



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ

FACULTAD DE EDUCACION, TURISMO, ARTES Y HUMANIDADES

CARRERA DE HOSPITALIDAD Y HOTELERÍA

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

LICENCIATURA EN HOSPITALIDAD Y HOTELERÍA

TEMA:

DISEÑO DE UN RECETARIO GASTRONÓMICO CON PRODUCTOS
REGIONALES APLICANDO TÉCNICAS INTERNACIONALES

AUTORES:

ROSADO SABANDO GEMA ELIZABETH

CEDEÑO PIN JESUS DAVID

TUTOR:

LIC. EMIL VIERA MANZO.MBA

MANTA – MANABÍ – ECUADOR

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

CERTIFICO

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Educación, Turismo, Artes y Humanidades de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría de la estudiante ROSADO SABANDO GEMA ELIZABETH, legalmente matriculada en la carrera de HOSPITALIDAD Y HOTELERÍA, período académico 2025 2026(1), cumpliendo el total de **384 horas**, cuyo tema del proyecto o núcleo problémico es *"DISEÑO DE UN RECETARIO GASTRONÓMICO CON PRODUCTOS REGIONALES APLICANDO TÉCNICAS INTERNACIONALES"*

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, Jueves, 14 de agosto de 2025.

Lo certifico,



VIERA MANZO EMIL

Docente Tutor

CERTIFICO

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Educación, Turismo, Artes y Humanidades de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría del estudiante CEDEÑO PIN JESUS DAVID, legalmente matriculado en la carrera de HOSPITALIDAD Y HOTELERÍA, período académico 2025-2026(1), cumpliendo el total de **384 horas**, cuyo tema del proyecto o núcleo problémico es *"DISEÑO DE UN RECETARIO GASTRONÓMICO CON PRODUCTOS REGIONALES APLICANDO TÉCNICAS INTERNACIONALES"*

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, Jueves, 14 de agosto de 2025.

Lo certifico,



VIERA MANZO EMIL

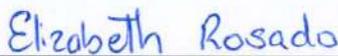
Docente Tutor

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Quien suscribe, Rosado Sabando Gema Elizabeth con C.I. 131494631-8 y Cedeño Pin Jesús David con C.I. 135058438-7, hace constar que los autores del proyecto investigativo titulado: *"DISEÑO DE UN RECETARIO GASTRONÓMICO CON PRODUCTOS REGIONALES APLICANDO TÉCNICAS INTERNACIONALES"*, el cual constituye una elaboración personal realizada únicamente con la dirección del tutor de dicho trabajo Lic. Emil Viera Manzo.

En tal sentido, manifiesto la originalidad de la conceptualización del trabajo, interpretación de datos y la elaboración de las conclusiones, dejando establecido que aquellos de otros autores se han referenciado debidamente en el texto de dicho trabajo.

Manta, Jueves, 14 de agosto de 2025.



Rosado Sabando Gema Elizabeth
ESTUDIANTE



Cedeño Pin Jesús David
ESTUDIANTE

APROBACIÓN DEL TRABAJO

El tribunal evaluador certifica:

Que, el trabajo de carrera, titulado "*DISEÑO DE UN RECETARIO GASTRONÓMICO CON PRODUCTOS REGIONALES APLICANDO TÉCNICAS INTERNACIONALES*", ha sido realizado y concluido por los estudiantes ROSADO SABANDO GEMA ELIZABETH y CEDEÑO PIN JESÚS DAVID; el mismo que ha sido controlado y supervisado por los miembros del tribunal.

El trabajo de fin de carrera reúne todos los requisitos pertinentes en lo referente a la investigación y diseño que ha sido continuamente revisada por este tribunal en las reuniones llevadas a cabo.

Para dar testimonio y autenticidad,

Firmamos:

Ing. Ángela Farfán Tigre, Mg.
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

Ing. Leonor Villacreses Ponce, Mg.
MIEMBRO TRIBUNAL

Ing. Irene Rodríguez Pincay, Mg.
MIEMBRO TRIBUNAL



Lic. Emil Viera Manzo. MBA
DOCENTE TUTOR

Rosado Sabando Gema Elizabeth
ESTUDIANTE

Cedeño Pin Jesús David
ESTUDIANTE

DEDICATORIA

Dedicado este trabajo a Dios quien es el pilar fundamental de mi vida. A él le agradezco por la sabiduría, la perseverancia y fortaleza que me han permitido alcanzar este logro.

A mis abuelos Wanerge y María, por su amor, paciencia y sabiduría, que me enseñaron con su ejemplo el valor del esfuerzo, la dedicación y los principios que hoy guían mi vida. Gracias por criarme, cuidarme, acogerme y estar presentes.

Elizabeth Rosado Sabando

Dedico este trabajo a mis padres por haberme forjado como la persona que soy. Gracias a esos consejos de enseñanzas y palabras de aliento han enriquecido mi formación y me han impulsado a dar lo mejor de mí, quienes con su apoyo incondicional y sacrificio han sido el pilar fundamental de mi vida.

Jesús Cedeño Pin

AGRADECIMIENTO

Quiero agradecer profundamente a Dios por brindarme todo lo necesario y por las lecciones de vida que han formado a la persona que soy hoy.

A mi familia con la que crecí, que ha sido un pilar fundamental en mi formación y me ha brindado apoyo constante a lo largo de mi vida.

A Jesús, mi compañero fiel durante esta etapa, por su apoyo incondicional. Gracias de todo corazón. Llegar hasta aquí significa que hemos cumplido una meta más.

A mis compañeras, cuya compañía hizo más llevadera esta etapa y con quienes compartí momentos valiosos que siempre recordaré.

Elizabeth Rosado Sabando

Agradezco a Dios por haberme dado la oportunidad de estudiar, por ser pilar de mi vida y a quién todo le debo.

Agradezco a mi familia por el apoyo en los momentos más difíciles y a todas las personas que de forma directa o indirecta contribuyeron a mi crecimiento personal y académico.

Agradezco a todas las personas e instituciones que me brindaron su apoyo y colaboración durante el desarrollo de esta tesis. Sin su ayuda no habría sido posible alcanzar los resultados obtenidos.

No encuentro las palabras para agradecer todo lo que has hecho por mí en este proyecto. En el transcurso de este viaje tanto académico como personal he tenido la fortuna de estar acompañado por una persona muy especial. Su presencia en mi vida ha sido una fuente constante de felicidad y apoyo. Elizabeth Rosado gracias por compartir conmigo este logro que también es tuyo.

Jesús Cedeño Pin

Jesús y Elizabeth

Agradecemos en conjunto a la Carrera de Hospitalidad y Hotelería, así como a todos los docentes que nos brindaron sus conocimientos y herramientas durante esta etapa. En especial, agradecemos a la Ing. Leonor Villacreces, Ing. Irene Rodríguez, Chef Marcos Durán, Chef Paul Fernández (Hotel Mantahost), Dra. Mabel Font, Dra. Pahola Diaz, Dra. Libertad Regalado cuyo compromiso y dedicación a la enseñanza constituyen un ejemplo que nos acompañará en nuestra formación profesional.

Finalmente, extendemos nuestro sincero agradecimiento a nuestro tutor, MBA Emil Viera Manzo, por su dedicación, tiempo, apoyo y confianza durante todo el proceso, así como por su calidad y calidez humana.

RESUMEN

La gastronomía manabita ha sido reconocida durante los últimos años por su riqueza cultural y ancestral de sabores y sazón, dando identidad propia a la provincia de Manabí, y recientemente distinguida como Región Mundial Gastronómica 2026. Sin embargo, la difusión internacional como provincia gastronómica se ve limitada por el registro o documentación de recetarios gastronómicos que integren innovación a través de técnicas internacionales culinarias, sin perder su esencial tradicional. Bajo esta premisa se planteó como objetivo diseñar un recetario gastronómico de diez platos representativos de Manabí, con productos locales, aplicando técnicas internacionales, con el fin de preservar y proyectar la cocina manabita a nivel internacional. Para la investigación se empleó una metodología combinada, donde se contrastaron los instrumentos a través de juicio de experto, y se recopilaron datos por medio de entrevistas y encuestas dirigidas a profesionales de la cocina manabita y residentes locales. Este método permitió identificar las coincidencias en los platos seleccionados, y que fueron elaborados tanto en su versión tradicional como innovadora, con el fin de analizar los posibles cambios, donde se registró una leve variación de sabor y textura ocasionado por la adaptación de utensilios y métodos aplicados durante el proceso de experimental y desarrollo de los platos. Como resultado se evidencia que las modificaciones y adaptaciones realizadas no alteran la autenticidad gastronómica de Manabí, además de presentar una aceptación progresiva hacia la innovación culinaria. El recetario diseñado contribuye a la preservación e innovación de la gastronomía, fomentando la promoción y el valor cultural de Manabí.

Palabras claves: gastronomía, recetario, técnicas internacionales, preservación, patrimonio cultural, innovación culinaria.

ABSTRACT

Manabí cuisine has been recognized in recent years for its cultural and ancestral richness of flavors and seasonings, giving the province of Manabí its own identity, and it was recently distinguished as a World Gastronomic Region 2026. However, its international promotion as a gastronomic province is limited by the lack of registration or documentation of gastronomic recipes that integrate innovation through international culinary techniques without losing their traditional essence. Under this premise, the objective was to design a gastronomic recipe book of ten dishes representative of Manabí, using local products and applying international techniques, in order to preserve and promote Manabí cuisine internationally. A combined methodology was used for the research, in which the instruments were compared through expert judgment, and data was collected through interviews and surveys of Manabí cuisine professionals and local residents. This method made it possible to identify similarities in the selected dishes, which were prepared in both traditional and innovative versions, in order to analyze possible changes. A slight variation in flavor and texture was noted, caused by the adaptation of utensils and methods applied during the experimental process and development of the dishes. As a result, it is evident that the modifications and adaptations made do not alter the gastronomic authenticity of Manabí, in addition to presenting a progressive acceptance of culinary innovation. The recipe book contributes to the preservation and innovation of gastronomy, promoting the cultural value of Manabí.

Keywords: gastronomy, recipe book, international techniques, preservation, culture heritage, culinary innovation.

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	1
Contexto del problema.....	4
Planteamiento del problema	6
Definición del problema	6
Objetivos.....	7
Objetivo General.....	7
Objetivos específicos.....	7
Variables	7
Justificación.....	7
MARCO TEÓRICO	9
Turismo: definición	9
Turismo gastronómico: definición.....	10
Historia y evolución de la Gastronomía	10
Gastronomía: definición	11
Gastronomía y Cultura.....	12
Gastronomía y Tradición	13
Gastronomía e Identidad.....	13
Gastronomía y Patrimonio.....	14
Gastronomía e Historia.....	14
Gastronomía como aporte económico, social, ambiental y oportunidad laboral....	14
Recetario.....	15
Recetas y Recetarios gastronómico	16
Técnicas de gastronómicas internacionales	17
Técnicas de servicio.....	17
El emplatado y sus técnicas	18
Métodos y Técnicas de cocción.....	20

Calidad en la gastronomía	21
Valor nutricional	22
Gastronomía Manabita	22
METODOLOGÍA.....	24
RESULTADOS	27
Entrevista a expertos y profesionales de la cocina Manabita	27
Encuesta dirigida a la comunidad Manabita.....	31
Selección de los platos según los resultados de las entrevista y encuesta	40
Proceso de elaboración y validación sensorial de los platos	41
Plato 1: Caldo de gallina criolla	41
Plato 2: Seco de gallina criolla	42
Plato 3: Tonga.....	44
Plato 4: Ceviche.....	45
Plato 5: Viche.....	46
Plato 6: Corviche/corvique	47
Plato 7: Tigrillo.....	48
Plato 8: Bola de verde.....	50
Plato 9: Bollo	51
Plato 10: Empanada de verde	52
Diseño del recetario gastronómico con técnicas internacionales	53
CONCLUSIONES.....	61
RECOMENDACIONES	62
BIBLIOGRAFÍA	63
ANEXOS	74

ÍNDICE DE FIGURA

Figura 1: Mapa de la provincia de Manabí.....	5
Figura 2: Diagrama de Ishikawa del planteamiento del problema	6
Figura 3: Diagrama de llaves del diseño del marco teórico	9
Figura 4: Línea de tiempo sobre la evolución gastronómica (parte 1)	10
Figura 5: Línea de tiempo sobre la evolución gastronómica (parte 2)	11
Figura 6: Diagrama de ciclo conceptual definiciones de un recetario.....	16
Figura 7: Diagrama de los componentes esenciales de un plato	19
Figura 8: Diagrama de las técnicas de emplatado	19
Figura 9: Diagrama de los métodos de cocción.....	21
Figura 10: Diagrama del diseño estructural metodológico.....	24
Figura 11: Recetario Gastronómico diseñado pág. 1	53
Figura 12: Recetario Gastronómico diseñado pág. 2.....	54
Figura 13: Recetario Gastronómico diseñado pág. 3.....	54
Figura 14: Recetario Gastronómico diseñado pág. 4.....	55
Figura 15: Recetario Gastronómico diseñado pág. 5.....	55
Figura 16: Recetario Gastronómico diseñado pág. 6.....	56
Figura 17: Recetario Gastronómico diseñado pág. 7.....	56
Figura 18: Recetario Gastronómico diseñado pág. 8.....	57
Figura 19: Recetario Gastronómico diseñado pág. 9.....	57
Figura 20: Recetario Gastronómico diseñado pág. 10.....	58
Figura 21: Recetario Gastronómico diseñado pág. 11.....	58
Figura 22: Recetario Gastronómico diseñado pág. 12.....	59
Figura 23: Recetario Gastronómico diseñado pág. 13.....	59
Figura 24: Recetario Gastronómico diseñado pág. 14.....	60
Figura 25: Recetario Gastronómico diseñado pág. 15.....	60

ÍNDICE DE TABLA

Tabla 1: Definiciones de gastronomía según diversos autores	11
Tabla 2: Aportes de la gastronomía según diferentes enfoques	14
Tabla 3: Tipos de servicios	17
Tabla 4: Técnicas de cocción	20
Tabla 5: Fase del desarrollo investigativo	26
Tabla 6: Resultado de las entrevista a expertos	28
Tabla 7: Resultados de las entrevista y encuesta	40
Tabla 8: Comparación tradicional e innovadora del plato Caldo de gallina	41
Tabla 9: Comparación tradicional e innovadora del plato Seco de gallina.....	42
Tabla 10: Comparación tradicional e innovadora del plato Tonga	44
Tabla 11: Comparación tradicional e innovadora del plato Ceviche	45
Tabla 12: Comparación tradicional e innovadora del plato Viche.....	46
Tabla 13: Comparación tradicional e innovadora del plato Corviche	47
Tabla 14; Comparación tradicional e innovadora del plato Tigrillo	48
Tabla 15: Comparación tradicional e innovadora del plato Bola de verde.....	50
Tabla 16: Comparación tradicional e innovadora del plato Bollo	51
Tabla 17: Comparación tradicional e innovadora del plato Empanada de verde	52

ÍNDICE DE GRÁFICA

Gráfico 1: Distribución de participantes según la edad.....	31
Gráfico 2: Distribución de participantes según sexo	32
Gráfico 3: Distribución de participantes según su lugar de nacimiento	32
Gráfico 4: Distribución de participantes según su nivel de educación.....	33
Gráfico 5: Distribución de participantes según ocupación o cargo	33
Gráfico 6: Frecuencia de consumo de platos tradicionales manabitas	34
Gráfico 7: Productos regionales distintivos de los platos tradicionales	35
Gráfico 8: Conocimiento sobre técnicas internacionales en la preparación de platos tradicionales manabitas.....	36
Gráfico 9: Consumo de platos tradicionales manabitas con técnicas internacionales....	36
Gráfico 10: Calificación de platos manabitas innovados con técnicas internacionales .	37
Gráfico 11: Importancia de conservar las recetas tradicionales de Manabí	38
Gráfico 12: Interés en un recetario con platos tradicionales innovador	38
Gráfico 13: Percepción sobre la adaptación de productos regionales manabitas con técnicas internacionales	39
Gráfico 14: Recomendaciones para promover la gastronomía tradicional de Manabí a nivel internacional	40

INTRODUCCIÓN

La gastronomía a través del tiempo ha conseguido evolucionar notablemente no solo como una forma de alimentar o cocinar sino también como una expresión cultural, obteniendo reconocimiento mundial. Este desarrollo permitió que las tradiciones culinarias y las innovaciones modernas se fusionen creando experiencias únicas de la comida a través de la identidad de los pueblos.

Según OMT (2022) la gastronomía no es solo cocinar, si no es la forma en la que se refleja el patrimonio cultural, las tradiciones y el sentido de comunidad de cada pueblo en el mundo, fomentando así el entendimiento entre las diferentes culturas y el acercamiento de las personas a las tradiciones.

La gastronomía al ser una representación de la identidad cultural de los pueblos está construida por la vida cotidiana de los mismo, por ende, debe ser protegida por y para las futuras generaciones. La gastronomía representa un recurso que ofrece un abanico de potenciales actividades llenas de contenido cultural e histórico para entretener el turista y proponerle una forma innovadora de hacer experiencia del territorio a través de un contacto multisensorial (Ortega, Sánchez, & Hernández, 2012).

A partir de la existencia de platos tradicionales y ancestrales de cada pueblo en el mundo, se crea la necesidad de preservar recetas, para que las futuras generaciones puedan degustar y conservar las mismas. Las cocinas y sus platos son una parte de patrimonio cultural tangible e intangible de un pueblo (Maldonado, 2016, citado en Nieto, 2020, p. 17). De acuerdo con Vázquez, Morales, & Pérez (2014) esto implicaría el desplazamiento de visitantes, tanto de turistas como excursionistas, cuyo motivo principal es degustar un plato o conocer el proceso de elaboración del mismo. Sin embargo, al no existir un medio formal que preserve las recetas, y al tan solo transmitirse únicamente de generación en generación, los platos tradicionales de un pueblo corren el riesgo de sufrir modificaciones o perder su esencia con el tiempo.

Esto limita la posibilidad de que tanto las futuras generaciones como los turistas interesados en la gastronomía puedan disfrutar de los platos en su forma original, lo que podría poner en peligro la autenticidad y singularidad de estas tradiciones culinarias. Tal como lo mencionan los autores Silva, Bonilla, Hernández, & Pérez (2016) los productos alimenticios usados por los ancestros están siendo sustituidos, están desapareciendo o han quedado en el olvido. Por lo tanto, se entiende que la gastronomía local posee un valor

simbólico, y representan la cultura de un pueblo, el cual tiene sus propios métodos y conocimientos, que contribuye a la identidad cultural y el patrimonio intangible.

Según Nieto (2020) la gastronomía mundial y local se basa en la estrecha relación de preparaciones frías o calientes, dulces o saladas de un lugar. Esta interacción se manifiesta tanto en la presentación final de los platos como en los detalles de su elaboración. En la actualidad, la gastronomía local busca relacionarse con la gastronomía mundial, reconociendo la riqueza que proviene de este intercambio cultural. Al desarrollarse tiene la intención de gratificar al comensal y compartir la cultura tradicional, fortaleciendo la experiencia culinaria, creando oportunidades a la fusión única entre lo local e internacional (Torres, Romero, & Viteri, 2017; Nieto, 2020; Torres & Castillo, 2021).

De acuerdo con el Ministerio de Turismo (2018), la gastronomía ecuatoriana en la actualidad busca presentar en sus platos la esencia de lo tradicional, lo innovador y creativo, obteniendo en la presentación la estética y la elegancia de las técnicas internacionales; a través de métodos técnicos como: cocina molecular, gelificación, deshidratación, emulsificación y esferificación entre otros, tal y como lo explica Rebón (2022) que destaca las nuevas tendencias de técnicas que se pueden aplicar para innovar los platos. Este tipo de fusión permite que los platos ecuatorianos resalten con visión internacional, logrando que muchos turistas extranjeros se interesen por la comida ecuatoriana, consiguiendo que el país entre en el top internacional de la gastronomía.

Tal como lo menciona Torres & Castillo (2021), la cocina fusión tiene un gran impacto, ya que lo interpretan como una forma de enriquecer la cultura mediante la investigación y la creación de nuevos conocimientos. Esto permite modernizar y mejorar las técnicas ya existentes, sin reemplazar los valores culinarios tradicionales, sino más bien ayudando a preservarlos. La idea de que los platos adopten la innovación de técnicas internacionales es para que se posicione la gastronomía a nivel mundial y que se impulse el desarrollo del turismo gastronómico de un país. Así mismo los turistas nacionales y extranjeros, al degustar de los platos, se lleven una experiencia única y lo puedan replicar en sus casas a través de recetarios innovadores, conservando las raíces culinarias de Ecuador, en cualquier parte del mundo.

Los recetarios gastronómicos constituyen algo más que simples recopilaciones de recetas; representan un patrimonio cultural que permite preservar y transmitir las tradiciones culinarias de una comunidad. Basándose en lo expuesto por Ascanio (2000) estos

documentos pueden surgir de la iniciativa de cocineros, recopiladores o entusiastas de la cocina, y son comúnmente compartidos en círculos íntimos, como familiares y amigos. Sin embargo, muchos de estos recetarios pueden quedar archivados y olvidados durante largos períodos, hasta que son redescubiertos, lo que revela su potencial para enriquecer el conocimiento gastronómico.

De acuerdo con Espinoza (2016), la transmisión oral de recetas, aunque es vital para la continuidad de las tradiciones, conlleva el riesgo de que estas se pierdan si no se preservan adecuadamente. Por ello, la escritura de prácticas culinarias resulta fundamental, ya que no solo documenta lo que se hace en la cocina, sino que también crea un vínculo entre la teoría y la práctica. Al mismo tiempo, esta documentación ofrece la oportunidad de evaluar críticamente las fuentes, asegurando la fidelidad de lo transmitido.

La cocina tradicional de Manabí ha encaminado una serie de expresiones auténticas en sabor, técnicas y saberes que la han conllevado a reconocimientos tanto a nivel nacional como internacional. Como señala Duarte & Parreño (2025), “se trata de una de las expresiones culinarias más ricas y representativas del país”. En 2018 el Ministerio de Cultura y Patrimonio y el Instituto Nacional de Patrimonio Cultural reconocen a la Cocina Tradicional Manabita como Patrimonio Inmaterial del Ecuador (INPC, 2018). Y en 2024 la sazón manabita fue reconocida internacionalmente con el título de Región Mundial de Gastronomía 2026 por el Instituto de Gastronomía, Cultura, Arte y Turismo (IGCAT) (Ministerio de Turismo, 2024). Estos reconocimientos respaldan la necesidad de documentar y proyectar la herencia gastronómica manabita con autenticidad e innovación.

En este sentido, el diseño de un recetario gastronómico que integre productos regionales con técnicas internacionales es crucial para fusionar la riqueza de los ingredientes locales con innovaciones culinarias globales. Esto no solo permitiría revalorizar los productos tradicionales, sino también proyectar la cocina local hacia un contexto más amplio, enriqueciendo las posibilidades creativas y de expansión de la gastronomía ecuatoriana. Así, el recetario se convierte en una herramienta no solo para preservar el patrimonio culinario, sino también para potenciar su evolución y adaptación en el panorama gastronómico contemporáneo.

Contexto del problema

Ecuador es uno de los países con mayor diversidad geográfica, flora y fauna del mundo. Ostenta cuatro regiones principales: Costa (Costa del Pacífico), Sierra (cordillera andina), Oriente (la selva amazónica) e Insular (galápagos).

La región costa es una área geográfica que se encuentra entre el Océano Pacífico y la Cordillera de los Andes. Se extiende a lo largo de 640 Km, ofrece grandes atractivos turísticos por poseer una vegetación diversa desde bosques húmedos, selvas, hasta zonas semidesérticas. Manglares y hermosas playas, forman parte de esta región donde se obtiene una amplia variedad de productos del mar y la tierra como el banano, cacao, camarón y atún que se conjuga con las tradiciones culinarias de su gente para crear la más rica y diversa gastronomía del país. Se extiende por las provincias de Esmeraldas, Santo Domingo, Manabí, Los Ríos, Guayas, Santa Elena y El Oro, (GoRaymi, 2022).

La provincia de Manabí cuenta con 350 kilómetros de playa, a partir de Ayampe (al sur) hasta Cojimíes (al norte), también cuenta con montañas, cascadas y ríos. Ocupa un territorio de unos 19.427,64 km², limita al oeste con el Océano Pacífico, al norte con la provincia de Esmeralda, al este con la provincia de Santa Domingo de los Tsáchilas y provincia de los Ríos, al sur con la provincia de Santa Elena y al sureste con la provincia del Guayas. Su temperatura promedio es de 25 grados centígrados y posee un clima subtropical entre seco y húmedo, (EcuRed, 2022).

Según INEC (2022), la población de Manabí es de 1'592.840 personas. La capital es Portoviejo y está constituido por 22 cantones. Manabí se ha caracterizado por su gran variedad de playas, paisajes y suelos, convirtiéndose en uno de los principales destinos turísticos del país, además de contar con una diversidad de especies mamíferas, marinas, aves y vegetación, todos estos elementos forman parte valiosa del patrimonio natural de la provincia. Además de su diversidad natural Manabí es una provincia multicultural representada por fiestas tradicionales como: Las fiestas de San pedro y San pablo, Fiesta del Montubio, Fiesta de la Virgen de Monserrate entre otras, que hacen de Manabí un importante Patrimonio Cultural Inmaterial, a través de estas festividades se resalta la gastronomía manabita el aspecto más destacado del patrimonio cultural reconocido a nivel nacional e internacional por su gran diversidad y sabor único, (EcuRed, 2020).

Manabí se identifica por una amplia y deliciosa gastronomía en donde su característica principal es la producción de los ingredientes básicos para la comida manabita dándole un toque particular entre los platos principales y reconocidos están: bollos, tongas, bolones, corviches, empanada de verde, cuajada, queso chonero, seco de gallina criolla, hallaca, suero blanco, caldo de gallina criolla, salpieta, chame frito, ceviche, viche de pescado o camarón, tortillas de yuca o maíz y dulce de Rocafuerte, entre otros.

Figura 1: Mapa de la provincia de Manabí



Fuente: Elaboración propia.

Planteamiento del problema

Este trabajo contribuye a los resultados científicos y tributa al Proyecto de investigación institucional “Activación del Patrimonio comunitario para el desarrollo local al turístico sostenible”, como también al proyecto de vinculación “Enfoque integral en la experiencia del cliente en relación con el patrimonio gastronómico manabita”.

En la siguiente imagen se puede observar el planteamiento del problema en un Diagrama de Ishikawa detallando las causas que surgen por la escasez de recetarios gastronómicos de comida manabita con técnicas internacionales, provocando como resultado efectos negativos en el desarrollo de nuevos recetarios gastronómicos.

Figura 2: Diagrama de Ishikawa del planteamiento del problema



Fuente: Elaboración propia.

Definición del problema

¿Como aportar al desarrollo turístico gastronómico, y a la internacionalización de la gastronomía manabita?

Objeto

Recetario Gastronómico

Campo de acción

Provincia de Manabí

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un recetario gastronómico con productos regionales aplicando técnicas internacionales para el fortalecimiento de la cocina manabita.

Objetivos específicos

- Investigar las bases teóricas y técnicas de la gastronomía aplicadas en la preparación de platos, con énfasis en la tradición y cultura culinaria manabita.
- Determinar aquellos platos representativos que se utilizan en la cocina manabita involucrando a expertos y a comunidades de la provincia.
- Evaluar sensorialmente la aceptación de los platos intervenidos en comparación con sus versiones tradicionales.
- Establecer el diseño final del recetario incorporando elementos visuales con explicación del proceso de preparación y utilización de técnicas internacionales.

Hipótesis

Reconocimientos del recetario gastronómico por usar técnicas internacionales.

Variables

Variable Independiente

Recetario gastronómico con platos tradicionales de Manabí aplicando técnica internacionales

Variable Dependiente

Preservación e innovación de la gastronomía tradicional de Manabí.

Justificación

La creación de un recetario gastronómico de platos tradicionales de Manabí aplicando técnicas internacionales es una iniciativa al valor cultural y social de la localidad. El recetario gastronómico es la expresión tangible de la identidad, tradición e historia de un pueblo, en este caso representa la rica herencia gastronómica manabita.

Este documento no solo preserva el conocimiento ancestral transmitido de generación en generación, sino que también garantiza que estas prácticas y sabores únicos no se pierdan en el transcurso del tiempo, manteniendo así viva la esencia de cada plato.

Al incorporar técnicas internacionales y el uso de nuevos utensilios se promueve la aplicación de nuevas tendencias gastronómicas, pero sin alterar la autenticidad de los

platos promoviendo así un equilibrio entre innovación y respeto por las tradiciones gastronómicas de Manabí. Según el MINTUR de Ecuador, la sazón manabita fue reconocida internacionalmente con el título de Región Mundial de Gastronomía 2026 por el Instituto de Gastronomía, Cultura, Arte y Turismo, esta postulación internacional fue liderada por el prefecto de Manabí, Leonardo Orlando; el rector de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, Marcos Zambrano y el presidente de la fundación Fuego, Orazio Bellettini (Misterio de Turismo, 2024), lo que incentiva la participación y el crecimiento del turismo gastronómico de la provincia.

Esto permite que los sabores y preparaciones de Manabí adapten tendencias gastronómicas contemporáneas, logrando que la comida manabita sea más accesible y atractiva tanto a nivel nacional como internacional.

Este recetario desde un enfoque cultural e histórico, se convierte en un puente que conecta el pasado con el presente, documentando así no solo recetas, sino también el significado de la identidad, tradición y valor con el que se ha desarrollado los tradicionales platos de Manabí. Todo esto contribuye al fortalecimiento del turismo al posicionarse como un destino gastronómico único, lo que impulsa a la economía local y regional siendo un referente de la riqueza cultural ecuatoriana. Tal como lo afirma el MINTUR de Ecuador, la gastronomía es uno de los motores para la reactivación turística y económica, el país posee una gran variedad culinaria e identidad en cada plato que se sirve al turista. Todas las preparaciones son una muestra de los productos, sabores y saberes que con seguridad continuarán despertando el interés por conocer cada rincón del Ecuador (Ministerio de Turismo, 2021).

Un recetario de esta naturaleza destaca la importancia de respetar y valorar el conocimiento ancestral mientras se adaptan y aplican nuevas formas de presentación, técnicas de cocción y emplatado moderno. De esta manera, se asegura que la gastronómica de Manabí mantenga su esencia y característica única, pero que a su vez se proyecte a nuevas audiencias y mercados, obteniendo su lugar dentro del panorama gastronómico global.

Capítulo I

MARCO TEÓRICO

El presente marco teórico está diseñado por conceptos y definiciones que fortalecen al proyecto de investigación. A continuación, se muestra un esquema del diseño teórico explicando la metodología aplicada.

Figura 3: Diagrama de llaves del diseño del marco teórico



Fuente: Elaboración propia.

Turismo: definición

El turismo es un fenómeno social, cultural y económico que supone el desplazamiento de personas a países o lugares fuera de su entorno habitual por motivos personales, profesionales o de negocios. Esas personas se denominan viajeros (que pueden ser o bien turistas o excursionistas; residentes o no residentes) y el turismo abarca sus actividades, algunas de las cuales suponen un gasto turístico, (OMT, 2008).

Históricamente Thomas Cook aportó a la actividad turística, ya que es reconocido como el primer agente de viajes dedicado de tiempo completo en 1851, así como también el padre del turismo moderno (WordPress, 2015). Además de inventar en 1867 el bono o voucher, documento que permitía su utilización en hoteles de ciertos servicios, contratados y prepagados a través de una agencia de viajes (Guerrero & Ramos, 2014).

Tal y como lo afirma Burkart & Medlik, el turismo se define entonces como el desplazamiento corto y temporal de las personas hacia destinos fuera del lugar de su residencia y trabajo, independientemente de las actividades emprendidas durante la estancia en sus destinos, citado en (Ruiz & Casas, 2017).

Turismo gastronómico: definición

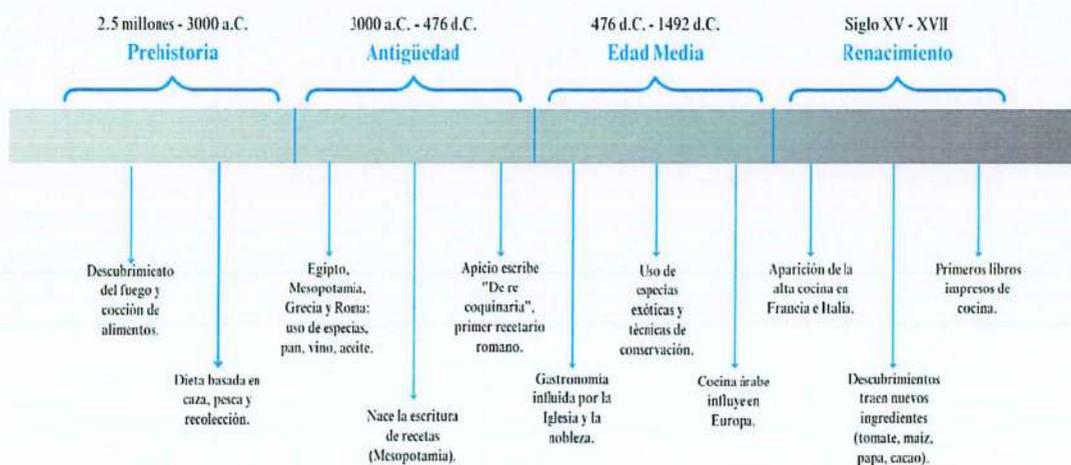
El Comité de Turismo y Competitividad define el turismo gastronómico como un tipo de actividad turística que se caracteriza por el hecho de que la experiencia del visitante cuando viaja está vinculada con la comida y con productos y actividades afines. Lo que genera experiencias gastronómicas auténticas e innovadoras de la comida tradicional del lugar visitado, a través de los festivales gastronómicos, asistencia de clases de cocina o adquisición de productos locales (OMT, 2005).

El turismo gastronómico se define como aquellos viajes que tienen como foco fundamental la gastronomía local del destino o, al menos, constituye una parte importante del mismo, según lo menciona Richard (2002) citado en (Esteban, 2015).

Historia y evolución de la Gastronomía

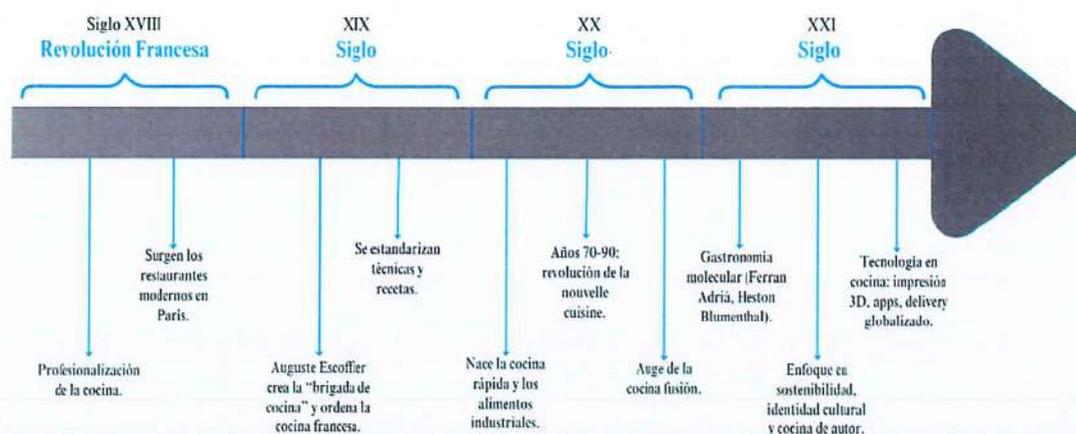
La historia de la gastronomía refleja la evolución de la humanidad en su búsqueda por alimentarse, desde la cocina primitiva hasta las sofisticadas técnicas culinarias contemporáneas. Los intercambios culturales y los avances tecnológicos han sido clave en su desarrollo y transformación constante. A continuación, se presenta una línea de tiempo que resume los principales hitos en la historia y evolución de la gastronomía.

Figura 4: Línea de tiempo sobre la evolución gastronómica (parte 1)



Fuente: Elaboración propia basada en diversos autores.

Figura 5: Línea de tiempo sobre la evolución gastronómica (parte 2)



Fuente: Elaboración propia basada en diversos autores.

La línea de tiempo presentada es el resultado de la recopilación de diversas fuentes bibliográficas escritas por distintos autores: (McGEE, 2007; Pérez M., 2009; Gutierrez, 2012; Mójica, 2013; Ordoñez & Robalino, 2018; Ies Guillem Colom Casasnovas, 2020). Su diseño tiene como objetivo ofrecer una visión clara y fundamental del desarrollo de la gastronomía a lo largo del tiempo.

Gastronomía: definición

La gastronomía se define como la disciplina que estudia la procedencia de los platos típicos de un lugar, tomando en cuenta factores culturales, religiosos, geográficos e históricos. La palabra gastronomía viene del griego gaster, que significa "vientre" o "estómago" y nomos que significa "distribuir", "gobernar" o "arreglar" (Educa Edtech Group, 2010).

A continuación, se muestra un cuadro comparativo sobre distintas definiciones de la gastronomía definidas por varios autores:

Tabla 1: Definiciones de gastronomía según diversos autores

Autor	Definición
(OMT, 2020)	La gastronomía es mucho más que cocinar. Refleja el patrimonio cultural, la tradición y el sentido de comunidad de cada pueblo y es una forma de fomentar el entendimiento entre diferentes culturas, de acercar a las personas y sus tradiciones.

Autor (Ies Guillem Colom Casanovas, 2020)	Definición La gastronomía se define como un conjunto de conocimientos y actividades relacionadas con ingredientes, recetas, técnicas culinarias y su evolución a través de la historia. Los platos que se cocinan en cada lugar del mundo son un signo de identidad e igual que otras manifestaciones tienen, además de una gran importancia nutricional, también una importancia cultural.
Autor (Gillespie & Cousins, 2001)	Definición Gastronomía como el arte y la ciencia del buen comer y beber, un concepto que se extiende hacia las nociones de tradición, cultura, sociedad y civilización.
Autor (Oxford University Press, 2015)	Definición Define a la gastronomía como el estudio de la relación entre comida, cultura, arte y ciencia de preparar y servir comida rica o delicada y apetitosa.
Autor (Kesimoğlu, 2015)	Definición Para el turismo la gastronomía es vista como una evolución de la culinaria, donde se “entiende que el alimento es patrimonio, con un potencial atractivo para convertirse en producto turístico y, como tal, todos los destinos con ricos patrimonios culinarios pueden convertirse en centros gastronómicos.

Fuente: Elaboración propia.

La comparación de diversas definiciones sobre la gastronomía propuesta por los autores, demuestra que a pesar de los distintos enfoques todos coinciden que la gastronomía no solo es una acción de preparar y cocinar alimentos. La gastronomía representa el conocimientos ancestral del origen de un pueblo, misma que refleja la historia cultural de un plato tradicional donde se ve envuelta la identidad, la tradición, las técnicas implementadas y la evolución del mismo a través de los años, lo que se convierte en patrimonio cultural digno de ser preservado y celebrado por generaciones.

Gastronomía y Cultura

La gastronomía es un símbolo territorial, una muestra tanto de la cultura como de la naturaleza que nos define como seres humanos con arraigo a un determinado lugar. La gastronomía típica es parte del patrimonio de las sociedades, un trazo de su identidad que

se refleja a través del cultivo, los productos y platos típicos, o las formas de servir y consumir, propias de un pueblo, pero ajenas de otros (Fusté-Forné, 2016).

En este sentido, la gastronomía determina la relación del ser humano con su alimentación y su entorno, a través de elementos culinarios, culturales y sensoriales. Dentro de la cultura culinaria se considera el consumo y la elaboración de los platos como acciones simbólicas, que se van transformando en costumbres, conjunto de reglas y maneras de elegir, preparar y consumir los alimentos (López, Rodríguez, & Castillo, 2014).

Gastronomía y Tradición

La gastronomía como tradición implica un cúmulo de diversos conocimientos que se van transmitiendo y heredando de una generación a otra, de forma oral por medio del lenguaje o escrita a través de textos culinarios (López, Rodríguez, & Castillo, 2014). Esto permite que el conocimiento gastronómico se plasme en la mente de los nativos quienes enaltecerán y transmitirán el saber culinario, asegurando preservar y prolongar el patrimonio gastronómico como medio de identidad.

La gastronomía de cada sociedad, tiempo atrás se basaba en pautas alimenticias heredadas que se transmitían de generación en generación, lo que se conoce como tradiciones culinarias, que se mantuvieron con el paso del tiempo. Estas tradiciones dependían de los productos del entorno y la temporada, además de una sabia combinación de alimentos con el fin de cubrir las necesidades alimenticias de un pueblo (Rosselló, 2012).

Gastronomía e Identidad

Los alimentos forman parte de la construcción de las identidades de individuos y sociedades (Muchnik, 2006). La identidad cultural-gastronómica se caracteriza por elementos singulares locales. Este significado es el resultado de los hábitos culturales que se adquieren y reproducen a lo largo de la vida, a través de los alimentos que se consumen. Cada región manifiesta su identidad cultural-gastronómica socialmente formada a medida que la cultura incorpora los cambios a su carácter (Nunes dos Santos, 2007).

Para Barros (2005), lo que nos identifica por encima, incluso de la lengua que hablamos son las costumbres en torno a la alimentación. Tal y como lo afirman Fernández, Aguirregoitia, & Bringas (2019), va más allá de los alimentos, es la forma en la que se aplica las técnicas de preparación, los ingredientes y los utensilios que forman el diferenciador cultural, que da como resultado la expresión de un momento histórico que otorga sentido de pertenencia y una prueba irrefutable de identidad cultural de un pueblo.

Gastronomía y Patrimonio

El patrimonio cultural inmaterial incluye las prácticas, conocimientos y expresiones que las comunidades reconocen como parte de su identidad cultural (UNESCO, 2003). En consecuencia, la gastronomía es considerada parte del patrimonio cultural que representa a las comunidades que lo practican y transmiten a lo largo del tiempo.

La interacción con la naturaleza y la historia, infunde un sentimiento de identidad y continuidad que contribuye a promover el respeto de la diversidad cultural y la creatividad humana (UNESCO, 2003). A partir de este marco los autores, sostienen que la Unesco reconoce a la gastronomía no solo como un elemento patrimonial, sino también como factor de interés para los turistas, mismo que contribuirán al atractivo de un territorio (Fernández, Aguirregoitia, & Bringas, 2019).

Gastronomía e Historia

La gastronomía ha tenido una evolución constante por la necesidad humana, lo que impulso a crear, modificar e innovar formas de preparar los alimentos. En este sentido en el transcurso de la historia, la humanidad ha perfeccionado los alimentos, aprovechando los recursos del mundo. En la actualidad, el hombre ha podido mejorar sus platillos, tanto en el sabor como la preparación de los alimentos, y todo esto gracias a la experiencia, pero también al conocimiento obtenido a través de la investigación (Macias Lara, 2020).

Gastronomía como aporte económico, social, ambiental y oportunidad laboral

A continuación, se muestra un cuadro comparativo de los distintos aportes de la gastronomía según distintos autores.

Tabla 2: Aportes de la gastronomía según diferentes enfoques

Factores de desarrollo		
Economía	(Falcón, 2014).	La gastronomía posibilita el desarrollo turístico del territorio, tanto como recurso básico o complementario, al ampliar las posibilidades de comercialización y al extender la misma a otros sectores económicos.
	(Torres, Romero, & Viteri, 2017).	La gastronomía tiene un impacto en la elección del destino turístico y el consumo, que se refleja en el crecimiento de la oferta gastronómica como los productos autóctonos y la consolidación del mercado.

Social	(Caraballo, 2023).	La gastronomía social cuida los recursos esenciales al asumir la responsabilidad de la producción de los alimentos. Tiene el poder de mejorar la sociedad, contribuyendo a la educación, salud, arte y ecología.
	(Equipo BCH, 2020).	Es el proceso de transformar la cocina mediante la inclusión social, promoviendo la reducción de desperdicios y el hambre. Teniendo las habilidades para influir de manera social, económica, cultural y ambiental.
Medio Ambiental	(Binz & Conto, 2019).	La sustentabilidad en la gastronomía es un conjunto de prácticas para que el sistema alimentario ocurra de forma responsable en el desarrollo y el futuro de la sociedad, al valorar la producción y la calidad de los alimentos.
	(Nestlé Professional, 2024).	El Día de la Gastronomía Sostenible, tiene como propósito promover prácticas alimentarias que respeten el medio ambiente, mediante el desarrollo de la economía local a través del abastecimiento responsable, la eficiencia en la cocina y gestión de residuos.
Oportunidad Laboral	(SEGIB & BCC, 2022).	La gastronomía permite la conexión entre el trabajo urbano y rural, generalmente conecta diversos campos laborales, lo que demuestra la contribución al crecimiento económico inclusivo, al empleo pleno y al trabajo decente (ODS 8).
	(Villada Vélez, 2024).	Los festivales gastronómicos impactan directamente la economía local a través de la creación de empleos directos e indirectos. Beneficiando a trabajadores y familias, que contribuye al crecimiento económico y turístico del país.

Fuente: Elaboración propia.

El aporte de la gastronomía es capaz de producir efectos positivos en los factores de desarrollo de una región como en el ámbito económico, social, ambiental y laboral, el cuadro comparativo propuesto por distintos autores demuestra que a pesar de los distintos conceptos todos contribuyen al aporte local y al sector productivo de una región, mejorando aspectos en la población a través de las actividades turística gastronómica.

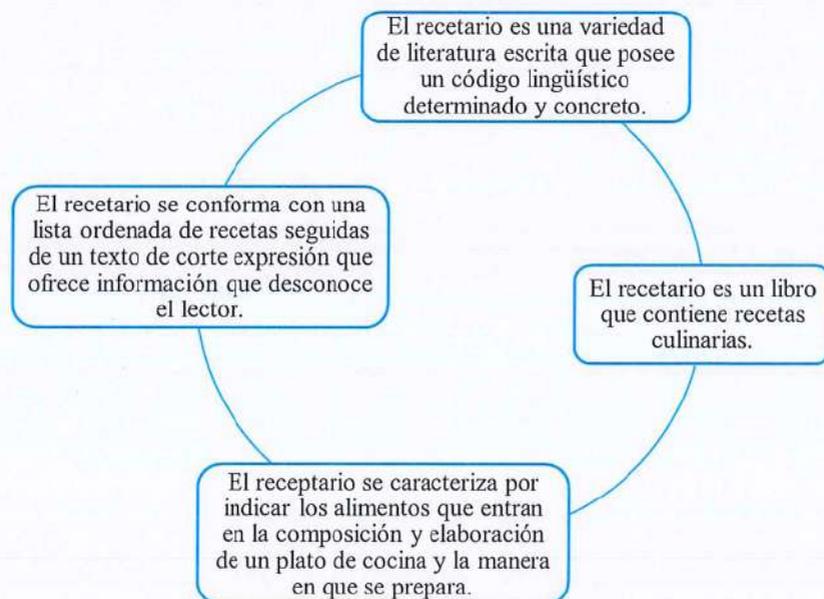
Recetario

Según RAE (2025), el concepto de recetario se puede interpretar de la siguiente manera:

1. Anotación o apuntamiento de todo lo que el médico ordena que se suministre al enfermo, tanto en alimentos como en medicinas.
2. En los hospitales, libro o cuaderno en blanco que sirve para poner las anotaciones del médico sobre el tratamiento del enfermo.
3. Conjunto de recetas, puestas regularmente en un alambre por los boticarios.
4. Conjunto de recetas, notas que comprenden aquello de que debe componerse algo.
5. Libro de medicinas usuales y de su composición.

En el artículo *El lenguaje técnico de un recetario de cocina* de Viudas (1982), el autor muestra diversas ideas de lo que se define como un recetario, los cuales de manera sintetizada se muestran en la siguiente imagen para mejor comprensión:

Figura 6: Diagrama de ciclo conceptual definiciones de un recetario



Fuente: Elaboración propia a partir de Viudas (1982)

Los recetarios son la esencia de la escritura que muestra paso a paso los ingredientes o componentes que se necesita para una preparación, independientemente al área que se enfoque o pertenezca.

Recetas y Recetarios gastronómico

Según Espinoza Hernández (2016), el recetario se comprende como el documento que permite acceder a la cocina tradicional de un grupo, es decir el conjunto de prácticas relacionada a su alimentación, su importancia radica en la comprensión cultural y ancestral de sus recetas. La receta de cocina narra un proceso que contiene la información necesaria, en forma de instrucciones para ejecutar una serie de tareas, sean preparaciones

previas como caldos y fondos, complementarias como salsas y guarniciones o un producto final (Sánchez, 2021).

La palabra receta viene del latín recipere, que significa dar y recibir información. Las recetas de cocina incluidas en un recetario deben estar presentadas de acuerdo con un cierto orden como el tipo de preparación y cumplir una serie de requisitos básicos que pueden ser tiempo y temperatura de cocción, grado de dificultad, valor calórico de los alimentos, tips o trucos de preparación (Cartay, 2022).

Técnicas de gastronómicas internacionales

Según Rebón (2023), las técnicas gastronómicas son los tipos de procesos que se aplican en los alimentos, estos procesos van desde la limpieza, la preparación, tipo de cocción y tiempo de conserva de los alimentos. La implementación de técnicas culinarias permite mejorar diferentes preparaciones, utilizando técnicas, conocimiento y experiencia gastronómicas al hacer combinaciones de diferentes producto (Romero Suárez, 2023).

La incorporación de técnicas internacionales permite a los chefs experimentar con nuevas texturas, sabores y combinaciones, mientras mantienen la esencia de los ingredientes autóctonos (Góngora, 2025). Implementar estas técnicas permite enriquecer la gastronomía local, elevando la complejidad del plato al introducir capas adicionales de sabor funcionando los conocimientos ancestrales con las influencias globales.

Técnicas de servicio

Según Pérez (2024), los servicios gastronómicos son el conjunto de procesos mediante los cuales se presentan y sirven alimentos y bebidas a los comensales, abarcando desde la preparación y disposición del menú hasta la atención brindada durante la experiencia culinaria, adaptándose al estilo del establecimiento y las expectativas del cliente.

En el siguiente cuadro se muestra los distintos tipos de servicios, su definición y una imagen correspondiente para una mejor comprensión de la técnica aplicada.

Tabla 3: Tipos de servicios

Tipo de servicio	Definición	Imagen
Americano	Servicio más común en restauración moderna. Los cocineros arman los platos individuales que el mesero lleva directamente a la mesa.	

Inglesa	El mesero sirve los alimentos desde fuentes directo al plato del comensal, por el lado izquierda. El servicio es rápido y eficiente.	
Francesa	Similar al inglés, pero el comensal se sirve por sí mismo desde fuentes presentadas por el mesero. Más lento, pero más participativo.	
Rusa	Servicio elegante, eficiente y común en banquetes. El mesero sirve desde bandejas a cada comensal con cuchara y tenedor.	
Gueridón	El mesero prepara o finaliza los alimentos frente al cliente usando un carrito especial (gueridón).	

Fuente: Elaboración propia basada en INATEC (2016); imágenes generadas por OpenAI (2025)

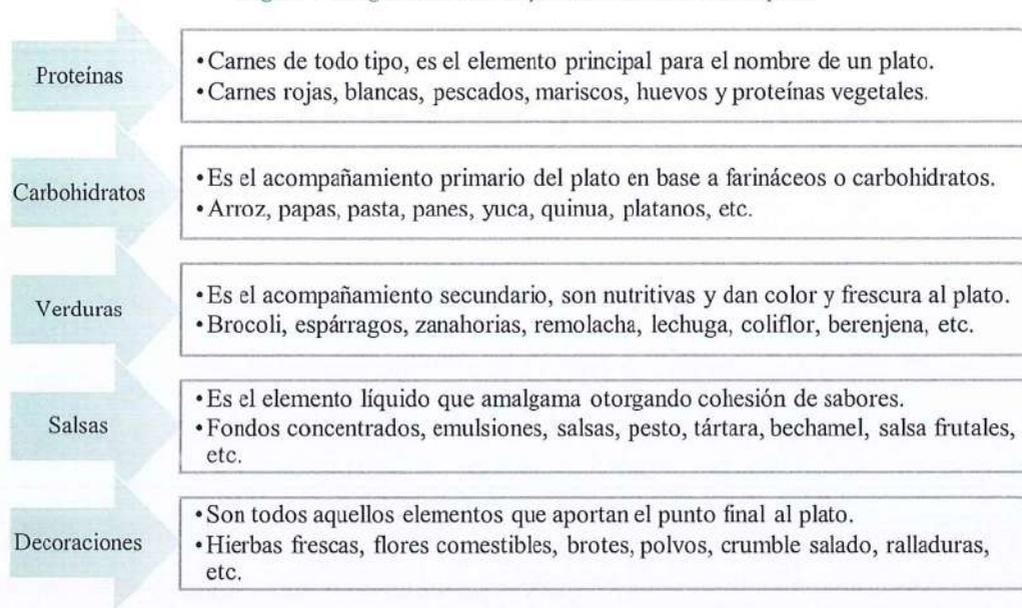
Los tipos de técnicas de servicio que se muestran en el cuadro anterior se basan en INATEC (2016), tienen como objetivo reflejar los distintos procesos o formas de servicio que existe desde que se elaboran los alimentos hasta llegar al comensal, con el fin de brindar un servicio que se base en la calidad y experiencia que se ofrezca al cliente.

El emplatado y sus técnicas

Para la RAE, la palabra emplatado consiste en colocar la comida en el plato de cada comensal antes de presentarlo en la mesa (RAE, 2024). Según (Caicedo, Gavilanes, & Domínguez, 2023; Arcos, 2024) las técnicas de emplatados es el método que se utiliza para darle forma visual y estética a los alimentos en un plato con el fin de crear una experiencia atractiva al comensal. Son fundamentales para realzar los sabores, texturas y colores de los ingredientes, mejorando la experiencia del comensal sobre el plato.

A continuación, se muestra un diagrama secuencial de los componentes de un plato esenciales para un emplatado, elaborado con base en Lara (2018):

Figura 7: Diagrama de los componentes esenciales de un plato

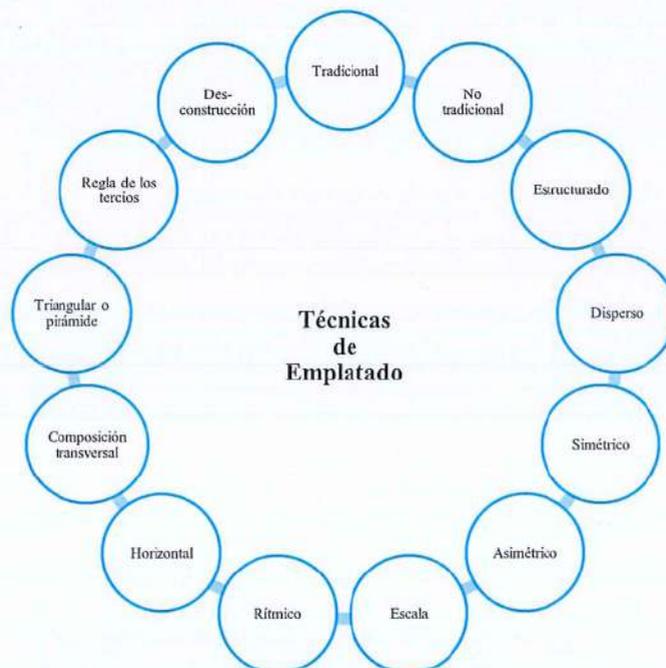


Fuente: Elaboración propia a partir de Lara (2018)

La correcta elección y balance de estos elementos son fundamentales para la elección de tipo de emplatados o montajes que se escoja para la presentación final del plato.

En el siguiente diagrama se muestra los distintos tipos de técnicas de emplatado:

Figura 8: Diagrama de las técnicas de emplatado



Fuente: Elaboración propia a partir de Muñoz (2017) y Urbina (2019)

La propuesta de los tipos de emplatados se emplea a partir de información recolectada de los presentes autores (Muñoz V. , 2017; Urbina, 2019), conocer y emplear estas técnicas

permite resaltar la textura, color y forma, influyendo en la percepción visual del plato y mejorando la experiencia sensorial del comensal.

Métodos y Técnicas de cocción.

La cocción es el proceso culinario capaz de transformar física y químicamente el aspecto, la textura, la composición y el valor nutritivo de un alimento mediante la acción del calor con el fin de satisfacer los sentidos de la vista, el gusto y el olfato, haciendo los alimentos más digeribles y apetecibles, y aumentando su vida útil y su seguridad (Caracuel, 2008).

En este sentido, se comprende que la cocción es la forma en que se cocina los alimentos, la textura y sabor que se quiere obtener a través de la técnica que se aplique. Las técnicas culinarias engloban los procesos, tanto en crudo y en frío, como aquellas que emplean el calor para transformar los alimentos con el objeto de hacerlos digeribles, atractivos y apetecibles a la hora de presentarlos en un plato ante el comensal (Salas, 2015).

Existen diferentes tipos de métodos culinarias que transforman las propiedades organolépticas de los alimentos como el sabor, el aroma, la textura, el color, la temperatura, y valor nutricional.

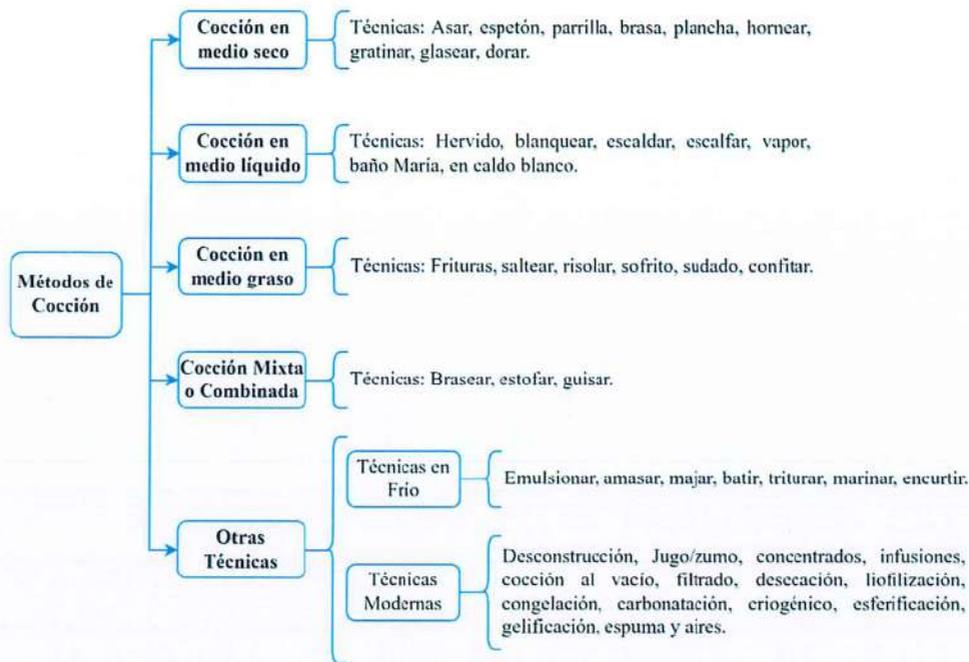
Tabla 4: Técnicas de cocción

Técnicas de cocción	Técnicas en frío: Estas técnicas se realizan sin aplicar calor, y normalmente se llevan a cabo en condiciones de frío, ya sea a temperatura ambiente, refrigeración o congelación.
	Técnicas calor: Esta técnica se realiza normalmente aplicando calor. Pueden ser a temperaturas muy altas o medias, mediante el fuego o aparatos tecnológicos que generen temperaturas, mayores a 60 °C.
	Técnicas modernas: Se caracterizan por el uso de tecnología y equipo especializado, puede aplicarse tanto en frío como caliente, lo que permite modificar la estructura, forma y presentación.

Fuente: Elaboración propia basada en diversos autores.

El cuadro anterior fue elaborado tomando como referencia las clasificaciones propuestas por diversos autores (Salas, 2015; Muñoz & Tocagón, 2023), quienes abordan las técnicas de cocción según la aplicación en frío, con calor o mediante innovación tecnológica. En el siguiente diagrama se visualizan los distintos métodos de cocción, para comprender la función y transformación de alimentos.

Figura 9: Diagrama de los métodos de cocción



Fuente: Elaboración propia basada en diversos autores.

El diagrama anterior fue desarrollado a partir del análisis comparativo de diversos autores (Oña, 2016; Repagas, 2019; González, 2020; Zamora, 2023), cuyas propuestas permitieron identificar y reorganizar elementos clave, según su clasificación.

Calidad en la gastronomía

Para la industria alimentaria es de gran importancia entender la relación existente entre las propiedades y los atributos de calidad percibidos. Un conocimiento adecuado de estas propiedades permitiría incorporar al producto final los atributos de calidad deseados mediante la gestión de los procesos a lo largo de la cadena alimentaria. Entre los diferentes tipos de calidad en alimentos se encuentran: higiénica y sanitaria, la bromatológica (incluye propiedades nutritivas y de composición), la sensorial u organoléptica, la tecnológica, la ética (denominada emocional), la calidad de uso (practicabilidad) y la relacionada con aspectos de salud (Prieto, Mouwen, López, & Cerdeño, 2008).

La calidad en la gastronomía no solo se refiere al sabor o presentación de los alimentos, sino también a su inocuidad. Según la FAO (2006), la seguridad alimentaria se refiere a los alimentos que, por su característica físicas, nutricionales y sanitarias, cumplen con los estándares necesarios para cubrir el valor nutricional energético y dietético. Su aplicación es esencial en el diseño de métodos culinarios y recetarios, ya que contribuye a prevenir enfermedades transmitidas por alimentos y a mantener la calidad del producto final.

Valor nutricional

Según EPMS (2022) & Nestlé (2023), el valor nutricional es la cualidad nutritiva presente en un plato, que determina el valor energético y la carga de nutrientes como: carbohidratos, grasas, proteínas, fibra, azúcar, sodio, vitaminas y minerales. Para Caballero (2023), uno de los principales objetivos que tiene la gastronomía es integrar alimentos que aporten beneficios saludables y nutricionales, preservando al mismo tiempo la experiencia sensorial y el exquisito sabor patrimonial de recetas.

Gastronomía Manabita

A partir de una investigación académica de temas relacionado a la gastronomía en general, con el fin de comprender conceptos específico, es necesario resaltar y contextualizar la gastronomía Manabita. Manabí esta localizada en el centro-noreste del Ecuador continental, se encuentra dividida políticamente en 22 cantones. Las actividades principales de la provincia son el comercio, la ganadería, la industria y la pesca donde se encuentra el segundo puerto más importante del país (Gobernación de Manabí, 2016).

Fue creada el 25 de junio de 1824, y desde el 2003, junio fue declarado como el mes del Manabismo a fin de enaltecer los componentes culturales y tradicionales ancestrales de esta población (Ministerio de Cultura y Patrimonio, 2017).

Manabí pertenece a una de las 24 provincia del país Ecuador, siendo esta destacable por su gastronomía exquisita y única a nivel nacional, es por ello que en los últimos años Manabí ha sido merecedora de una serie de reconocimiento tanto a nivel nacional como internacional. Según INPC (2018), reconoce a la Cocina Tradicional Manabita como Patrimonio Inmaterial del Ecuador; en 2023 el horno manabita fue certificado como parte del patrimonio cultural inmaterial del país (Ministerio de Cultura y Patrimonio , 2023); se declara oficialmente a la provincia como Región Mundial de la Gastronomía 2026 por parte del IGCAT el Instituto Internacional de Gastronomía, Cultura, Arte y Turismo (Perfectura de Manabí, 2025). Estos son algunos de los tantos reconocimientos que posee Manabí considerados como patrimonial cultural tanto material como inmaterial.

Estos reconocimientos se deben a la basta gastronomía manabita que van desde sus destacables utensilios tradicionales, ingredientes típicos hasta sus platos más representativos. Para Regalado (2019), entre los utensilios de mayor uso en la provincia se encuentra: rallador, piedra de moler, molino, molinillo, ollas de barro, bateas, horno de leña, utensilios como cucharas, ollitas, vasos a base de mate, además que a partir de estos

utensilios se desplaza las tradicionales técnicas utilizadas por manabitas como cocinar con leña y el uso de hojas como la del plátano y maíz.

Manabí es el claro ejemplo de una provincia auténtica debido al uso de técnicas y utensilios autóctonos y tradicionales, que nacieron con el fin de preparar y manipular ingredientes típicos de la misma. Según GoRaymi (s.f.) la especialidad de Manabí se da por los ingredientes principales en los que destacan el plátano, maní, yuca, camote, choclo, maduro, carne de chanco, gallina criolla, café pasado, marisco tanto de agua salada (cangrejo, camarón, concha, langosta, calamar, pulpo, pescados: dorado picudo, camotillo, corvina, caritas, pinchaguas, albacora, etc.), como de agua dulce (camarón de río, chame, barbudo, guanchiche), productos derivados de leche (cuajada, queso chonero, mantequilla, suero blanco, etc.), huevos de gallina criollas, aguardiente, entre otros.

A partir de esta diversidad de ingredientes nace una variedad de platos tradicionales de Manabí como el viche, ceviche, corviche, salprietá, empanadas, bollos, bolones, tonga, seco de gallina criolla, caldo de gallina criolla, cazuela, hayaca, pastelillo, greñoso, tortillas y torta (de yuca, maíz, verde), entre muchos otros platos más, que hacen de Manabí una provincia con Cocina Tradicional única que refleja la identidad cultural de las costumbre ancestrales (GoRaymi, s.f.; Gastronomía Milenaria, 2025).

Manabí no solo es gastronomía, también es historia, cultura, identidad y tradición. Es la representación de la historia viva, donde se reflejan fiestas patronales, procesiones religiosas, creencias, amorfinos, herencia cultural que trasciende en el tiempo. Es sombrero tejido con habilidad y técnica ancestral; representación del legado cultural; es tradición, celebración, y exposición de color, danza, música, desfile y juego tradicional; es costumbre, sazón incomparable, identidad es el resultado de una larga historia.

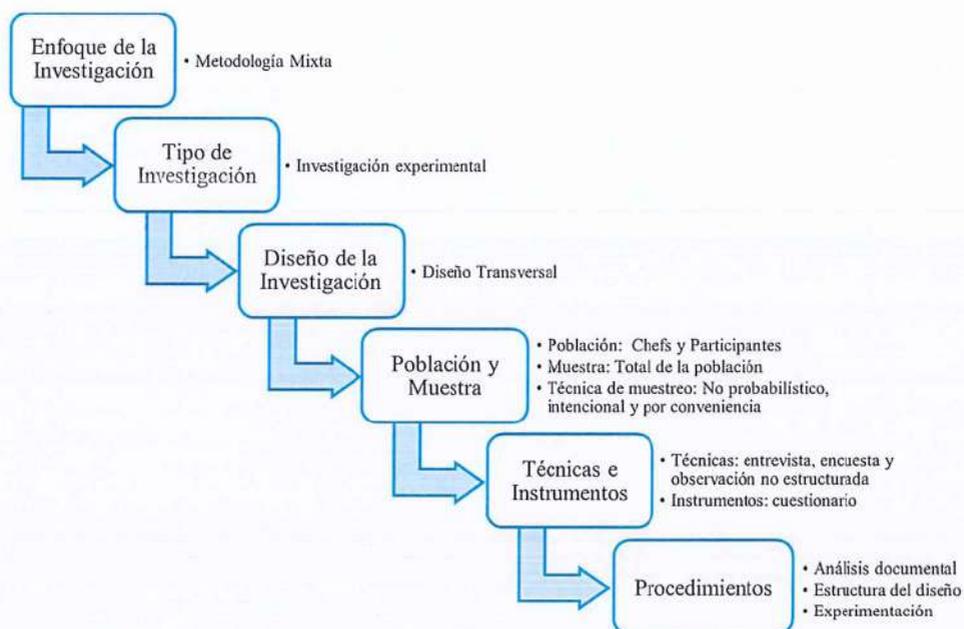
Según Benavides & Rivera (2024), destacan que la intervención de técnicas modernas en recetas tradicionales no solo permite conservar el patrimonio culinario, sino también potenciar su valor a través de la innovación. Su investigación confirma que la combinación de tradición e innovación es una estrategia necesaria para preservar la identidad cultural, y generan propuestas atractivas para nuevos públicos. Este antecedente respalda la creación de un recetario de la gastronomía manabita con técnicas internacionales busca precisamente garantizar la preservación de platos tradicionales y, al mismo tiempo, ofrecer un aporte innovador que fortalezca la proyección cultural y gastronómica de la región.

Capítulo II

METODOLOGÍA

En este capítulo se muestra el diseño metodológico y estructura general que se aplica en esta investigación. A continuación, se presenta un diagrama para mejor entendimiento:

Figura 10: Diagrama del diseño estructural metodológico



Fuente: Elaboración propia

Para llevar a cabo esta investigación se aplicó un enfoque metodológico mixto. Los métodos mixtos son aquellos en los que se integran datos cuantitativos y cualitativos de forma complementaria para producir una comprensión más profunda y completa del fenómeno bajo estudio (Tashakkori & Teddlie, 2003, citado en (Pérez, Cobaisse, Villagrán, & Alvarado, 2023)). Esta metodología permitió el uso de datos cualitativos mediante la elaboración y análisis de recetas tradicionales recogidas a través de entrevistas a chefs, y cuantitativos mediante los resultados de encuestas aplicadas a 75 participantes para validar los platos más representativos.

El tipo de investigación aplicada fue experimental, se intervienen recetas tradicionales manabitas mediante la aplicación de técnicas internacionales con el fin de crear un recetario gastronómicos. La investigación experimental se caracteriza por la manipulación intencionada de la variable independiente y el análisis de su impacto sobre una variable dependiente (Ramos, 2021). Donde la variable independiente corresponde a la técnica internacional aplicada en el recetario gastronómico y la dependiente los

resultados de la evaluación sensorial obtenida de los platos innovados. El diseño empleado fue transversal puesto que los datos se recopilaron una sola vez a través de una imagen que muestra el resultado final del plato tradicional intervenido.

En la selección de la población y muestra, se trabajó con un total de población finita de 81 participantes, quienes al mismo tiempo constituyen la muestra del estudio, la técnica de muestreo general aplicada es no probabilística, dentro de este grupo participante 75 fueron seleccionados por conveniencia debido a la disponibilidad del mismo, mientras que 6 fueron seleccionados de forma intencional, profesionales en la gastronomía por la experiencia directa en la cocina tradicional manabita.

Para la recopilación de datos e información se aplicaron diferentes técnicas e instrumentos, se realizó la validación de instrumentos de la guía de la entrevista y encuesta mediante el método de experto, donde intervienen especialistas (dos en metodología de la investigación y uno en gastronomía), para evaluar la claridad y coherencia de los ítems. Una vez validado el instrumento se procedió a su aplicación, la entrevistas a los profesionales en la gastronomía para identificar los platos más representativos y conocer su opinión sobre la aplicación de técnicas internacionales; y la encuesta a los participantes para recopilar su percepción sobre que platos consideran más tradicionales. Con base a la información obtenida, se procedió a la selección y experimentación de los platos más representativos, posteriormente se seleccionó 5 personas de los 81 participantes involucrados para la evaluación sensorial, donde se valoró y analizó los cambios percibidos entre la preparación tradicional y la versión internacional. Durante el proceso de elaboración se aplicó la observación no estructurada y con ello se integra la triangulación metodológica.

El procedimiento de esta investigación se desarrolló en tres fases:

Tabla 5: Fase del desarrollo investigativo

	Objetivo	Actividad	Acciones	Producto de evidencia	Observación
F A S E 1	Investigar las bases teóricas y técnicas de la gastronomía aplicadas en la preparación de platos, con énfasis en la tradición y cultura culinaria manabita.	Revisión documental y análisis bibliográfico.	Recopilación de información académica sobre gastronomía, recetas, técnicas de emplatado y cocción, calidad, etc.	Documentación clasificada, fichas bibliográficas, matriz de análisis, bases para el marco teórico.	Se identificó escasa bibliografía sobre gastronomía local.
F A S E 2	Determinar aquellos platos representativos que se utilizan en la cocina manabita involucrando a expertos y a comunidades de la provincia.	Diseño metodológico, validación de instrumentos y aplicación de entrevista y encuestas.	Elaboración y validación de los instrumentos (entrevista y encuesta) mediante juicio de expertos. Aplicación de entrevistas a chefs y encuestas a participantes.	Instrumentos validados. Entrevista y encuestas aplicadas. Resultados de entrevista y encuesta.	Colaboración y participación activa de los expertos y participantes.
F A S E 3	Evaluar sensorialmente la aceptación de los platos intervenidos en comparación con sus versiones tradicionales. Establecer el diseño final del recetario incorporando elementos visuales con explicación del proceso de preparación y utilización de técnicas internacionales.	Experimentación y procesamiento de datos.	Procesamiento de datos. Experimentación de platos tradicionales usando técnicas internacionales. Evaluación sensorial de los platos intervenidos. Y observación no estructurada del proceso experimental. Redacción y diseño para elaboración del recetario.	Gráficos de análisis. Registros fotográficos de la experimentación. Observaciones sensorial. Versión final del recetario.	Innovación aceptada, pero prevalece elección de la versión tradicional.

Fuente: *Elaboración propia*

Capítulo III

RESULTADOS

En la presente fase se demuestran los resultados obtenidos a partir de las entrevistas realizadas a profesionales en la gastronomía manabita y las encuestas realizadas a la comunidad manabita.

Entrevista a expertos y profesionales de la cocina Manabita

Se entrevistó a 6 profesionales del ámbito gastronómico, todos con más de 10 años de experiencia en distintas áreas de la cocina, que incluye: un chef ejecutivo de hotel, una experta y propietaria de un restaurante gourmet, una historiadora y escritora de la cocina manabita, un chef principal de hotel, un estudiante y emprendedor que se desempeña como jefe de A&B en un hotel y el Subdecano de la universidad.

A continuación, se muestran las preguntas y respuestas de la entrevista:

Preguntas de la entrevista:

1. ¿Cuáles son los platos tradicionales más representativos de la cocina manabita que usted considera deben incluirse en un recetario gastronómico?
2. ¿Qué características o ingredientes hacen únicos a estos platos en comparación con otras regiones?
3. ¿Qué técnicas internacionales considera que podrían aplicarse para innovar o intervenir estos platos sin perder su identidad tradicional?
4. ¿Cómo percibe la aceptación de las nuevas versiones de los platos tradicionales, cuando se aplican técnicas internacionales?
5. ¿Qué recomendaciones daría para el diseño de un recetario que sea accesible y útil para chefs y público general, preservando la identidad manabita?

Tabla 6: Resultado de las entrevistas a expertos

Experto entrevistado	Respuestas
<p>Pregunta 1</p> <p>Dra. Libertad Regalado Historiadora y escritora Servicio profesional Más 40 años</p>	<p>Ceviche, viche, corviche, bollos: de plátano, de maíz (humita), y de yuca (tamborcito); hayaca, tortilla de maíz, pan seco, empanadas, chicha de maíz, muchin de yuca, hornado: de albacora, cabeza de chancho, de panza, de patas; greñoso, bolas de verde, caldo de gallina criolla, seco de gallina criolla.</p> <p>Maíz, maní, yuca, zapallo, frejol, camote, ají, sal, pimientos, tomates, plátanos (según la escritora menciona que el plátano no existía en América, fue introducido durante la conquista española por eso es considerado producto ancestral), marisco, pescado, salpíeta, achiote, manteca chanco, hoja de plátano, longaniza y morcilla, vinagre.</p> <p>Procesamiento del maíz para obtener su harina (cocinar, rallar y moler), también el uso del horno de barro, por el cuál podemos cocinar, asar, hornear, soasar, ahumar, cocción lenta.</p> <p>Considera que se debe de respetar las técnicas tradicionales, pero que desde la llegada de afros al país se introdujo ciertas técnicas en Manabí que hoy en día se consideran técnicas internacionales, pero con otros nombres.</p>
<p>Pregunta 2</p> <p>Pregunta 3</p> <p>Pregunta 4</p>	<p>Corviche, ceviche de jipijapa, viche, colonche, tonga, bollos, hayaca, hornado de cabeza de chanco, cortadito de choclo, caldo de haba con chanco, pescado hornado, seco de chivo, muchines, empanadas de verde, caldo de gallina, seco de gallina, carne punzada, morcilla, longaniza, cuajada, bolón.</p> <p>Cuatro producto base, plátano, maíz amarillo, yuca, maní.</p> <p>Se tiene que conocer la receta base, para luego proceder a la innovación, y así conseguir los mismo sabores en otras texturas y tamaños.</p> <p>Depende mucho del nicho del mercado, en Manabí no todos quieren consumir vanguardismo estamos acostumbrados a las grandes porciones, Fuera del país si tienen esos detalles donde las porciones son pequeñas, pero la aceptación de nosotros es original por nuestros platos únicos.</p> <p>En mi recomendación que la receta sea la tradicional, tiene que ser original porque si la hace un chef quiere decir que es la receta del chef y no la del plato original manabitas. Para que la receta sea innovadora la materia prima tiene que estar en diferentes países para que así en esos países desarrollen dicho plato. Trabajar con el vinagre de guineo.</p>
<p>Pregunta 1</p> <p>Pregunta 2</p> <p>Pregunta 3</p> <p>Pregunta 4</p> <p>Pregunta 5</p> <p>Ing. María Cedeño Chef ejecutivo Restaurante Más de 16 años</p>	<p>Corviche, ceviche de jipijapa, viche, colonche, tonga, bollos, hayaca, hornado de cabeza de chanco, cortadito de choclo, caldo de haba con chanco, pescado hornado, seco de chivo, muchines, empanadas de verde, caldo de gallina, seco de gallina, carne punzada, morcilla, longaniza, cuajada, bolón.</p> <p>Cuatro producto base, plátano, maíz amarillo, yuca, maní.</p> <p>Se tiene que conocer la receta base, para luego proceder a la innovación, y así conseguir los mismo sabores en otras texturas y tamaños.</p> <p>Depende mucho del nicho del mercado, en Manabí no todos quieren consumir vanguardismo estamos acostumbrados a las grandes porciones, Fuera del país si tienen esos detalles donde las porciones son pequeñas, pero la aceptación de nosotros es original por nuestros platos únicos.</p> <p>En mi recomendación que la receta sea la tradicional, tiene que ser original porque si la hace un chef quiere decir que es la receta del chef y no la del plato original manabitas. Para que la receta sea innovadora la materia prima tiene que estar en diferentes países para que así en esos países desarrollen dicho plato. Trabajar con el vinagre de guineo.</p>

Experto entrevistado	Respuestas
Pregunta 1	Seco de gallina, caldo de gallina, seco de chivo, hornado de pescado al horno, hornado de cerdo al horno, el aserrín más conocido como el pescado desmenuzado, el ceviche de camarón, seco de pato.
Pregunta 2	Pimiento verde, cebolla blanca, la cebolla colorada, la chillangua, el cilantro, la pimienta, orégano, oreganon, refrito: tomate, pimiento, cebollitas, achiote, aceite, ajo, comino y maní.
Pregunta 3	Yo diría que en lo personal no necesito ninguna técnica internacional porque yo me acojo a la preparación ancestral de cada una de estas recetas.
Pregunta 4	En otros lados también se consiguen los mismos productos no sé por qué cambian o tienen esa tendencia de usar otros productos que supuestamente tal vez no logren encontrar y que en realidad sí. Ejemplo: en Europa, España, al sur Argentina, Chile y Perú, los cuáles son los países que yo he ido el pescado, el camarón, no cambia por qué es la identidad lo que hace el sabor.
Pregunta 5	Lo que hemos hablado se plasma en un solo contexto, usar todos los ingredientes que tenemos en nuestras manos es decir lo que podemos tenerlos en casa y lo que podemos comprar sin perder la identidad de estos productos, porque si nosotros vamos a cambiar vamos a dañar, no vamos a ganar sino a dañar, lo que hace que se pierda la identidad.
Pregunta 1	La gastronomía manabita no puede tener un preferido y depende de la persona que lo prepare, ya sea tendencia chola o montubia, mi top 5 de platos más tradicionales sería el bollo de jipijapa, viche de mariscos, torta de pescado, greñoso y la tonga.
Pregunta 2	Mariscos, maní y plátano.
Pregunta 3	Nuestros ancestros ya utilizaban técnicas como el papillón, es una técnica que envuelve el alimento y lo ingresan al horno, también la técnica del pochado, que es cuando el caldo está hirviendo y se procede a agregar un huevo. Sobre técnicas internacionales ya se aplican en la gastronomía manabita de manera indirecta por ejemplo croqueta de tonga.
Pregunta 4	Las presentaciones minimalistas son más llamativas fuera de Manabí. Mientras que para los poblacion manabita lo que más le llama la atención es la sazón y la cantidad exuberante de comida.
Pregunta 5	Hierbas aromáticas, hiervas no convencionales como la verdolagas y el trébol, mapa geográfico de donde conseguir las especias marítimas como en Salango y Liguíqui, los costos, descripciones de paso a paso o detalles de las preparaciones.

Experto entrevistado	Pregunta	Respuestas
Fernando Arévalo Chef Ejecutivo Restaurante "Hotel Oro Verde Manta" Más de 17 años	Pregunta 1	La Tonga, colonche, viche, ceviche de jipijapa.
	Pregunta 2	El maní, el pescado, los mariscos; la sazón y la técnica ancestral que posee Manabí.
	Pregunta 3	Cocciones al vacío, macerados, fermentado sin perder la esencia mejorando y realzando el sabor.
	Pregunta 4	El comensal ecuatoriano está abierto a probar cosas nuevas, gracias al trabajo de los chef por enfocarse a un mercado internacional.
	Pregunta 5	Que sea lo más detallado, que sean entendibles las preparaciones tanto para el público general, así como para los chefs, un diálogo más técnico en temas de cortes, cocciones y tiempos, entre otros datos necesarios para la elaboración de los platos en el recetario.
Paul Fernández Chef Restaurante "Hotel Manta Host" Más de 30 años	Pregunta 1	La tonga, arroz marinero, camotillo en cualquier presentación, ceviche, tigrillo, bolones, humita, torta de choclo, corviche, empanada, bollo y torta de verde.
	Pregunta 2	Longaniza, el verde, maní, salpíeta esa son lo más esencial.
	Pregunta 3	Hay muchas recetas, pero si se le pueden hacer la fusión, desconstrucción, espumar, lo importante es mantener la esencia y su sabor original por más que se le aplique la técnica que sea.
	Pregunta 4	Hay muchas gente que aún está arraigada a la comida tradicional, pero aun así hay una gran cantidad de comensales que prefieren la innovación siempre y cuando se mantenga el sabor.
	Pregunta 5	El recetario debería lenguaje más técnico con palabras de la actualidad, que la puedan usar estudiantes, chefs y personas en general.

Fuente: Elaboración propia

A partir de las entrevistas realizadas a profesionales de la gastronomía manabita, se identificaron un total de 26 platos representativos de la cocina local. Sin embargo, no todos los expertos coincidieron en lo mismo, por ello, para obtener un resultado más preciso, se analizaron las respuestas de los platos que fueron mencionados más de tres veces, indicando un consenso sobre la representatividad de estos platos.

Al analizar la información se obtuvo un total de 11 platos que coinciden más de 3 veces por los expertos entre ellos están: Ceviche mencionado 5 veces; Viche, tonga y bollo mencionados 4 veces cada uno; y empanadas, hornado de cabeza de choncho, hornado de pescado, bolas de verde, caldo de gallina criolla, seco de gallina criolla, corviche, mencionados 3 veces cada uno.

Al ser estos platos los más relevantes desde la perspectiva profesional de los entrevistados, se tomarán en cuenta para la siguiente fase, es decir, su posible preparación y adaptación con técnicas internacionales. Cabe recalcar que esta selección es preliminar, se complementará posteriormente con los resultados obtenidos de las encuestas realizadas a los participantes encuestados, con el fin de validar la posibilidad de coincidencia entre las percepciones de los profesionales de la cocina y la comunidad manabita.

Encuesta dirigida a la comunidad Manabita

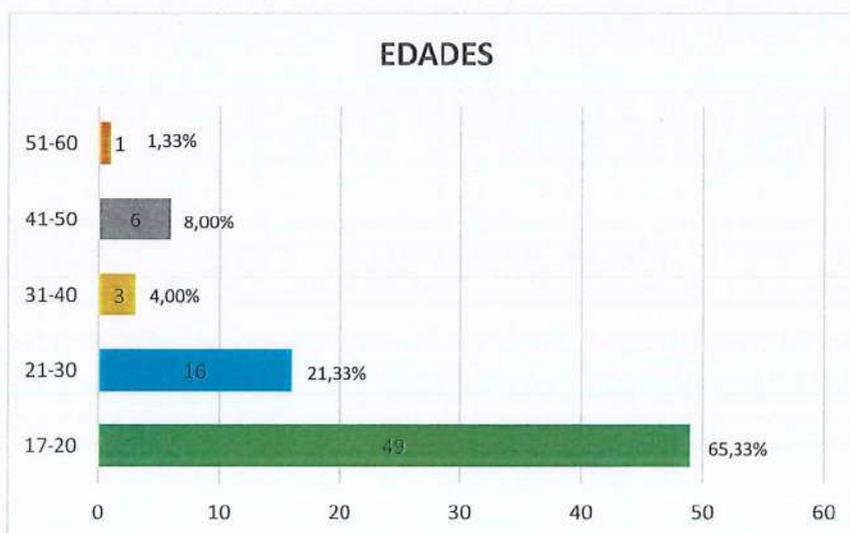
Se encuestó a 75 personas de la comunidad manabita, en los que destacan residentes permanentes como residentes temporales que actualmente viven, estudian o trabajan en la ciudad de Manta. Participantes que fueron seleccionados por conveniencia debido a la disponibilidad y área de conocimiento de los mismos, con el fin de conocer su percepción sobre los platos que consideran más representativos de la provincia.

A continuación, se muestran las preguntas y resultados, representados en gráficas:

Datos generales del Encuestado:

1. Edad del Encuestado:

Gráfico 1: Distribución de participantes según la edad

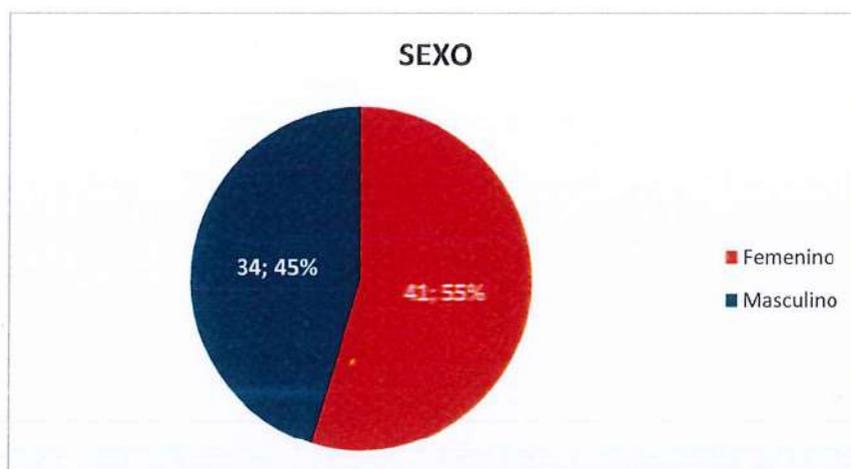


Fuente: Elaboración propia

La gráfica presenta la distribución de las edades por rangos, de los 75 participantes encuestados, donde se observa que la mayoría del grupo se concentra entre los 17-20 años representando un 65,33%, seguido por el rango de 21-30 con un 21,33%, mientras que el resto representa 13,33 % en total que va desde los 31-60 años. Esta información permite determinar el perfil etario de la muestra utilizada en la encuesta.

2. Sexo del Encuestado:

Gráfico 2: Distribución de participantes según sexo



Fuente: Elaboración propia

La gráfica presenta que, de los 75 participantes encuestados, el 55% (41 personas) corresponde al sexo femenino y el 45% (34 personas) representan al sexo masculino. Esta información permite caracterizar el perfil por sexo de la muestra utilizada en la encuesta.

3. Lugar de nacimiento del Encuestado:

Gráfico 3: Distribución de participantes según su lugar de nacimiento



Fuente: Elaboración propia

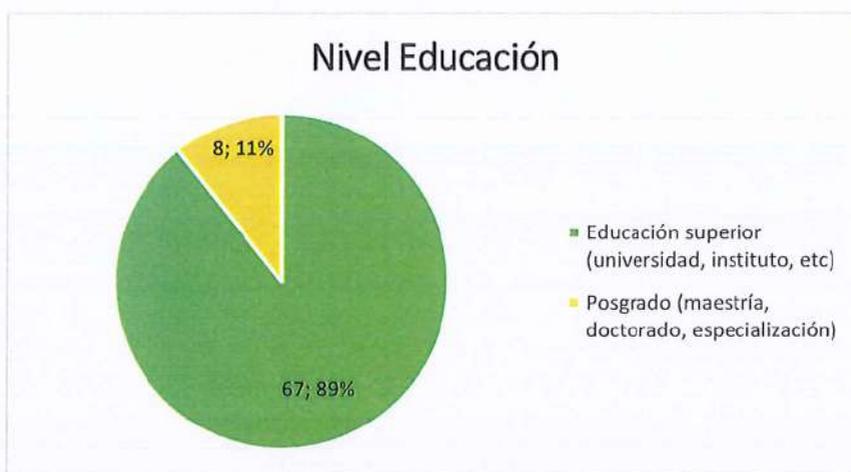
La gráfica muestra el lugar de nacimiento de los participantes encuestados, teniendo como resultado que 37 de 75 participantes nacieron en la Ciudad de Manta representando el 49,33%, siguiendo Portoviejo con 6 participantes (8%), Guayaquil y Jipijapa con 5

participantes cada uno (6,67%), Montecristi y Rocafuerte con 3 participantes cada uno (4%), Bahía de Caráquez y Esmeraldas con 2 participantes cada uno (2,67%).

El resto participantes equivale el 16% que provienen de diversas ciudades del país y del extranjero. Esta información evidencia una predominancia de nacidos en la provincia de Manabí, con una mayor concentración en la ciudad de Manta.

4. Nivel de Educación del Encuestado:

Gráfico 4: Distribución de participantes según su nivel de educación

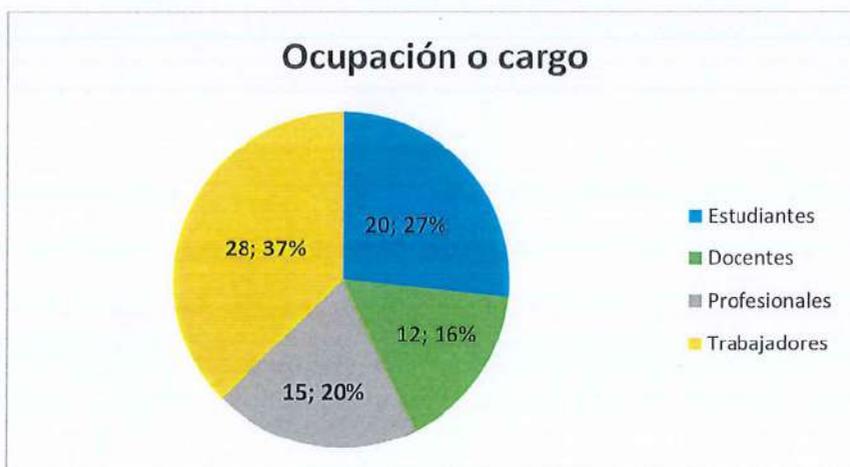


Fuente: Elaboración propia

La gráfica presenta que, de los 75 participantes encuestados, 67 personas (89%) posee un nivel de educación superior, mientras que 8 personas (11%) cuenta con estudios de posgrado. Esta información permite caracterizar el perfil educativo de los encuestados, evidenciando la formación académica y el área de conocimiento de los mismos.

5. Profesión y ocupación:

Gráfico 5: Distribución de participantes según ocupación o cargo



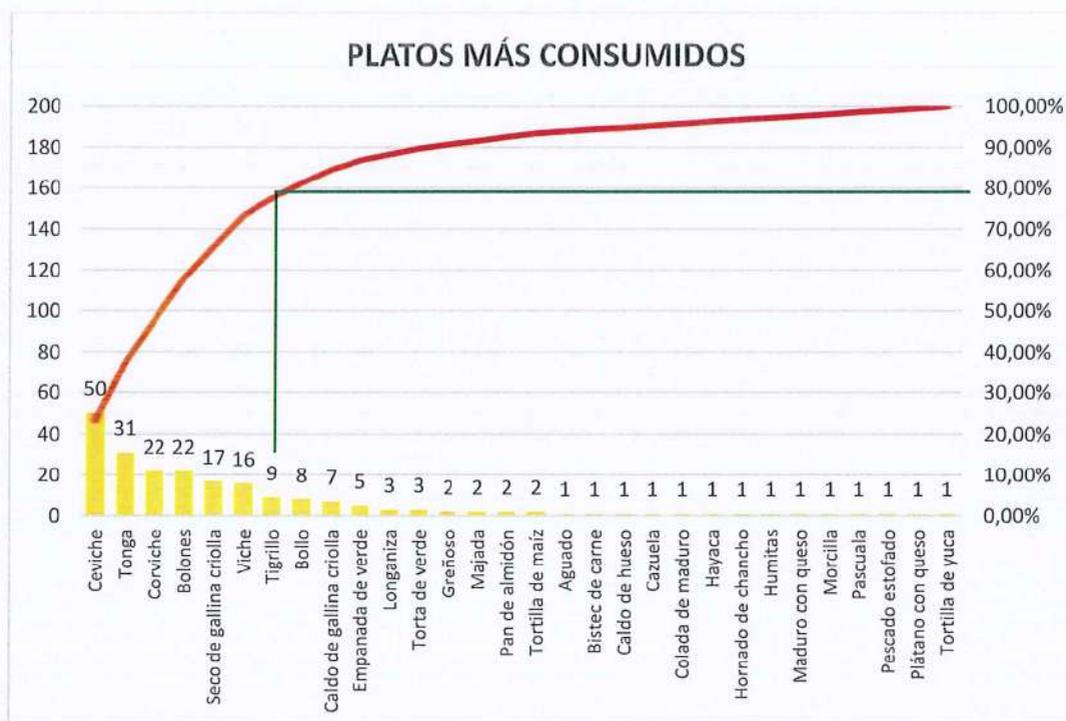
Fuente: Elaboración propia

La gráfica presenta que, de los 75 participantes encuestados, 28 son trabajadores, representando un 37 %; seguido del 27% que representa a 20 estudiantes. Además, un 20% (15 personas) son profesionales y el otro 16% (12 personas) son docentes. Esta información permite caracterizar el perfil ocupacional, de los encuestados tienen conocimientos afines lo que valida sus opiniones para el estudio.

Preguntas de la encuesta

6. ¿Cuáles platos tradicionales manabitas consume con mayor frecuencia?

Gráfico 6: Frecuencia de consumo de platos tradicionales manabitas



Fuente: Elaboración propia

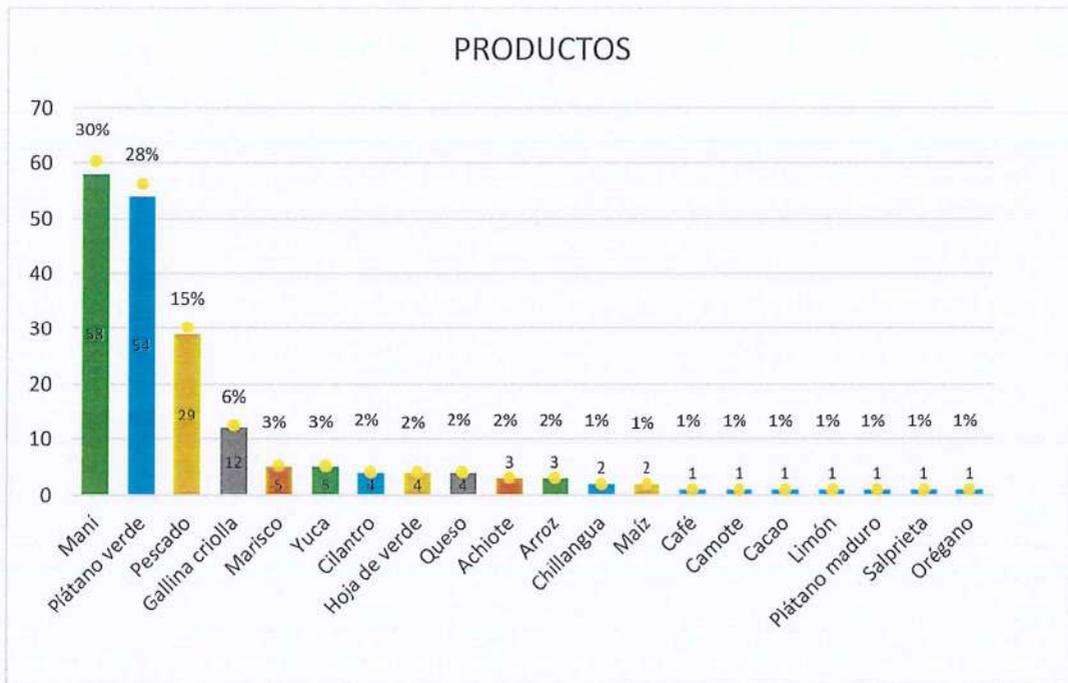
A partir de los resultados obtenidos en la pregunta 6, se identificaron un total de 30 platos tradicionales más representativos de la gastronomía manabita, según la percepción de los encuestados. Al aplicar el principio de Pareto (80/20), se observó que aproximadamente el 20% de los platos concentran el 80% de las preferencias de los participantes.

Como resultado de este análisis, se determinó que siete platos acumulan la mayoría de las votaciones, siendo estos: ceviche con 23,26% (50 votaciones), tonga con 14,42 % (31 votaciones), corviche con 10,23% (22 votaciones), bolones con 10,23% (22 votaciones), gallina criolla con 7,91% (17 votaciones), Viche con 7,44% (16 votaciones), tigrillo con 4,19% (9 votaciones).

Estos resultados permiten complementar la selección preliminar realizada con los profesionales de la cocina, validando así una base representativa y consensuada de los platos tradicionales más representativos según la población total de nuestra investigación, lo que fortalece la validación del análisis gastronómicos para la selección de los platos para el recetario gastronómico.

7. ¿Qué productos regionales cree que hacen especiales a estos platos?

Gráfico 7: Productos regionales distintivos de los platos tradicionales

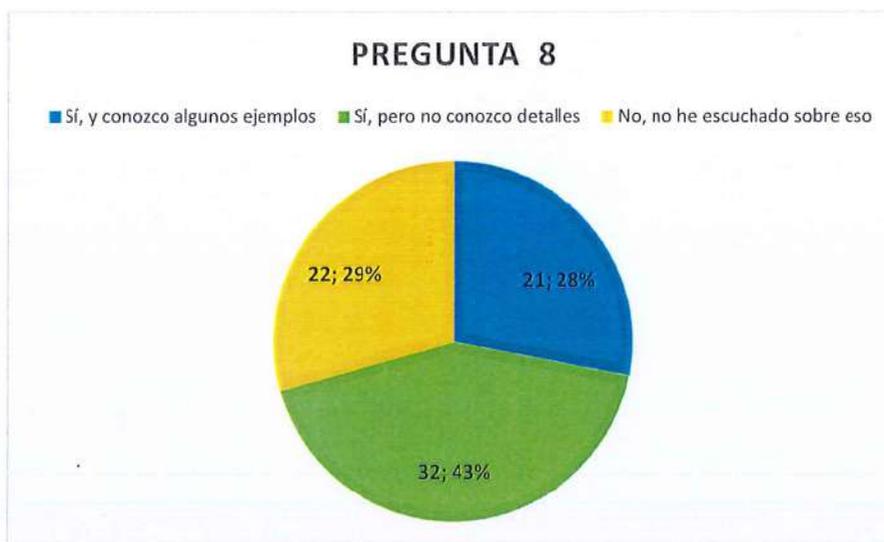


Fuente: Elaboración propia

Con base a los resultados de la pregunta 7, se identificó un total de 20 productos regionales según la percepción de los encuestados, donde se destacan principalmente el maní con 30% (58 votaciones), plátano con 28% (54 votaciones), pescado con 15% (29 votaciones), gallina criolla con 6% (12 votaciones), estos cuatro ingredientes, base de la cocina manabita, coinciden en gran medida con las composición de los platos tradicionales más representativos identificados anteriormente, lo que refuerza la coherencia en torno a los platos emblemáticos que componen la identidad culinaria de la región manabita.

8. ¿Conoce o ha escuchado sobre el uso de técnicas internacionales en la preparación de platos tradicionales manabitas?

Gráfico 8: Conocimiento sobre técnicas internacionales en la preparación de platos tradicionales manabitas



Fuente: Elaboración propia

Según los resultados obtenidos perteneciente a la pregunta 8, se obtuvo que, 32 personas que representa al 43% de los encuestados respondió que sí conocen sobre el uso de técnicas internacionales, aunque de manera superficial debido a la falta de información. Por otro lado, el 29% (22 personas) mencionan no tener conocimiento ni haber escuchado sobre ellas, mientras que el 28% (21 personas) manifestó conocer dichas técnicas en mayor profundidad.

9. ¿Ha probado platos tradicionales manabitas con técnicas internacionales?

Gráfico 9: Consumo de platos tradicionales manabitas con técnicas internacionales



Fuente: Elaboración propia

Con base a las respuestas obtenidas en la pregunta 9, la gráfica refleja que el 44% de los participantes es decir 33 personas afirmaron no haber probado platos tradicionales manabitas con técnicas internacionales. Por otro lado, el 36% (27 personas) señaló que sí han degustado, pero prefieren las preparaciones tradicionales. Finalmente, el 20% (15 personas) restante menciona si haber probado dichos platos y que le gustaron mucho.

Esta información permite identificar respuestas parciales; sin embargo, se refleja una clara preferencia por lo tradicional, lo cual plantea un reto de aceptación por parte de la comunidad manabita. No obstante, esto no significa que no se puedan ofrecer propuestas modernas a la población nacional como internacional, siempre y cuando, se preserve la esencia y el sabor característico de la gastronomía manabita.

10. Si respondió que sí, ¿cómo calificaría esas versiones con técnicas internacionales?

Gráfico 10: Calificación de platos manabitas innovados con técnicas internacionales



Fuente: Elaboración propia

Los resultados visualizados en la gráfica correspondiente a la pregunta 10, el 45% (34 personas) de los participantes consideraran que las preparaciones con técnicas internacionales son similares a las internacionales, mientras que el 28% (21 personas) señala que estas fusiones resultan mejores que la tradicionales. Por otro lado, el 27% (20 personas) considera que puede ser menos atractiva que las preparaciones tradicional.

Se puede destacar que, aunque no todos los encuestados han probado este tipo de platos (como se reflejó en la pregunta anterior), existe una percepción general relativamente positiva hacia las técnicas internacionales. Lo que sugiere una brecha positiva al cambio

y la innovación, siempre y cuando estas propuestas conserven o mantengan la esencia y sabor de la cocina tradicional manabita.

11. ¿Qué importancia cree que tiene conservar las recetas tradicionales de Manabí?

Gráfico 11: Importancia de conservar las recetas tradicionales de Manabí



Fuente: Elaboración propia

Con base a las respuestas obtenidas en la pregunta 11, se determina que el 93% (70) de las personas encuestadas consideran que es muy importante conservar la recetas tradicionales Manabitas, mientras que el otro 7% afirma que es importante.

12. ¿Estaría interesado en un recetario que incluya platos tradicionales y sus versiones innovadoras?

Gráfico 12: Interés en un recetario con platos tradicionales innovador

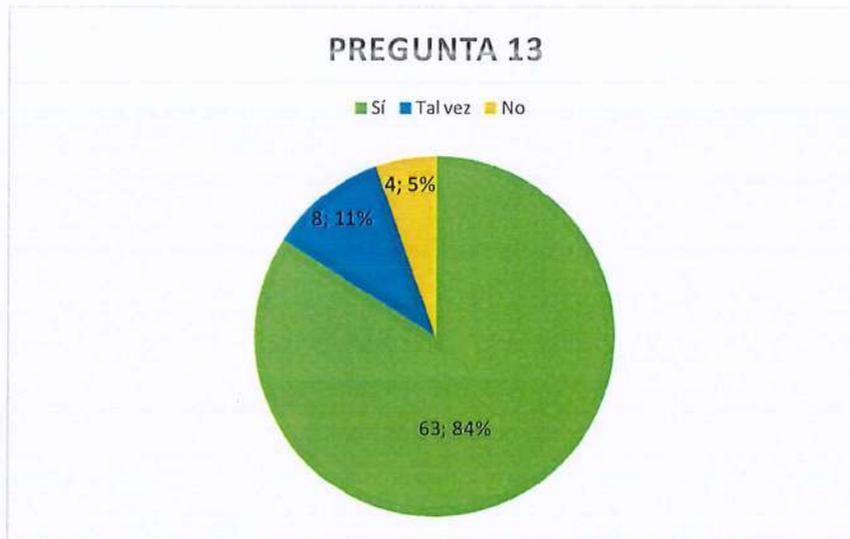


Fuente: Elaboración propia

Según los resultados obtenidos de la pregunta 12, el 89% de los encuestados que equivale a 67 personas, estarían interesados en un recetario gastronómico que incluya las recetas tradicionales manabitas con las versiones innovadoras, mientras que el otro 11% (8 personas) mencionan que tal vez estarían interesados del recetario, pero que dependerá del contenido que este contenga.

13. ¿Considera que los productos regionales manabitas se pueden adaptar con nuevas técnicas internacionales sin perder su esencia tradicional?

Gráfico 13: Percepción sobre la adaptación de productos regionales manabitas con técnicas internacionales



Fuente: Elaboración propia

Con base a la pregunta 13 de la encuesta, que plantea si los productos tradicionales manabitas pueden adaptarse a nuevas técnicas sin perder su sabor y esencia, se obtuvieron las siguientes respuestas: el 84% (63 personas) afirmaron que sí es posible realizar dicha adaptación manteniendo la autenticidad, un 11% (8 personas) manifestó que tal vez sea posible, mientras que el 5% restante consideran que no es posible que se conserve el sabor al aplicar nuevas técnicas.

14. ¿Tiene alguna recomendación o sugerencia para promover la gastronomía tradicional de Manabí a nivel internacional?

Gráfico 14: Recomendaciones para promover la gastronomía tradicional de Manabí a nivel internacional



Fuente: Elaboración propia

Según los resultados obtenidos en la pregunta 14 de la encuesta, donde se solicitó a los participantes sus recomendaciones o sugerencias para promover la gastronomía manabita, se identificó una variedad de respuestas.

Con el fin de facilitar su análisis, se realizó un proceso de categorización de temas generales, como resultado de esta sistematización, se obtuvieron los siguientes hallazgos: el 24 % de los encuestados sugirió la organización de talleres gastronómicos a nivel nacional e internacional; el 16% recomendó realizar concursos internacionales; el 15% propuso la fusión de técnicas tradicionales con técnicas culinarias internacionales; un 13% de los encuestados indicaron la necesidad de una mayor promoción digital a nivel internacional; el otro 13% recomendó ferias gastronómicas; el 11% enfatizó la importancia de preservar las tradiciones culinarias y por último el 8% recomendó desarrollar programas de capacitación y educación gastronómica.

Selección de los platos según los resultados de las entrevista y encuesta

Tabla 7: Resultados de las entrevista y encuesta

Resultados	
Entrevista	Ceviche, viche, tonga, bollo, empanadas, hornado de cabeza de chancho, hornado de pescado, bolas de verde, caldo de gallina criolla, seco de gallina criolla, corviche.
Encuesta	Ceviche, tonga, corviche, bolones, gallina criolla, viche, tigrillo.

Fuente: Elaboración propia

A través de los resultados en las entrevistas y encuestas, se realizó un análisis comparativo que permitió establecer la lista final de los platos. Para ello, se priorizaron aquellos que coinciden en ambos métodos y, además los que representaban mayor relevancia según la información recopilada. A partir de este análisis se determinó que los platos son: ceviche, tonga, viche, corviche, tigrillo, seco, bola de verde, bollo, caldo, empanadas de verde.

Proceso de elaboración y validación sensorial de los platos

Una vez que se definieron los platos, se procedió a la elaboración y preparación de los mismo, con el fin de analizar y validar sus características y cambios existentes al preparar una receta con dos versiones o métodos de preparación, lo tradicional y lo innovador. La modificaciones se centraron en cuatro aspectos: en los tipos de utensilios, los tipos de cocción, los tipos de cortes, y el estilo de emplatado empleados.

El resultado de cada plato fue degustado por un grupo reducido de los participantes de la población total, en su mayoría docentes vinculados al área de gastronomía. Esta validación permitió recoger observaciones generales como el sabor, textura y presentación que existe al presentar y degustar ambas versiones.

Plato 1: Caldo de gallina criolla

Tabla 8: Comparación tradicional e innovadora del plato Caldo de gallina

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Olla de barro	Olla de aluminio
Técnicas de cocción	Cocción lenta, horno de leña	Cocción controlada a fuego medio, cocina industrial
Tipos de cortes	Corte irregulares y grandes	Corte regulares y grandes
Ingredientes	Gallina criolla, cebolla blanca larga, pimiento verde, cebolla colorada, ajo, yerbita, chillangua yuca, sal, pimienta.	Los mismo ingredientes
Presentación	Servido en plato hondo hasta el borde, porciones abundantes	Porción y emplatado moderno, decoración con hojas de cilantro
Observación	Sabor más ahumado	Sabor más limpio
Tiempo	40 minutos	30 minutos

Fuente: Elaboración propia

En ambas versiones del caldo se utilizó los mismo ingredientes, de la receta tradicional. La diferencia se marca en los utensilios para la cocción: en la versión tradicional se utilizó una olla de barro en horno de leña; mientras que en la versión innovadora se empleó una olla de aluminio en cocina industrial.

El tiempo de preparación depende de mucho factores, pero entre los principales esta: primero la textura de la carne de la gallina depende de la edad entre más edad tiene su carne tiende hacer más dura, lo que prolonga el tiempo de cocción; segundo la intensidad de fuego en los horno de leña se requiere un proceso más lento y controlado, mientras que en el industrial podría ser más intenso y constante ya que se controla la temperatura.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- En este plato para mantener el sabor auténtico se debe mantener las técnicas de cocina tradicional manabita.
- Este plato fue el que mostro mayor cambio en relación al sabor, esto se debe por el uso de la olla de barro cuya función de este utensilio es soltar minerales que el toque a barro y ahumado, sin embargo, el plato innovador al ser una versión con uso de utensilios modernos no se aleja la versión tradicional, siempre y cuando se usen los ingredientes característico para su preparación.

Plato 2: Seco de gallina criolla

Tabla 9: Comparación tradicional e innovadora del plato Seco de gallina

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Olla de barro	Sartén hondo
Técnicas de cocción	Cocción lenta en horno de leña	Cocción a fuego medio, cocina industrial
Tipos de cortes	Corte irregulares para refrito	Corte brunoise para refrito
Ingredientes	Gallina criolla, cebolla blanca, pimiento verde, cebolla colorada, tomate, ajo, chillangua, yerbita, achiote, sal, pimienta comino.	Los mismo ingredientes.
Presentación	Servido en plato llano, con porciones abundantes. Puede	Plato llano cuadrado, porción pequeña de arroz, una sola presa,

	incluir una o varias presas (palizada).	maduro en forma de rollitos y decoración con hojas de yerbita.
Observación	Sabor a ahumado y más concentrado	Sabor más limpio
Tiempo	40 minutos	35 minutos

Fuente: Elaboración propia

En ambas versiones se utilizó los mismo ingredientes, de la receta tradicional, la diferencia está en los utensilios para la cocción del mismo modo como el caldo, se utilizó olla de barro y horno de leña para lo tradicional, y sartén hondo y cocina industrial para la innovador, los cambios son notorio en la concentración de aroma y sabor desde el momento que se hace el refrito, además el tiempo varia por cuestiones de la temperatura controlada. La concentración del líquido del seco cambia notoriamente, el tradicional es más concentrado en sabor y espesor debido al uso de la olla de barro, mientras que el innovador quedo más limpio el sabor y líquido.

Técnicamente pasa porque el uso de la olla de barro aporta características únicas: primero al ser un material poroso su evaporación es lenta y constante, lo que facilita la concentración de sabor, la distribución de calor es uniforme lo que contribuye a una cocción más estable, y segundo al ser material arcilloso libera minerales o micro aromas que aportan el sabor característico a olla de barro y el sabor ahumado se debe en parte a la mismo, pero también por el horno de leña que gradualmente va humanado mientras se quema la leña. En comparación con las olla o sartenes de aluminio donde el resultado es más líquido y el sabor es más ligero debido al que el material hace que haya una pérdida de humedad más rápida al aplicarle calor.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- El seco de gallina criolla tradicional presenta mayor concentración en sabor ahumado y en color, además de tener más consistencia en su líquido, mientras que el innovador muestra características más liquida, color menos intenso y sabor limpio, pero cabe recalcar que pese a estas diferencia el innovador no está lejos de la versión tradicional.

Plato 3: Tonga

Tabla 10: Comparación tradicional e innovadora del plato Tonga

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Ollas de barro, sartén, olla	Olla de aluminio, sartén
Técnica de cocción	Cocción lenta en olla de barro, freír, hervido	Cocción a fuego medio, freír, hervido
Ingredientes bases	Seco de gallina, arroz blanco, maduro frito, gordito de maní	Seco de gallina, arroz blanco, maduro frito, gordito de maní
Ingredientes generales	Gallina criolla, cebolla blanca larga, pimienta verde, cebolla colorada, tomate, ajo, chillangua, yerbita, achiote, sal, pimienta comino, maduro, aceite, arroz, maní, agua.	Los mismo ingredientes.
Tipos de cortes	Corte irregular para el refrito, corte largos tradicional para maduro	Corte brunoise para el refrito, y cortes en julienne largos.
Método de armado	Se elabora una cama de hojas de verde y se coloca los ingredientes, se envuelve y se deja reposar.	No se utilizó hoja, se elaboró un emplatado individual
Presentación	Presentación tipo bollo en hoja de verde, al abrir todos los ingredientes están compactos	Plato estilo volcánico redondo, emplatado limpio central, los ingredientes uno encima de otro
Observación	El sabor es intenso al reposar en hoja de verde lo que aporta aroma característico	Los sabores se resaltan por separado, por las capas de ingredientes
Tiempo	1 hora y 15 min	55 minutos

Fuente: Elaboración propia

En ambas versiones se utilizó los mismo ingredientes, de la receta tradicional, los cambios realizados se ven en el utensilio que se utilizó para la cocción del seco de gallina, y los corte que se realizaron para el maduro, en lo tradicional se utilizó el corte largo en tira, mientras que para el innovador se hizo un corte tipo julienne. El método de cocción del arroz para ambos fue el mismo por ende no hubo cambios, y para la preparación del

gordito de maní se realizó para ambos el método tradicional ya que no varía en relación a una versión innovadora.

El cambio se realizó en el proceso que se podría considerar fundamental en la tonga, es decir envolver todos los ingredientes en hoja de verde, se hizo este cambio con el fin de conocer si existe un cambio de sabor al no emplataarse en la hoja de verde.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- El sabor de la versión innovadora, si bien pierde el toque tradicional ahumado que le brinda el horno de leña y la hoja de verde, mantiene su sabor general y textura. La diferencia se produce en el emplatado por la hoja de verde, al aplicar la técnica de desconstrucción que busca resaltar los ingredientes típicos de Manabí.

Plato 4: Ceviche

Tabla 11: Comparación tradicional e innovadora del plato Ceviche

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Cuchillo, taza grande, exprimidor	Cuchillo, bol de vidrio exprimidor.
Técnicas de cocción	No aplica cocción, aplica técnica en frío encurtir con limón	No aplica cocción, aplica técnica en frío encurtir con limón
Tipos de cortes	Corte cuadro irregulares, Corte en julienne, rodajas	Corte brunoise, pluma
Ingredientes	Pescado blanco, limón criollo, sal, cebolla, tomate, maní, yerbita, chifle.	Pescado blanco, limón criollo, sal, cebolla, tomate, maní, aguacate, yerbita, chifle.
Presentación	Plato hondo (sopera), abundante pescado encurtido con líquido, encima tomate y cebolla, pasta de maní, bañado en yerbita.	Plato llano, cantidad moderada de pescado, decoración de vegetales controlada.
Observación	Algunas personas agregan mostaza y salsa de tomate.	Se busca resaltar la forma, colores, textura de cada elemento.
Tiempo	La noche anterior	4 horas para el encurtido

Fuente: Elaboración propia

En ambas preparaciones se aplicó el mismo tipo de técnica de cocción en frío, basada en curtir el pescado con limón, con el fin de que se cosa mediante la acidez y sal. La diferencia fue en el tiempo de marinado, con el objetivo de analizar la textura del pescado, la tradicional se dejó marinando una noche antes, mientras que el innovador 4 horas antes.

Además, se realizó cambios en el corte del pescado buscando mayor estética, al igual en los cortes de la cebolla y tomate. También se modificó la forma de presentación de la pasta de maní, y se incorporó aguacate como ingrediente adicional, ambos ingredientes se los presento en pasta, estos cambios se implementaron para analizar algún cambio de sabor y de percepción en cuanto a presentación visual del plato.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- El ceviche conserva su sabor, textura en ambas versiones, lo que resalta en la version internacional es el tipo de emplatado que ofrece una experiencia visual y entretenida.

Plato 5: Viche

Tabla 12: Comparación tradicional e innovadora del plato Viche

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Olla normal	Olla normal
Técnicas de cocción	Tipo de Cocción hervir	Tipo de Cocción hervir, sellado
Tipos de cortes	Corte irregulares no tan grandes, rallado tipo masa, amasar	Corte en brunoise para verduras y vegetales y corte rectangular, rallado tipo masa, amasar
Ingredientes	Pescado, achiote, ajo, cebolla morada, cebolla blanca larga, pimienta, maní, zapallo, choclo, camote, zanahoria, yuca habichuela, plátano, maduro y cilantro.	Los mismo ingredientes.
Presentación	Plato hondo (sopera), abundante caldo y porciones.	Menor cantidad de líquido, pescado y maduro, visibles y acomodados con estética.

Observación	Sabor tradicional, con líquido más ligero por el corte regular de vegetales	Mayor densidad en el viche, posiblemente por la cantidad de agua y los cortes brunoise.
Tiempo	30 minutos	20 minutos

Fuente: Elaboración propia

La preparación de este plato tiene los mismo ingredientes, utensilios y método en general con un ligero cambio de cocción en dos ingredientes, con el fin de analizar algún cambio en relación al sabor. En cuestión de ingrediente se utilizaron los mismo, pero uno con cortes irregulares con los que tradicionalmente se cocina y otro con corte brunoise para darle estética.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- Al realizar el cambio de cocción en el pescado ingrediente principal del viche, se notó un ligero cambio en el sabor de la sopa, debido a que el pescado tradicionalmente le da sabor a la sopa por que se cocina en la misma, pero la diferencia es ligera si se come junto el pescado sellado con la sopa, el pescado al ser sellado su textura cambia dándole una sensación más firme por fuera, pero jugosa por dentro.
- Al cocinar una mínima cantidad de tiempo el maduro y luego pasarlo a sellar, se notó una mayor concentración de sabor en el maduro dando un toque más dulce que agradablemente combina con la sopa.

Plato 6: Corviche/corvique

Tabla 13: Comparación tradicional e innovadora del plato Corviche

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Bandeja, rallador, sartén	Bandeja, rallador, sartén
Técnicas de cocción	Hornado en horno de leña	Hornado en horno industrial
Tipos de cortes	Rallado tipo masa y grueso, corte regulares, corte tipo bastón, majar	Rallado tipo masa y grueso, corte tipo bastón y brunoise, majar
Ingredientes	Plátano, pescado/queso, maní, sal, achiote, cebolla blanca larga, cebolla morada, pimienta, ajo, yerbita, zanahoria, ají, limón,	Los mismo ingredientes.

	vinagre de guineo, aceite y pimienta, huevo.	
Presentación	La presentación naturalmente es dos corviche de tamaño generoso acompañado de ají y mayonesa.	En plato rectangular estilo volcánico, corviche de tamaño estético, ají, y mayonesa.
Observación	Sabor ligeramente a horno de leña con textura más a seca al exterior por contacto con la olla.	Sabor similar al tradicional pero limpia, con textura menos seca por el control de temperatura.
Tiempo de cocción	30 minutos	30 minutos

Fuente: Elaboración propia

En ambos platos se realizó el mismo procedimiento de preparación e ingredientes, cambiando ligeramente el corte de la ensalada para mayor estética, la diferencia se realizó en el tamaño por estética, y en la cocción por innovación de la cocina moderna. Otra sugerencia en el método de cocción innovador sería fritura profunda (o por inmersión).

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- Los cambios en sabor fueron mínimos, en textura el innovador es más suave en comparación con el tradicional, en aroma se mantiene la esencia.
- En cuestión del emplatado es un realce total al tradicional, donde se jugó con el tamaño de los corviche, y el corte de la cebolla en brunoise para dar más estética.

Plato 7: Tigrillo

Tabla 14: Comparación tradicional e innovadora del plato Tigrillo

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Sartén, horno de leña, mazo, rallador.	Sartén, olla, aplasta papa, rallador.
Técnicas de cocción	Asado, hervido y fritura profunda, majar, salteado combinado, sofrito.	Hervido, hervido y fritura profunda, majar, salteado combinado.
Tipos de cortes	Rallado grueso	Corte macedonia, rallado grueso

Ingredientes	Plátano, queso, manteca de chanco, yerbita, huevos, sal, cebolla blanca larga.	Plátano, queso, chicharrón, mantequilla, yerbita, huevos, crema de leche, sal.
Presentación	Plato llano, una porción moderada de tigrillo, acompañado de huevo frito.	Plato llano volcánico, envuelto en hoja de verde, decorado con maní para aportar un toque moderno y visualmente atractivo.
Observación	Tiene el sabor característico a horno de leña y su textura es más firme y densa.	Tiene un sabor más limpio por ser hervido, su textura es más suave y cremosa.
Tiempo	30 minutos en total.	30 minutos totales.

Fuente: Elaboración propia

Ambas versiones son cambiadas totalmente tanto en ingrediente complementarios como técnica de cocción. Para la versión tradicional usamos ingredientes básicos y tradicionales, además de la técnica de cocción ancestral como es el asar en horno de leña y el sofrito para darle sabor, mientras que en la versión innovadora aumentamos el chicharrón que pese a hacer tradicional originalmente en la receta no se utilizaba, además de agregar crema de leche, ingrediente que se utiliza en la cocina moderna; lo que hace un cambio total en textura acompañado de la técnica de cocción que pese a ser utilizada en la zona se puede considerar innovadora por la facilidad y accesibilidad de la misma. Otra sugerencia en el método de cocción innovador sería fritura profunda (o por inmersión) para el plátano.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvieron las siguientes observaciones:

- Los platos presentan variaciones en sabor y textura según el tipo de técnica aplicada, sin embargo, pese al cambio visual en ambas recetas, la versión innovadora es bien aceptada debido a las influencias de la cocina moderna y la facilidad de la misma.
- Otro cambio notorio y llamativo estéticamente es el tipo de emplatado aplicado, a diferencia del tradicional, al ser decorado y envuelto en hoja le otorga un realce visual y una apariencia sofisticada.

Plato 8: Bola de verde

Tabla 15: Comparación tradicional e innovadora del plato Bola de verde

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Mazo de madera, sartén	Rodillo, sartén, rallador
Técnicas de cocción	Asado en horno de leña, hervido y fritura profunda, majar.	Hervido, hervido y fritura profunda, majar.
Tipos de cortes	Corte irregulares	Cortes macedonia, rallado grueso
Ingredientes	Plátano, chicharrón, manteca de chanco, yerbita, sal.	Plátano, chicharrón, queso, manteca de chanco o mantequilla, yerbita, sal.
Presentación	Plata llano mediado, emplatado simple dos bolones y un huevo frito.	Plato llano volcánico, realce con hoja de verde de base, bolón de tamaño moderado, huevo frito simétrico, yerbita y salprietra como decoración.
Observación	Tiene el sabor característico a horno de leña y su textura es más firme y densa.	Tiene sabor limpio y textura suave
Tiempo	30 minutos	15 minutos

Fuente: Elaboración propia

La preparación de este plato se diferencia para ambas versiones, primero en el tradicional se usa mazo para majar el plátano que tradicionalmente es asado en horno de leña, y esta compactado con manteca de chanco para sabor y suavidad, además del chicharrón y yerbita picada. Por otro lado, en la versión innovadora el plátano fue hervido por facilidad, además por temas de utensilios de accesibilidad se usa rodillo, técnicas y utensilio de la cocina moderna, adicionalmente se hace la combinación de queso y chicharrón.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- El sabor final con toque a chicharrón se percibe en ambas versiones, pero cambia en textura por el método de cocción aplicado, haciendo que la versión innovadora tenga consistencia y textura más suaves en comparación a la tradicional.

- La presentación del emplatado innovador cambia por el realce y apariencia sofisticada visual, que se busca al presentar platos estético e innovador.

Plato 9: Bollo

Tabla 16: Comparación tradicional e innovadora del plato Bollo

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Rallador tradicional, olla, sartén	Rallador, olla, sartén
Técnicas de cocción	Horneado en horno leña, hervido, sofrito	Al vapor, hervido, sofrito
Tipos de cortes	Corte irregular, rallado tipo masa	Corte rectangular, corte brunoise, rallado tipo masa
Ingredientes	Pescado o chanco, achiote, plátano, maní, sal, comino, orégano, pimienta, cebolla colorada, pimienta, ajo, cilantro, hoja de plátano, zapan.	Pescado o chanco, achiote, plátano, maní, sal, comino, orégano, pimienta, cebolla colorada, pimienta, ajo, cilantro, hoja de plátano, piola de cocina.
Presentación	Envoltura rústica en hoja de plátano, porción abundante, se consume directamente al abrir.	Presentación en hoja, porción adecuada y pequeña, amarrado con piola, mayor estética visual.
Observación	Tiene el sabor característico a horno de leña y hoja de verde y con consistencia más firme.	Pierde el toque ahumado, pero no el sabor, y su textura es más suave y húmeda.
Tiempo	Se hornea desde la noche anterior con leña controlada.	20 a 30 minutos dependiendo del tamaño.

Fuente: Elaboración propia

Para ambas versiones se realizó el mismo procedimiento de preparación y envoltura a diferencia del atado, los utensilios son similares gradualmente cambian en la evolución de los mismo por temas de accesibilidad moderna, la diferencia del producto cambia en el tipo de cocción donde el tradicional se hornea en horno leña y el innovador en vaporera, su presentación cambia radicalmente por tamaño de porción.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- En tipo de emplatado su presentación cambia a tamaño individual y para dar contraste se sirve en un plato grande dividido en dos parte acompañado de mayonesa y ají.

- El sabor es similar, pero el innovador pierde el toque ahumado generado por el horno de leña; en textura el innovador tiene una consistencia y textura más suave y húmeda a diferencia de lo que tradicionalmente se degusta.

Plato 10: Empanada de verde

Tabla 17: Comparación tradicional e innovadora del plato Empanada de verde

Elemento	Versión Tradicional	Versión Innovadora
Utensilios	Olla, mazo, rodillo, sartén	Olla, prensa, rodillo, Sartén hondo
Técnicas de cocción	Hervir, fritura profunda	Hervir, fritura profunda
Tipos de cortes	Majar, corte irregular, desmenuzar	Majar, corte brunoise, macedonia, licuadora de inmersión.
Ingrediente	Plátano, achiote, queso criollo, aceite, sal, cebolla, zanahoria, yerbita, limón, vinagre de guineo y ají ratón, mostaza, pimienta, huevo, ajo.	Plátano, achiote, queso mozzarella, aceite, sal, cebolla, zanahoria, yerbita, limón, vinagre de manzana, ají ratón, mostaza, pimienta, huevo, ajo.
Presentación	Porción grande y frita, sabor clásico, acompañada de ají de ratón en cantidad generosa.	Emplatado con empanadas tipo bocados, decorada con pinceladas de mayonesa acompañada de esfera de ají.
Observación	Presenta una textura crujiente y sabor intenso por la absorción de aceites, exterior firme.	Igual al tradicional
Tiempo	5 minutos	2 a 3 minutos

Fuente: Elaboración propia

En ambos platos no se cambia la preparación para la empanada, pero si ligeramente el relleno. Cambia en el modelo de emplatado la tradicional usa una presentación normal y simple, mientras que la innovadora resalta el contraste de colores y diseño.

Durante la degustación, se evaluó diferentes aspectos como el sabor, textura, aroma y el tipo de emplatado aplicado. Se obtuvo las siguientes observaciones:

- El sabor es igual al tradicional por fuera, cambia el sabor del relleno.
- La textura se mantiene, pero el emplatado es más sofisticado por el uso de un plato de llano, la presentación esférica de ají, y las pinceladas de mayonesa que aportan diseño.

A partir de la descripción del proceso de experimentación de los platos, y observaciones, se procede al desarrollo del recetario gastronómico con técnicas internacionales.

Diseño del recetario gastronómico con técnicas internacionales

El diseño del recetario gastronómico recopila recetas tradicionales de la provincia de Manabí, reinterpretadas con el uso de técnicas culinarias internacionales. Aunque estas versiones presentadas dejan a un lado métodos y utensilios que históricamente y culturalmente representan la identidad manabita, el objetivo principal es facilitar su replicación en distintos contextos, especialmente a nivel internacional.

Cabe recalcar que este enfoque no busca reemplazar la cocina tradicional, sino permitir que tanto personas, chefs o establecimientos gastronómicos, ajenas a nuestra cultura, puedan conocer y elaborar los sabores representativos con ingredientes y herramientas de su alcance. Se reconoce que los ciertos cambios pueden influir en el sabor al que tradicionalmente un nativo está acostumbrado, este recetario se plantea como vía y herramienta para difundir la herencia culinaria manabita a nivel mundial.

A continuación, se presenta el diseño visual del recetario gastronómico propuesto en el objetivo general de la investigación. Esta presentación se plantea como un libro tipo recetario, para darle un enfoque estético y funcional, que facilitará tanto la lectura como la réplica de las recetas, tanto a nivel doméstico como profesional.

Figura 11: Recetario Gastronómico diseñado pág. 1



Manabí Tradicional, Cocina Internacional

Recetario que fusiona herencia manabita con técnicas modernas.

Fuente: Elaboración propia

Figura 12: Recetario Gastronómico diseñado pág. 2



PRÓLOGO

Este recetario reúne platos representativos de la provincia de Manabí, adaptados a técnicas culinarias internacionales. Aunque las versiones presentes se alejan de los métodos y utensilios propios de la cultura y tradición manabita, el objetivo principal es facilitar su elaboración en distintos contextos, especialmente fuera del país.

Esta propuesta no pretende reemplazar la cocina ancestral manabita, sino que busca proyectarla hacia nuevos públicos. Al permitir adaptaciones con ingredientes y herramientas accesibles a nivel internacional, se busca que chef, cocineros, aficionados de otras culturas y público en general puedan acercarse a los sabores emblemáticos de la gastronomía manabita.

Este recetario se plantea como un recurso para compartir el patrimonio culinario que tiene Manabí en escenarios más amplios.



Fuente: Elaboración propia

Figura 13: Recetario Gastronómico diseñado pág. 3



Tabla de

CONTENIDO

CALDO DE GALLINA CRIOLLA <small>Tradicional y modernidad en un caldo manabita único</small>	04
SECO DE GALLINA CRIOLLA <small>Versión moderna de un platillo tradicional</small>	05
TONGA DE GALLINA CRIOLLA <small>Una versión práctica y moderna del tradicional</small>	06
CEVICHE DE PESCADO <small>Una versión fresca y rápida del clásico</small>	07
VICHE DE PESCADO <small>Sopa tradicional costera con pescado y verduras</small>	08
ACOMPANAMIENTOS BÁSICOS <small>Allí y mayonesa, el ideal tradicional</small>	09
CORVICHE <small>Massa rellena con pescado, tradicional de Manabí</small>	10
TIGRILLO <small>Preparado con plátano verde y una mezcla de sabor tradicional</small>	11
BOLAS DE VERDE <small>Volutas hechas con plátano verde, típicas de la gastronomía manabita</small>	12
BOLLO <small>Plátano verde rallado, envuelto en hoja de verde</small>	13
EMPANADAS DE VERDE <small>Massa de plátano verde rellena y frita, típica de la tradición manabita</small>	14

Fuente: Elaboración propia

Figura 14: Recetario Gastronómico diseñado pág. 4



Caldo de Gallina Criolla

Origen del plato	Tiempo de elaboración	Número de comensales
México	15 minutos	5 personas

Ingredientes: <ul style="list-style-type: none"> • 1/2 gallina criolla • 20 gr. de cebolla blanca en rama • 150 gr. ajo verde • 140 gr. cebolla morada • 18 gr. de ajo • 20 gr. de cilantro • 6 gr. de hojas de chilangua (caliente de pascu) • 485 gr. yuca • Sal y pimienta al gusto 	Preparación <ol style="list-style-type: none"> 1. Llevar a fuego una olla con aproximadamente 3 litros de agua. 2. Mientras el agua hierve, proceder a desmenuzar el pollo en cortes primarios. 3. Cortar la cebolla blanca en 3 partes, limpiar y cortar el pimiento (retirar semillas y venas) y cortar la cebolla morada por la mitad. 4. Pelar los dientes de ajo y triturar. 5. Una vez limpios y cortados todos los ingredientes, lavar por los vegetales y añadir sal y pimienta al gusto. 6. Deje hervir por 2 minutos e incorporar las piezas de pollo. 7. Agregar las hojas de chilangua y un ramillete de cilantro atado a su propia hoja, a medio bouquet garni. 8. Deje cocinar a fuego medio durante 20 minutos, manteniendo un hervor constante y reduciendo la espuma. 9. Transcurrido los 20 minutos, añadir la yuca previamente pesada y cortada en trozos regulares. 10. Rectificar el punto de sal si es necesario, y retirar el pimiento, las cebollas y los cilantros. 11. Continuar la cocción hasta completar los 30 minutos o hasta que la yuca y el pollo estén en su punto.
Utensilios necesarios: <ul style="list-style-type: none"> • Talla de pica y cuchillo • Olla de aluminio • Cucharón 	Emplatado: <p>Servir en sopera ancha y profunda con restricción de caldo, de modo que quede visuales la presa de gallina y los trozos de yuca decorar con hierbas frescas picadas.</p>

04

Fuente: Elaboración propia

Figura 15: Recetario Gastronómico diseñado pág. 5



Seco de Gallina Criolla

Número de comensales	5 comensales
Origen del plato	México
Tiempo de elaboración	25 minutos

Ingredientes: <ul style="list-style-type: none"> • 1/2 gallina criolla • 30 gr. de cebolla blanca en rama • 150 gr. de pimiento verde • 140 gr. de cebolla morada • 150 gr. de tomate • 18 gr. de ajo • 6 gr. de hojas de chilangua (caliente de pascu) • 30 gr. de cilantro • 45 gr. de ajonjolí • Sal, pimienta y comino al gusto 	Utensilios necesarios: <ul style="list-style-type: none"> • Talla de pica y cuchillo • Serón fondo • Cucharón
Preparación <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar la Mas pascu: cortar en brunoise la cebolla blanca, el pimiento, la cebolla colorada y el tomate, y sofreírlos con aceite de ajo. 2. Calentar el sartén a fuego medio, para realizar el sofrito, agregar el ajonjolí. 3. Incorporar los vegetales previamente picados, cocinar y remover constantemente hasta que se cristalicen. 4. Sazonar con sal, pimienta y comino al gusto. 5. Añadir las presas y sofreír ligeramente, para que impregne el sabor y color. 6. Una vez que los ingredientes se integren, agregar agua hasta cubrir por lo menos las presas. 7. Atar las hojas de chilangua y el ramillete de yerbita, a medio bouquet garni. 8. Tapar parcialmente el sartén, y dejar cocinar a fuego medio durante 30 minutos, o hasta que el líquido este reducido y las presas estén completamente cocidas. 9. Durante la cocción, monitorear la reducción de líquido para evitar un freírse excesivo. 10. Se puede acompañar con arroz blanco y mojarra o la guarnición de su preferencia. 	Emplatado: <p>Distribuir en forma triangular una porción mediana de arroz, la presa de gallina y los refritos demasturados en un plato cuadrado; decorar con cilantro fresco picado.</p>

05

Fuente: Elaboración propia

Figura 16: Recetario Gastronómico diseñado pág. 6



Tonga de Gallina Criolla

Categoría:
Noctil

Tiempo de preparación:
40 minutos.

Número de comensales:
5 comensales

Ingredientes:

- 1/2 gallina criolla
- 33 gr. de cebolla blanca en rama
- 130 gr. de pimiento verde
- 140 gr. de cebolla morada
- 150 gr. de tomate
- 15 gr. de ajo
- 6 gr. de fideos chilangua (sintetizado por)
- 30 gr. de cilantro
- 45 gr. de aceituna
- Comino al gusto
- Sal y pimienta al gusto
- 450 gr. de arroz
- 350 gr. de plátano maduro
- 100 ml. de aceite
- 225 gr. de masa

Utensilios necesarios:

- Tabla de picar y cuchillo
- Sartén honda
- Cucharon
- Sartén para arroz

Preparación:

1. Elaborar previamente el arroz de gallina, siguiendo las pautas de la receta anterior (pág. 5 del recetario).
2. Una vez que el arroz de gallina cruda ha concluido su proceso de cocinado, preparar las demás componentes del plato.
3. Cocinar arroz blanco, utilizando la base estándar de 1 taza de arroz por 2 de agua, agregar sal y dejar cocinar por 15 - 20 minutos.
4. Pesar y cortar el plátano en juliana (este corte puede variar). Frye en aceite caliente hasta obtener una textura suave, dorada y caramelizada, escurrir en papel absorbente de ser necesario.
5. Para la salsa de masa, disolver pasta de masa con agua, sal al gusto y aceite. Cocinar a fuego bajo hasta obtener una mezcla homogénea y espesa, con sabor intensificado. Una vez lista realizar una esferificación directa (opcional).
6. Una vez lista los 4 cuatro componentes del plato empujar a empujar.

Emplatado:

Presentar una base mateada de arroz sobre plato negro tipo volcánico, añadir presa del pollo, una esfera de salsa de masa y las fajas de plátano, decorar con cilantro fresco picado.

06

Fuente: Elaboración propia

Figura 17: Recetario Gastronómico diseñado pág. 7



Ceviche de Pescado

Número de comensales: 4 comensales.
Categoría: Diel
Tiempo de preparación: Indefinido

Ingredientes:

- 450 gr. de pescado blanco
- 125 ml. de jugo de limones crudos
- Sal al gusto
- 140 gr. de cebolla morada
- 140 gr. de tomate
- 50 gr. de paste de maiz
- 3 gr. de ajo
- 150 gr. de aguacate
- 15 gr. de cilantro
- 1000 gr. de plátano verde

Utensilios necesarios:

- Tabla de picar y cuchillo
- Botel de vidrio
- Exprimidor
- Cucharon

Preparación:

1. Cortar el pescado en trocitos, transferir al bowl y agregar el jugo de los limones y sal al gusto, mezclar bien y dejar reposar por un mínimo de 4 horas.
2. Platado el mismo, cortar la cebolla en alicata y el tomate en brunoise y reservar.
3. Preparar la salsa de maiz con sal, ajo y un chorrito de agua tibia hasta obtener un paste ligero.
4. Triturar aguacate, con un poco de jugo de limón, hasta obtener una crema fina.
5. Una vez lista las salsas, someter a proceso de esferificación. Formar perlas pequeñas con el agua caliente y esferas medianas con el maiz.
6. Picar finamente la yerba para decoración.

Emplatado:

Decorar pescado cortado en un arco de empujar sobre plato blanco, acompañar con cebolla en pluma en forma de alicata y cubos de tomate, decorar con hoja de cilantro, círculo de maiz y tres esferas triangulares.

07

Fuente: Elaboración propia

Figura 18: Recetario Gastronómico diseñado pág. 8



Viche de Pescado

Origen: Fiel	Tiempo de preparación: 25 minutos	Nº personas: 2 personas
-----------------	--------------------------------------	----------------------------

Ingredientes:

- 225 gr. de pescado
- 40 gr. de cebolla
- 10 gr. de ajo
- 100 gr. de cebolla morada
- 30 gr. rama de cebolla blanca
- 100 gr. de pimiento
- 225 gr. de pasta de marí
- 300 gr. zapallo cocinado
- 120 gr. de choclo
- 250 gr. carne
- 50 gr. de zanahoria picada
- 250 gr. de yuca
- 100 gr. de habichuela
- 750 gr. de plátano verde
- 10 gr. de plátano maduro
- 16 gr. de cilantro
- Sal, pimienta y comino al gusto.

Utensilios necesarios:

- Tazón de pizar y cuchillo
- Olla de aluminio
- Cucharon
- Sartén para salar

Preparación:

1. Colocar una olla 1/3 de agua a hervir, cortar el pescado en rectángulos, sazonar con sal, pimienta y comino al gusto. Y reservar.
2. Triturar los dientes de ajo, cortar en tiras la cebolla morada, cebolla blanca y pimiento.
3. En un sartén sofreír los vegetales sazonar con sal, pimienta y comino al gusto.
4. Pesar y cortar en macedonia el zapallo, carne, zanahoria y la yuca. Desgranar el choclo.
5. Incorporar el sofrito al agua caliente y mozzar bien. Luego agregar todos los vegetales preparados y dejar cocer a fuego medio.
6. Halar el plátano verde y mozzar con sal, aceite y marí al gusto. Formar bolitas pesadas.
7. Colar pasta de marí con agua en un bol hasta obtener una mezcla homogénea y agregar el caldo. Cocinar por 2 minutos y añadir las bolitas de verde.
8. Sellar el pescado hasta que esté cocido. Y freír al maduro.
9. Servir el viche junto al pescado sellado y maduro. Pesar la yerba y decorar.

Emplatado:

Servir el viche en platos hondos tipo sopero, colocando vegetales y bolitas de verde encima al maduro frío sobre las bolitas, disponer el pescado a la plancha encima y decorar con cilantro fresco.

08

Fuente: Elaboración propia

Figura 19: Recetario Gastronómico diseñado pág. 9



Acompañamientos Básicos

Mayonesa Casera

Tiempo de preparación:	5 minutos
------------------------	-----------

Ingredientes:

- 40 gr. de huevo
- 100 gr. huevo
- 250 ml de aceite
- 2 gr. de ajo
- 5 gr. de mostaza
- 30 ml de jugo de limón
- Sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. Colocar en la licuadora, el ramillete de yuca, la carne moída, el diente de ajo, la cucharada de mostaza, el jugo del limón, sal y pimienta al gusto.
2. Licuar los ingredientes hasta que se mezclen entre sí y muestren la licuadora prendida.
3. Incorporar el aceite en forma de hilo continuo hasta emulsionar y observar una consistencia densa.

Utensilios necesarios:

- Licuadora

Ají Tradicional

Tiempo de preparación:	5 minutos
------------------------	-----------

Ingredientes:

- 16 gr. de cilantro
- 100 gr. de cebolla morada
- 80 gr. de zanahoria
- 70 gr. de aj de ratón o preferencial
- 60 ml de jugo de limón
- 30 ml. de vinagre de mirasol
- Sal al gusto

Preparación:

1. Picar la cebolla morada en tiras, rallar zanahoria.
2. Mezclar los ingredientes y agregar el jugo de los limón y sal al gusto. Hacerse por 2 minutos.
3. Incorporar el vinagre, el sal en chifonado y la yerba finamente picada.
4. Mezclar hasta integrar todos los ingredientes.

Utensilios necesarios:

- Tabla de pizar y cuchillo
- Ralador
- Bowl

09

Fuente: Elaboración propia

Figura 20: Recetario Gastronómico diseñado pág. 10



Corviche

Número de comensales: 4 comensales.
 Dificultad: Media.
 Tiempo de preparación: 30 minutos.

Ingredientes:

- 2000 gr. de plátano verde
- 15 gr. de queso
- 120 gr. de pasta de maiz
- Sal y pimienta al gusto
- Comino al gusto
- 54 gr. de aceite
- 15 gr. de cebolla blanca en rama
- 70 gr. de cebolla morada
- 70 gr. de pimiento
- 9 gr. de ají

Herramientas necesarias:

- Tapa de olla y cacerola
- Rallador
- Sartén
- Bowl grande

Preparación

1. Rallar los plátanos verdes utilizando el rallador tipo masa y agregar un poco de aceite para evitar la oxidación.
2. Cortar en exclusiva la cebolla blanca, la cebolla morada y pimiento, triturar los ajos.
3. En un sartén agregar el ají y los vegetales, sofreír hasta que se forme la cebolla, añadir sal, comino y pimienta a gusto.
4. Cortar el queso en bastones pequeños, sazonar con sal y pimienta al gusto y reservar.
5. Incorporar el ají y la masa de plátano rayado, agregar la pasta de maiz al gusto y medir hasta obtener una masa homogénea.
6. Humedecer las manos en agua, formar porciones de la masa, formar una cavidad, meter el queso, cerrar y dar forma ovalada alargada, presionar un tamaño pequeño para fines estéticos.
7. Llevar los corviches al horno precalentado a 180°C durante 25-30 minutos hasta que adquieran un textura firme y ligeramente dorada.
8. Acompañar de mayonesa casera y ají tradicional, a sus presentaciones se encuentra en la pág. 11.

Emplatado:

Disponer tres corviches en línea sobre plato rectangular tipo volcánico; añadir pinceladas de mayonesa a los lados y servir en el recipiente cerámico individual como acompañamiento.

Fuente: Elaboración propia

Figura 21: Recetario Gastronómico diseñado pág. 11



Tigrillo

Dificultad: Media.
 Tiempo de preparación: 30 minutos.
 Número de comensales: 4 personas.

Ingredientes:

- 1500 gr. de plátano verde
- 225 gr. de queso mozzarella
- 400 gr. de pasta de maiz
- 100 gr. de huevo
- 45 gr. de manteca
- 15 gr. de aceite
- 125 ml. de crema de leche
- Sal comido y pimienta al gusto
- 20 gr. rama de cebolla blanca
- Hoja de verde

Herramientas necesarias:

- 2 Sartén fondo
- Olla
- Espátula papa y bebi
- Rallador

Preparación

1. Finar los plátanos verdes y agregarlos en una olla con agua hasta que los cubra, añadir sal, una gota de aceite para evitar la oxidación.
2. Cortar la panceta de queso tipo mozzarella, sazonar con sal, comino y pimienta al gusto, incorporar dos ramas de cebolla blanca y verter agua hasta cubrir completamente; cocinar a fuego alto hasta que el líquido se reduzca, retirar la cebolla y continuar la cocción hasta que se cocinen en su propia grasa.
3. Rajar el queso mozzarella y reservar.
4. Una vez cocidos, los plátanos escurrir y triturar, utilizando un piceta papa para obtener una textura homogénea.
5. En un sartén a fuego medio, agregar la manteca y verter los huevos; cocinar a fuego bajo y añadir sal; remover suavemente hasta que comiencen a coagular.
6. Incorporar el plátano triturado al sartén y mezclar hasta integrar.
7. Agregar el queso rayado, los encucharonos y mezclar; verter crema de leche según la cremosidad deseada, remover y mantener a fuego bajo sin permitir que la mezcla se seque.
8. Servir caliente. Opcional: acompañar con hoja de plátano. Decorar con yerbita picada.

Emplatado:

Disponer el tigrillo envuelto en hoja de plátano con forma de puchon sobre plato negro tipo volcánico; trazar pinceladas de mayonesa en cruz, y puntos, decorar con cilantro finalmente picado.

Fuente: Elaboración propia

Figura 22: Recetario Gastronómico diseñado pág. 12



Bola de Verde

Número de porciones:	2 comensales
Dificultad:	Fácil
Tiempo de preparación:	25

Ingredientes:

- 1000 gr. de plátano verde
- 225 gr. de paseta de chorizo
- 105 gr. de queso mozzarella
- 35 gr. de manteca
- 10 gr. de queso
- 2 ud. de huevo
- Sal al gusto

Utensilios necesarios:

- Tabla de picar y cuchillo
- Olla
- 2 sartenes
- Pajador
- Horno
- Cucharon

Preparación:

1. Pelar los plátanos verdes y agregarlos en una olla con agua hasta que los cubra. Añadir sal una pizca de ajo para evitar la oxidación.
2. Cortar la paseta de chorizo en pequeños trozos, sazonar con sal, comino y pimienta al gusto. Incorporar dos ramas de cebolla blanca y verter agua hasta cubrir completamente; cocer a fuego alto hasta que el líquido se reduzca; retirar la cebolla y continuar la cocción hasta que se doren en su propia grasa.
3. Rizar el queso mozzarella y reservar.
4. Una vez cocidos los plátanos, escurrir, limpiar y lavar; retirar un rodillo hasta obtener un masa homogénea. Hacer un agujero; incorporar una pequeña cantidad de manteca para mejorar la textura.
5. Agregar el queso rizado. Si es necesario mezclar todos los ingredientes.
6. Formar mofos compactos y regulares con la masa cuidando que el tamaño sea proporcional.
7. Freír un huevo en cocción controlada.
8. Acompañar tabla de verde con el huevo frito como guarnición.

Emplatado:

Disponer una de las bolas en el plato redondo tipo viteliano; colocar la bola de verde a un lado acompañar con huevo frito y decorar con cuantro fresco picado, fritoladas de punta de mayonesa.

12

Fuente: Elaboración propia

Figura 23: Recetario Gastronómico diseñado pág. 13



Bollo

Cantidad:	Médo	Tiempo de preparación:	40 minutos	Número de comensales:	4 personas
-----------	------	------------------------	------------	-----------------------	------------

Ingredientes:

- 225 gr. de pescado o cerdo
- 1750 gr. de plátano verde
- 18 gr. de ajo
- 18 gr. de limón de ajo
- 100 gr. de cebolla cruda
- 33 gr. de cebolla blanca en rama
- 100 gr. de pimienta
- 225 gr. de pasta de maiz
- 2 gr. de orégano
- Sal al gusto
- Comino al gusto
- Haja de cilantro
- Paja de cocino
- 15 gr. de cuantro

Utensilios necesarios:

- Pajador
- Olla
- Sartén
- Vaporera
- Tabla de picar y cuchillo

Preparación:

1. Preparar el relleno según preferencia: para bollo de pescado, cortar el filete en porciones cuadradas y sazonar con sal y pimienta; para bollo de cerdo, cortar las carne en cubos, cocer en agua con sal, ajo, comino y un trozo de cebolla blanca hasta que esté firme; y reservar al caldo.
2. Pelar los plátanos verdes y lavar para obtener una masa; incorporar ajo y limón para evitar oxidación.
3. Triturar el ajo y cortar en brunoise la cebolla blanca, cebolla cruda y pimienta; sofreír en un sartén con aceite hasta que los vegetales estén transparentes.
4. Incorporar el sofrito y la pasta de maiz a la masa de plátano; mezclar hasta homogeneizar. Añadir agua si se utilizó pescado o fonda de cerdo; si se utilizó carne de cerdo, para suavizar la textura y aportar sabor.
5. Cortar las hojas de plátano previamente limpias y pasadas por agua; colocar una porción de masa sobre las hojas; agregar relleno en el centro (pescado o cerdo) y envolver cuidadosamente; asegurar el bollo con hilo de cocina.
6. Cocinar los bollos al vapor durante 20-30 minutos, según el tamaño; hasta que se cocine.

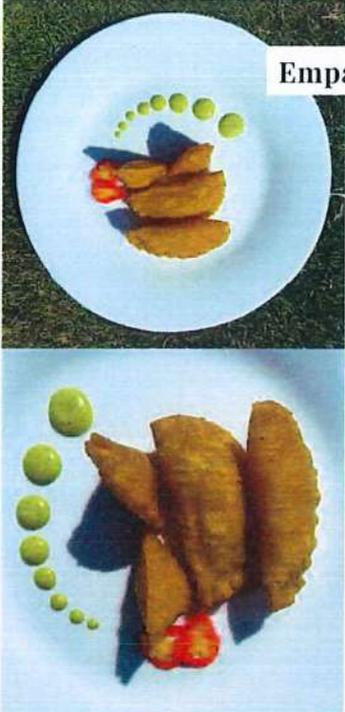
Emplatado:

Disponer medio bollo cortado; dibujar una mitad rehuída en hoja y la otra expuesta sobre una base de al guiso en un plato blanco; decorar con puntos de mayonesa y yerba picada.

13

Fuente: Elaboración propia

Figura 24: Recetario Gastronómico diseñado pág. 14



Empanada de Verde

Número de comensales:	2 comensales
Dificultad:	Medio
Tiempo de preparación:	30 minutos

Ingredientes:

- 1000 gr. plátano verde
- 225 gr. de queso mozzarella
- 70 gr. de aceite
- 600 ml. Aceite
- 15 gr. de achete
- Sal al gusto

Herramientas necesarias:

- Olla
- Freidora
- Rodillo
- Sartén honda
- Molds para empanadas

Preparación:

1. Pelar los plátanos verdes y cocer en agua suficiente hasta cubrir y añadir sal y unas gotas de achete para evitar la oxidación. Retirar del fuego una vez cocidos.
2. Escurrir los plátanos y machar con una prensa manual hasta obtener una masa firme.
3. Alisar con rodillo hasta lograr una textura completamente homogénea. Incorporar un chorrito de agua si fuese necesario para la flexibilidad de la masa.
4. Tomar pequeñas porciones de masa. Formando discos delgados con el rodillo. Reducir sobre el molde para empanadas. Rellenar con queso mozzarella rallado y cerrar presionando para sellar correctamente los bordes.
5. Regerir el proceso con todas las empanaditas. Freír en abundante aceite caliente (frutura profunda) hasta lograr completamente. Retirar y escurrir sobre papel absorbente.
6. Servir de 2 a 3 unidades por plato según la presentación deseada. Puede acompañar mayonesa o aioli.

Emplatado:

Emplatar tres empanaditas sobre el plato blanco redondo. Ubicar puntos de mayonesa, zanahoria y decorar con yerbita fresca picadas.

Fuente: Elaboración propia

Figura 25: Recetario Gastronómico diseñado pág. 15

Recetario Gastronómico

Una propuesta culinaria que honra la tradición manabita desde una mirada contemporánea.

Fuente: Elaboración propia

CONCLUSIONES

El diseño de un recetario gastronómicos con productos regionales aplicando técnicas internacionales permitió recopilar 10 recetas representativas de la gastronomía manabita, lo que fortalece al preservación de las mismas.

Las intervenciones innovadoras en las recetas mostraron un ligero cambio en el sabor, que se manifiestan por las adaptaciones que se le hicieron a los ingredientes, utensilios y métodos de cocción, para asegurar disponibilidad de herramientas en cualquier parte del mundo. Lo que permite su difusión y replica independientemente del lugar donde se encuentre el lector.

Los resultados que se obtuvieron en las entrevistas a expertos y encuesta a la comunidad, permitieron la selección de las recetas, lo que muestra una aceptación y viabilidad del recetario, además de una reacción positiva a los platos intervenidos.

Finalmente, esta investigación abre la posibilidad a la internacionalización de la gastronomía manabita, al implementar recetas adaptadas a un público general, preservando la tradición y cultural del patrimonio manabita.

RECOMENDACIONES

Integrar nuevas recetas de la cocina manabita adaptadas a técnicas internacionales, lo que permite que el recetario evolucione y se consolide como fuente de conocimiento, permitiendo un mayor alcance de difusión.

Establecer alianzas conformados por expertos de la cocina manabita que incluyan chefs, historiados y conocedores de la cocina local manabita, con el fin de investigar y documentar, el origen de la recetas tradicionales de Manabí.

Impulsar la promoción internacional de al menos una receta muy representativa de Manabí, con el fin de posicionarla como un referente gastronómico, logrando el interés público sobre la gastronomía, historia y cultura de la provincia.

BIBLIOGRAFÍA

- Arcos, F. H. (2024). *Manual de Montaje de Platos enfocados en la Gastronomía Típica de Ambato*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ambato. Obtenido de <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/3c2daa84-aa52-4b87-a839-9263f954b7f6/content>
- Ascanio, A. (2000). Turismo: vieja y nueva gastronomía iberoamericana y del Caribe. *Revista USP*, 3. Obtenido de <https://www.revistas.usp.br/rta/article/view/63509/66252>
- Barros, C. (2005). *Pueblo de Maíz: La cocina ancestral de México*. (J. H. Reyes, Ed.) México: Coordinación de Patrimonio Cultural, Desarrollo y Turismo. Recuperado el 04 de 2025, de https://www.cultura.gob.mx/turismocultural/publi/Pueblo_de_maiz/pueblo_maiz.pdf
- Benavides, A., & Rivera, W. C. (Junio - Diciembre de 2024). Innovación gastronómica: Técnicas modernas en platos tradicionales andinos del noroccidente. *Instituto Superior Tecnológico Consulting Group Ecuador-Esculapio*, 2(2), 12.
- Binz, P., & Conto, S. M. (2019). Gestión de la Gastronomía Sustentable: Prácticas del sector de alimentos y bebidas en hospedajes. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 28, 507-525. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6871861.pdf>
- Caballero, A. (23 de 10 de 2023). *Gastronomía y salud*. Obtenido de Revista Diabetes: <https://www.revistadiabetes.org/estilos-de-vida/gastronomia-y-salud-la-comida-que-te-cuida/>
- Caicedo, P., Gavilanes, E., & Domínguez, F. (09 de 06 de 2023). Innovación al Montaje de Platos y Bebidas del Cantón Ambato según la Cocina Sensorial. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria*, 5(4), 13. Obtenido de <https://www.editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/678/947>
- Caraballo, I. (21 de 03 de 2023). *Gastronomía social: La cocina tiene el poder de mejorar la sociedad*. Obtenido de LinkedIn: <https://es.linkedin.com/pulse/gastronom%C3%ADa-social-la-cocina-tiene-el-poder-de-ivan-caraballo>

- Caracuel, A. G. (12 de 2008). Técnicas de Cocción Saludables Aplicables a la Alimentación Mediterránea. *Real Academia de Ciencias Veterinarias de Andalucía*, 21, 10. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3327141.pdf>
- Cartay, R. (02 de 03 de 2022). *¿Qué es un recetario de cocina y para qué sirve?* Obtenido de Escuela Gastronómica de Manabí: <https://egmanabi.com/recetario-de-cocina-para-que-sirve/>
- Duarte, C. R., & Parreño, G. J. (15 de 05 de 2025). Representación de la cocina Manabita mediante la lista libre: estudio piloto en Portoviejo. *Revista de Gastronomía y Cocina*, 4, 9. Obtenido de <https://academiaculinaria.org/index.php/gastronomia-cocina/article/download/92/108>
- EcuRed. (2022). *EcuRed*. Obtenido de EcuRed: https://www.ecured.cu/Provincia_de_Manab%C3%AD
- Educa Edtech Group. (2010). *EuroInnova International Online Education*. Recuperado el 05 de 2025, de Que significa la palabra Gastronomía: <https://www.euroinnova.com/blog/que-significa-la-palabra-gastronomia>
- EPMS. (21 de 06 de 2022). *¿Por qué es importante conocer el valor nutricional de los alimentos?* Obtenido de Escuela de Postgrado de Medicina y Sanidad: <https://postgradomedicina.com/valor-nutricion-definicion-importancia/>
- Equipo BCH. (20 de 11 de 2020). *Gastronomía social, la nueva tendencia sostenible*. (B. C. Hub, Productor) Obtenido de Sostenibilidad: Gastronomía Social: <https://www.barcelonaculinaryhub.com/blog/gastronomia-social-la-alternativa-de-los-grandes-chefs>
- Espinoza Hernández, M. P. (2016). El recetario como documento etnográfico. *Etnicex* 8, 14. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6331957.pdf>
- Espinoza, M. P. (2016). El recetario como documento etnográfico. (U. Veracruzana, Ed.) *La comida de caza en Extremadura*, 14. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6331957.pdf>
- Esteban, J. d. (2015). *Turismo Gastronómico y Enológico*. Madrid, España: Dykinson. Obtenido de <https://elibro.net/es/ereader/ulead/58117?page=91>

- Falcón, J. P. (10 de 06 de 2014). Tendencias Globales de Desarrollo del Turismo Gastronómico Aplicadas al Caso De Argentina. *Revista Digital de Marketing Aplicado*(12), 35-67. Obtenido de https://revistas.udc.es/index.php/REDMARKA/article/view/redma.2014.01.012.4816/g4816_pdf
- FAO. (2006). *Una introducción a los conceptos básicos de la seguridad alimentaria*. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Roma: FAO. Obtenido de <https://www.fao.org/4/a1936s/a1936s00.pdf>
- Fernández, M., Aguirregoitia, A., & Bringas, N. (2019). La cocina de producto: seña de identidad y recurso de comunicación en la alta restauración en España. *Revista Latina de Comunicación Social*, 873-896. Recuperado el 04 de 2025, de <https://nuevaepoca.revistalatinacs.org/index.php/revista/article/view/354>
- Fusté-Forné, F. (2016). Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario. Girona, España: Universitat de Girona. Recuperado el 04 de 2025, de <http://www.scielo.edu.uy/pdf/dix/v24n1/v24n1a01.pdf>
- Gastronomía Milenaria. (2025). *200 Recetas, Sus Relatos y Secretos*. Obtenido de Manabí, Gastronomía Milenaria: <https://manabigastronomico.ec/3d-flip-book/200-recetas/>
- Gillespie, C., & Cousins, J. (2001). *La gastronomía europea en el siglo XXI* (1. a edición ed.). Oxford: Butterworth Heinemann.
- Gobernación de Manabí. (2016). *Reseña Histórica*. Obtenido de El Nuevo Ecuador: <https://gobnacionmanabi.gob.ec/resena-historica/#>
- Góngora, F. A. (02 de 2025). La Influencia de la Cocina Internacional en la Gastronomía Chetumal. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 9(1), 22. Obtenido de <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/download/16186/23126/>
- González, G. M. (2020). *Modernización de la cocina y ultimas tecnologías*. IES Guillem Colom Casanovas, Sóller. Obtenido de <https://iessoller.com/wp-content/uploads/sites/123/2020/09/projecte-guillem.pdf>

- GoRaymi. (2022). *GoRaymi International Touristic Platform S.A.* Obtenido de Región Costa del Ecuador: <https://www.goraymi.com/es-ec/ecuador/regiones/region-costa-ecuador-agt8uxsop>
- GoRaymi. (s.f.). *Comida típica de Manabí.* Obtenido de GoRaymi: <https://www.goraymi.com/es-ec/manabi/rutas-gastronomicas/comida-tipica-manabi-a0a341b54>
- Guerrero, P., & Ramos, J. (2014). *Introducción al Turismo.* México: Grupo Editorial Patria. Obtenido de https://frrq.cvg.utn.edu.ar/pluginfile.php/15987/mod_resource/content/0/Introducci%C3%B3n%20al%20Turismo%20-%20Sancho,%20A.pdf
- Gutierrez, C. (2012). *Historia de la Gastronomía.* Estado de México: Red Tercer Milenio. Obtenido de https://dspace.itsjapon.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/370/1/Historia_de_la_gastronomia.pdf
- Ies Guillem Colom Casasnovas. (2020). *Gastronomía, Nutrición e Historia.* Obtenido de Formación Profesional - Illes Balears: <https://iessoller.com/wp-content/uploads/sites/123/2020/09/projecte-yaneth.pdf>
- INATEC. (04 de 2016). *Técnicas de Servicio en Restaurante.* Obtenido de SCRIBD: https://es.scribd.com/document/399810974/tecnicas-de-servicio-en-restaurante-pdf?language_settings_changed=Espa%C3%B1ol
- INEC. (04 de 10 de 2022). *Instituto Nacional de Estadística y Censos.* Obtenido de 201.279 PERSONAS MÁS VIVEN EN MANABÍ: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/institucional/201-279-personas-mas-viven-en-manabi/>
- INPC. (18 de 10 de 2018). *La Cocina Tradicional Manabita, recibe la certificación de Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador.* Obtenido de Instituto Nacional de Patrimonio Cultural : <https://www.patrimoniocultural.gob.ec/la-cocina-tradicional-manabita-recibe-la-certificacion-de-patrimonio-cultural-inmaterial-del-ecuador/>

- Kesimoğlu, A. (01 de 03 de 2015). Una reconceptualización de la gastronomía como relacional y reflexiva. *Hospitality & Society*, 5(1), 71-91. Recuperado el 04 de 2025, de https://doi.org/10.1386/hosp.5.1.71_1
- Lara, A. (01 de 2018). *Guía de Técnicas de Emplatado Vanguardista*. Obtenido de Academia.edu:
https://www.academia.edu/44345631/GU%C3%8DA_DE_T%C3%89CNICAS_DE_EMPLATADO_VANGUARDISTA
- López, L. S., Rodríguez, M. B., & Castillo, S. E. (Junio de 2014). La gastronomía como símbolo en la cultura. *Revista virtual especializada en Gastronomía*, 50 - 64. Recuperado el 04 de 2025, de http://web.uaemex.mx/Culinaria/siete_ne/PDF%20finales%207/La_gastronomia_simbolo_cultura.pdf
- Macias Lara, C. A. (2020). *La Importancia de la Investigación para la Gastronomía II*. Obtenido de Universidad Mongragón México:
<https://mondragonmexico.edu.mx/2020/11/05/la-importancia-de-la-investigacion-para-la-gastronomia-ii/>
- Maldonado, A. (2016). *Sabores de Nayarit: tierra ardiente, cuna de valientes*. Ciudad de México: Editorial Pax.
- McGEE, H. (2007). *La cocina y los alimentos*. Barcelona, España. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/745999749/La-Cocina-y-Los-Alimentos-by-Harold-Mcgee>
- Mejía, N. (2020). *Gastronomía y turismo: una reflexión cultural*. Bogotá, Colombia: Fundación Universitaria San Mateo.
- Ministerio de Cultura y Patrimonio . (19 de 05 de 2023). *El horno manabita despierta prácticas alrededor del patrimonio agroalimentario de Manabí*. Obtenido de El Nuevo Ecuador: <https://www.culturaypatrimonio.gob.ec/el-horno-manabita-despierta-practicas-alrededor-del-patrimonio-agroalimentario-de-manabi/>
- Ministerio de Cultura y Patrimonio. (06 de 2017). *Junio, mes de la Identidad Manabita*. Obtenido de El Nuevo Ecuador: <https://www.culturaypatrimonio.gob.ec/junio-mes-de-la-identidad-manabita/>

- Ministerio de Turismo. (22 de 11 de 2018). *Gastronomía ecuatoriana entre las mejores del mundo*. Obtenido de Ministerio de Turismo > Noticias: <https://www.turismo.gob.ec/gastronomia-ecuatoriana-entre-las-mejores-del-mundo/>
- Ministerio de Turismo. (18 de 06 de 2021). *Turismo Gastronómico, una Opción para la Reactivación*. Obtenido de Ministerio de Turismo: <https://www.turismo.gob.ec/turismo-gastronomico-una-opcion-para-la-reactivacion/>
- Ministerio de Turismo. (11 de 12 de 2024). *Manabí fue designada como Región Mundial de Gastronomía por el IGCAT*. Obtenido de Ministerio de Turismo: <https://www.turismo.gob.ec/manabi-fue-designada-como-region-mundial-de-gastronomia-por-el-igcat/>
- Misterio de Turismo. (11 de 12 de 2024). *Manabí fue designada como Región Mundial de Gastronomía por el IGCAT*. Obtenido de Ministerio de Turismo: <https://www.turismo.gob.ec/manabi-fue-designada-como-region-mundial-de-gastronomia-por-el-igcat/>
- Mójica, J. M. (2013). *Historia de la cocina*. España. Obtenido de <https://s9df8a7e9c79a6aa1.jimcontent.com/download/version/1395923024/module/5450693459/name/Historia%20de%20la%20Cocina%20Reduc.pdf>
- Muchnik, J. (Enero de 2006). Identidad territorial y calidad de los alimentos: procesos de calificación y competencias de los consumidores. (22), 89-98. Obtenido de https://www.academia.edu/70979197/Identidad_territorial_y_calidad_de_los_alimentos_procesos_de_calificaci%C3%B3n_y_competencias_de_los_consumidores
- Muñoz, D. C., & Tocagón, N. I. (2023). *La gastronomía molecular como ciencia, arte e innovación*. Universidad Técnica del Norte. Ibarra: Repositorio UTN. Obtenido de <https://repositorio.utn.edu.ec/bitstream/123456789/14324/2/02%20LGAS%20075%20TRABAJO%20DE%20GRADO.pdf>

- Muñoz, V. (11 de 01 de 2017). *Guía Completa Sobre Técnicas de Emplatado*. Obtenido de Scribd: <https://es.scribd.com/document/588098376/Guia-Completa-Sobre-Tecnicas-de-Emplatado>
- Nestlé. (21 de 06 de 2023). *Tabla Nutricional de Alimentos*. Obtenido de Nestlé contigo: <https://www.nestle-contigo.co/elige-a-tu-medida/valor-nutricional#:~:text=%C2%BFQu%C3%A9%20se%20entiende%20por%20valor,%20vitaminas%20y%20minerales%20etc%C3%A9tera>
- Nestlé Professional. (06 de 06 de 2024). *Día de la Gastronomía Sostenible*. (N. Professional, Productor) Obtenido de Día de la Gastronomía Sostenible: ¿Cómo contribuir desde tu negocio?: <https://www.nestleprofessional-latam.com/ec/tendencias-e-ideas/dia-gastronomia-sostenible>
- Nieto, A. (2020). *Gastronomía y Turismo: una reflexión cultural*. (A. Nieto, Ed.) Bogotá, Colombia: Editorial Fundación Universitaria. Obtenido de <https://books.scielo.org/id/t267z/pdf/nieto-9786289558210.pdf>
- Nunes dos Santos, C. (04 de 2007). Somos lo que comemos: Identidad cultural, hábitos alimenticios y turismo. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 234-242. Recuperado el 04 de 2025, de https://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17322007000200006
- OMT. (2005). *ONU Turismo: Comité de Turismo y Competitividad*. Obtenido de Turismo gastronómico y enológico: <https://www.unwto.org/es/gastronomia-turismo-enologico>
- OMT. (2008). *ONU Turismo*. Obtenido de Glosario de términos de turismo: <https://www.unwto.org/es/glosario-terminos-turisticos>
- OMT. (2020). *ONU TURISMO*. Obtenido de Gastronomía: <https://www.unwto.org/es/gastronomia>
- OMT. (2022). *ONU Turismo*. Obtenido de #Viaja Mañana, turismo y gastronomía: <https://www.unwto.org/es/gastronomia>
- Oña, M. O. (2016). *Utilización del Morete, en la elaboración de postres aplicando técnicas de Cocina Molecular*. Tesis, Escuela Superior Politécnica de

- Chimborazo, Riomabamba. Obtenido de <https://dspace.esPOCH.edu.ec:8080/server/api/core/bitstreams/34772e8e-10e0-4653-a83e-8e6a9bc17e6f/content>
- OpenAI. (2025). *ChatGPT DALL·E*. Obtenido de Modelo de generación de imágenes: <https://chat.openai.com/>
- Ordoñez, E., & Robalino, J. (06 de 2018). La evolución de la gastronomía en la academia a través del tiempo. *Revista Turydes: Turismo y Desarrollo*, 11(24). Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7845413.pdf>
- Ortega, F., Sánchez, J., & Hernández, J. (2012). *La gastronomía "de alta gama, de lujo o de calidad" como eje potenciador del turismo cultural y de sensaciones en Extremadura*. España: Fundación Caja Extremadura. Obtenido de https://www.researchgate.net/publication/286924094_La_gastronomia_de_alta_gama_de_lujo_o_de_calidad_como_eje_potenciador_del_turismo_cultural_y_de_sensaciones_en_Extremadura
- Oxford University Press. (2015). *Gastronomy - Definition of gastronomy*. Recuperado el 04 de 2025, de Oxford Dictionaries: <https://en.oxforddictionaries.com/definition/gastronomy>
- Pérez, F., Cobaisse, M., Villagrán, S., & Alvarado, R. (06 de 11 de 2023). Aspectos generales del uso de métodos mixtos para investigación en salud. *Escuela*, 8. Obtenido de https://www.medwave.cl/medios/revisiones/metodinvestreport/2767/medwave_2023_2767a.pdf
- Pérez, M. (01 de 06 de 2009). LA HISTORIA DE LA HISTORIA DE LA ALIMENTACIÓN. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3203780.pdf>
- Pérez, M. (09 de 09 de 2024). *Servicios Gastronómicos que se Ofrecen en un Restaurante*. Obtenido de YIMI: <https://blog.yimiglobal.com/servicios-gastronomicos-que-se-ofrecen-en-un-restaurante/>
- Perfectura de Manabí. (30 de 06 de 2025). *Manabí recibió el reconocimiento internacional como Región Mundial de la Gastronomía 2026*. Obtenido de

- Perfectura de Manabí: <https://www.manabi.gob.ec/index.php/manabi-recibion-el-reconocimiento-internacional-como-region-mundial-de-la-gastronomia-2026/>
- Prieto, M., Mouwen, J., López, S., & Cerdeño, A. (04 de 2008). Concepto de calidad en la industria Agroalimentaria. *Scielo*, 33(4), 258-264. Obtenido de https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S0378-18442008000400006&script=sci_arttext
- RAE. (2024). *Diccionario del estudiante*. Obtenido de Real Academia Española : <https://www.rae.es/diccionario-estudiante/emplatar>
- RAE. (2025). *Real Academia Española*. Obtenido de Diccionario de la Lengua Española: <https://dle.rae.es/recetario>
- Ramos, C. (Junio de 2021). Diseño de Investigación Experimental. *CienciAmerica*, 10(1), 7. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7890336.pdf>
- Rebón, A. (30 de 05 de 2022). *Las nuevas tendencias de la cocina molecular*. Obtenido de Blog Estudios Superiores Abiertos de Hostelería: https://www.estudiahosteleria.com/blog/cocina/tendencias-cocina-molecular?utm_source=chatgpt.com
- Rebón, A. (18 de 08 de 2023). *Tipos de técnicas culinarias*. Obtenido de ESAH, Estudios Superiores Abiertos de Hostelería: <https://www.estudiahosteleria.com/blog/gastronomia/tipos-de-tecnicas-culinarias>
- Regalado, L. (2019). *Manabí y su Comida Milenaria*. Manta, Manabí, Ecuador: Uleam. Obtenido de <https://libros.uleam.edu.ec/wp-content/uploads/2024/05/Manabi-y-su-Comida-Milenaria.pdf>
- Repagas. (10 de 12 de 2019). *Evolución de las técnicas de cocina, desde su origen hasta la actualidad*. Obtenido de Repagas, Equipamiento para Hostelería: <https://repagas.com/tecnicas-de-cocina/>
- Romero Suárez, N. F. (30 de 12 de 2023). Tecnología en la implementación de técnicas culinarias. *Revista Latinoamericana de Ciencia Sociales y Humanidades*, 9. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9586684.pdf>
- Rosselló, M. J. (2012). Alimentación, cocina y gastronomía. En K. ESPAÑA (Ed.), *Manual Práctico de Nutrición y Salud Kellogg's* (págs. 183 - 193). Madrid,

- España: Kátedra Kelloggs. Recuperado el 04 de 2025, de https://www.kelloggs.es/content/dam/europe/kelloggs_es/images/nutrition/PDF/Manual_Nutricion_Kelloggs_Capitulo_11.pdf
- Ruiz, Á., & Casas, J. (2017). *Evaluación del grado de Interés de los pincipales Turístico de la Ciudad de Córdoba*. Obtenido de Dialnet: <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/5984808.pdf>
- Salas, F. G. (2015). *Técnicas en Cocina*. Madrid, España: Editorial Síntesis, S.A. Obtenido de <https://dmc2vm44yioo9.cloudfront.net/a6b275dd-e202-4f0e-8bb9-9f59a9e47ad7.pdf>
- Sánchez, J. A. (22 de 03 de 2021). La receta de cocina como artefacto de diseño. *Redalyc.org*, 38. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5475/547567705002/547567705002.pdf>
- SEGIB, S. G., & BCC, B. C. (2022). *La contribución de la gastronomía a la consecución*. España: Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID). Obtenido de <https://www.segib.org/wp-content/uploads/informe-gastronomia-y-ods-esp.pdf>
- Silva, S., Bonilla, N., Hernández, S., & Pérez, R. (01 de 2016). Alimentos vernáculos en vías de extinción. *Revista Iberoamericana de las ciencias biológicas y agropecuarias*, 5(9), 9. Obtenido de <https://ciba.org.mx/index.php/CIBA/article/view/47/180>
- Torres, C., & Castillo, A. (08 de 2021). *Innovación de la cocina local de Portoviejo*. (U. T.-F.-C. Hotelería, Ed.) Obtenido de Repositorio Universidad Técnica de Ambato: <https://repositorio.uta.edu.ec/server/api/core/bitstreams/67e5992e-bb65-416a-9e38-2768f6798420/content>
- Torres, F., Romero, J., & Viteri, F. (07 de 05 de 2017). Diversidad Gastronómica y su Aporte a la Identidad Cultural. *Revista de Comunicación de la SEECI*(44), 1-13. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5235/523556567001/html/>
- Tourism Society of England . (1976). *Datos Nacionales de Turismo*. Inglaterra: Oficina de Turismo de Inglaterra.

- UNESCO. (17 de 10 de 2003). *El texto de la Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*. Obtenido de Patrimonio Cultural Inmaterial: <https://ich.unesco.org/es/convenci%C3%B3n>
- UNESCO. (17 de 10 de 2003). *Patrimonio Cultural Inmaterial*. Obtenido de Unesco: <https://www.unesco.org/es/intangible-cultural-heritage>
- Urbina, B. C. (2019). *Cinco Técnicas creativas para un buen Emplatado*. Universidad de Ciencia y Artes de Chiapas, Chiapas. Obtenido de <https://repositorio.unicach.mx/bitstream/handle/20.500.12753/2240/Cinco%20t%C3%A9cnicas%20creativas%20para%20un%20buen%20emplatado.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vázquez, G., Morales, E., & Pérez, L. (2014). *Turismo Gastronómico, Denominaciones de Origen y Desarrollo Rural en Andalucía: Situación Actual*. Andalucía, España: Boletín de la Asociación de Geógrafos Españoles. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4756706.pdf>
- Villada Vélez, P. (25 de 04 de 2024). La gastronomía como herramienta de transformación. (R. L. Barra, Entrevistador) Colombia. Obtenido de <https://www.revistalabarra.com/es/noticias/la-gastronomia-como-herramienta-de-transformacion>
- Viudas, A. C. (1982). El lenguaje Técnico de un recetario de Cocina. *Dialnet*, 05, 11. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/58494.pdf>
- WankaTours. (s.f.). *Gastronomía*. Obtenido de WankaTours Turismo Comunitario: <https://turismo-rural-jipijapa.org/gastronomia/>
- WordPress. (01 de 2015). *WordPress*. Obtenido de <https://claudiaeva4.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/01/el-padre-del-turismo.pdf>
- Zamora, A. G. (2023). *Métodos y tipos de cocción*. Trabajo Académico, Universidad Contemporánea de las Américas, Mexico. Obtenido de <https://uniclanet.unicla.edu.mx/assets/tareas/6380320230926200155.pdf>

ANEXOS

Guía de Entrevista Semiestructurada
Objetivo Específico 2: Determinar los tipos de platos que se realizan en la cocina manchega, tradicional e innovadora y características de la provincia.
Temática: Gastronomía manchega.
Instrumento: Guía de entrevista.
Duración: 45. Clases predefinidas, encuesta individual, entrevista no grabada ni registrada y datos anonimados vinculados a la cocina manchega.

Datos Generales del Entrevistado:

- **Nombre del entrevistado:**
- **Cargo o función:**
- **Lugar de trabajo o comunidad:**
- **Año de experiencia en el ámbito gastronómico:**

Preguntas de la Entrevista Semiestructurada

1. ¿Cuáles son las platos tradicionales más representativos de la cocina manchega que usted considera a nivel local en su ámbito geográfico?
2. ¿Por qué considera importante hacer platos a estos platos en comparación con otros platos?
3. ¿Qué técnicas tradicionales, recetas que pueden aplicarse para innovar e incorporar nuevos platos en platos tradicionales?
4. ¿Cómo percibe la recepción de los nuevos recetas de los platos tradicionales, cuando se aplican técnicas innovadoras?
5. ¿Qué platos los consideran que son esenciales para mantener la identidad de la gastronomía manchega?
6. ¿Qué recomendaciones debe para el diseño de un menú que sea accesible y útil, para dar y público general, preservando la identidad manchega?

Anexos 1 Guía de entrevista utilizada para la validación

Instrumento de Recolección de Datos

Temática: Gastronomía manchega.
Objetivo Específico 2: Determinar los tipos de platos que se realizan en la cocina manchega, tradicional e innovadora y características de la provincia.
Temática: Gastronomía manchega.
Instrumento: Guía de entrevista.
Duración: 45. Clases predefinidas, encuesta individual, entrevista no grabada ni registrada y datos anonimados vinculados a la cocina manchega.

1. **Edad (años)**
2. **Sexo:**
 Masculino
 Femenino
3. **Lugar de Nacimiento:**
 Ciudad, Centro, Provincia

Anexos 2 Guía de encuesta utilizada para la validación

4. **Nivel de Educación:**
 Situación básica primaria
 Situación media (secundaria)
 Situación superior (terciaria) inferior o media
 Postgrado (maestría, doctorado, especialización)
 Otro
5. **Profesión y ocupación:**
6. ¿Cuáles platos tradicionales manchegos consume con mayor frecuencia?
 (Responda: nombre, descripción, receta, plato, etc.)
7. ¿Qué productos regionales cree que hacen especiales a estos platos?
 (Responda: mar, productos locales, platos, platos, platos, etc.)
8. ¿Cree que ha aumentado el uso de técnicas innovadoras en la preparación de platos tradicionales manchegos?
 Sí, y con algunos ejemplos
 Sí, pero no demasiados
 No, no ha cambiado nada

Anexos 3 Guía de encuesta utilizada para la validación parte 2

9. ¿Ha probado platos tradicionales manchegos con técnicas innovadoras?
 Sí, y me gustan
 Sí, pero prefiero las preparaciones tradicionales
 No, no me gusta probarlos
10. Si respondiera que sí, ¿cómo calificaría esta versión con técnicas innovadoras?
 Mejor que la tradicional
 Similar a la tradicional
 Menor calidad que la tradicional
11. ¿Qué importancia cree que tiene conservar las recetas tradicionales de Mancha?
 Muy importante
 Importante
 Poco importante
12. ¿Estaría interesado en un receta o que incluya platos tradicionales y sus versiones innovadoras?
 Sí, definitivamente
 Tal vez, dependiendo del contenido
 No, prefiero la familia

Anexos 4 Guía de encuesta utilizada para la validación parte 3



Anexos 5 Evidencia fotográfica de la aplicación de encuestas 1



Anexos 6 Evidencia fotográfica de la aplicación de encuestas 2



Anexos 7 Evidencia de entrevista a la Dra. Libertas Regalado



Anexos 8 Evidencia de entrevista a la Dra. Libertas parte 2



Anexos 9 Evidencia de entrevista al Chef Fernando



Anexos 10 Evidencia de entrevista al Chef Fernando parte 2



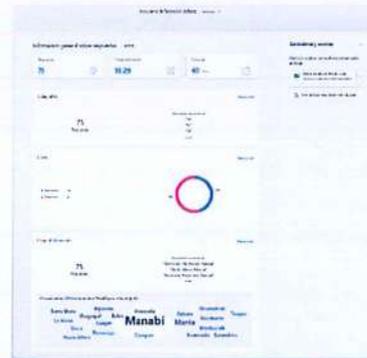
Anexos 11 Evidencia de entrevista a la Chef Muya



Anexos 12 Evidencia de entrevista a la Chef Muya parte 2



Anexos 13 Evidencia de resultados de las encuestas



Anexos 14 Evidencia de resultados de las encuestas parte 2



Anexos 15 Evidencia experimental del Caldo parte 1



Anexos 16 Evidencia experimental del Caldo parte 2



Anexos 17 Evidencia experimental del Caldo parte 3



Anexos 18 Evidencia experimental del Caldo parte 4



Anexos 19 Evidencia experimental del Caldo parte 5



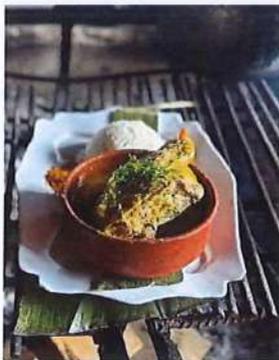
Anexos 20 Evidencia experimental del Caldo parte 6



Anexos 21 Evidencia experimental del Seco parte 1



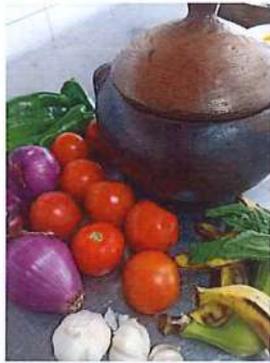
Anexos 22 Evidencia experimental del Seco parte 2



Anexos 23 Evidencia experimental del Seco parte 3



Anexos 24 Evidencia experimental del Seco parte 4



Anexos 25 Evidencia experimental de Tonga parte 1



Anexos 26 Evidencia experimental de Tonga parte 2



Anexos 27 Evidencia experimental de Tonga parte 3



Anexos 28 Evidencia experimental de Tonga parte 4



Anexos 29 Evidencia experimental de Viche parte 1



Anexos 30 Evidencia experimental de Viche parte 2



Anexos 31 Evidencia experimental de Viche parte 3



Anexos 32 Evidencia experimental de Viche parte 4



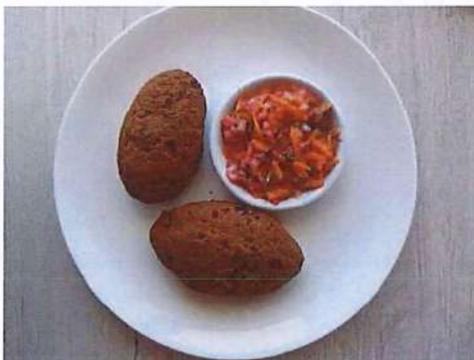
Anexos 33 Evidencia experimental de Corviche parte 1



Anexos 34 Evidencia experimental de Corviche parte 2



Anexos 35 Evidencia experimental de Corviche parte 3



Anexos 36 Evidencia experimental de Corviche parte 4



Anexos 37 Evidencia experimental de Bolón parte 1



Anexos 38 Evidencia experimental de Bolón parte 2



Anexos 39 Evidencia experimental de Bolón parte 3



Anexos 40 Evidencia experimental de Corviche parte 4



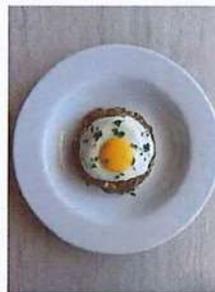
Anexos 41 Evidencia experimental de Tigrillo parte 1



Anexos 42 Evidencia experimental de Tigrillo parte 2



Anexos 43 Evidencia experimental de Tigrillo parte 3



Anexos 44 Evidencia experimental de Tigrillo parte 4



Anexos 45 Evidencia experimental de Bollo parte 1



Anexos 46 Evidencia experimental de Empanada parte 1



Anexos 47 Evidencia experimental de Ceviche parte 1



Anexos 48 Evidencia experimental de Ceviche parte 2