio de venta al público del mismo.

Cuadro 11 - Receta Estándar

RECETA ESTÁNDAR VALORADA								
NOMBRE DE LA PREPARACIÓN: Borrego con mortño								
Responsable: Juan Pablo Pazmiño								
Peso de la preparación:		317						
Número de porciones:		1						
Tiempo Total:		35 minutos.						
ÁREA OPERATIVA				FOTOGRAFIA				
Ingredientes	U. Medida	Cant:	Mise en place:	Preparación/elaboración:	Tiempo	Cant.	P.V.P	Costo I.M.P
Harina	Gr.	20	Tamizar.	A.- Poner en cocción el borrego con el perejil	8 minutos	450	0,70	0,03
Cerveza	Cc	9	Añadir.	B.- Preparar un refrito con cebolla, ajo, tomate salpimentar.	11 minutos	450	0,80	0,02
Borrego	Gr.	180	Añadir.	C.- Cocinar el arroz.	7 minutos	225	3,00	2,40
Mortño	Gr.	20	Añadir.	D.- Licuar el mortño y semis, añadir AyB.		250	1,50	0,12
Zanahoria	Gr.	5	Añadir.	E.- Mezclar la harina con la clara de huevo y la cerveza.	2 minutos	450	0,50	0,01
Cebolla	Gr.	5	Añadir.	F.- Colocar C dar forma de barras bañarlas en E y proceder a freir.	3 minutos	450	0,50	0,01
Ajo	Gr.	3	Añadir.	Salpimentar al gusto		250	0,60	0,01
Perejil	Gr.	1	Añadir.			250	0,35	0,00
Pimienta	Gr.	3	Añadir.	G.- Cocinar la papa, zanahoria mezclar y dar forma de teneles.	10 minutos	125	0,55	0,01
Sal	Gr.	4	Añadir.			450	0,45	0,00
Arroz	Gr.	30	Añadir.	H.- Al aguacate darle forma de esferas pequeñas.	4 minutos	450	0,45	0,03
Papa	Gr.	10	Añadir.			450	1,20	0,03
Aguacate	Gr.	10	Añadir.	I.- Montar el plato.	5 minutos	450	0,5	0,01
Huevo	Gr.	8	Añadir.			12	0,10	0,07
Tomate	Gr.	5	Añadir.			450	1,00	0,01
Aceite	Cc	4	Añadir.			450	1,40	0,01
Total:		317			15 minutos.		13,60	
			Total Materia Prima					2,76
			Mano de Obra					0,04
			10% CIF (3% insumos, 7% MOI)			10%		0,28
			Total Costo					0,32
			Costo Porción					3,08
			% Margen de Contribución			30%		0,92
			Precio de Venta					4,00

Fuente: elaborado por Juan Pablo Pazmiño

Tipo de vajilla

El mundo de la gastronomía guarda gran relación con el mundo del arte, ya que intenta marcar nuevas tendencias y en ocasiones se mantiene dentro de una línea clásica. Para ello la vajilla en la gastronomía es uno de los elementos que mejor interpreta el arte de la presentación de la comida, ya que es una expresión que sintetiza una bella imagen.

El uso de la vajilla en la gastronomía comenzó a gestarse en los años setenta del siglo pasado, cuando cuatro estudiantes de cocina francesa de la academia de Fernand

Point, los hermanos Troisgros, Bocuse y Gerard, decidieron dar un giro a la cocina clásica de gala.

La nueva propuesta culinaria consistía, principalmente en preparar recetas más ligeras y sutiles, evitando el uso de salsas grasosas y buscando cocinar las verduras lo menos posible, con estos elementos simplificados ganó relevancia el aspecto y la presentación de cada plato, dejando vía libre a la creatividad de los diseñadores de vajilla para gastronomía.

La Nouvelle Cuisine abrió un nuevo enfoque de la vajilla en la gastronomía, cuyas primeras incursiones fueron los platos llanos de porcelana con formas triangulares y cuadrangulares. El movimiento de la Nouvelle Cuisine se fue consolidando como una reacción a la cocina clásica francesa, consiguiendo cada vez más seguidores.

La vajilla para gastronomía ha sido el mejor sostén para que la disposición de la comida mantenga su protagonismo, centrándose en encantar al observador. Con la vajilla para gastronomía se evidenció aquel viejo adagio que asegura que "la comida entra por los ojos" es decir, la comida debe abarcar todos los sentidos, incluyendo el sentido de la vista.

Definitivamente cada diseño se adecua a cada sabor, a cada propuesta culinaria y a cada tipo de cocina, ya que cada una de estas utilizan diferentes técnicas, que logran resaltar en un diferente diseño de plato entre los cuales se hallan los alargados, rectangulares, cuadrados e irregulares.

Montaje de platos

De acuerdo al portal web I'm Chef, el montaje de platos se refiere a:

La acción de ubicar los elementos de una preparación alimenticia en un plato u otro con el fin de otorgar la comodidad al comensal para que le sea fácil y placentero consumirlo. En el fondo, en épocas pasadas era así, poner la comida al plato en trozos distribuidos para que al cliente le fuera fácil comerlo; con el paso del tiempo y la evolución de las artes el montaje tomo riendas artísticas, el cocinero busca además de facilitar, sorprender y emocionar al presentar verdaderas piezas comestibles. Aunque

en la actualidad, encontramos ocasiones en donde piensan más en la estética que en el sabor, y eso es lamentable ya que comer un plato con un bello montaje de sabor y técnica mediocre es desagradable. (10)

Existen dos formas de montajes de platos que se describen a continuación:

Tradicional: este estilo se asocia con la esfera de un reloj. El género o ítem principal y la salsa se colocan a las seis, la fécula a las dos y los vegetales a las diez.

La disposición de los alimentos recuerda una cara sonriente. La presentación tradicional de alimentos es rápida, resulta fácil de hacer y se puede realizar con un mínimo de entrenamiento. Los servicios de banquetes y los restaurantes económicos se benefician de este estilo de presentaciones.

No Tradicional: se utilizan dos métodos de presentación de alimentos: estructurado y disperso. Este estilo permite una mayor creatividad en la presentación, requiere una cabal combinación de sabores y colores. La presentación no tradicional de los alimentos exige un nivel más alto de entrenamiento y resulta apropiado para restaurantes de precios moderados como también para los de alto nivel (alta cocina).

Estructurado: una base de verduras, las féculas o la salsa se centran en el plato y se dispone el género principal. Sobre esta o alrededor del centro se debe tomar en cuenta que el género principal deberá tener un ángulo visual de 45 grados desde los ojos del cliente haciendo incremento de altura. Se debe prestar especial atención a la compatibilidad de los géneros en los platos.

Disperso: el ítem principal se centra en el plato y todos los acompañamientos se dispersan. Una vez más se debe prestar gran atención a la compatibilidad de los ítems.

Ambos métodos acentúan la compatibilidad y combinación de los alimentos. Mediante el método no tradicional el chef podrá ofrecer más que sabor.

CAPITULO III – DIAGNÓSTICO

En esta sección se incluyen los resultados obtenidos a través de una encuesta realizada a los 155 restaurantes del barrio de la Mariscal. El cuestionario usado para la encuesta puede observarse en la sección de anexos. (Ver anexo 1)

ANÁLISIS DE RESULTADOS

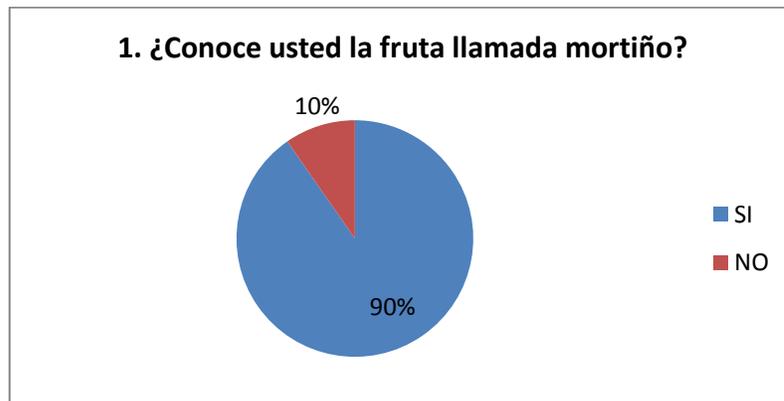
01. ¿Conoce usted la fruta llamada mortiño?

Cuadro 12 – Pregunta 01

1. ¿Conoce usted la fruta llamada mortiño?		
ALTERNATIVAS	f	%
SI	140	90,3
NO	15	9,7
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 3 – Pregunta 01



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

La mayoría de los encuestados respondió que SI conocen la fruta llamada mortiño, mientras que apenas un mínimo porcentaje de los encuestados aseguró no conocer la fruta, lo que demuestra que el mortiño es bastante conocido dentro del sector de la Gastronomía Ecuatoriana y por parte de los chefs de los restaurantes del sector de la Mariscal de la ciudad de Quito.

02. ¿Ha oído hablar usted sobre las propiedades nutricionales del mortiño?

Cuadro 13 – Pregunta 02

2. ¿Ha oído hablar usted sobre las propiedades nutricionales del mortiño?		
ALTERNATIVAS	f	%
SI	30	19,4
NO	125	80,6
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 4 – Pregunta 02



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

La mayoría de los encuestados, no había oído hablar sobre las propiedades nutricionales del mortiño, mientras que apenas un porcentaje mínimo de los encuestados aseguró lo contrario, lo que determinó que no ha habido un interés o preocupación por conocer de qué manera el mortiño contribuye en la dieta de los ecuatorianos/as.

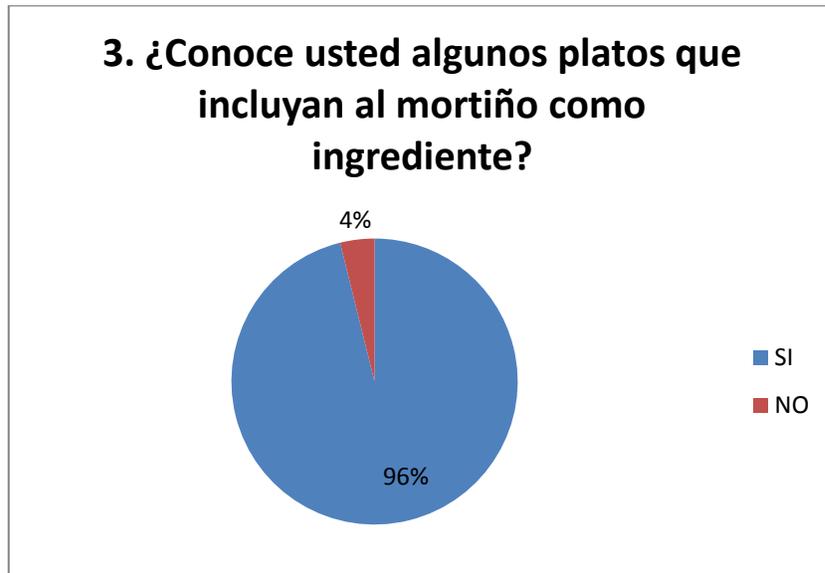
03. ¿Conoce usted algunos platos que incluyan al mortiño como ingrediente?

Cuadro 14 – Pregunta 03

3. ¿Conoce usted algunos platos que incluyan al mortiño como ingrediente?		
ALTERNATIVAS	f	%
SI	149	96,1
NO	6	3,9
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 5 – Pregunta 03



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

La mayoría de los encuestados respondieron que SI conocen algunos platos que incluyen al mortiño como ingrediente, mientras que un porcentaje mínimo respondió que no los conocen, lo que determinó que el mortiño es una fruta que de manera general es conocida por los chefs y por lo tanto incluida en distintos platos.

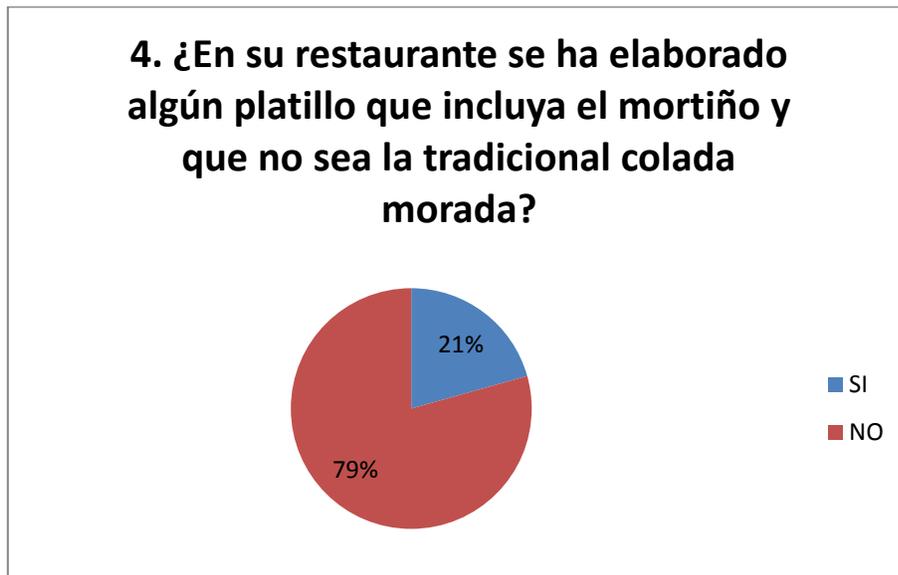
04. ¿En su restaurante se ha elaborado algún platillo que incluya el mortiño y que no sea la tradicional colada morada?

Cuadro 15 – Pregunta 04

4. ¿En su restaurante se ha elaborado algún platillo que incluya el mortiño y que no sea la tradicional colada morada?		
ALTERNATIVAS	f	%
SI	32	20,6
NO	123	79,4
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 6 - Pregunta 04



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

La mayoría de los encuestados respondió que en su restaurante no se ha elaborado algún platillo que incluya el mortiño, que no sea la tradicional colada morada, mientras que apenas un porcentaje considerable de encuestados afirmó lo contrario, lo que demostró que existe un desconocimiento sobre las distintas formas mediante las cuales, el mortiño, se puede incluir en otra clase de aplicaciones que no sean la tradicional colada morada.

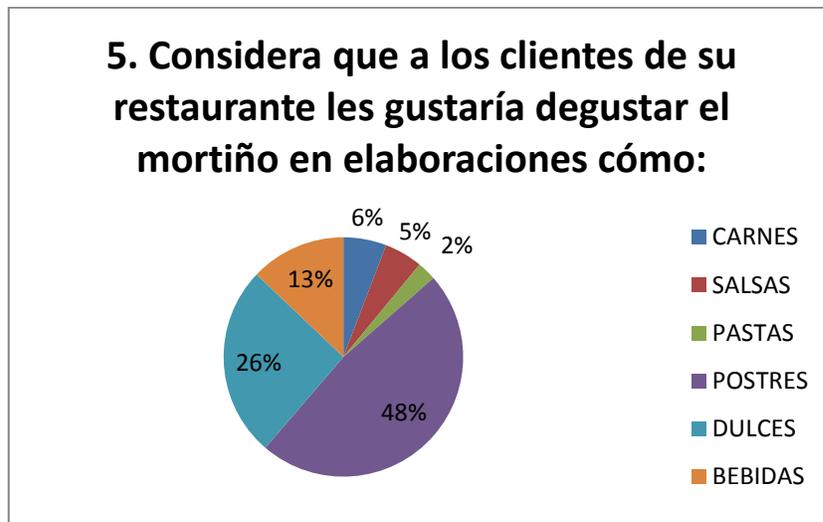
05. Considera que a los clientes de su restaurante les gustaría degustar el mortuño en elaboraciones cómo:

Cuadro 16 - Pregunta 05

5. Considera que a los clientes de su restaurante les gustaría degustar el mortuño en elaboraciones cómo:		
ALTERNATIVAS	f	%
CARNES	9	5,8
SALSAS	8	5,2
PASTAS	4	2,6
POSTRES	74	47,7
DULCES	40	25,8
BEBIDAS	20	12,9
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 7 - Pregunta 05



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

Menos de la mitad de los encuestados respondió que a los clientes de su restaurante les gustaría degustar el mortuño en elaboraciones cómo postres, una cuarta parte cree que en dulces, un porcentaje inferior en bebidas, carnes y en pastas, lo que demostró que la mayoría de chefs considera que a sus clientes les gustaría probar esta fruta en platos dulces, debido quizás al sabor propio del mortuño.

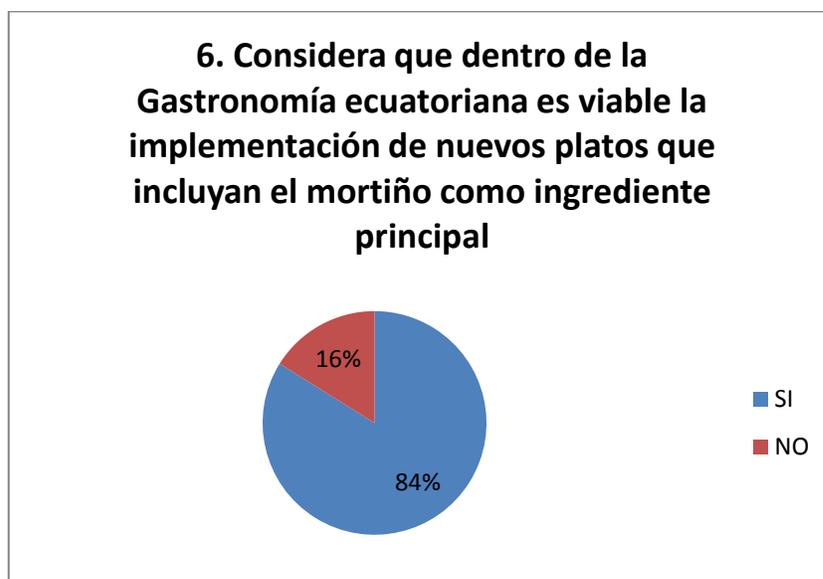
06. Considera que dentro de la Gastronomía ecuatoriana es viable la implementación de nuevos platos que incluyan el mortiño como ingrediente principal

Cuadro 17 - Pregunta 06

6. Considera que dentro de la Gastronomía ecuatoriana es viable la implementación de nuevos platos que incluyan el mortiño como ingrediente principal		
ALTERNATIVAS	f	%
SI	130	83,9
NO	25	16,1
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 8 - Pregunta 06



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

La mayoría de los encuestados consideraron que dentro de la Gastronomía ecuatoriana es viable la implementación de nuevos platos que incluyan el mortiño como ingrediente principal, mientras que un porcentaje inferior de los encuestados respondió lo contrario, lo que demuestra que existe un interés por aplicar esta fruta en la Gastronomía Ecuatoriana.

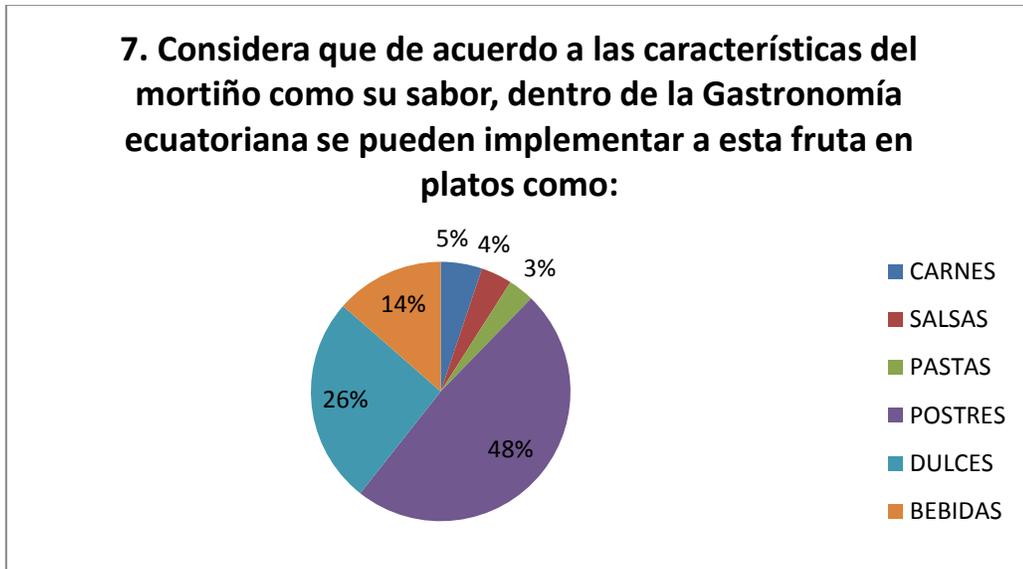
07. Considera que de acuerdo a las características del mortiño como su sabor, dentro de la Gastronomía ecuatoriana se pueden implementar a esta fruta en platos como:

Cuadro 18 - Pregunta 07

7. Considera que de acuerdo a las características del mortiño como su sabor, dentro de la Gastronomía ecuatoriana se pueden implementar a esta fruta en platos como:		
ALTERNATIVAS	f	%
CARNES	8	5,2
SALSAS	6	3,9
PASTAS	5	3,2
POSTRES	75	48,4
DULCES	40	25,8
BEBIDAS	21	13,5
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 9 – Pregunta 07



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

Menos de la mitad de los encuestados respondieron que de acuerdo a las características del mortiño, dentro de la Gastronomía ecuatoriana se puede implementar a esta fruta en platos como postres, la cuarta parte de los encuestados cree que en dulces, mientras que el resto cree que se pueden implementar en bebidas, carnes, salsas y en pastas; lo que demostró el interés de los chefs por aplicar el mortiño en platos dulces, ya que un grupo muy reducido de chefs consideraron que sea factible aplicar la fruta en platos de sal como carnes o pastas.

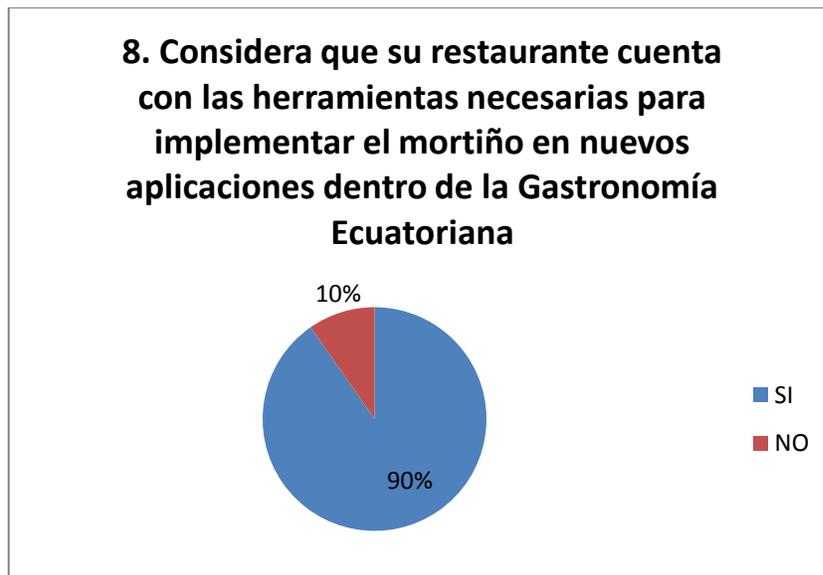
08. Considera que su restaurante cuenta con las herramientas necesarias para implementar el mortiño en nuevas aplicaciones dentro de la Gastronomía Ecuatoriana.

Cuadro 19 - Pregunta 08

8. Considera que su restaurante cuenta con las herramientas necesarias para implementar el mortiño en nuevas aplicaciones dentro de la Gastronomía Ecuatoriana		
ALTERNATIVAS	f	%
SI	140	90,3
NO	15	9,7
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 10 - Pregunta 08



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

La mayoría de los encuestados, responden que su restaurante cuenta con las herramientas necesarias para implementar el mortiño en nuevas aplicaciones dentro de la Gastronomía Ecuatoriana, mientras que un porcentaje mínimo consideró lo contrario, lo que demuestra la factibilidad para aplicar esta fruta desde un punto de vista técnico.

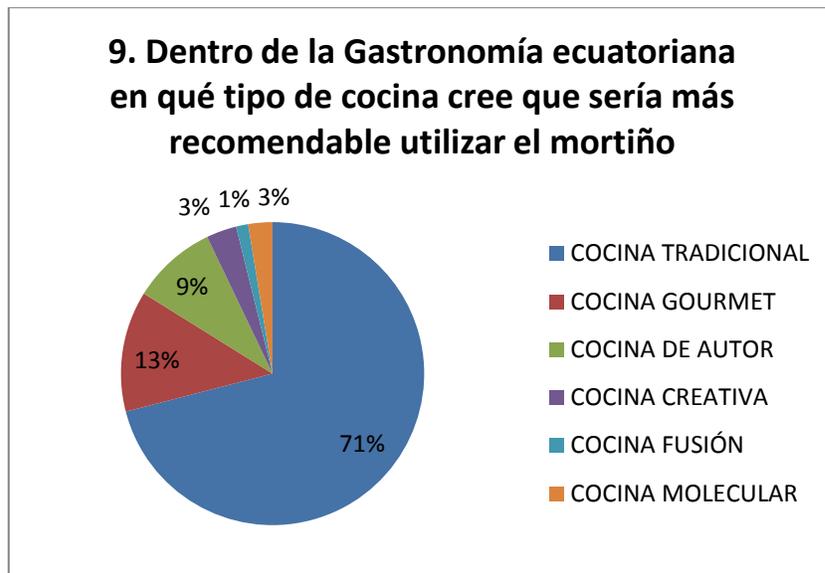
09. Dentro de la Gastronomía ecuatoriana en qué tipo de cocina cree que sería más recomendable utilizar el mortiño

Cuadro 20 – Pregunta 09

9. Dentro de la Gastronomía ecuatoriana en qué tipo de cocina cree que sería más recomendable utilizar el mortiño		
ALTERNATIVAS	f	%
COCINA TRADICIONAL	110	71,0
COCINA GOURMET	20	12,9
COCINA DE AUTOR	14	9,0
COCINA CREATIVA	5	3,2
COCINA FUSIÓN	2	1,3
COCINA MOLECULAR	4	2,6
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 11 - Pregunta 09



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

La mayoría de los encuestados respondieron que dentro de la Gastronomía ecuatoriana sería más recomendable utilizar el mortiño en aplicaciones como la cocina tradicional, mientras que el resto consideró que debería hacerse dentro de la cocina gourmet, la cocina de autor, la cocina creativa, la cocina molecular y dentro de la cocina fusión.

Estos resultados demostraron que existe una mayor tendencia por parte de los chefs a integrar el mortiño en platos tradicionales, ya que esta tendencia de platos domina el gusto de los clientes de los distintos restaurantes.

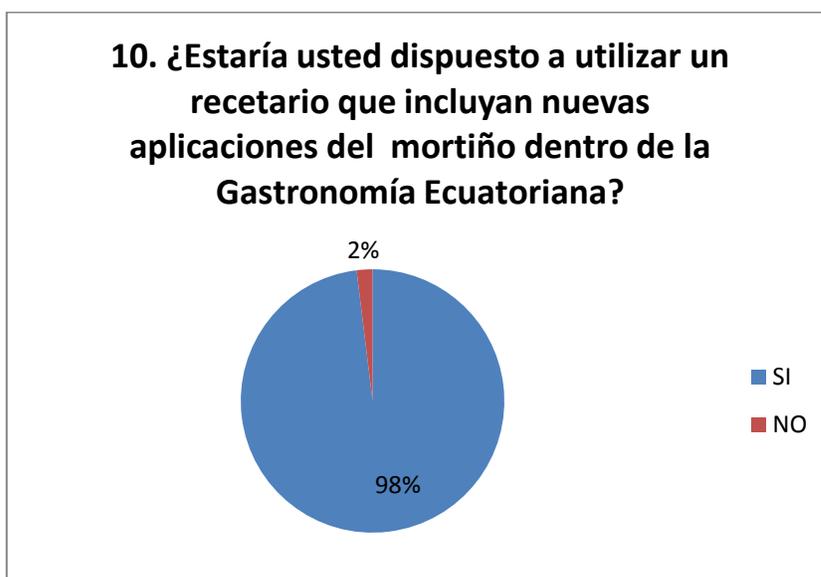
10. ¿Estaría usted dispuesto a utilizar un recetario que incluyan nuevas aplicaciones del mortño dentro de la Gastronomía Ecuatoriana?

Cuadro 21 – Pregunta 10

10. ¿Estaría usted dispuesto a utilizar un recetario que incluyan nuevas aplicaciones del mortño dentro de la Gastronomía Ecuatoriana?		
ALTERNATIVAS	f	%
SI	152	98,1
NO	3	1,9
TOTAL	155	100

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gráfico 12 - Pregunta 10



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Interpretación de datos

La mayoría de los chefs encuestados señalaron que estarían dispuestos a utilizar un recetario que incluyan nuevas aplicaciones del mortño dentro de la Gastronomía Ecuatoriana, mientras que un porcentaje reducido de los encuestados no estuvo dispuesto a hacerlo.

Estos resultados demostraron que existe interés por parte de los chefs de los restaurantes del sector de la Mariscal para aplicar nuevas recetas y aplicaciones del mortño en la Gastronomía Ecuatoriana.

Interpretación de datos de entrevistas

Las entrevistas fueron realizadas a cinco chefs, quienes con sus respuestas han señalado que es viable la aplicación del mortiño en la Gastronomía ecuatoriana.

Para llegar a esta conclusión se realizaron varias preguntas (ver anexo 2), las cuales determinaron que todos los chefs coinciden en que es viable aplicar el mortiño en la Gastronomía ecuatoriana, inclusive consideran que es factible la creación de nuevos platos como salsas, pies, babaruas, platos fuertes que incluyan carnes como pollo, pasteles, salsas, ensaladas, postres aderezos y jugos mezclados con quinua o con avena para aprovechar su sabor.

Incluso el ingeniero gastronómico César Villacreces señala que esto es posible “ya que el mortiño aparte de ser un producto ecuatoriano, se lo puede usar en platos como espumas, también se lo puede deshidratar y congelar durante todo el año, además de usarlo para dar color dentro de los platos y disfrutar de su sabor original.”

Al respecto de los platos que podrían incluir al mortiño como ingrediente central se debe señalar que los entrevistados consideraron que sus clientes preferirían platos típicos como camarones con una costra de mortiño, cazuela con verde y mortiño, ensaladas, postres y salsas para pasteles. Además el chef del Instituto Rumiñahui, Pablo Orellana, señaló que a la gente siempre le atraen aquellos platos preferiblemente “equilibrados y sanos”.

En relación a la manera de cómo deberían presentarse los platos que incluyan al mortiño dentro de la Gastronomía Ecuatoriana, los chefs respondieron que en el caso de usarlos en dulces, helados y mermeladas debería realizárselo como un elemento de restauración, inclusive de una “manera vanguardista, es decir el mortiño tipo papel o tipo caramelo.”

En el caso de platos salados debe presentarse al mortiño en un risotto por ejemplo, cambiando su forma y textura, sin exagerar demasiado, porque como lo señaló la chef Gina Espinoza, los platos deben presentarse de “forma novedosa de tal manera

que la gente relacione al mortiño con algo que ya conoce, para que de esa manera, el cambio no sea tan impactante y la gente se atreva a probarlo.”

En relación al tipo de cocina donde sería más recomendable utilizar el mortiño dentro de la Gastronomía ecuatoriana, los chefs encuestados respondieron que sería mejor aplicarlo en la cocina tradicional, es decir en aquellos platos conocidos, cambiando únicamente la forma de su presentación, ya que en el país, la gente no está acostumbrada a consumir cosas nuevas e innovadoras.

Sin embargo en criterio del chef Pablo Orellana se podría implementar “los platos en la cocina fusión, es decir mezclar lo étnico con preparaciones mestizas”.

Finalmente al preguntar a los chefs, si consideran que un recetario, folleto o suplemento que incluya nuevas aplicaciones del mortiño dentro de la Gastronomía Ecuatoriana, sería útil para los chefs y las personas en general, respondieron que es importante que este producto incluya información nutricional del mortiño, así como las ventajas para quien los consume, además de los procesos técnicos de elaboración de los platos y pequeños tips de cómo prepararlos.

Verificación de Hipótesis

De acuerdo a los resultados obtenidos en las encuestas y las entrevistas se ha podido determinar que es posible establecer nuevas alternativas culinarias que incluyan al mortiño dentro de la Gastronomía ecuatoriana, con el fin de aprovechar las características nutritivas de esta fruta y evitar su posible desaparición, ya que según los chefs encuestados y entrevistados, hay muchas formas de aplicar el mortiño en platos como dulces, postres, bebidas, dentro de la Cocina Tradicional que es la que más gusta a los ecuatorianos.

CAPÍTULO IV - TÍTULO DE LA PROPUESTA DE SOLUCIÓN A SER IMPLEMENTADA

Suplemento para la aplicación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana.

Datos informativos del beneficiario de la propuesta

Restaurantes de Primera, Segunda, Tercera, Cuarta Clase y de Lujo del barrio La Mariscal del Distrito Metropolitano de Quito.

Justificación de la propuesta

El mortiño pese a ser uno de los productos autóctonos del Ecuador está dejando de ser usado en la dieta diaria de las personas, ya que únicamente se lo utiliza para la realización de la tradicional colada morada durante el mes de noviembre en el Ecuador, lo que ha conllevado a que esta fruta empiece a desaparecer y por lo tanto no se aprovechen los beneficios tanto nutricionales, medicinales y culinarios que posee.

Además a ello se suma el hecho de que la mayoría de restaurantes desconocen otras maneras de aplicar el mortiño en platillos de la Gastronomía Ecuatoriana, razón por la cual es fundamental implementar nuevos platos que incluyan a esta fruta, así como las instrucciones de preparación, su valor nutricional en la dieta diaria, los ingredientes usados para su realización y el número de porciones, con el fin de que cada restaurante pueda organizar su presupuesto e implementar estos nuevos platillos dentro de su menú.

Objetivos de la propuesta

Objetivo general

- Desarrollar un suplemento que incluya nuevas aplicaciones del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana.

Objetivos específicos

- Determinar en qué platos de la Gastronomía Ecuatoriana se puede incluir al mortiño como uno de sus ingredientes principales.
- Establecer las instrucciones para la preparación de los diferentes platos que incluyan al mortiño dentro de la Gastronomía Ecuatoriana.

Análisis de la factibilidad de implementación de la propuesta

De acuerdo a los resultados obtenidos se determinó que la implementación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana es una propuesta totalmente viable, ya que la comida tradicional, debido a sus características culinarias permite que este producto pueda integrarse en la cocina tradicional ecuatoriana.

Además como lo señalaron los chefs encuestados, la inclusión de la información nutricional del mortiño, sus características, así como sus propiedades nutricionales, permiten que quien desee aplicar el mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana pueda hacerlo de mejor manera, sin temor a resultados contraproducentes que alteren el sabor de los platillos escogidos y provoquen el disgusto de los consumidores.

Cabe señalar que a nivel económico, la introducción de este producto implica un coste mínimo, ya que al ser un producto autóctono, los costos de su producción son muy bajos y por lo tanto no es necesario recurrir a gastos elevados para su adquisición.

Modelo operativo de la ejecución de la propuesta



Gastronomía de la Región Costa

La comida de la Costa ecuatoriana se encuentra integrada por un conjunto de deliciosas carnes, jugosas frutas, diversas clases de pescado y mariscos, lo que le otorga a su cocina una personalidad muy especial, además de los complementos con los que se sirven.

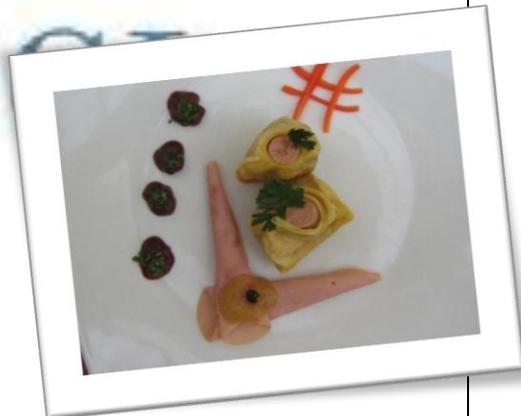
En la Costa, las clases de pescados son variadas, así como los mariscos, que son servidos en platos como ceviches y cazuelas que suelen estar condimentados con otros productos como picante de achiote, ají y limón, acompañados con el tradicional patacón que se lo realiza a base del plátano verde, que se consume en este sector del Ecuador. Otros platos incluyen a mariscos como las conchas que pueden ser asadas, así como la carne de ternera que también es muy consumida mediante la preparación de un Bistec, que generalmente se lo acompaña con papas, cebollas y se sazona con ají, además que puede incluir una porción de arroz.

Cuadro 22 – Enrollado de gallina con mortíño

01. ENROLLADO DE GALLINA CON MORTIÑO					
Género: Postre			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Harina de trigo	200	cernido	gr	0,001	0,2
Huevo	2	batido	unidades	0,15	0,3
Sal	20		gr	0,0008	0,016
Agua	250		cc	0,001	0,25
RELLENO					0
Mantequilla	100		gr	0,007	0,7
Salchichas	100		gr	0,008	0,8
BAÑO					0
Vino tinto	250		cc	0,016	4
				Costo neto	8,466

Procedimiento

01. Se realiza la masa de creps mezclando en el agua, los huevos y la sal.
02. Se coloca la harina y se forma una masa como creps en el sartén de teflón.
03. Se enrolla las salchichas y se hornea.
04. Se realiza una salsa base con vino de mortíño, fondo de pollo, champiñones y se guarnece con arvejas decoradas.



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Cuadro 23 – Camarones con apanadura de mortiño

02. CAMARONES CON APANADURA DE MORTIÑO					
EN REDUCCION MIXTA DE MARACUYA Y MORTIÑOS					
Género: Plato fuerte			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Camarón	300	limpio	gr	0,013	3,9
Harina	100		gr	0,001	0,1
Apanadura	100		gr	0,0048	0,48
Mortiño seco	100	deshidratado	gr	0,002	0,2
Aceite	125		cc	0,0022	0,275
Salsa inglesa	10		cc	0,025	0,25
Huevo	1	batidos	unidad	0,15	0,15
Limón meyer		ralladura			0
Sal	15		gr	0,0008	0,012
Pimienta	10		gr	0,003	0,03
SALSA					0
Vinagre balsámico	50		cc	0,017	0,85
Maracuyá	100		cc	0,005	0,5
Azúcar	200		gr	0,001	0,2
Pulpa de mortiño	100	licuado	cc	0,002	0,2
Sal	10		gr	0,0008	0,008
Pimienta	5		gr	0,003	0,015
					7,17
Costo neto					

Procedimiento

01. *Limpiamos, desvenamos y condimentamos el camarón con sal, pimienta, salsa inglesa y limón.*

02. *Lo pasamos por la harina, huevo y apanadura mezclada con el mortino seco y deshidratado.*

03. *En un sartén colocamos el aceite y dejamos que esté bien caliente para freír los camarones.*

04. *A este plato se lo acompaña con patacones y ensalada.*

Preparación de la salsa de maracuyá

01. *Licue las maracuyás y mortinos.*

02. *Coloque en una olla, los jugos y añada el azúcar, el vinagre balsámico, una pizca de sal y la pimienta.*

03. *Conserve la mezcla a fuego medio de 10 a 20 minutos hasta que tome consistencia más suave que la mermelada.*

04. *Añada el perejil, sal y pimienta y sirva en la fuente de salsas.*



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Cuadro 24 – Chuculas con mortíño

03. CHUCULAS CON MORTIÑO					
Género: Postre			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Plátanos maduros	250	cocinados	gr	0,002	0,5
Canela	20	molida	gr	0,003	0,06
Queso sin sal	80	rallado	gr	0,004	0,32
Mantequilla	50	derretida	gr	0,007	0,35
Azúcar	180		gr	0,001	0,18
Leche	1		litro	0,00083	0,00083
Esencia de vainilla	10		cc	0,04	0,4
Agua	250		cc	0,001	0,25
Maicena	50		gr	0,006	0,3
Mortíño	150	licuado	cc	0,002	0,3
				Costo neto	2,66083

<p>Procedimiento</p> <p><i>01. Cocine los plátanos con la canela y el azúcar.</i></p> <p><i>02. Retire la canela y licue los plátanos con agua y con leche.</i></p> <p><i>03. Vierta el batido en una cacerola enlozada y lleve al fuego. Meza con la cuchara de palo.</i></p> <p><i>04. Añada el queso, la mantequilla y la vainilla. Espere un hervor y retire del fuego.</i></p> <p><i>05. Cocine al mortíño con canela y el azúcar.</i></p> <p><i>06. Retire la canela y retire el mortíño.</i></p> <p><i>Vierta el batido en una cacerola enlozada y lleve al fuego. Meza con una cuchara de palo.</i></p>
--

*07. Espere un hervor y retire del fuego.
Sirva en una copa con un copete de
espumilla de limón.*



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Cuadro 25 - Cazuela Fiestera Ecuatoriana de Mortiños

04. CAZUELA FIESTERA ECUATORIANA DE MORTIÑOS					
Género: Plato fuerte			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Corvina	500	cuadros	gr	0,012	6
Carne de cangrejo	250		gr	0,024	6
Camarón	500	limpio	gr	0,013	6,5
Cebolla colorada picada	200	juliana	gr	0,001	0,2
Pimiento	50	brunoise	gr	0,005	0,25
Ajo macho	20	pure	gr	0,007	0,14
Pasta de maní	50	licuada	gr	0,0036	0,18
Mantequilla	40		gr	0,007	0,28
Cilantro	20	rematado	gr	0,005	0,1
Jugo de mortiño	200	licuado	gr	0,002	0,4
				Costo neto	20,496

Procedimiento

01. Con mantequilla, refría la cebolla, el ajo y el pimiento.
02. Licue el maní con la leche y agréguelo al refrito.
03. A los dos verdes, previamente cocinados en agua licuarlos con un poco de agua donde fueron cocinados.
04. Añadir el cilantro, saznando con sal y pimienta hasta que espese la mezcla.
05. En una cacerola de barro, vaciar la mitad de la mezcla al pescado, camarones y el cangrejo.
06. Poner el resto de mezcla sobre el pescado, encima colocar verde rallado y llevarlo al horno a 350 C, durante una hora.



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Cuadro 26 - Camarones reventados con mortíños glaseados

05. CAMARONES REVENTADOS CON MORTIÑOS GLASEADOS					
Género: Plato fuerte			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Camarones	250	limpios	gr	0,013	3,25
Harina	200	cernida	gr	0,001	0,2
Huevo	2		unidad	0,15	0,3
Leche	100		cc	0,00083	0,083
Salsa inglesa	10		cc	0,025	0,25
Nuez moscada	10		gr	0,003	0,03
Coco rallado	50		gr	0,005	0,25
Mortíños	200	deshidratados	gr	0,002	0,4
Yuca	200	cocinada	gr	0,002	0,4
Aceite	500		cc	0,0022	1,1
Sal	25		gr	0,0008	0,02
Cebolla perla	100	brunoise	gr	0,0016	0,16
Vino blanco	50		cc	0,016	0,8
Jugo de naranja	50	zummo	cc	0,004	0,2
Jamón Virginia	50	cuadros	gr	0,013	0,65
				Costo neto	8,093

Procedimiento

01. Desvenar el camarón y empanar con harina huevos leche y salsa inglesa,
02. Rectificar con sal y pimienta.



03. Colocar coco rallado seco.

*04. Glasear mortiños con vino blanco, jamón,
jugo de naranja y azúcar.*

*05. Colocar en aceite hasta dorar,
servir con los mortiños glaseados,
yuca y lechuga crêspa.*

Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gastronomía de la Región Sierra

La Sierra es una región que dispone de un amplio menú de alimentos y bebidas, que incluyen productos deliciosos como el maíz y la papa. El maíz es el símbolo por excelencia de esta región con el cual se preparan toda una serie de sopas, postres y otro tipo de platillos.

Además la Sierra se caracteriza por la presencia de platos como el seco de pollo, el cuy estofado, quimbolitos, humitas, tamales, hornado, llapingachos, yahuarlocro, menudo, locro, mote pillo, entre otros. En licores se encuentran bebidas como las puntas y canelazos, o el pájaro azul de Guaranda.

Cuadro 27 – Quimbolitos de mortiño

06. QUIMBOLITOS DE MORTIÑO					
Género: Postre			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Harina de maíz	250	cernida	gr	0,0024	0,6
Harina	250		gr	0,001	0,25
Azúcar	500		gr	0,001	0,5
Huevos	4		unidad	0,15	0,6
Queso	250	rallado	gr	0,004	1
Royal	20		gr	0,015	0,3
Pasas	50		gr	0,0045	0,225
Mortiño	50	licuado	gr	0,002	0,1
Mantequilla	250	cremada	gr	0,007	1,75
				Costo neto	5,325

Procedimiento

01. *Crema azúcar con mantequilla.*
02. *Luego agregar los huevos de uno en uno.*
03. *Colocar el queso y zumo de mortiño.*
04. *Mezclar con harina blanca y de maíz.*
05. *Agregar polvo de hornear a la masa.*
06. *Colocar la masa en las hojas de achira y rellenar junto con las pasas*



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Cuadro 28 - Buñuelos con miel de mortiño

07. BUÑUELOS CON MIEL DE MORTIÑO					
Género: Postre			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Harina	250	cernida	gr	0,001	0,25
Huevos	4	batidos	unidad	0,15	0,6
Leche	250		cc	0,00083	0,2075
Mortiño	100	licuado	cc	0,002	0,2
Agua	100		cc	0,001	0,1
Polvo de hornear	10		gr	0,015	0,15
Sal	20		gr	0,0008	0,016
Crema de leche	50		cc	0,0045	0,225
Azúcar	200		gr	0,001	0,2
				Costo neto	4,2285

Procedimiento

01. Hervir la leche con azúcar.
02. Colocar el zumo de mortiño para dar color a la masa.
03. Agregar harina con canela y dejar cocinar.
04. Luego colocar los huevos y la crema de leche.
05. Formar bolas y freír con abundante aceite.
06. Para la reducción de la miel, colocamos agua con azúcar, mortiños en zumo y canela.



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Cuadro 29 – Carne colorada con adobo de mortiño

08. CARNE COLORADA CON ADOBO DE MORTIÑO					
Género: Plato fuerte			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mide en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Bife de res	250	porcionado	gr	0,006	1,5
Pimienta	10		gr	0,003	0,03
Sal	25		gr	0,0008	0,02
Ajo	10		gr	0,007	0,07
Mantequilla	50		gr	0,007	0,35
Papas	200	parmetier	gr	0,001	0,2
Hoja de lechuga	100		gr	0,003	0,3
Tomate	200	concasse	gr	0,0012	0,24
ADOBO DE MORTIÑO					0
Mantequilla	10		gr	0,007	0,07
Vino blanco	100		cc	0,016	1,6
Sal	50		gr	0,0008	0,04
Ajo	50		gr	0,007	0,35
Cebolla perla	80		gr	0,0016	0,128
Pimiento	100		gr	0,0042	0,42
Jugo puro de mortiño	150	licuado	gr	0,002	0,3
Achiote molido	50		gr	0,0075	0,375
				Costo neto	5,993

Procedimiento

01. Se corta la carne en julianas.
02. Se adoba con sal, ajo y pimienta.
03. Se coloca en un adobo licuado de verduras, achiote molido y zumo de mortiños.
04. Se deja reposar por más de dos horas para que deje el sabor.
05. Luego se fríe las carnes y se acompaña con verduras al vapor y ensalada fresca.



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Gastronomía de la Región Oriente

La comida del Oriente se caracteriza por la aplicación de los recursos que se obtienen a través de la caza, la pesca y productos propios de la zona como la yuca, variedades de pescado, carne de animales como la guanta y guatusa. En cuanto a bebidas, es común el consumo de la chicha realizada a base de yuca, chonta, maíz, arroz y plátano. También se realizan varios tipos de dulces en base a frutos de la selva como la guayaba.

Cuadro 30 – Pollo de pynio con espuma de mortiño

09. POLLO DE PYNIO CON ESPUMA DE MORTIÑO					
Género: Entrada			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Presa de pollo	500	limpia	gr	0,003	1,5
Ajo macho	50	machacado	gr	0,007	0,35
Cebolla perla	100	brunoise	gr	0,0016	0,16
Romero	10		gr	0,012	0,12
Habas	75	puré	gr	0,002	0,15
Queso mozarella	50	rallado	gr	0,013	0,65
Harina	100		gr	0,001	0,1
Mantequilla	50		gr	0,007	0,35
Leche	100		cc	0,00083	0,083
				Costo neto	5,206
Procedimiento					
<p>01. Se adoba la presa de pollo con sal, pimienta, ajo y romero.</p> <p>02. Luego se acompaña con una salsa de habas reducida con salsa blanca.</p> <p>03. Se realiza la espuma de mortiño hidratando gelatina sin sabor, pulpa de mortiño y agua fría.</p> <p>04. Se coloca en el sifón y se coloca la pastilla de co2 hasta que forma la espuma.</p> <p>05. Se envía al horno el pollo por media hora,</p> <p>06. Se coloca las guarniciones de queso mozzarella, lechuga y pimientos.</p>					



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Cuadro 31 – Filete de pescado con salsa de mortino ahumado

10. FILETE DE PESCADO CON SALSA DE MORTIÑO AHUMADO					
Género: Plato fuerte			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mide en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Filete de Pescado	300	fileteado	gr	0,012	3,6
Sal	25		gr	0,0008	0,02
Pimienta	15		gr	0,003	0,045
Jugo de limón	30	zumo	cc	0,0001	0,003
Cebolla perla	50	brunoise	cc	0,0016	0,08
Queso crema	100		gr	0,0012	0,12
Tocino ahumado	50	cuadros	gr	0,012	0,6
Salsa Inglesa	10		cc	0,025	0,25
SALSA DE MORTIÑO					0
Miel de abeja	100		gr	0,02	2
Pulpa de mortino	150	licuado	cc	0,002	0,3
Jugo de naranja	100	zumo	cc	0,004	0,4
Salsa de tomate	80		cc	0,0075	0,6
Humo liquido	10		cc	0,06	0,6
Costo neto					8,618

Procedimiento

- 01. Condimentar los filetes con sal, pimienta y jugo de limón.*
- 02. Ubicar cada uno en un rectángulo de papel aluminio cubierto con rocío vegetal y colocar sobre ellos los aros de cebolla.*
- 03. Cerrar el papel y asar en el horno durante 15 min.*
- 04. Mezclar el queso blanco crema con la pulpa de mortiño y unas gotas de salsa inglesa.*
- 05. Salpimentar al gusto y colocar esta preparación en una cacerola a fuego bajo, durante 10 minutos.*
- 06. Cuando el pescado esté cocido, retirar, abrir el papel y servir con una porción de salsa de mortiño.*
- 07. Acompañar el plato con arroz blando.*



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Cuadro 32 –Pastel de frutillas con mortiño

11. PASTEL DE FRUTILLAS CON MORTIÑO					
Género: Postre			Porciones: 4		
Detalle	Q	Mice en place	Unidad	Costo unitario	Costo total
Harina de trigo	500	cernida	gr	0,001	0,5
mantequilla	250	cremada	gr	0,007	1,75
Huevos	2	batidos	unidad	0,15	0,3
Sal	20		gr	0,0008	0,016
Agua mineral	40		cc	0,0006	0,024
RELLENO					0
Agua	200		cc	0,001	0,2
Maicena	80		gr	0,006	0,48
Azúcar	150		gr	0,001	0,15
Frutillas	150		gr	0,004	0,6
Mortiño	200	licuado	cc	0,002	0,4
Costo neto					4,42

Procedimiento

01. Formar la masa básica de pie, cremando la mantequilla con el azúcar.
02. Agregar la harina y los huevos, sal y agua mineral.
03. Colocar en el molde y pre cocer la masa.
04. Para el relleno se reduce la maicena con los mortiños y azúcar.
05. Espesar y colocar con las frutillas y cualquier otra fruta.
06. Enviar a cocer al horno por 20 minutos.



Elaborado por: Juan Pablo Pazmiño.

Perspectiva y/o evaluación de impactos de la propuesta

Esta propuesta permitirá que además de que la Gastronomía Ecuatoriana mejore su sabor gracias al mortiño, además se rescate esta fruta que ha sido olvidada, y por lo tanto se promueva su consumo en la dieta diaria de los ecuatorianos.

Esto también permitirá que la producción del mortiño se expanda en el país, situación que indudablemente generará mayores fuentes de ingresos para quienes están al frente de este sector productivo.

Además debido a las propiedades nutritivas que el mortiño posee, la salud de sus consumidores se verá beneficiada, ya que es un producto bajo en calorías y con gran cantidad de agua que permitirá su alto consumo debido a su sabor agradable.

Presupuesto general de la propuesta

El presupuesto general de la propuesta se describe a continuación en la siguiente tabla:

Cuadro 33 - Presupuesto de la propuesta

Detalle	Costo
Valor total de los platos contenidos en el fascículo	80,63
Consumo de Internet	20.00
Costo Impresión del fascículo modelo (20 hojas en tamaño A4 full color, papel couche)	15.00
Impresión 1000 ejemplares de fascículo para la entrega a restaurantes	15000,00
Total	15115,63

Fuente: elaborado por Juan Pablo Pazmiño.

CAPÍTULO V – CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

CONCLUSIONES

Según los resultados obtenidos se han llegado a establecer las siguientes conclusiones:

- Una de las principales razones por las cuales el mortiño no ha sido implementado de forma adecuada dentro de la Gastronomía ecuatoriana, es porque se desconoce sus propiedades nutricionales, así como otras aplicaciones para la fruta que no sea la tradicional colada morada.
- Dentro de las características y el aporte nutricional que posee el mortiño en la alimentación diaria se ha logrado determinar que contiene muchos nutrientes como la vitamina C, potasio, fosforo, magnesio, calcio, proteínas y un gran contenido de agua, los cuales resultan muy útiles para las personas, debido a sus propiedades hipocalóricas, antioxidantes, nutritivas y medicinales, las cuales previenen el colesterol y un envejecimiento prematuro, tanto mental como físico.
- La investigación de campo permitió establecer que entre las tendencias culinarias que más se consumen dentro de la Gastronomía ecuatoriana se encuentran la cocina tradicional donde se incluyen diversos platos típicos salados, y dulces como postres y jugos, en los cuales se puede incluir al mortiño junto con otros productos ya conocidos, para que de esta manera los consumidores no rechacen los nuevos platos que se han elaborado.
- De acuerdo a las condiciones y propiedades nutricionales que el mortiño posee es factible establecer nuevas alternativas culinarias que incluyan a esta

fruta dentro de la Gastronomía ecuatoriana, sobre todo si se considera la cocina tradicional y la preparación de platos dulces como postres y jugos.

- Finalmente se ha determinado que a través de la inclusión del mortiño en platos tradicionales como el seco de gallina y la cazuela, esta fruta puede ser aplicada dentro de la Gastronomía ecuatoriana, ya que este tipo de platos son los más apetecidos por los ecuatorianos, quienes se caracterizan por consumir aquellos productos conocidos, antes que experimentar y probar nuevas combinaciones como las que se usan en la cocina de autor o la cocina molecular.

RECOMENDACIONES

A los restaurantes de la zona de la Mariscal:

- Se recomienda que una de las medidas que los restaurantes de la zona de la Mariscal deben considerar para introducir en la dieta diaria de los ecuatorianos/as, el mortiño es importante incluir esta fruta en platos tradicionales con el objetivo de que las personas no rechacen estos platos, y por el contrario estén dispuestos a probarlos.

A los consumidores:

- Se recomienda que para que a la gente le interese consumir una fruta es fundamental conocer sus propiedades nutricionales y las ventajas que se producen para quien lo consume, por ello el suplemento que se desea realizar debe contener la información nutricional del producto y el aporte calórico de plato, con el objetivo de que los chefs conozcan esta información y la utilicen en provecho de sus clientes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Albán, Diego. (2006). *Difusión de la Gastronomía Nacional a través del Internet*. Tesis de Grado: previa la obtención del título de Administrador Gastronómico. Universidad Tecnológica Equinoccial. Ecuador.
2. Anónimo. (2012). *Beneficios y características del agraz o mortiño*. Disponible en:
<http://www.elheraldo.co/revistas/miercoles/nutricion/beneficios-y-caracteristicas-del-agraz-o-mortino-51735>.
3. Anónimo. *El Arándano, la Super Fruta del Siglo 21*. Disponible en:
<http://www.alimentacion-sana.org/PortalNuevo/actualizaciones/arandano.htm>
4. Anónimo. (2011). *El arándano azul latinoamericano, la "suprema superfruta"*. Disponible en:
http://www.bbc.co.uk/mundo/noticias/2011/07/110715_arandano_latinoamericano_superfruta_men.shtml
5. Anónimo. (2010). *El mortiño es una fuente de fósforo*. Disponible en:
http://agrytec.com/agricola/index.php?option=com_content&view=article&id=4429:el-mortino-es-una-fuente-de-fosforo&catid=46:noticias&Itemid=33
6. Anónimo. (2009). *El mortiño, una de las frutas con mayor potencial antioxidante*. Disponible en:
<http://www.mineducacion.gov.co/cvn/1665/article-184637.html>
7. Anónimo. *Montaje de platos*. Disponible en:
<http://www.imchef.org/presentacion-y-montaje-de-platos-la-guia-definitiva/>

8. Anónimo. *Propiedades del zumo de arándano rojo para adelgazar*. Disponible en: <http://www.aperderpeso.com/propiedades-del-zumo-de-arandano-rojo-para-adelgazar/>.
9. Anónimo. (2013). Diccionario ABC. Recuperado el 2013, de Diccionario ABC: <http://www.definicionabc.com/general/gastronomia.php>
10. Anónimo. (2013). I am Chef. Recuperado el Julio de 2013, de I am Chef: <http://www.imchef.org/presentacion-y-montaje-de-platos-la-guia-definitiva/>
11. Castañeda, Ivonne. (2006). *Conservación, caracterización y divulgación del conocimiento de poblaciones de (vaccinium meridionales) mortiño, presentes en los bosques alto andinos de la jurisdicción de Corantioquia. Segunda fase*. Trabajo de grado presentado como requisito parcial para optar al título de Ingeniera Agrónoma. Universidad Nacional de Colombia. Medellín.
12. Chamorro, Luis Alberto. (2012). *Lomo de cerdo y crocante de amaranto con chutney de chimbalos y salsa de mortiños*. Disponible en: <http://especiales.revistafamilia.ec/2012/05/saborEcuatoriano/receta.php?idRec=247&n=24&tp=0&pos=244&pag=recetas&hash=a39c0427126d25178984af038eb8d1c4fcaa45dd>.
13. Coba, Pablo y otros autores. (2012) Estudio Etnobotánico del mortiño (*Vaccinium floribundum*) como alimento ancestral y potencial alimento funcional. La Granja, Revista de Ciencias de la Vida Número XVI. Universidad Politécnica Salesiana. Ecuador.
14. De la Torre, María Belén. (2013). *El mortiño es aliado contra la obesidad*. Disponible en: http://www.elcomercio.com.ec/sociedad/mortino-aliado-obesidad_0_907709232.html

15. Diccionario Definición ABC. *Gastronomía*. Disponible en:
<http://www.definicionabc.com/general/gastronomia.php>
16. Escobar, Luis. (2009). *Conozcamos y usemos el mortiño*. Editorial Corantioquía. Tercera Edición. Colombia.
17. Fisher, C., y T. R. Scott. (2000). *Favores de los alimentos*. Acribia Editorial. Zaragoza – España.
18. Fuentes, Verónica. (2008). *Estudio del mortiño y Propuesta Gastronómica aplicada a un recetario*. Tesis de Grado previa a la obtención del título de Administradora Gastronómica. Universidad Tecnológica Equinoccial. Ecuador.
19. Gaviria y otros autores. *Propiedades antioxidantes de los frutos de agraz o mortiño (Vaccinium meridionale Swartz)*. Disponible en:
<http://www.aoxlab.com/wp-content/uploads/2009-2010/Libro-Agraz-Art5-Propiedades-Antioxidantes-De-Los-Frutos-De-Agraz.pdf>
20. Gutiérrez, José. (1998). *Ciencia y Tecnología culinaria*. Ediciones Díaz de Santos. Madrid.
21. Idrovo, V. (2013). *Investigación del mortiño, beneficios nutricionales y su aplicación a la repostería*. Quito: Universidad Tecnológica Equinoccial.

22. Loján, Leoncio. (2003). *El Verdor de los Andes Ecuatorianos: Realidades y Promesas*. SOBOC Grafic. Ecuador.
23. Muñoz, Viviana. (2004) *Determinación de métodos para producción de mortiño (*Vaccinium floribundum* Kunth), con fines de propagación y producción comercial*. Proyecto de Grado presentado al Departamento de Agroempresas como requisito para la obtención del título de ingeniero en Agroempresas. Universidad San Francisco de Quito. Ecuador.
24. Quingalombo, Belén. (2010). *Investigación de productos autóctonos del Cantón Mejía (uvilla, mortiño) para su utilización dentro de la repostería*. Tesis previa la obtención del título de Administrador Gastronómico. Universidad Tecnológica Equinoccial. Ecuador.
25. Román, D., Bellido, D. y García, P. (2010) *Dietoterapia, Nutrición Clínica y Metabolismo*. Editorial Díaz de Santos. España.
26. SCOTT, F. (2000). *Favores de los alimentos*. Editorial Acribia. Zaragoza – España.

ANEXOS

Anexo 1 - Encuesta sobre la aplicación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA ISRAEL

FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN – ESCUELA DE GASTRONOMÍA

CUESTIONARIO SOBRE LA APLICACIÓN DEL MORTIÑO EN LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA

Indicaciones:

Este cuestionario tiene como objetivo recoger información clara y precisa que permita establecer si es viable la aplicación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana, para lo cual le solicitamos que lea detenidamente cada una de las preguntas y marque con una X la opción que usted cree conveniente.

Género: **Edad:**

Tiempo que trabaja en el restaurante:

01. ¿Conoce usted la fruta llamada mortiño?

SI _____ NO _____

02. ¿Ha oído hablar usted sobre las propiedades nutricionales del mortiño?

SI _____ NO _____

03. ¿Conoce usted algunos platos que incluyan al mortiño como ingrediente?

SI _____ NO _____

04. ¿En su restaurante se ha elaborado algún platillo que incluya el mortiño y que no sea la tradicional colada morada?

SI _____ NO _____

05. Considera que a los clientes de su restaurante les gustaría degustar el mortño en elaboraciones cómo:

Carnes _____ Salsas _____ Pastas _____
Postres _____ Dulces _____ Bebidas _____

06. Considera que dentro de la Gastronomía ecuatoriana es viable la implementación de nuevos platos que incluyan el mortño como ingrediente principal

SI _____ NO _____

07. Considera que de acuerdo a las características del mortño como su sabor, dentro de la Gastronomía ecuatoriana se pueden implementar a esta fruta en platos como:

Carnes _____ Salsas _____ Pastas _____
Postres _____ Dulces _____ Bebidas _____

08. Considera que su restaurante cuenta con las herramientas necesarias para implementar el mortño en nuevas aplicaciones dentro de la Gastronomía Ecuatoriana

SI _____ NO _____

09. Dentro de la Gastronomía ecuatoriana en qué tipo de cocina cree que sería más recomendable utilizar el mortño

Cocina tradicional _____ Cocina gourmet _____ Cocina de autor _____
Cocina creativa _____ Cocina fusión _____ Cocina molecular _____

10. ¿Estaría usted dispuesto a utilizar un recetario que incluyan nuevas aplicaciones del mortño dentro de la Gastronomía Ecuatoriana?

SI _____ NO _____

¡Gracias por su colaboración!

Anexo 2 - Entrevista sobre la aplicación del mortiño en la Gastronomía Ecuatoriana.

**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA ISRAEL
FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN – ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

**ENTREVISTA SOBRE LA APLICACIÓN DEL MORTIÑO EN LA GASTRONOMÍA
ECUATORIANA**

Nombre: **Edad:**

01. ¿Considera que es posible que se puedan elaborar nuevos platos que incluyan al mortiño como ingrediente? ¿Cómo cuáles?

02. ¿Qué tipo de platos considera usted que a la gente le gustaría probar en un restaurante? ¿Por qué?

03. ¿De qué manera presentaría los nuevos platos que incluyan esta fruta?

04. Dentro de la Gastronomía ecuatoriana en qué tipo de cocina cree que sería más recomendable utilizar el mortiño ¿Por qué?

Cocina tradicional _____ Cocina gourmet _____ Cocina de autor _____
Cocina creativa _____ Cocina fusión _____ Cocina molecular _____

05. ¿Considera usted que un recetario que incluya nuevas aplicaciones del mortiño dentro de la Gastronomía Ecuatoriana sería utilizado por los chefs de la ciudad de Quito? ¿Qué debería incluir este recetario?

¡Gracias por su colaboración!