



INSTITUTO TECNOLÓGICO
"CORDILLERA"

CARRERA DE ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA Y HOTELERA

DISEÑO DE UN RECETARIO GASTRONÓMICO INNOVADOR SOBRE LA
COMIDA TÍPICA DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTÓN ELOY
ALFARO

Proyecto de grado para la obtención del título de Tecnólogo en Administración Turística
y Hotelera

Autor(a): María José Mejía Gaibor

Tutor(a): Ing. Patricio Acuña

Quito, Abril 2014

DECLARATORIA

Declaro que la investigación es absolutamente original, auténtica, personal, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes. Las ideas, doctrinas resultados y conclusiones a los que he llegado son de mi absoluta responsabilidad.

María José Mejía Gaibor

C.C.:172583092-9

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TÍPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTÓN ELOY ALFARO

CESION DE DERCHO

Yo, María José Mejía Gaibor alumna de la Escuela de Administración Turística y Hotelera libre y voluntariamente cedo los derechos de autor de mi investigación a favor del Instituto Tecnológico Superior "Cordillera"

CC. 1725830929

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TIPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTON ELOY ALFARO

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por guiar mis pasos en el trayecto de mi estudio y mi vida, por fortalecer todos los días mi corazón y por regalarme la oportunidad de conocer a personas maravillosas las que se convirtieron en amigos, compañeros y soporte en la trayectoria de nuestro estudio.

A quienes son y serán el pilar y motor fundamental de mi vida, mis hermanos y padres quienes con su amor y apoyo me dieron las fuerzas necesarias para seguir adelante. A toda mi familia por su apoyo.

DEDICATORIA

Dedico este logro a mi papito Líder por su esfuerzo todos los días, eres mi gran amor, a mi mamita Alina por estar siempre conmigo, te adoro, quiero darles las gracias por haberme sabido formar con sus consejos, enseñanzas y por convertirme en la mujer que soy ahora, gracias por ayudarme a salir adelante buscando siempre el mejor camino.

A mis hermanos y hermanas por su cariño y por compartir conmigo momentos importantes de mi vida, quiero dedicarles esto y que sepan que son lo mejor que tiene mi vida son mis compañeros, amigos y amores.



ÍNDICE GENERAL

TÍTULO	PÁGINA
<i>PORTADA</i>	<i>i</i>
<i>DECLARATORIA</i>	<i>ii</i>
<i>CESION DE DERCHO</i>	<i>iii</i>
<i>AGRADECIMIENTO</i>	<i>iv</i>
<i>DEDICATORIA</i>	<i>v</i>
<i>ÍNDICE GENERAL</i>	<i>vi</i>
<i>ÍNDICE DE TABLAS</i>	<i>vii</i>
<i>ÍNDICE DE GRÁFICOS</i>	<i>viii</i>
<i>RESUMEN EJECUTIVO</i>	<i>ix</i>
<i>ABSTRACT</i>	<i>x</i>
CAPITULO I	4
1. ANTECEDENTES	4
TEMA: "la cocina típica esmeraldeña"	4
AUTORES: Club Social Cultural Esmeraldas	4
AÑO: 1996	4
1.1 CONTEXTO	6
1.2 JUSTIFICACION	11
1.3 DEFINICION DEL PROBLEMA CENTRAL	12
CAPITULO II	14
2. ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS	14
2.1 MAPEO DE INVOLUCRADOS	14
2.2 MATRIZ DE ANALISIS DE INVOLUCRADOS	16
CAPITULO III	19
3. PROBLEMAS Y OBJETIVOS	19
3.1 ARBOL DE PROBLEMAS	19
3.2 ARBOL DE OBJETIVOS	21
3.2.1 Analisis del árbol de objetivos	22
CAPITULO IV	23
4. ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS	23
4.1 MATRIZ DE ANALISIS DE IMPACTOS DE LOS OBJETIVOS	23
4.2 MATRIZ DE ANALISIS DE IMPACTOS DE LOS OBJETIVOS	24
4.2.1 Analisis de impacto de objetivos	25
4.3 DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS	26
4.4 MATRIZ DE MARCO LÓGICO	27



ÍNDICE GENERAL

TÍTULO	PÁGINA
CAPITULO V	29
5. PROPUESTA	29
5.1 Antecedentes	29
Historia	31
Características	32
5.2 DESCRIPCIÓN DE LA HERRAMIENTA	35
5.2.1 Investigación de mercado	35
5.2.2 Análisis de resultado (ver Anexo 1)	36
5.2.3 Detalle de la herramienta	39
5.3. FORMULACION DE PROCESO DE APLICACIÓN DE LA HERRAMIENTA.	40
• PORTADA	40
• PAGINA INICIAL	41
• RECETARIO	41
INTRODUCCIÓN	41
• ÍNDICE	42
HISTORIA MATERIA PRIMA O INGREDIENTE PRINCIPAL	64
<i>Capítulo V</i>	71
6. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS	71
6.1 Recursos	71
6.2 Presupuesto	72
6.3 CRONOGRAMA	73
CAPITULO VII	74
CONCLUSIONES	74
RECOMENDACIONES	75
<i>Bibliografía</i>	76
ANEXOS	77

ÍNDICE DE TABLAS

TÍTULO	PÁGINA
<i>Tabla 1 Análisis de fuerzas T</i>	10
<i>Tabla 2</i>	14
<i>Matriz de Involucrados</i>	14
<i>Tabla 3</i>	21
<i>Análisis de alternativas</i>	21
<i>Tabla 4</i>	26
<i>Marco lógico</i>	26

ÍNDICE DE GRÁFICOS

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TÍPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTÓN ELOY ALFARO



TÍTULO	PÁGINA
Grafico 1	18
<i>Análisis de Involucrados</i>	18
Gráfico 2	22
<i>Análisis de Involucrados</i>	22
Gráfico 3	23
<i>Árbol de Problemas</i>	23
Grafico 4	25
<i>Árbol de Objetivos</i>	25
Gráfico 5	30
<i>Estrategias</i>	30

RESUMEN EJECUTIVO

El presente proyecto permitirá a los turistas una mayor satisfacción y conocimiento general sobre la comida típica esmeraldeña así como también tener una matriz productiva

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TIPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTON ELOY ALFARO

zonal lo cual ayudara a la comercialización de materia prima generando ingresos económicos y un impacto social sobre la Provincia se buscara complacer la demanda insatisfecha en la producción y conocimiento de platos innovadores y tradicionales de la provincia.

Como resultado se obtendrá la satisfacción de los demandantes del mercado y de los consumidores locales y nacionales tomando en cuenta que en su gran mayoría la Provincia es visitada por turistas del todo el País que repetitivamente buscan las diferentes alternativas turísticas que ofrece la ciudad.

El proyecto busca aportar a una mejor calidad de vida para los esmeraldeños mejorando su economía y comercio, busca también que los turistas extranjeros conozcan aquellos platos tradicionales del cantón Eloy Alfaro y la ciudad de Esmeraldas pero poco conocidos, es importante mencionar el aporte que tendrá el proyecto ya que busca que las personas dedicadas al expendio de comida en la localidad utilicen las buenas prácticas de manufactura para mejorar el servicio y la atención al cliente

ABSTRACT

This project will allow tourists greater satisfaction and general knowledge about the typical food of Esmeraldas as well as having a zonal productive matrix which will help

the marketing of raw material generating income and social impact on the Province seek to please demand unmet production and knowledge of innovative and traditional dishes of the province.

As a result the satisfaction of the plaintiffs in the market and local and national consumers considering that the vast majority province is visited by tourists from all over the country who repeatedly seek different alternatives offered tourist city will be obtained.

The project seeks to contribute to a better quality of life for Esmeraldeños improving its economy and trade, also wants foreign tourists know those traditional dishes of Canton Eloy Alfaro and the city of Esmeraldas but little known, it is important to mention the contribution that will have the project as it seeks to persons engaged in the sale of food in the town using good manufacturing practices to improve customer service and attention

CAPITULO I

1. ANTECEDENTES

TEMA: "Proyecto de Factibilidad para la creación de una Microempresa de Producción de chifles, ubicada en el sector de San Mateo, Parroquia De Esmeraldas y su Comercialización en Cevicherías y asaderos en los cantones de: Esmeraldas, Atacames Y Rio verde, De La Provincia Esmeraldeña"

AUTOR: Pablo Alfredo Meza España

AÑO: 2013

CONCLUSION: De acuerdo al tema encontrado se ha llegado a la conclusión de utilizar la información sobre la provincia de Esmeraldas y su cantón Eloy Alfaro.

TEMA: "la cocina típica esmeraldeña"

AUTORES: Club Social Cultural Esmeraldas

AÑO: 1996

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TÍPICA DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTÓN ELOY ALFARO

CONCLUSION: al encontrar este manual de comida típica se utilizara la información más destacada.

TEMA: Investigación y propuesta gastronómica de la cocina tradicional de la ciudad de Tulcán.

AUTOR: Álvaro Napoleón Medina Villacres

AÑO: 2009

CONCLUSION: Se utilizara de este folleto la información gastronómica más destacada.

TEMA: “Propuesta de Creación de un Museo Etnográfico, como una alternativa de rescate cultural y aporte al desarrollo turístico.

AUTOR: Marina Francis Medina

AÑO: 2012

CONCLUSION: podremos utilizar la forma de rescate cultural de la provincia de la

Esmeraldas”

1.1 CONTEXTO

Esmeraldas conocida como la “Provincia Verde” fue descubierta el 21 de septiembre de 1526 por el piloto Cap. Bartolomé Ruiz.

Anteriormente estas tierras estuvieron habitadas por tribus como los Atacames, Colorados, Cayapas y otras.

Esmeraldas tiene un comportamiento alimenticio innumerable que se correlaciona con su cultura muy marcada siendo de gran importancia.

La cultura popular esmeraldeña sus fiestas y rituales hacen de esta provincia un encanto. La comida del afro esmeraldeño es de gran deseo en ciertas fechas del año calendario como son semana santa, navidad. Es así como el agente cultural suma estrategias para ir más acorde con los pautas de economía siendo esto generado por la venta del mar, río, manglares, ingredientes muy proteínicos. Estos alimentos conjugan un palto exquisito combinado con el coco, verde y otras especies propias de la Provincia.

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TÍPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTÓN ELOY ALFARO

La importancia del coco en la ciudad de Esmeraldas y el Cantón Eloy Alfaro se demuestra en el típico "Encocado" siendo este pasado por varios procedimientos para obtener su leche con la que se prepara lo antes mencionado también se genera variedad de platos con yuca, camote, y arroz.

Entre sus dulces típicos Esmeraldas prioriza nuevamente al coco produciendo la famosa cocada negra o blanca que consiste en de quemar el azúcar antes o después de mezclarlo con el coco. El manjar de coco, se da de la cocción de leche de coco añadiéndole azúcar y canela hasta que dé el punto de espesura.

Hay tres posibilidades de hacer un "Encocado" con los alimentos de la zona, el primero y más Conocido es el Encocado de pescado que teniendo como ingredientes principal una variedad de pescados llevados al puerto de la ciudad y distribuidos a la provincia para su comercialización.

Este plato acompañado de coco, limón, pimienta, ajo, comino, sal, tomate, cebolla y chillangua, una especie muy utilizada al igual que los ingredientes principales como la tatabra, guanta, guacharaca, que son carnes muy sanas ya que su alimentación proviene del monte y las chautizas peces muy pequeños pero poco conocidas. La Tradición gastronómica esmeraldeña ha usado desde el siempre las proteínas del monte, el Manglar, el río y el mar . El menú esmeraldeño es especial y variado. Los platillos tienen como base el verde y el coco entre las peculiaridades se encuentran el tapado de carne seca, pescado seco y plátano; Encocado de Pescado, preparado con zumo de coco; arroz con coco; cazuela de pescado;

variedad de lentejas con arroz y coco; carapachos de cangrejo relleno, las majaguas, preparados con maíz añejo; el pusandao, a base de pescado, plátano y zumo de coco, el ceviche de concha camarón o pescado, cangrejo, pulo, calamar ; patacones, bolones y empanadas a base de plátano verde.

En postres tienen las variedades de cocadas, manjares dulces de piña, casabe realizado con maíz, las conservas que son cocidos de, leche, azúcar, pasas, especias; envuelto de maduro, con panela y maní; en las Bebidas típicas está el Borojo, preparado con la carne de la fruta licuado con leche (es Una bebida afrodisiaca); la chucula de origen chachi, preparada con maduros cocidos, Canela, azúcar, agua o leche; agua de coco con licor de caña, se sirve en el mismo coco Con sorbete.

Esmeraldas en la actualidad tiene una extensión aproximada de 15.906 km² y limita al norte y al oeste con el Océano Pacífico al sur con las Provincias de Manabí y Pichincha y al este con las de Carchi e Imbabura, Tiene mucha diversidad de playas y extensas zonas terrestres altas y bajas, esta cruzada por varios ríos como el Santiago, el Mira, el Cayapas, el Blanco, el Esmeraldas y el Guayllabamba.

Existe vestigios arqueológicos que insinúan la existencia de un núcleo poblacional de relativa importancia desarrollada en la época precolombina entre los 260 y 90 d.C, se trata de un área cultural ubicada en la franja costanera a la que los arqueólogos la denominaron "Tolita" que se encuentra a una pequeña distancia de la Capital Provincial se halla el puerto de Balao donde

funciona la Refinería Estatal Petrolera, y donde se distribuyen gran cantidad de petróleo que Ecuador exporta.

La riqueza Esmeraldeña se basa gran parte a la agricultura, la ganadería y la explotación de madera y en los últimos tiempos se ha desplegado la producción de camarones para la exportación. Esmeraldas compuesta por los cantones Atacames, Esmeraldas, Muisne, Quininde, Rio Verde, San Lorenzo y, Eloy Alfaro este último muy poco explotado gastronómicamente y con muy poca afluencia de turistas.

Al norte de la provincia de esmeraldas se encuentra las parroquias urbanas de la tola, Maldonado, concepción, san Lorenzo, Borbón y Ancón tienen un sistema de territorio bajo y un gran sistema fluvial de bellos ríos como el Santiago y el

Cayapas donde su desembocadura es en la bahía de Ancón. Playa que pertenece al cantón Eloy Alfaro, con un clima que varía entre 22 y 32 grados centígrados; tiene una extensión de 3 Km. La playa está rodeada por cocoteros, y extensiones de pastizales; las asperezas y especies arbóreas están presentes en menor sucesión. En la playa se observa gaviotas, pelícanos y gran cantidad de conchas y crustáceos. Los autóctonos de las Peñas se dedican a la pesca artesanal, recolección de almejas, conchas la playa está intervenida por piscinas de camaronerías que fundamentan en la economía de este recinto.

La playa de las peñas es un hermoso lugar para descansar y disfrutar de lo que te ofrece esa localidad, la brisa del mar y su abundante fauna. Su amplia playa virgen de 24 kilómetros, se

encuentra adornada en el lado sur por “las cuevas del amor”; lugar en el cual los turistas aprovechan anhelantes a que baje la marea para poder llegar a explorar estas esculturas rocosas. La playa se caracteriza por mantenerse cálidas y tranquilas durante todo el año, lo cual es ideal para ejercer deportes acuáticos como el esquí, el surf, las motos acuáticas, los paseos en bote, la pesca deportiva, o simplemente para nadar. Además, gracias a estas aguas cálidas, podemos disfrutar en temporadas, la visita de animales como las ballenas jorobadas, los leones marinos e infinidad de animales acuáticos y aves que se acercan a nuestras playas tranquilas a reproducirse.

La maravillosa playa de las Peñas, por no ser tan famosa, es un lugar tranquilo, económico y seguro en donde se puede disfrutar de grandiosos paisajes naturales sin temor a ser atacados; pues además de contar con un destacamento de la Armada del

Ecuador y un retén policial, se encuentra el pueblo conformado por familias honradas que viven de la pesca artesanal o del turismo. Las Peñas, Esmeraldas, cuentan con muchas glorificaciones mundiales que son testimonios únicos de la calidez de la ciudad.

Ha sido votada (2011) como la playa más limpia en la costa norte de Esmeraldas por el

Ministerio de Turismo, las peñas ofrece hospedaje en hoteles y hosterías que se registran en ganadores de premios de servicio y calidad. Todo eso sin mencionar los sitios turísticos que son únicos en el mundo. Esmeraldas es muy conocida también por su festival de música y danza afro, donde son utilizados los instrumentos como, el cununo, el bombo, guasa, las

maracas y la marimba esta es una de las recuerdos culturales de la provincia y representativa de sus raíces afro. Al igual que en la ciudad de esmeraldas esta parroquia también tiene su principal ingrediente gastronómico el coco, este históricamente traído desde África por los españoles en el Siglo XVI gracias a las nociones ancestrales de la población negra y las Situación climáticas y territoriales de la provincia verde las nuevas plantas se adaptaron y fueron claves para la creación de nuevos sabores convirtiéndose en un elemento principal para la elaboración de la comida Esmeraldeña. Los platos más reconocidos de la Provincia son: El Tapado, Los diferentes encocaos y los Ceviches.

1.2 JUSTIFICACION

En la ciudad de Esmeraldas y en especial el cantón Eloy Alfaro con el paso del tiempo y la implantación de nuevas costumbres, utilización de nuevos ingredientes ha influido en que se vaya perdiendo paulatinamente las costumbres y tradiciones a la hora de representar su cultura a través de la gastronomía esto a su vez perjudicado a los pobladores de estas zonas ya que sus ingresos se ven mermados puesto que no tienen variedad para presentar a los turistas y por ende esto influye en la satisfacción y retorno del turista.

La provincia recibe visitantes de todo el País que frecuentemente buscan las diferentes elecciones turísticas que ofrece la ciudad por ello es de suma importancia que exista un recetario de comida tradicional el cual sea también informativo esto ayudará a difundir y fomentar la preparación de estos platos que con el tiempo han quedado olvidados. Cabe

mencionar que el proyecto en estudio nace con la idea de aportar tanto a población Esmeraldeña ya que esto ayudara a incrementar sus ingresos así como también a la producción de ciertos ingredientes que son propios de la zona lo que aumentará el comercio en la Provincia, Se tendrá también un aporte social ya que el presente proyecto pretende generar más ingresos y por ende puestos de trabajo.

1.3 DEFINICION DEL PROBLEMA CENTRAL

¿Cómo influye la elaboración de un recetario gastronómico de comida típica-tradicional de Esmeraldas y Cantón Eloy Alfaro en la transmisión y conocimiento de su cultura gastronómica olvidada por parte de los pobladores locales y a su vez por los visitantes?

Planteamiento del problema: Con el diseño del recetario de comida típica-tradicional esmeraldeña se busca que los turistas se interesen por varios platos tradicionales de la provincia.

Tabla 1 *Análisis de fuerzas T*

ANÁLISIS DE FUERZAS T					
Situación Empeorada	Situación Actual				Situación Mejorada
Perdidas de costumbres y tradiciones	Poco conocimiento de comida tradicional				Reconocimiento de la provincia y su gastronomía
Fuerzas Impulsadoras	I	PC	I	P C	Fuerzas Bloqueadoras
Asociación de propietarios de restaurantes	3	3	5	4	Falta de apoyo al proyecto

Campaña de incentivo para el rescate de los platos ancestrales	5	3	4	3	Desinterés en rescatar los platos típicos
Fomentar el desarrollo micro empresarial	4	5	4	4	Demanda de competencia
Involucrar las BPM	1	3	2	3	Insalubridad al momento de preparar
Apoyo del Ministerio de Turismo	2	4	4	4	Poco interés sobre el proyecto
Capacitación en la educación nutricional	1	5	2	5	Malos hábitos alimenticios
					Falta de apoyo económico
					Mala manipulación de alimentos

Elaborado por: María José Mejía

La situación actual en la provincia de Esmeraldas, es la pérdida de costumbres y tradiciones gastronómicas, con este proyecto se buscara el reconocimiento de la Provincia y su gastronomía teniendo como fuerzas impulsadoras las asociaciones de propietarios de restaurantes, el apoyo del ministerio de turismo para fomentar el

Desarrollo micro empresarial, y ayudar con capacitaciones en la educación nutricional, realizando una campaña de incentivo para el rescate de los platos ancestrales de la provincia y su cantón Eloy Alfaro, se cree que las fuerzas bloqueadoras sobre este proyecto serian el desinterés que ponga la comunidad al proyecto, formando así malos hábitos alimenticios, la

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TÍPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTON ELOY ALFARO

insalubridad al momento de elaborar los platos típicos, y la falta de apoyo económico por parte de las entidades.

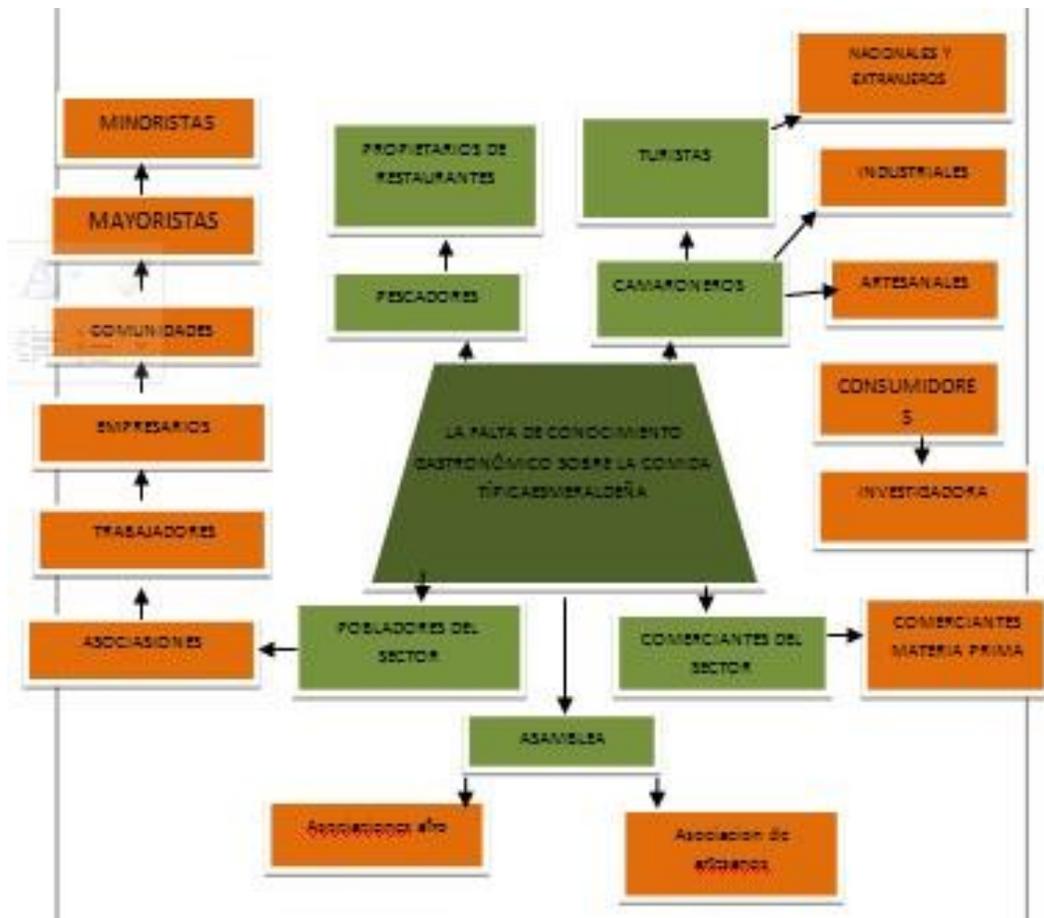
CAPITULO II

2. ANÁLISIS DE INVOLUCRADOS

2.1 MAPEO DE INVOLUCRADOS

Grafico 1

Análisis de Involucrados



Elaborado por: María José Mejía

Dentro de este proyecto actuarán como involucrados directos los propietarios de cada uno de los restaurantes de la zona, beneficiándose en lo económico puesto que se diversificará la propuesta que brindan ellos y en el reconocimiento de su trabajo, el visitante será parte

importante ya que ayudara a que se propague el conocimiento sobre estos platos lo que a su vez fomenta un desarrollo económico de la provincia y su cantón, formando puestos de trabajo a los comerciantes del sector. Como beneficiarios indirectos se encuentran los consumidores que ayudaran a la demanda de cada uno de los platos típicos tradicionales, las comunidades que por medio del proyecto podrán ser reconocidos. La asociación afro esmeraldeña será de mucha importancia para el turismo de la provincia ya que ellos son la cultura innata de la provincia.

2.2 MATRIZ DE ANALISIS DE INVOLUCRADOS

Tabla 2

Matriz de Involucrados

<u>Actores Involucrados</u>	<u>Intereses sobre el problema central</u>	<u>Problemas Percibidos</u>	<u>Recursos, Mandatos y Capacidades</u>	<u>Intereses sobre el Proyecto</u>	<u>Conflictos Potenciales</u>
<i>Propietarios de restaurantes del sector</i>	Incremento económica	Faltas de conocimientos ancestrales	Presupuestos para el desarrollo del recetario gastronómico	Conocimientos y elaboración de platos atractivos para el turista	Falta de interés
<i>Turistas</i>	Nuevos sabores y conocimiento de la provincia	Mala información	Mayores ganancias	Incremento de más turistas	Poca adaptación a nuevos platos
<i>Proveedores de materia prima</i>	Aumento económica	Incumplido en pedidos	Motivaciones de fidelidad	Reconocimiento de restaurantes de la zona	Desinterés
<i>Empleados de los restaurantes</i>	Remuneraciones económicas	Carencia de buenas prácticas de manufactura y servicio	Capacitaciones, normas a seguir para la atención al cliente	Formar profesionales con capacidades técnicas	Falta de capacitación y conocimiento

Elaborado por : María José Mejía

Realizando un análisis de los actores involucrados los propietarios de los restaurantes que existen en los sectores tienen interés por el problema ya que esto mejorará sus ingresos económicos, descubriendo la falta de conocimientos ancestrales y apoyando con recursos como el financiamiento para el recetario elaborará de mejor manera platos atractivos, se puede crear conflictos potenciales por la falta de interés de los actores involucrados. El turista degustará nuevos sabores y tendrán más conocimiento sobre la provincia, teniendo como problema la mala información acerca de los nombres de cada plato típico de la zona al obtener mayor información habrá más afluencia de turistas.

Las personas encargadas de proveer de la materia prima optimizarán sus ingresos, el problema percibido de estos actores es el incumplimiento de su trabajo, los empleados de los restaurantes tendrán mayor remuneración ya que los ingresos por las ventas se incrementarán.

Gráfico 2

Análisis de Involucrados

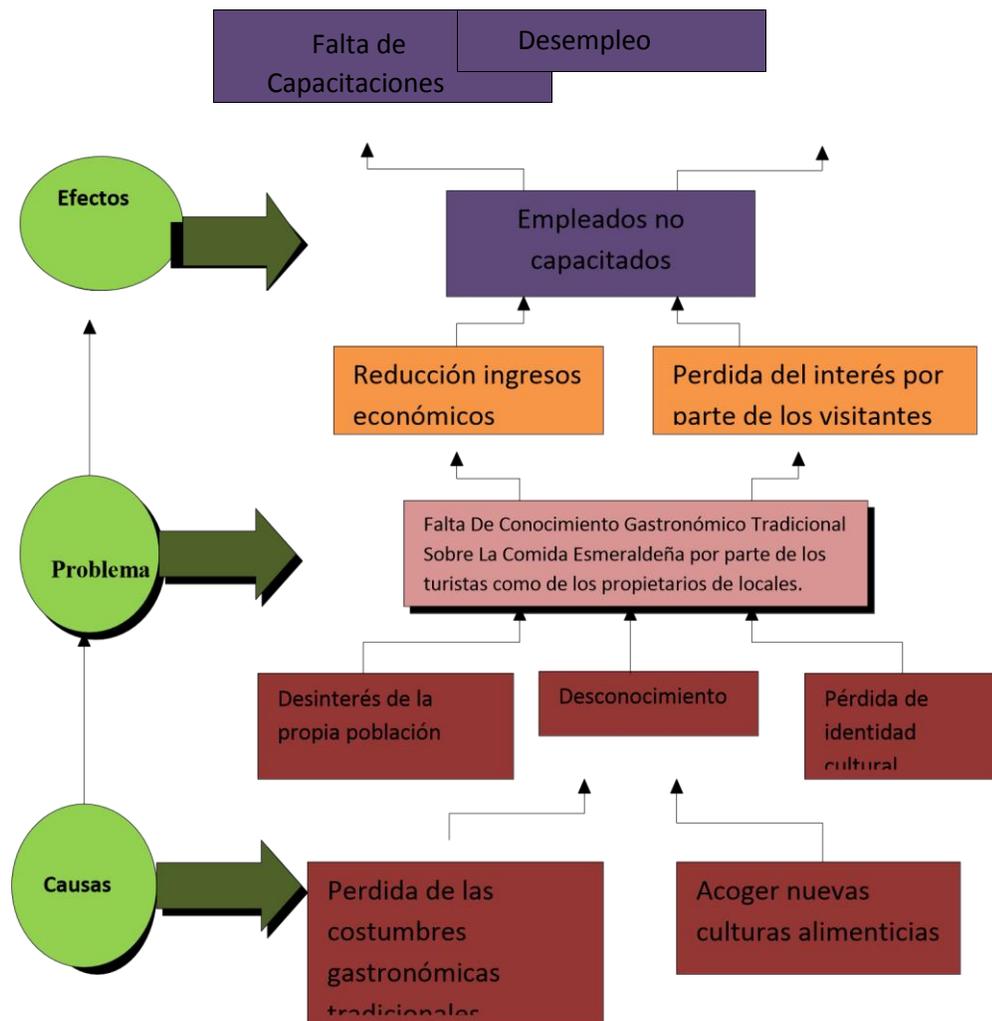


Elaborado por: María José Mejía
CAPITULO III

3. PROBLEMAS Y OBJETIVOS

3.1 ARBOL DE PROBLEMAS

Gráfico 3 *Árbol de Problemas*



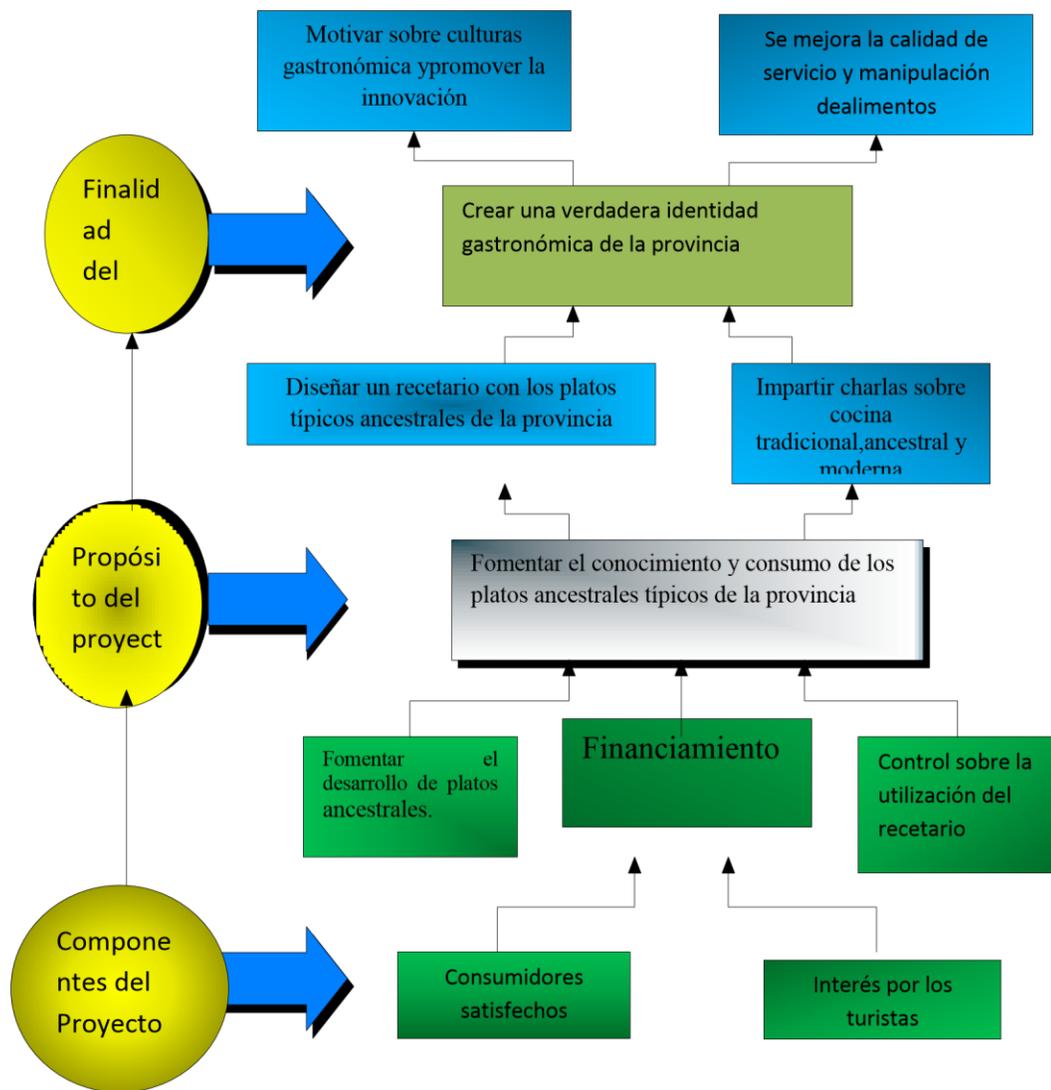
Elaborado por : María José Mejía

Como problema central se tiene que existe una falta de conocimiento sobre la comida típica tradicional esmeraldeña por parte tanto de los visitantes como de los propietarios de los locales que expenden comida esto tiene como causa una inadecuada difusión y transmisión de la cultura en este caso gastronómica que al no estar documentadas en un recetario se han olvidado con el tiempo ello deriva en que la oferta gastronómica quede reducida y esto a su vez lleva a tener un cliente insatisfecho, la pérdida de cultura la falta de bpm y el desinterés de los turistas va generando de esta manera efectos secundarios como la pérdida de ingresos provenientes de esta actividad.

3.2 ARBOL DE OBJETIVOS

Grafico 4

Árbol de Objetivos



Elaborado por : María José Mejía

3.2.1 Análisis del árbol de objetivos

El propósito del proyecto será Fomentar el conocimiento y consumo de los platos ancestrales típicos de la provincia por medio de la creación de un recetario gastronómico sobre la comida típica de la ciudad de Esmeraldas y su cantón Eloy Alfaro, los componentes serán el financiamiento, el control sobre la utilización del recetario que ayudará a fomentar los sabores propios de la zona, el interés por los turistas y los consumidores locales, con la finalidad de motivar la cultura gastronómica y aplicar la innovación en cada plato, al mejorar la calidad del servicio, se atrae al turista y se satisface las expectativas de cada uno.

También se busca que la localidad utilice su propia materia prima de esta manera se generara nuevos ingresos y se ayudara en algo para que no exista una migración de sus habitantes a otras ciudades, también permitirá generar más ingresos económicos dentro de la provincia, el conocimiento y reevaluación de los platos de la zona, es de esta manera que se genera una matriz productiva siendo esta la que busca la generación de nuevas riquezas basándose en los recursos naturales que en este caso tiene Esmeraldas.

CAPITULO IV

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TIPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTON ELOY ALFARO

4. ANALISIS DE ALTERNATIVAS

4.1 MATRIZ DE ANALISIS DE IMPACTOS DE LOS OBJETIVOS

Tabla 2

Análisis de alternativas

OBJETIVO	IMPACTO SOBRE EL PROPÓSITO	FACTIBILIDAD TÉCNICA	FACTIBILIDAD FINANCIERA	FACTIBILIDAD POLÍTICA	FACTIBILIDAD SOCIAL	TOTAL	CATEGORÍA
APOYO DE AUTORIDADES	2	2	3	4	2	13	Alto
ACEPTACIÓN EN LOS RESTAURANTES	3	2	4	2	4	15	Alto
APOYO SOBRE INFORMACIÓN	3	2	2	4	3	14	Alto
CAPACITACIÓN	2	2	3	4	3	14	Alto
NUEVAS FUENTES DETRABAJO	4	3	3	2	4	16	Alto
INTERES POR EL TURISTA	4	4	3	4	4	19	Alto
TOTAL	18	15	18	20	20	91	Alto

Elaborado por : María José Mejía

4.2 MATRIZ DE ANALISIS DE IMPACTOS DE LOS OBJETIVOS

Tabla 3 Impacto de objetivos

	FACTIBILIDAD A LOGRARSE	IMPACTO EN GENERO	IMPACTO AMBIENTAL	RELEVANCIA	SOSTENIBILIDAD	TOTAL
OBJETIVOS	INCREMENTO TURISTICO	INCREMENTA PARTICIPACION DEL SECTOR	MEJORA EL ENTORNO SOCIAL	RESPONDE A LAS EXPECTATIVAS DE LOS CONSUMIDORES	FORTALECE LA PARTICIPACION DE LA POBLACION LOCAL	82 PUNTOS
	INCREMENTO ECONOMICO	MEJORA CONOCIMIENTO GASTRONOMICO	MEJORA EL ENTORNO CULTURAL	BENEFICIA A GRUPOS DE MAYOR CARENCIA Y VULNERABILIDAD	FORTALECE LA ORGANIZACION DE LOS RESTAURANTES	
	CONVENIENTE PARA LOS RESTAURANTES	FORTALECE EL RESCATE DE SABORES	FAVORECE A LA EDUCACION GASTRONOMICA	LOS BENEFICIOS SON ACEPTADOS		
	CONVENIENTE PARA LOS EXPENDEDORES DE LA MATERIA PRIMA	INCREMENTA LA AFILIACION DE TURISTAS	MEJORA EL RECONOCIMIENTO DE LA CIUDAD Y DEL CANTON ELOY ALFARO	MAYOR ECONOMIA PARA LOS GRUPOS AFROS DE LOS SECTORES	LA POBLACION PODRA APORTAR CON SUS MEDIOS	
	RECONOCIMIENTO DE UN RECETARIO	FORTALECE LAS BPM EN LOS RESTAURANTES DEL SECTOR	SE EXHIBE PLOTA GASTRONOMICA OTRO SECTOR DE LA PROVINCIA	RECONOCIMIENTO DEL TRABAJO AFRO	SE PUEDE CONSEGUIR FINANCIAMIENTO A FUTURO	
	APOYO SOBRE INFORMACION					
	20 PUNTOS	16 PUNTOS		18 PUNTOS	12 PUNTOS	

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TIPICA DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTON ELOY ALFARO

			16 PUNTOS			
--	--	--	--------------	--	--	--

Elaborado por: María José Mejía

4.2.1 Análisis de impacto de objetivos

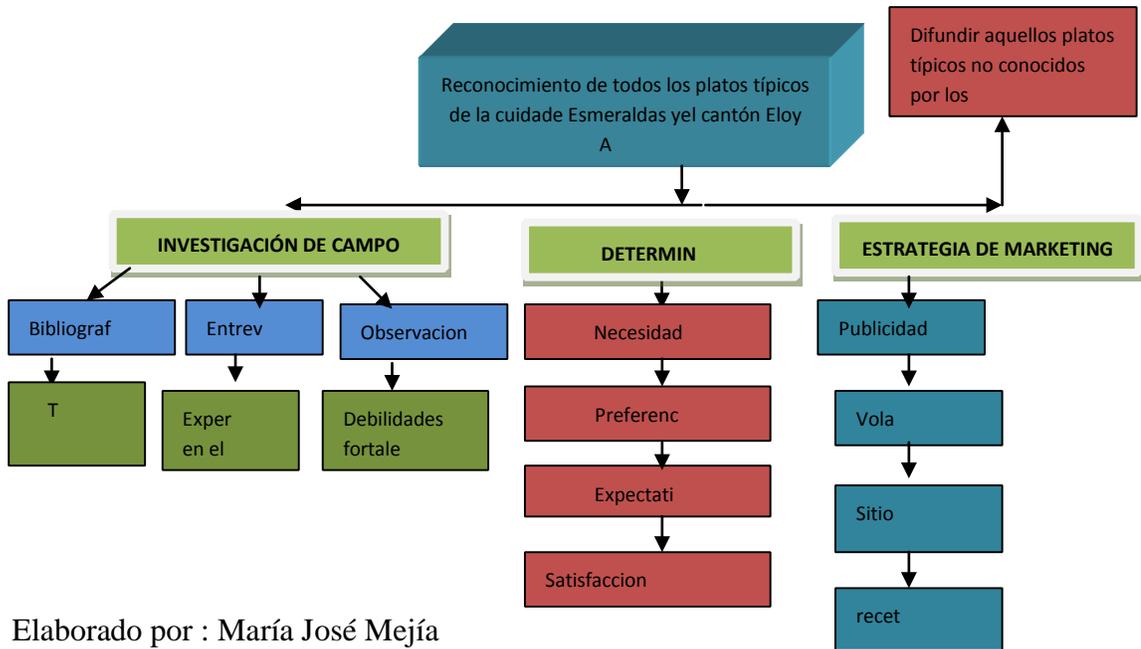
Al realizar la factibilidad del proyecto se obtiene como resultado cuantitativo 82 puntos correspondientes a una factibilidad alta del proyecto, ya que tendremos un incremento turístico en el sector, siendo conveniente para cada uno de los restaurantes de la zona, un impacto en género, se incrementará la participación del sector mejorando el conocimiento

gastronómico. De esta manera se ayudara con el rescate de sabores y por ende la afluencia de turistas nacionales y extranjeros. Este proyecto mejorara el entorno social y cultural favoreciendo también a la educación gastronómica, dará relevancia a la expectativa de los consumidores y mejorara la economía de los grupos de mayor vulnerabilidad como son los grupos afros, artesanos y vendedores de dulces típicos de la ciudad y del cantón Eloy Alfaro. Así también fortalecerá la participación de la población local, la organización de los restaurantes pudiendo conseguir un financiamiento a futuro.

4.3 DIAGRAMA DE ESTRATEGIAS

Gráfico 5

Estrategias



Este diagrama busca definir las estrategias que se necesitan para lograr una adecuada difusión del recetario entre los visitantes y propietarios de locales a su vez también nos ayudara a conocer las necesidades de los turistas, cuáles son sus preferencias de acuerdo a platos típicos de la ciudad y del cantón, las expectativas de cada uno de ellos al conocer todos los platos típicos, y descubrir que satisfacciones tendrán. Esto se lo hará mediante entrevistas a personas que conocen la gastronomía esmeraldeña y se dedican al expendio de alimentos.

Dentro de la estrategia de marketing que se utilizará para dar a conocer este tipo de recetario con el fin de incentivar el consumo de estos platos ancestrales será la de difusión a través de ferias culinarias, puntos de degustación así como también se entregara material POP lo cual comprende volantes, afiches, rolap, etc. Ayudaran a facilitar de mejor manera el conocimiento de los lugares de expendio de comidas como también la distribución masiva del recetario.

4.4 MATRIZ DE MARCO LÓGICO

El diagrama de estrategias pretende buscar las finalidades del presente proyecto y reconocer cuales son los indicadores que ayudaran a mejorar la calidad del servicio y los medios de verificación con los que contaremos para saber el impacto que tuvo en la sociedad y en los comerciantes del sector

Tabla 4

Marco lógico

FINALIDAD	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN	SUPUESTO
Reconocimiento de platos típicos	Afluencia de turistas	Incremento económico	Apoyo de los restaurantes
No perder las costumbres	Pedido de todo tipo de plato típico	Inversión de restaurantes	Apoyo de autoridades
Técnicas gastronómicas	Mejor presentación	La satisfacción del cliente	Apoyo de autoridades
Determinar debilidades y fortalezas	Desarrollo del sector	Mayor índice de empleo	Apoyo del ministerio de turismo

Elaborado por: María José Mejía

CAPITULO V

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TÍPICA DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTON ELOY ALFARO

5. PROPUESTA

5.1 Antecedentes

Que es un recetario

Es el diseño formato el cual posee determinada información ordenada, funcional y sistemática, ordenada porque lleva un orden cronológico, funcional porque cada punto tiene una función específica y sistemática porque se lo puede adaptar a un programa computarizado.

Que es un folleto

Un folleto es un texto o edición reducido de hojas, que sirve como instrumento publicitario. En marketing, el folleto es una forma de dar publicidad a un producto o servicio. Su distribución puede ser: instalándolo en el propio punto de venta, mediante envío por correo o buzón o se lo puede incluir dentro de otra publicación de venta o entre otras cosas.

Las cadenas utilizan normalmente folletos para dar a conocer a los clientes de la zona de ofertas habituales.

Para la elaboración efectiva de un folleto publicitario, se trata de:

- Redactar títulos claros al igual atractivos. Presentar argumentos completos, Explicar los beneficios del producto o servicio.
- Se debe poner fotografías de los productos así como demostraciones de su funcionamiento acompañar el texto y las fotografías con diagramas o dibujos.

Hay diversos tipos de folletos, dos de ellos son los dípticos y los trípticos.

Que es una receta de cocina

¹“Una **receta de cocina** (o simplemente **receta**), en gastronomía, es una representación ordenada de un procedimiento . Suele radicar primero en una lista de ingredientes principales, luego de una serie de explicaciones con la cual se elabora un plato o una bebida definido. Debe describir el tipo de utensilios de cocina apropiados para su realización. Casualmente incluye una descripción que motiva la receta”.

Las recetas pueden transferirse a lo largo de la historia de los pueblos, de cada generación, puede ser oral, escritas mediante su selección en libros de cocina o recetarios culinarios. Esta comprensión reunida forma parte importante de la cultura de un grupo humano, su evolución permite conocer los cambios a los que se ve sometida una cultura. Permite

¹ Laguía, Belén (2007): Memoria gráfica del paladar. Gijón, Ediciones Trea

Conocer las circunstancias culinarias, los gustos, En el siglo XXI las recetas culinarias aparecen habitualmente en medios de comunicación como programas de televisión, periódicos.

Historia

Una de las primeras certezas registradas de recetas conocidas procede de 1600 a. C. en forma de tablilla de barro procedente del sur de Babilonia con escritura cuneiforme y expresada en idioma acadio. Los griegos tenían escritores culinarios dedicados como el poeta Arquestrato, el prolífico escritor culinario Timáquides de Rodas. Ninguno de sus recetarios ha llegado a nuestros días. Uno de los primeros libros de recetas conocidos en la cocina occidental fue de *De re coquinaria* escrito por el cocinero romano Marco Gavio Apicio.

El nombre «receta» viene del latín recipere que indica por igual 'dar'/'recibir'. Primeramente en los textos de recetas, las causas culinarias se describían como una sucesión de explicaciones. El primer asiento antiguo fue un documento alemán del siglo XIII. La cocina tiene en el Libre del SentSoví, 1324 uno de sus recetarios más antiguos.

En Europa los cocineros franceses AntoninCarême y Georges Auguste Escoffier emprenden a concretar las mañas de la cocina, y entre su tarea la de seleccionar y simplificar los procesos de cocina. En América del

Norte IsabellaBeeton escribe a finales del siglo XIX suBook of

Household Management como uno de los primeros recetarios modernos. El prodigio antropológico de las fórmulas culinarias, como traspaso de cultura fue estudiado por Claude Lévi-Strauss en su obra *Les mythologiques L'origine des manières de table* (El origen de las maneras en la mesa). En los años 70 surgen los programas de transmisión mostrando representaciones de cocina.

Las recetas culinarias anteriores al siglo XX poseían más una estructura que narrava y que permitía una cultura literaria. Es obligatoriamente en las primeras décadas del siglo XX cuando aparece una organización retirada de ingredientes/procesos en la forma de las recetas culinarias. Si la práctica oral se precisó en una literatura culinaria en forma de libros de cocina escritos desde el siglo XVIII, en el siglo XX las recetas se narran en programas de televisión, y en revistas.

(McGee, 2007)

Características

Las recetas tienen unas pautas y criterios precisos para su escritura. Si el procedimiento se dirige al público en general, debería estar escrita en lenguaje claro. En muchos casos admiten un conocimiento básico de las técnicas de cocina. Las recetas aparecen colectivamente categorizadas

En familias que se congregan por ingrediente principal, tipo de formación, país, forman parte de un libro o recetario de cocina.

Las recetas formales incluyen como elementos como: Denominación del plato (o bebida) conducida de su origen Tiempo de preparación, y en algunos orígenes la dificultad juzgada adecuadamente.

Universalmente para contar el tiempo que se dedicará a la transformación del plato se usan mecanismos de tiempo expresadas en minutos, o varias veces horas. La dificultad del plato suele ser una mixtura entre el número de ingredientes, el número de procesos y el tiempo empleado. Si el platillo necesita de un interrupción de tiempo antes de ser servido, sería bueno que se plasmara en esta parte inicial. La lista de ingredientes citados con sus importes o proporciones. necesitan usarse unidades de medidas internacionales, locales o incluso culinarias (como son cucharada, cucharadita, taza, pizcas, ...). De la lista de componentes, y su cantidad relacionada al número de raciones que se desea preparar, se enuncia el número de porciones finales, si se desea otra cantidad se emplean reglas de proporcionalidad. Los componentes se establecen por su orden de uso. Cuando el recurso de los ingredientes resulta comprometido, suele indicarse los alternativos.

(Chamomo Fernández, 2002)

Pasos a seguir: en orden gradual. Esta sucesión de causas comienza indicando los procesos de preparación de los ingredientes (picado, escaldado, fritura, cocción, etc. En recetas editadas en libros, o recetarios, siempre se incluye una fotografía del plato ya montado, y compuestamente ya decorado para su muestra a los clientes. Varias veces tienen la cultura secuenciada de los procesos más notables. Para mejorar la didáctica de la receta se incluye indicaciones de cómo elegir un buen ingrediente, detalles sobre la calidad de los mismos.

AUTORIAS: Historialmente no se ha considerado que las recetas culinarias tengan derechos de autor, debido en parte a que se ha respetado a las preparaciones gastronómicas como un proceso bajo los principios del Materialismo. Con el acontecer de la innovación en la cocina, así como el desarrollo de algunos preparativos, existen casos de autoría imprecisa, de disputa en el reconocimiento y es por este conocimiento que algunas recetas (generalmente salsas) se han privilegiado con una marca registrada y poseen derechos de autor. En algunas ocasiones se intenta preservar la preparación de un plato con la esencia de cuidar una cultura, y es por esta razón por la que su elaboración se supervisa por una corporación conveniente. En nuevos orígenes las recetas culinarias están libres de licencias, y su fabricación no está regulada por organismo

alguno. Desde 2010 existen asociaciones de cocineros pidiendo la posibilidad de proteger intelectualmente las recetas culinarias.”

5.2 DESCRIPCIÓN DE LA HERRAMIENTA

5.2.1 Investigación de mercado

Mediante una investigación de campo que se realizó en la ciudad de Esmeraldas y el Cantón Eloy Alfaro se pudo constatar que dentro de los menús que ofrecían no existía la comida típica tradicional de esos sectores. Por ello nace como iniciativa la creación de este recetario para rescatar la verdadera tradición esmeraldeña.

Se ha utilizado la entrevista como un instrumento fundamental en esta investigación en las cuales se ha aplicado preguntas abiertas para así llegar a la conclusión deseada.

La entrevista ha sido aplicada en la ciudad de Quito porque es el lugar en donde se está realizando el estudio, al ser la ciudad que cuenta con la mayor cantidad de turistas que visitan a la Provincia de Esmeraldas, se ha llevado a cabo en el mes de “febrero”, con la Chef ejecutivo Muñoz Carrión, M.D ya que su conocimiento gastronómico nos ha ayudado a conocer de mejor manera cada una de las necesidades ya explicadas.

Profesión: Chef Ejecutiva

Edad: 32 años

Lugar de trabajo: Restaurante Esmeraldas

Cargo que ocupa: Chef propietaria

5.2.2 Análisis de resultado (ver Anexo 1)

¿Qué entiende como recetario?	
1	Muñoz Carrión, M.D

Fuente: elaborado: María José Mejía Gaibor, fecha: 17 – 07 – 2012, cuadro # 1

Cree usted que la elaboración de un recetario sirva de ayuda para el conocimiento de todas las recetas que existen en la ciudad.	
	Muñoz Carrión, M.D

2	
---	--

Fuente: elaborado: María José Mejía Gaibor, fecha: 17 – 07 – 2012, cuadro # 2

Este tipo de proyectos ayudaría a promocionar el turismo del cantón Eloy Alfaro:	
3	Muñoz Carrión, M.D

Fuente: elaborado: María José Mejía Gaibor, fecha: 17 – 07 – 2012, cuadro # 3

Este proyecto provocara la afluencia de visitantes nacionales y locales:	
4	Muñoz Carrión, M.D

Fuente: elaborado: María José Mejía Gaibor, fecha: 17 – 07 – 2012, cuadro # 4

Habrá un crecimiento en la economía para los restaurantes del sector:	
	Muñoz Carrión, M.D

5	
---	--

Fuente: elaborado: María José Mejía Gaibor, fecha: 17 – 07 – 2012, cuadro # 5

Mediante esta iniciativa cree que se rescate el manejo adecuado de materias primas propia de la región	
6	Muñoz Carrión, M.D

Fuente: elaborado: María José Mejía Gaibor, fecha: 17 – 07 – 2012, cuadro # 7

Cree que se necesite crear grupos de alianzas entre las personas dedicadas al expendio de materia prima:	
8	Muñoz Carrión, M.D

Fuente: elaborado: María José Mejía Gaibor, fecha: 17 – 07 – 2012, cuadro # 8

Considera que se debería capacitar a las personas de las localidades para tener un conocimiento sobre las buenas prácticas de manufacturas.	
9	Muñoz Carrión, M.D

Fuente: elaborado: María José Mejía Gaibor, fecha: 17 – 07 – 2012, cuadro # 9

5.2.3 Detalle de la herramienta

El recetario tendrá como nombre “TRADICION ESMERALDEÑA” sus colores serán blanco y verde como la bandera de la provincia, su formato será A4 anillado en su parte lateral, el tipo de hoja a utilizar será "papel couche" de 150 gramos full color.

El recetario llevara la foto de cada plato y la descripción de su preparación e ingredientes así como también llevará su índice respectivo, logo.

5.3. FORMULACION DE PROCESO DE APLICACIÓN DE LA HERRAMIENTA.

El recetario se lo dará a conocer en ferias gastronómicas también se lo publicitara por medio de una página donde se encontrara cada una de las recetas mencionadas, también se podrá encontrar historia de la materia prima, se buscara convenios con todos los restaurantes de la ciudad y del cantón Eloy Alfaro. Se darán volantes en cada asociación afro siendo un nexo necesario con toda la localidad para el conocimiento de los turistas nacionales y extranjeros de los lugares donde se expenden las comidas típicas y representativas de la Ciudad y el cantón.

Se buscara convenios con los gobernantes de la provincia para el financiamiento del recetario y con cada uno de los restaurantes para que cada vez se prepare el tipo de platos continuamente.

- PORTADA



- **PAGINA INICIAL**

- **RECETARIO**

Redescubra la Provincia Verde A Través de su gastronomía

- **INTRODUCCIÓN**

TRADICIÓN ESMERALDEÑA

Ofrecer y enseñar cuan variado y exquisitos son los platos típicos existentes en la

Provincia, Verde (Esmeraldas); Panda de Chamé, Chautizas con Coco, Guiso de Venado, Chucula, Tallarines de Cangrejo, entre otros. Es sinónimo de respeto y

admiración por dar a conocer la riqueza existente en materia prima, y las costumbres culinarias tradicionales de nuestro folklore.

En el presente recetario se conjugan los ingredientes básicos y elementales para la preparación de algunos de los platos típicos, así también la utilización de plantas culinarias, fomentando que no desaparezca la cultura, perpetuándose de esta manera las tradiciones por varias generaciones

□ ÍNDICE



PAGINA INICIAL	1
MENSAJE INICIAL	2
INTRODUCCION	3
INDICE	4
EL VERDE	5
RECETAS	5
SOPA DE VERDE ASADO	6
SANGO DE VERDE	7
SOPA DE BALA	8
PECES	9
RECETAS	9
CHUPÈ DE PESCADO CON COCO	10
RAYA AHUMADA	11
PANDA DE CHAMÈ CON COCO	12
CAMARON	13
RECETAS	13
CROQUETAS DE CAMARON	14
SANGO DE CAMARON CON COCO	15
CONCHAS Y ALMEJAS	16
RECETAS	16
TAMALES DE CONCHA	17
AGUADO DE ALMEJAS CON COCO	18
REFRITO DE CONCHA	19
CHAUTIZAS	20
RECETAS DE CHAUTIZAS	20
PANDA DE CHAUTIZA	21
ARROZ CON CHAUTIZA	22
TORTILLA DE CHAUTIZA	23
VENADO TATABRA Y GUACHARACA	24
RECETAS	24
GUISO DE VENADO	25
GUISO DE TATABRA	26
SOPA DE ARROZ CON GUACHARACA	27
CANGREJO AZUL	28
RECETAS	28
ENCOCADO DE CANGREJO AZUL	29
TALLARINES DE CANGREJO	30
MADURO	31
RECETAS	31
CONSERVA	32
TORTA DE MADURO CON COCO	33
CHUCULA	34
COCO	35
RECETAS	35
FLAN DE COCO	36
COCADA DE MANJAR	37
DESPEDIDA	38
PAGINA FINAL	39

Recetas con verde

- Sopa de verde asado

- Ingredientes:

1 libra de carne de res o chancho
1 zanahoria
3 yuca
3 plátanos verdes
2 hojas de chillangua

1 cebolla colorada
1 pimiento
2 dientes de ajo 1 rama de
cebolla blanca pimienta, sal y
comino al gusto

- Preparación:

Haga un buen refrito con los aliños dados, luego pique la carne en trozos y refrítela en el mismo refrito hasta que se dore un poco. Añádale dos litros de agua, cuando ya comience a hervir póngale la zanahoria en rodajas, se deja hervir un poco y le añade la yuca en pedazos pequeños. Aparte se asan los verdes partidos en la mitad, cuando ya están se los golpea y con una piedra de mano, poniéndoles un poquito de aceite, luego se le agrega el caldo y se le hace dar un hervor, se le añade la chillangua y se apaga.

- Sango de verde □ Ingredientes:

1 docena de camarones grandes
3 plátanos verdes

1/4 de maní molido

Sal y pimienta al gusto
2 cabezas de cebolla colorada
2 ramas de cebolla blanca
1 pimienta
2 dientes de ajo 2 hojas
de chillangua

- Preparación:

Los camarones bien lavados se cocinan, en agua, se cierne y en ella se licúa en verde. También se lo puede rallar y se lo mezcla con esa agua. Se hace un buen refrito con color y los ingredientes dados, en una olla ancha se ponen a hervir el verde y se le añade el refrito y la sal; se lo mueve constantemente para que no se pegue. El maní lo disuelve en un poquito de agua y le pone a la masa que se está cocinando, por último le ponemos los camarones pelados y cortados le hace dar un hervor y ya está listo para servirse acompañado de arroz blanco

- Sopa de bala

Ingredientes:

8 verdes grandes

2 ramas de cebolla blanca

1 coco

1 pimiento

1 cabeza de cebolla colorada

3 cucharadas de aceite de color

Preparación:

Cocine los verdes. Una vez cocinados, májelos procurando que la masa quede bien cauchosa, luego en una tabla extiéndalo con un rodillo que quede de dos centímetros de espesor y córtelos en cuadraditos de cinco centímetros. Aparte raspe o ralle el coco, sacándole dos leches, pique la cebolla blanca, el pimiento y la cebolla colorada, y

sofríalas. En una olla con la segunda leche del coco ponga al fuego junto con el refrito más o menos 2 litros de caldo cuando ya está hirviendo se le suelta los cuadrados de la masa por 5 minutos, luego se pone la primera leche del coco y el queso desmenuzado. Esta sopa no se tapa porque se puede cortar la leche del coco.

Recetas con pescado

- Chupe de pescado con coco

Ingredientes

2 libras de papa
2 cucharadas de harina de trigo
1 cabeza de cebolla colorada
1 ají pimiento
4 dientes de ajo
1 cucharada de comino
4 hojas de chillangua
1 coco
2 limones

Preparación

Se limpia bien el pescado y se lo condimenta con limón, sal, ajo molido, comino y pimienta. Luego se lo enharina con la harina de trigo, para freírlo en aceite bien caliente. El pescado de antemano se lo corta en trozas. Para hacer el caldo se hace como un locro, con los pedazos de papas grandes. Se le añade el refrito que se hace con los aliños indicados. El coco se lo raspa o ralla y se lo licúa con media taza de agua para sacar el zumo o leche.

Cuando ya están las papas blandas, se le pone el pescado frito y la leche del coco y la chillangua y se lo deja hervir por cinco minutos.

- Raya ahumada

Ingredientes:

2 libras de pescado pargo, cherma o corvina

2 cocos

1 cabeza de cebolla colorada

6 dientes de ajo

1 ají pimiento

1 cucharadita de comino

4 hojas de chillangua o culantro
1 pizca de pimienta y sal al gusto
2 limones

Preparación:

Se sazona el pescado con limón, sal y pimienta picante, treinta minutos antes de meterlo al horno. Aparte se prepara el refrito de la siguiente forma: Se pica la cebolla colorada, ajo, pimienta, se refrita añadiendo el comino y el aceite de color. El coco se raspa o se ralla y luego se lo licúa con tres tazas de agua, luego se cierne y se pone a hervir con el refrito, hasta que éste quede espeso.

Luego se pone el pescado en una fuente para meterlo al horno por media hora, con las hojas de chillangua y al momento de servir se lo baña con esta salsa

- Panda de chame con coco

Ingredientes:

6 chames
3 dientes de ajo
6 pepas de pimienta picante
2 hojas de chillangua

2 hojas de orégano
2 cucharadas de oreganito
4 hojas de chirarán
1/2 coco

3 cebollas blancas de rama
4 limones, sal al gusto
1 hoja grande cortada para envolver

Preparación

Lavar el chame en jugo de limón, dejar quince minutos en ese jugo para sacarle la piel y luego lavarlo. Sacada la piel, le ponemos un jugo de limón y naranja dejando reposar unos quince minutos más. Se hace un buen refrito con los aliños dados. Se saca el zumo del coco y se revuelve con el refrito se cocina por cinco minutos. En una hoja previamente preparada, pasado por la candela se pone el pescado encima y sobre éste el refrito y encima otro pescado, luego se lo envuelven y se lo amarra con un palito y se lo asa en parrilla a fuego lento. Se lo sirve con plátano asado y café.

[Recetas con camarón](#)

- Croquetas de camarón

Ingredientes:

1 libra de camarón pelado
4 cucharadas de apanadura
2 huevos batidos
1/2 cabeza de cebolla colorada
1/2 ají pimiento
1 cucharada de mostaza, sal y pimienta al gusto

Preparación:

Se lava bien el camarón y se le saca la tripita negra, se le sazona con sal, limón y pimienta picante. En una olla con agua, se le pone al fuego y cuando está hirviendo, se le pone el camarón por unos cinco minutos, luego se lo escurre y se los maja con un tenedor; se le agrega al pan molido, los huevos y la mostaza. La cebollita y el pimiento se pican bien finitos y se refritan y se los mezcla con la masa del camarón amasando bien.

Luego se forman las croquetas que se fríen en aceite bien caliente hasta que estén doraditas.

Se sirven con ensalada de tomate

- Sango de camarón con coco

Ingredientes:

12 camarones de río
3 plátanos maduros
1 coco sal al gusto

Preparación:

Se lavan bien los camarones. Se raspa o ralla al coco y se licúa sacando las dos leches con un vaso de agua. En una sartén se le pone la segunda leche, la sal y los maduros en tajadas, encima de éstos, los camarones de río y se deja hervir por uno diez minutos, que esté bien cocinado el maduro.

Luego le ponemos la primera leche del coco o zumo, hasta que espese un poco y está listo para servir. De esta misma forma se preparan los cangrejos, sacándolos al carapacho

Recetas con concha y almeja

- Tamales de concha

Ingredientes:

10 plátanos verdes
50 conchas
2 cabezas de cebolla colorada
2 ramas de cebolla blanca
1 pimiento
2 dientes de ajo 1 coco
rallado o licuado sal,
comino y pimienta al
gusto 12 pedazos de

hoja blanca o de achira
Preparación:

Se ponen las conchas en una cacerola al vapor para que se abran, luego se sacan y se ponen en un recipiente. Después se licúa el verde con poco de agua y se lo pone a cocinar con el jugo de las conchas, y se mueve constantemente para que no se pegue por unos veinte minutos. Se prepara el guiso que va en - el centro de - tamal picado todos - los ingredientes y refritando luego a este le ponemos el sumo del coco y las conchas picadas. A la masa que se esta cocinando se le agrega la segunda leche de coco. Aparte se soasa las hojas en la candela y se les pone un poquito de aceite para que no se pegue la maza en la hoja. En cada una de las hojas se le pone un cucharón de masa de verde y en medio el guiso - de - las conchas una cucharada, luego lo volvemos y lo - amarramos. Se pone a cocinar los tamales en una olla tamalera al vapor. Se conoce que - ya - están cuando - la hoja - se pone negra

- Aguado de almejas con coco

Ingredientes:

50 almejas

1 coco

1 taza de arroz

1 cabeza de cebolla colorada



1 ají pimiento pequeño
2 cucharadas de aceite d color 2
hojas de chillangua sal y
comino al gusto

Preparación:

Lave bien las almejas, póngalas a cocinar con un poco de agua hasta que se abran lávelas con la misma agua. Raspe o ralle el coco y sáquele 2 leches licuando con un vaso de agua. Prepare el arroz con la segunda leche del coco. Hasta que reviente.

Prepara el refrito con el pimiento, cebolla colorada, comino y chillangua picada y las cucharadas de aceite de color, añádale las almejas y ponga al fuego por unos minutos, y mezcle con el arroz y la primera leche de coco, deje hervir que no se espese mucho para servirlo como sopa

- Refrito con concha

Ingredientes:

50 conchas

1 coco

2 plátanos verdes
1 cabeza de cebolla colorada
1 pimienta

1 diente de ajo 2 hojas
de chillangua sal al
gusto

Preparación:

Se ponen las conchas en una cacerola a fuego lento para que se abran, luego se las saca y se va picando en la mitad. Aparte se hace un refrito con los ingredientes dados. Aparte se raspa el coco y sacan dos leches. Se pone a cocinar los plátanos, luego cuando ya están se los aplasta haciendo una masa, esta se la extiende y se cortan como cuadritos. Al refrito le pone la primera leche del coco hasta que espese un poquito y le agrega esta hasta que espese un poquito, y le pone la chillangua y los cuadritos de verde, se cocina por cinco minutos y está listo para servir con arroz blanco y patacones. De esta forma se puede hacer las almejas

Recetas con chautizas

- Panda de chautizas

Ingredientes:

4 libras de chautiza
5 dientes de ajo
3 ramas de cebolla blanca
1 pimiento
2 hojas de chillangua comino y sal
al gusto
3 huevos
10 pedazos de hoja blanca

Preparación:

Se lavan bien las chautizas con limón y se las pone en un cedazo a escurrir. Se pican finamente los aliños y se refritan con color, si desea le pone zumo de coco, luego se mezcla con chautiza y los huevos, que deben batirse de antemano. Las hojas blancas se lavan y luego se las pasa por la candela. Se les pone un poquito de aceite para que no se peguen, en cada hoja se pone un poquito del preparara y se las amarra.

Esta panda se puede hacer asada o al vapor, se sirven con arroz blanco

- Arroz con chautizas

Ingredientes:

2 libras de arroz cocinado

2 libras de chautiza

1 taza de zumo de coco

5 cucharadas de refrito con color

Preparación:

Se hace de la misma manera que el encocado solamente, que esta mezcla se le agrega el arroz cocinado y se le deja a fuego lento por media hora.

- Tortillas de chautizas Ingredientes:

2 libras de chautizas

4 huevos

2 ramas de cebolla blanca 1
cucharada de mostaza sal y
pimienta al gusto
Preparación:

Se cocina la chautiza al vapor a fin de que absorba todo el líquido, se la deja enfriar, se le agrega la pimienta, mostaza, los huevos y la cebolla finamente picada, se mezcla todo y se le pone sal al gusto. En un sartén con un poco de aceite, se hace la tortilla y se la vira que quede doradita

Recetas con venado, tatabra, guacharaca

- Guiso de venado

Ingredientes:

1 y 1/2 libra de leche de venado
1/2 coco
3 cabezas de cebolla colorada
3 ramas de cebolla blanca
2 dientes de ajo
1 tableta de caldo maggy 1
cucharadita de comino sal al
gusto

Preparación:

Se lava bien la carne. Se hace un buen refrito con los aliños indicados. Este se le pone a cocinar con la carne. Una vez ablandada se le pone la leche del coco, para que coja gusto y se le añade el cubito de pollo maggy, esto se deja espesar un poco y está listo para servirse con arroz blanco y patacones

- Guiso de tatabra

Ingredientes:

1 y 1/2 libra de carne de tatabra
1/2 coco
3 cabezas de cebolla colorada
6 ramas de cebolla blanca
3 dientes de ajo 1 tableta de
cubito maggy sal y pimienta
al gusto

Preparación

La preparación es similar al guiso de venado y se lo sirve como acompañante del arroz blanco, con pedazos de maduro frito y patacones.

- Sopa de arroz con guacharaca
-

Ingredientes:

1/2 guacharaca

3 cabezas de cebolla colorada

3 ramas de cebolla blanca

1/2 coco

ajo, comino y sal al gusto

Preparación

Se lava bien la guacharaca igual que una gallina, se hace un refrito con los aliños dados incluyendo el cubito maggy, una vez refrito se le pone a hervir con dos litros de agua y cuando ya esta hirviendo se le pone la guacharaca hasta que se ablande y se le pone el arroz bien lavado hasta que se cocine y espese un poco, luego se le añade la leche del coco. Se le deja un poco más considerando que el coco ya le está dando el gusto, y ya está listo para servirse como caldo.

[Recetas de cangrejo azul](#)

- Encocado de cangrejo azul

Ingredientes:

- 1 sarta de cangrejo
- 1 coco grande
- 5 plátanos bien maduros
- 2 cabezas de cebolla colorada
- 2 pimientos
- 4 ramas de cebolla blanca
- 4 dientes de ajo
- 4 hojas de chillangua
- 1 cucharadas de comino molido

Preparación:

Se lavan los cangrejos. Se raspa o ralla el coco sacando 2 leches. La primera con un vaso de agua se licúa el coco cimiéndolo. Luego con el afrecho se pone en la licuadora con 3 vasos de agua después se cierne, y con esta segunda leche se ponen a hervir los cangrejos. Aparte se hace un buen refrito picado con los ingredientes dados. Los maduros se pelan y si no están bien maduros se los golpea con un mazo. En una olla grande se ponen los cangrejos, encima el refrito con bastante color y los maduros enteros todo esto con la segunda leche del coco y sal al gusto cuando ya ha hervido lo suficiente es decir, cuando ya estén cocinados los cangrejos y maduros se le añade la primera leche del coco y las hojas de chillangua.

La olla no se tapa porque se puede cortar o se agua. Se deja hervir por 10 minutos y se apaga. Este plato se acompaña con arroz blanco

- Tallarines de cangrejo

Ingredientes:

1 paquete de fideo tallarín
1 libra de pulpa de cangrejo
2 cabezas de cebolla colorada
4 ramas de cebolla blanca
3 tomates
4 dientes de ajo
3 cucharadas de aceite de oliva
4 onzas de pasta de tomate
3 cucharadas de margarina
2 hojas de laurel
Orégano, sal y comino al gusto

Preparación:

Cocine el fideo con cuatro litros de agua con sal y una cucharadita de aceite; luego ciérralo y páselos por agua fría. Aparte haga un refrito licuando con todos los ingredientes dados y refrite con la mantequilla. La pasta de tomate diluida en un poquito de agua, mézclelo en este refrito y póngale la hoja de laurel, orégano, sal y

comino, luego se le pone la pulpa del cangrejo para que se cocine un poco, este jugo se le pone en el fideo que ya esta previamente cocido. Se sirve caliente y se lo adorna en cada plato con una tenaza de cangrejo.

Recetas con Maduro

- Conserva

Ingredientes:

20 bananos

1 libra de canela o azúcar

3 naranjas canela al

gusto

Preparación:

Se cocinan los guineos pelados que estén bien maduros, con la canela y la panela cortada en pedazos. El agua se pone que tape los guineos, y se deja cocinar hasta que se deshagan moviendo constantemente para que no se peguen en el recipiente en el que se los prepara. Esta preparación se va espesando y en este momento, se le añade

el jugo de naranja cernido. Y se sigue moviendo hasta que coja punto, si se desea un poco duro se deja por más tiempo. Luego se saca en un recipiente para que se enfríe y estará listo para servirse

- Torta de maduro con coco

Ingredientes:

6 maduros bien blanditos
3 huevos
1/2 libra de azúcar
1/2 coco
1/4 de libra de mantequilla 1/4 de
queso desmenuzado
1/4 de taza de papas
1 cucharadita de canela molida

1 copa de licor

Preparación

Se cocinan los maduros y se hace con ellos un puré bien fino, se le pone la leche del coco y los huevos bien batidos, teniendo cuidado de que la masa no quede ni dura ni floja, se le pone los demás ingredientes y el licor. Este preparado se le pone en un mole enmantecado y enharinado y se mete al horno por 20 minutos hasta que se dore. Cuando está fría se desmolda y está lista para servirse.

- Chucula

Ingredientes

6 maduros
1 cucharada de mantequilla
1/4 de libra de azúcar
1/4 de libra de queso
Canela al gusto

Preparación

Se cocina el maduro con poca agua, luego se lo maja con un tenedor, le añade poco a poco el queso desmenuzado. Cuando ya está bien mezclado se vuelve al fuego, que quede espeso, se le añade la cucharada de mantequilla y se apaga. Esto se pone en pequeños envases de postre, se le adorna en la taza con queso desmenuzado

POSTRES

- Flan de coco

Ingredientes:

1 coco rallado
1 taza de azúcar
8 huevos
10 cucharadas de azúcar para acaramelar el
molde
1 cucharadita de esencia de coco.
1/4 de cucharada de esencia de vainilla

1/4 de taza leche
1/2 taza de crema de leche

Preparación

En una ollita se derrite el azúcar las 10 cucharadas, y se mueve con una cuchara de palo y ponga en el molde que se va a preparar. Ponga el resto de los ingredientes en la licuada, póngala sobre el caramelo del molde. Cocínelo en el horno a baño María por 35 minutos aproximadamente a 180°. Sirva en pedazos cuando ya este bien frío.

- COCADAS CON MANJAR

Ingredientes:

1 coco rallado
2 taza de azúcar
3 tazas de leche
1 taza de leche evaporada
1 taza de leche condensada 1
cucharadita de esencia de coco.
1/4 de cucharada de esencia de vainilla

Preparación

En una bol mezclar el coco rallado agregar el azúcar y llevar al fuego lento luego poco a poco colocar los tres tipos de leche y dejar que espese.

Cuando esta mezcla este fría realizar bolitas para su presentación o realizar la presentación que se desee

HISTORIA MATERIA PRIMA O INGREDIENTE PRINCIPAL

Peces blancos

posee un bajo contenido de grasa (lenguado, pez espada, cherna)

Peces azules

Contiene un 5 por ciento de grasa entre estos tenemos (caballa, salmón, sardina, Albacora), convirtiéndose en fuente natural de ácidos grasos omega-3, un ácido graso esencial.

Peces planos

Son los que tienen como particularidad que, naciendo con la forma típica de un pez, van transformándose hasta hacerse planos, para poder vivir en el fondo del mar. De aquí que tengan los dos ojos en el mismo lado de la cara, la boca torcida. ejemplos de éstos el lenguado, el rodaballo y el gallo

Camarón

Los camarones en sus otras especies son criaturas tamañamente abundantes en agua dulce o salada en todo el mundo, lo cual ayuda en un importante recurso pesquero y alimenticio.

Cada país tiene recetas y varias formas de preparar este tipo de marisco, es muy común que siempre se saque la cabeza de este animal, la coraza corporal, todas estas partes son ricas en quitina por eso son no indigestas, también siempre se los destripan en este tipo de animales los intestinos son de fácil reconocimiento y siempre es una línea oscura continua y corre por la parte alta de su cuerpo hasta la cola

Concha y almeja

Conchas

Viven enterradas en el fango, hasta unos 5 metros de profundidad. Abundante en pantanos de manglares. Es muy apreciada por su Sabor. Dura mucho tiempo viva fuera del agua entre tres y seis días . Su preparación puede ser en cebiches y en arroz.

Las almejas

Las almejas tienen los niveles más bajos de grasa de todos los mariscos, precisamente entre el 0,5 y el 2% de su estructura, contribuyendo además 47 calorías por cada 100 gramos de porción comestible.

Las vitaminas que tienen son la B3 o niacina y la vitamina A. La primera favorece el aprovechamiento de los nutrientes energéticos en el organismo, también regula transcurso como la formación de glóbulos rojos, fabricación de Hormonas sexuales y recapitulación de material genético. La vitamina A, dentro de las consideradas liposolubles, se interpone en la generación y mantenimiento de mucosas, piel y sistema óseo.

Entre los minerales recalca la presencia de fósforo, Con una aportación en los niveles de hierro, magnesio o potasio. Participando también en los sistemas nervioso y muscular

Chautizas

Las chautizas miden alrededor de 2 cm de largo muy parecida a la sardina siempre se las encuentra en las orilla de los ríos formando hileras en los meses que se la puede observar son de marzo y abril siendo platos típicos en las fechas de semana santa es tanta cantidad de este pez que taponan las desbocaderas de los ríos aunque su consumo no es tan común es un exquisito platillo va muy bien preparado en encocado, frito y arroces

VENADO, TATABRA, GUACHARACA

El venado

El venado es una carne muy parecida a la de ternera tiene una textura fina y puede ser más magra puede comerse en asados, guisos, fritos, salchichas. Contiene menos calorías, colesterol que la mayoría de los animales como el cerdo el cordero pesa aproximadamente 158 Kcal por cada 100gr. Y tiene una fuente de los siguientes micronutrientes: potasio, fosforo, hierro, selenio. **Tatabra**

Considerada carne sana ya que su habitad es en el monte su carne muy apreciada parecida a la de la guanta es un animal diurno, se alimentan especialmente de semillas pasto y frutas bajo en grasa con calidad de micronutrientes como el fosforo hierro y zinc.

Guacharaca

Es un animal similar a una gallina se la conoce por ser salvaje tiene un plumaje gris mide aproximadamente 53 cm de largo su carne es muy rica en vitaminas y minerales se alimenta de semillas y frutas del bosque.

El cangrejo

El cangrejo posee una participación nutricional importante en yodo, sodio, zinc, colesterol, vitamina B6, B3, vitamina E, ácidos grasos poli insaturados agua y magnesio

En cuanto al aporte nutricional, el cangrejo es un alimento con un importante aporte de yodo, selenio, cinc, sodio, proteínas, colesterol, vitamina E, vitamina B3, ácidos grasos poli insaturados, vitamina B6, agua y magnesio. Los cangrejos están adaptados para caminar en el fondo marino. Tienen piernas robustas y por lo general se mueven por el fondo del mar a pie hacia los lados. Tienen pleópodos, sino que los utilizan para la intromisión o tienen nidadas de huevos, y no para nadar. Mientras que los camarones y langostas escapan de los depredadores por langostas, cangrejos aferrarse al fondo del mar y se entierran en los sedimentos.

El verde

En relación con las propiedades nutritivas. Se han creado en torno a la creencia de que el plátano es una de las frutas que más engorda, aunque no es del todo cierto. En 100 gramos de producto encontramos un aporte de unas 90 kilocalorías y 0% de materia grasa. Lo más característico es su alto contenido en glúcidos, que lo convierten en un fruto recomendado para niños, embarazadas, ancianos o adultos con una vida muy activa. No es extraño ver a los deportistas comer una pieza en los descansos de, por ejemplo, un partido de tenis. Sus hidratos de carbono complejos también actúan como reguladores de la glucosa, retrasando su absorción, por lo que es recomendable para personas diabéticas. Asimismo, aporta energía de forma inmediata. El plátano contiene vitamina A, que ayuda al desarrollo de los tejidos y protege las células, B6, que es importante en el proceso de síntesis de proteínas, y B9 (ácido fólico), conveniente para embarazadas, ya que previene malformaciones en el feto. También es fuente de potasio, necesario para mantener fuertes los músculos, magnesio, imprescindible para el buen funcionamiento del sistema nervioso y fibra, que se encarga del buen desarrollo de la actividad intestinal.

El maduro

Es el fruto maduro del plátano verde

El coco

²Es una fruta tropical obtenida del cocotero (*Cocos nucifera*), la palmera más cultivada a nivel mundial. Tiene una cáscara exterior gruesa (Exocarpio) y un mesocarpio fibroso y otra interior dura, vellosa y marrón (endocarpio) que tiene adherida la pulpa (endospermo), que es blanca y aromática. Mide de 20 a 30 cm y llega a pesar 2,5 kg.

El principal producto exportado desde las distintas zonas de cultivo es la copra sin procesar, seguida del coco desecado. En ciertos países europeos, encuentra su mejor salida el coco fresco; el protagonista indiscutible de ferias y verbenas y de común uso en múltiples preparaciones de repostería artesanal e industrial. El mercado más interesante tanto en Asia como en Europa y Norteamérica es el del agua de coco envasada; de gran aceptación y mayor demanda cada año. El agua de coco no debe ser confundida con la leche de coco, ya que la leche de coco se obtiene exprimiendo la pulpa y el agua de coco se encuentra naturalmente en su cavidad interior.

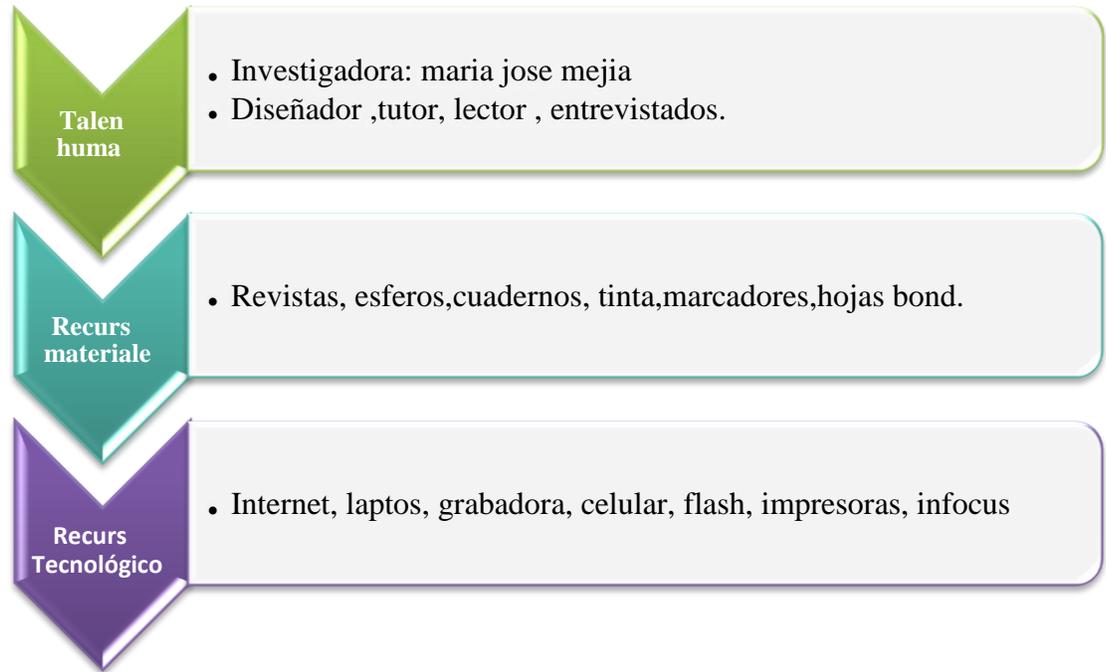
El nombre coco proviene de la era de los descubrimientos, pues a los exploradores portugueses que lo trajeron a Europa su superficie marrón y peluda les recordaba a las historias sobre el Coco que se les cuenta en España y Portugal a los niños pequeños para asustarles.

² Diccionario de plantas medicinales.. Autor: José Antonio Sánchez. Editorial [Ta-Book](#)

Capítulo V

6. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

6.1 Recursos



6.2 Presupuesto

GASTOS	DESCRIPCIÓN	UNIDADES	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
Diseñador y web	Recetario-página web	1	160	160.00
Copias	Tesis	200	0.02	4.00
Impresiones	Tesis	200	0.10	20.00
Anillados	Proyecto	3	3.00	9.00
Empastado	Proyecto	3	10.00	30.00
Cd's		3	1.00	3.00
Movilización	Investigación	3	10	30.00
Alimentación	Investigación	10	4.00	40.00
Hospedaje		2	15.00	30.00
Recetario	Proyecto	2	25.00	50.00
Material pop	Defensa	8	10	80.00
Otros	-	-	10%	29.6
			TOTAL	325.60



DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TÍPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTÓN ELOY ALFARO



6.3 CRONOGRAMA

TIEMPO DE EJECUCIÓN DEL PROYECTO																												
PROYECTO I + D + i	OCTUBRE				NOVIEMBRE				DICIEMBRE				ENERO				FEBRERO				MARZO				ABRIL			
	1.S	2.S	3.S	4.S	1.S	2.S	3.S	4.S	1.S	2.S	3.S	4.S	1.S	2.S	3.S	4.S	1.S	2.S	3.S	4.S	1.S	2.S	3.S	4.S	1.S	2.S	3.S	4.S
CAPITULO 1																												
1. ANTECEDENTES																												
1.1 Contexto	X																											
1.2 Justificación		X																										
1.3 Definición del problema central		X																										
CAPITULO 2																												
2. ANALISIS DE INVOLUCRADOS			X																									
2.1 Mapeo de involucrados			X																									
2.2 Matriz de análisis de involucrados				X																								
CAPITULO 3																												
3. PROBLEMAS Y OBJETIVOS					X																							
3.1 Árbol de problemas						X																						
3.2 Árbol de objetivos							X																					
CAPITULO 4																												
4. ANALISIS DE ALTERNATIVAS								X																				
4.1 Matriz de análisis de alternativas									X																			
4.2 Matriz de análisis de impactos de los objetivos										X																		
4.3 Diagrama de estrategias											X																	
4.4 Matriz de marco lógico												X																
CAPITULO 5																												
5. PROPUESTA												X	X															
5.1 Antecedentes													X															
5.2 Descripción														X														
5.3 Formulación del proceso															X													
CAPITULO 6																												
6. ASPECTOS ADMINISTRATIVOS																		X	X									
6.1 Recursos																			X									
6.2 Presupuesto																					X	X						
6.3 Cronograma																						X	X					
CAPITULO 7																												
7. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES																											X	
Conclusiones																												X
Recomendaciones																												X
defensa																												

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TIPICA DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTON ELOY ALFARO

CAPITULO VII CONCLUSIONES

- A través de la realización del presente estudio se logra estipular que en la ciudad de Esmeraldas y en el Cantón Eloy Alfaro se ha observado una notable pérdida y olvido de las costumbres y tradiciones gastronómicas propias de estas localidades.
- Se ha podido determinar que el impacto que tendrá el proyecto dentro de las localidades será positivo puesto que este no solo servirá como fuente para elaboración de una receta sino para el conocimiento de los lugares de expendio de esta comida.
- Una vez culminada la investigación se pudo constatar que debe existir un manejo equilibrado y sustentable de los ingredientes que contiene el recetario puesto que alguno de ellos pueden caer en peligro de extinción si no se consumen respetando sus ciclos de reproducción.
- La implementación de dicho recetario no solo servirá de consulta tanto a personas nacionales y extranjeras que gusten de un turismo gastronómico sino que también será generador de nuevas plazas de trabajo puesto que se requerirá mayor producción de materia prima a más alta escala.
- Se ha logrado determinar que se necesita apoyo por parte de instituciones estatales asociadas a la materia ya que no es suficiente con lo que se estipula en el proyecto en cuanto a lo que se refiere a su difusión ya que solo se llegaría a un pequeño segmento y no a toda la población como se tendría planificado.

RECOMENDACIONES

- Implementar la creación de este tipo de recetarios tradicionales informativos para que la gente tenga una fuente donde poder investigar y a su vez afianzar las culturas gastronómicas de los pueblos.
- Regular y respetar por parte de las instituciones correspondientes el uso y consumo de los ingredientes mencionados en este recetario tanto su ciclo de reproducción como su no abuso en el consumo.
- Involucrar a toda la población en su totalidad a la hora de desarrollar este tipo de proyecto ya que son proyectos que persiguen un fin social.
- Mantener y fomentar frecuentemente las BPM ya que esto garantiza una calidad y estandarización en el producto final.
- Crear alianzas constructivas con las instituciones del estado asociadas a la materia como son Ministerio de Turismo, MIES (Ministerio de Inclusión Económica y social), para de esta manera garantizar un pleno y eficiente desarrollo del proyecto.

Bibliografía

Chamomo Fernández, M. I. (2002). *Gastronomía del Siglo de Oro español*. Barcelona: Editorial Debate.

McGee, H. J. (2007). *La cocina y los alimentos : enciclopedia de la ciencia y la cultura de la comida*. Madrid: Editorial Debate.

Referencias electrónicas

- <http://www.eluniverso.com/2007/10/08/0001/18/7CF4E55AEDD44C2385F5CD5985FEBAB9.html>
- http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/8446/1/33120_1.pdf
- <http://es.scribd.com/doc/95001495/La-cocina-Tipica-Esmeraldena>
- <http://www.turismoesmeraldas.com/index.php/las-penas>
- <http://laspenasesmeraldas.com/conoce.html>
- <http://dspace.unl.edu.ec:8080/jspui/bitstream/123456789/184/1/Tesis%20Lista%20Chifiles.pdf>
- <http://www.mis-recetas.org/recetas/show/15649-tortilla-de-chautizas>
- http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/8623/1/26827_1.pdf
- http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/8446/1/33120_1.pdf
- <http://www.ecuador.travel/que-hacer/gastronomia/costa/esmeraldas/308-encocaode-pescado#>
- <http://www.gallinaspuras.com/historia-gallos-y-gallinas/>
- <http://www.saludybuenosalimentos.es/alimentos/index.php?s1=Mariscos&s2=Crustáceos&s3=Cangrejo>
- <http://comoeslacosa.wordpress.com/2008/05/08/guacharaca/>
- <http://www.noticiasdominantenagua.com/2013/01/el-platano-verde-y-suspropiedades.html>
- http://repositorio.ute.edu.ec/bitstream/123456789/9473/1/37317_1.pdf

- <http://es.wikipedia.org/wiki/Folleto>

ANEXOS

ANEXO 1

ENTREVISTA REALIZADA AL RESTAURANTE ESMERALDAS

ENTREVISTADORA: MARIA JOSE MEJIA GAIBOR

ENTREVISTADA: CHEF EJECUTIVA MUÑOZ CARRION, M.D

TEMA: DISEÑO DE UN RECETARIO GASTRONOMICO SOBRE COMIDA

TÍPICA DE LA CIUDAD DE ESMERALDAS Y EL CANTON ELOY ALFARO

□¿Qué entiende como recetario?

Entiendo como recetario una creatividad de platos, que tienen ingredientes propios de cada región, ciudad o país.

□¿Cree usted que la elaboración de un recetario sirva de ayuda para el conocimiento de todas las recetas que existen en la ciudad?

Si creo que sirva de ayuda ya que a través de este podemos dar a conocer los platos típicos de cada cultura.

DISEÑO DE UN RECETARIO INNOVADOR SOBRE LA COMIDA TÍPICA DE LA
CIUDAD DE ESMERALDAS Y SU CANTON ELOY ALFARO

□¿Este tipo de proyectos ayudaría a promocionar el turismo del cantón Eloy

Alfaro?

Ayuda mucho ya que parte del turismo es degustar la comida de cada región con ingredientes propios de las mismas.

□¿Este proyecto provocara la afluencia de visitantes nacionales y locales?

Si ya que con este proyecto estarían armando una cadena de rescates de materia prima que se dan en esta región, creándose un marketing popular.

□¿Habría un crecimiento en la economía para los restaurantes del sector?

Claro que si ya que los restaurantes al vender comida tradicional propia del sector favorece la economía de la región.

□¿Mediante esta iniciativa cree que se rescate el manejo adecuado de materias primas propias de la región?

Si ya que con el recetario se diera a conocer las diversas especies exóticas propias del sector, que no se dan en otras regiones.

□¿Cree que se necesite crear grupos de alianzas entre las personas dedicadas al expendio de materia prima?

Claro que si ya que se evitaría los altos costos, dando más ganancia a los restaurantes y mayor crecimiento a los productores de la materia prima. □¿Considera que se debería capacitar a las personas de las localidades para tener un conocimiento sobre las buenas prácticas de manufacturas?

Claro que si por higiene, salud y desarrollo general.

ANALISIS:

Se ha podido determinar que el desarrollo de este tipo de proyectos ayudara a la productividad de la materia prima que existe en la provincia y al conocimiento de los platos tradicionales de la ciudad de Esmeraldas y el cantón Eloy Alfaro siendo este sector poco explotado gastronómicamente.