



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
RESUMEN

La presente investigación tiene por objeto realizar una reseña histórica de la tradición culinaria en Cuenca, Gualaceo y Paute relacionada con dulces y bebidas elaborados con frutas, a fin de rescatar el conocimiento tradicional sobre los procesos de ejecución de los mismos.

Para ello se analiza brevemente la historia de la gastronomía ecuatoriana, los productos típicos de cada región, así como aquellos que en el transcurso de las décadas permitieron el “mestizaje” culinario, la diversidad de sabores, el enriquecimiento de nuestras tradiciones gastronómicas y su transmisión de generación en generación.

Así se resalta la habilidad de las manos ecuatorianas que crearon nuevas recetas, a partir de los conocimientos y saberes de pueblos que por diferentes razones llegaron al Ecuador, con sus tradiciones culturales, sociales y en este caso, para dar nacimiento a nuevos sabores. Para ello el documento recupera recetas con ingredientes originales de dulces y bebidas tradicionales, elaborados con frutas y



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA**

**“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

describe los métodos de elaboración de los mismos mediante la recopilación de la información necesaria.

A lo largo del análisis, se cuenta historias de personas amantes de la gastronomía que en Cuenca, Paute y Gualaceo guardaron o crearon recetas con distintos métodos y variedades de ingredientes que han ganado la fama de tesoros de la región austral, como una carta de presentación, que expresa la diversidad y atractivos de estos pueblos y su gente, elementos culturales que incentivan una riqueza gastronómica azuaya, para muchos, desconocida.

Sobre esa base, se pretende que este documento recupere la memoria histórica de la tradición culinaria de dulces y bebidas típicos del Austro. Anhelamos que se constituya en un documento de guía y consulta que permita perennizar nuestras tradiciones y riqueza cultural.

PALABRAS CLAVES:

COMIDAS, BEBIDAS, TRADICIÓN, INNOVACIÓN, DULCES, INGREDIENTES, CUENCA, GUIA.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

ABSTRACT

The objective of this document is to present a historical review of culinary traditions from Cuenca, Gualaceo, and Paute, related to fruit based sweets and beverages, in order to recue necessary knowledge about the processes involved in the making of traditional sweets and beverages.

To this end, the history of Ecuadorian gastronomy is briefly analyzed. The analysis includes typical products from each region of Ecuador as well as those which over decades, and due in part to human mobility, allowed for a culinary “mestizaje” (European and Native American mix). Flavor diversity and the enrichment of our gastronomic traditions, and their transmission from generation to generation is also covered.

The skill of Ecuadorian hands, which created new recipes based on knowledge from people who arrived to Ecuador with their cultural, social, and in this case culinary traditions, giving birth to new flavors, is highlighted. This document recues recipes with original ingredients from traditional fruit based



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

sweets and beverages. It also describes its methods of creation through the compilation of necessary information....

Stories of people who cherish gastronomy from Cuenca, Paute, and Gualaceo are told throughout this analysis. They created recipes with different methods and a variety of ingredients. These recipes have earned deserved recognition as austral region culinary treasures which serve as credentials that show the diversity and attractiveness of its places and its people – cultural elements which incentive Azuayan gastronomic wealth, unknown to many.

Based on the above, this document is aimed to rescue the historic memory of typical sweets and beverages culinary tradition, and become a guide and consultation tool that contributes to the perpetuity of our traditions and cultural richness.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
CONTENIDO

I PORTADA

II DEDICATORIA

III AGRADECIMIENTOS

IV RESUMEN

V ABSTRACT

1 INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO PRIMERO

1. HISTORIA Y GEOGRAFÍA.

CAPÍTULO SEGUNDO

1. LA TRADICIÓN.
2. HISTORIAS (Entrevistas).

CAPÍTULO TERCERO

1. DEFINICIONES Y CARACTERÍSTICAS DE PRODUCTOS UTILIZADOS.
2. TIPOS DE RECETAS TRADICIONALES Y SUS CARACTERÍSTICAS GENERALES.

CAPÍTULO CUARTO



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

1. RECETARIO TRADICIONAL

**2. NUEVAS RECETAS TRADICIONALES DE
VANGUARDIA**

CONCLUSIONES

GLOSARIO GENERAL

RECOMENDACIONES

BIBLIOGRAFÍA

ÍNDICE



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
UNIVERSIDAD DE CUENCA**

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD

CARRERA DE GASTRONOMÍA

**Monografía previa a la obtención del título de: “Licenciada
en Gastronomía y Servicio de Alimentos y Bebidas”**

**“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA,
GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”**

Director de Monografía:

Ingeniero. Roberto Enrique Mora Vintimilla.

Autora:

Ana Lía Cordero Maldonado.

Cuenca, Marzo del 2010



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
DEDICATORIA**

Dedico ésta Monografía a mis padres, quienes son los cimientos de mi vida, agradezco infinitamente su paciencia, comprensión y colaboración en la elaboración de este proyecto.

A todos quienes han estado conmigo en esta lucha, de los cuales he aprendido mucho y siempre tendré presentes en mi mente y mi corazón.

Y a los amantes de la Gastronomía tradicional de familia, que hace que se conserven estas dulces y hermosas tradiciones.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
AGRADECIMIENTOS

Agradezco a Dios por haberme permitido estar en este punto de la vida cumpliendo con esta meta. Gracias a Él todo es posible.

A mi familia por su apoyo incondicional en el transcurso de esta jornada.

A mis maestros que siempre estuvieron dispuestos a brindarme apoyo en mi carrera universitaria, y de manera especial a:

Ing. Roberto Mora, por su dirección en el trabajo monográfico.

Drs. Juan Martínez Borrero, Mateo Estrella Durán y Leonardo Torres por sus revisiones y recomendaciones.

Dr. Juan Cordero Íñiguez, por su valiosa asesoría en la redacción y estructuración de la presente monografía.

Lcda. Carmen Amelia Alvarado, su ayuda en la redacción, elaboración y culminación del presente trabajo monográfico, y en todos los aspectos en mi carrera universitaria.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Lcda. Marlene Jaramillo de Jarrín, por brindarme su apoyo incondicional en la elaboración del presente trabajo monográfico.

Dra. María Dolores Insch, por su gran ayuda en facilitar y agilizar los procesos de presentación del diseño y la realización del trabajo monográfico.

Ing. Santiago Harris, por su ayuda en la traducción de la monografía.

Lcda. Rebeca Harris, por su ayuda en la estructuración de la monografía.

Sras. Leonor Ulloa y Patricia Jara de Gualaceo. Por la amable colaboración en la transmisión de sus recetas. (Entrevistadas)

Srta. Mariana Ledesma de Paute, por su amable colaboración en la transmisión de sus recetas de conservas tradicionales del lugar. (Entrevistada).

Sra. Isabel Alvarado de Loyola y Srta. Rosario Valdez Calle de Cuenca, por la amable colaboración en proporcionar información de la historia de los dulces tradicionales. (Entrevistadas).



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Sra. Rosa Vintimilla Vinueza de Cuenca, por transmitir sus valiosos conocimientos y ser una gran guía en la elaboración de este trabajo monográfico, proporcionando información sobre dulces tradicionales y recomendaciones para elaborar ésta monografía. (Conversación).

Un particular agradecimiento para quienes están más cerca de mí corazón: Guillermo Cordero Jaramillo y Bertha López Galarza, quienes me han participado sus recetas recibidas y guardadas en una tradición familiar.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

**La responsabilidad por los criterios e ideas expuestos en
este trabajo monográfico es de mi autoría.**

Ana Lía Cordero Maldonado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
INTRODUCCIÓN

La Gastronomía es el arte de preparar una buena comida¹.



La cocina tradicional existe gracias a la transmisión de información sobre ella que pasa de generación en generación, por medio oral. Los colonizadores españoles y, por supuesto, las esposas de algunos de ellos, trajeron a nuestros pueblos diversas costumbres gastronómicas. Éstas debieron ser modificadas para adaptar sus elaboraciones originales a los productos existentes en la región, que podían reemplazar a los originarios; además de combinar métodos de preparación y recetas entre autóctonos y extranjeros.

Las preparaciones gastronómicas que hoy en día son tradición en el continente americano, en algún momento pertenecieron a cada una de las costumbres fusionadas,

¹ Asociación de Academias de la Lengua Española, Diccionario de la Lengua Española, vigésima segunda edición, Espasa, Real Academia Española, 2001.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

gracias al “mestizaje”. No se trata únicamente de seguir una receta al pie de la letra, sino de preparar los alimentos con amor, dedicación y empeño, como se lo hacía en tiempos pasados. Esa cocina por vocación, es digna de ser reconocida y recordada.

La suspicacia, imaginación y el gusto por la cocina es lo que hace que los productos que no se dan en ciertos lugares, logren ser reemplazados, y así formar parte de la gastronomía propia de la región, que la reinventa, adaptándose a las circunstancias propias de cada espacio.

En consecuencia, las preparaciones de un lugar determinado, se desarrollan a partir de los ingredientes nativos de dicha localidad, de las costumbres ancestrales de cómo prepararlos, de la influencia de la colonización europea y de la introducción de personas de otros continentes.

La tradicional cocina transmitida de generación en generación permite conservar las recetas antiguas en la actualidad.

“Los conquistadores españoles que avanzaban a sangre y fuego por el nuevo continente, no dejaron de sorprenderse



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”

de que los nativos habían desarrollado novedosas técnicas agrícolas, conocían los secretos de gran variedad de hierbas, que les permitía mantener una dieta balanceada”.²

En el Ecuador se cultiva: maíz, frejoles, papa y otros productos con sus variedades. Antiguamente se cazaba osos, venados, y se criaba llama y cuy. Se solía utilizar un fogón que tenía “tullpas”, es decir, una base de piedras, sobre la que se asentaba la olla, dejando una parte alzada para colocar debajo el carbón o la leña. Más avanzada fue la técnica de producir ollas trípodes o polipodas para que permitan la mejor introducción de los combustibles y la circulación del aire.



² Cuvi, Pablo. Enciclopedia del Ecuador a su Alcance, “Gastronomía”, Espasa siglo XXI.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

En nuestro país ha existido una gran variedad de productos para la preparación de alimentos, lo que ha permitido la creación de numerosas recetas transmitidas de generación en generación. Revisemos algunos productos por regiones.

La Costa ecuatoriana es considerada la región más fértil del país, en ella se practicaba la pesca (se practica mucho también en la actualidad), su terreno es adecuado para el cultivo de papaya, piña, chirimoya, guaba, cítricos, etc. Se cosecha mucho el banano, éste es exportado y constituye en un medio de subsistencia de muchos.



Se pescaba bagres y pangoras de río y se cazaba venados y conejos de monte, actualmente existen grandes criaderos de camarones, en especial en la provincia de El Oro, lo que ha fomentado exportación.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

En tiempos pasados, se consumía pescados, a estos se los salaba y secaba, este mismo proceso se realizaba con la carne. “En forma de *charqui* servía de reserva para viajes o tiempos de guerra”.³ Ya que gracias a ello estas alargaban su vida útil.

En la sierra ecuatoriana se cultivaba la papa que era preparada de distintas maneras. Uno de los productos más importantes es “El Maíz”, del que se elaboran tortillas, coladas, mazamorras, el tan conocido mote, tostado, etc. Además de camote, frejol, ají, zapallo, oca, chocho (mas consumido en el norte), etc.



“En la *Historia natural y moral de las Indias* (1590), el Padre José de Acosta, escribe: “el pan de los indios es el maíz; cómo lo comúnmente cocido en grano y caliente, que

³ Cuvi, Pablo, op. cit.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

llaman ellos mote. Algunas veces lo comen tostado....Otro modo de comerle es moliendo el maíz, y haciendo de su harina masa, y de ella unas tortillas que se ponen al fuego, y así calientes se llevan a la mesa”⁴.

“Registra el buen Padre Acosta en su libro; la chicha de jora, y la de maíz mascado, ambas de efectos embriagantes. Fue tal la importancia del maíz que hasta hoy se preparan decenas de platos con innumerables variaciones,”⁵ en la presente monografía incluiremos los conocidos “come y bebe” en los cuales la base para su elaboración es sin duda el maíz, sea este blanco, morado, largo, etc. Además de incluir frutas en su elaboración.

Al hablar del “come y bebe”, debemos nombrar al “Rosero de Gualaceo”, tan conocido por todas las familias, al “Champús” que se consume sobre todo en época de carnaval, y a un sinnúmero de preparaciones reconocidas que desde hace muchos años se elaboran dentro y fuera de la región, como es

⁴ Cuvi, Pablo, op. cit.

⁵ Cuvi, Pablo, op. cit.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

el caso de la yaguana, los buñuelos, los pristiños, y diversos tipos de coladas.

“El ciclo del cultivo del maíz era determinante en el campo religioso. Los aborígenes celebraban en marzo la fiesta del Paucar Huatay, cuando se cosechaba el maíz tierno o choclo, y se elaboraba con él la choclotanda o pan de maíz tierno (humitas o chumales). En junio, la cosecha de las mazorcas ya maduras, tenía lugar la fastuosa celebración del Inti Raymi, en los que se incluía el cuy o conejillo de indias”.⁶

Nuestra América ha tenido el privilegio de recibir muchas aportaciones del Viejo Mundo, pero también ha aportado con numerosos alimentos, que hacen una delicia del paladar, aunque se diga injustificadamente, que solo hemos aportado para las entradas y los postres. He aquí una pequeña revisión.

⁶ Cuvi, Pablo, op. cit.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”



Producto del “mestizaje” y la fusión de dos culturas tan ricas; el continente americano aporta con: achiote, berro, canela, camote, anís, aguacate, achira, etc.

Europa por su parte aporta principalmente con: “cerdos, vacas, cabras, gallinas, patos, chivos, etc.”⁷ Además de vegetales, cebada, trigo, arroz, cebolla, lenteja, manzana, higo, aceite de oliva, mostaza, especies como orégano, etc.

“Con los soldados –que eran campesinos en la península– entraron las simientes de la lechuga, el repollo; además de zanahorias, nabos y remolachas.

De ese intercambio –como en las artesanías, como en las artes y los rostros– algo nuevo y distinto iba creciendo

⁷ Pazos Barrera, Julio, “Desde los andes al mundo Sabor y Saber”, “Cocinas Regionales y Signos de la Cocina Interregional del Ecuador”, “Cocinas y Regiones Naturales”.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

entre tiestos de barro y pailas de bronce: una cocina criolla que haría muy suyos el trigo, la cebada, el plátano y el arroz”.⁸

En la región oriental se consumía mucho la chicha de yuca, “los shuar solían celebrar hasta bien entrado el siglo XX la fiesta de la Tzantza, o cabeza reducida de un guerrero enemigo”.⁹

Si hablamos del Austro ecuatoriano podemos decir, que en éste se destacan según cada sector de la provincia. En Cañar las cascaritas que es toda la piel del chancho chaspado con fuego de hojas de eucalipto hasta que quede muy crujiente (como una “galleta”). Además del cuy o conejillo de indias que se condimenta con mucho ajo y sal y se lo cocina a la brasa en “cangador” (palo de madera que se introduce dentro del cuy antes de empezar a asarlo para que no pierda su forma) y se sirve con mote pelado y “ají de cuy” (papas cocinadas con agua, sal, ajo, cebolla y achiote, hasta quedar muy espeso), etc. Cabe destacar los tan tradicionales dulces

⁸ Cuvi, Pablo, op. cit.

⁹ Cuvi, Pablo, op. cit.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

de Corpus Crhisti y los chumales (humitas) con quesillo que se preparan también en esta región.

“La comida de Gualaceo tiene más pronunciado el sabor y la variedad gastronómica, porque allí se encuentra la cuna de la comida colonial; en virtud de que ésta ciudad fue fundada antes que la misma ciudad de Cuenca. Allí se hacen las roscas de yema, quesadillas, bizcochuelos, rosero, entre otros; donde se encuentran las mejores cocineras”, como lo reconocía Eulalia Vintimilla de Crespo.¹⁰

En el cantón Paute se pueden saborear diversas especialidades entre ellas están los buñuelos que se preparan, sobre todo, en la época de Navidad, acompañados de miel de caña. Además de todo tipo de conservas y mermeladas, con frutas que se dan en dicha región. Desde hace algunos años se han perdido gran variedad de frutas, sobre todo por las plantaciones de flores, ya que los productos que utilizan para fumigarlas matan a los bichos polinizadores que ayudan a que las frutas se desarrollen en buenas

¹⁰ Cuvi, Pablo, op. cit.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

condiciones, las que se utilizan en la actualidad para elaborar dichos productos vienen de las regiones aledañas.

La cocina cuencana tiene tres elementos principales: el maíz, la pepa de zambo y la carne de cerdo. De ellos se elaboran un sinnúmero de recetas emblemáticas de la región. Como por ejemplo la salsa de pepa de zambo que se sirve acompañada de papas chauchas cocinadas con su cascara, el tradicional mote cuencano, la fritada, etc. Los dulces y bebidas ancestrales de esta ciudad juegan un papel protagónico en esta investigación.

Los deliciosos buñuelos con harina de maíz, si bien no son hechos con frutas los tomamos en cuenta en esta monografía porque son un postre de mucha apetencia, por supuesto los elaborados con manos buenas y expertas, fritos en manteca de cerdo y bañados con miel de panela. Estos son los postres especiales para la época de Navidad, al igual que los albaricoques en almíbar.

También los quimbolitos de harina de maíz envueltos en hoja de achira, acompañados con miel. No podemos olvidar los dulces tradicionales de la fiesta de Corpus Cristi que se



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

consumen durante el Septenario (que será ampliada más adelante). Si hablamos de bebidas el “Rosero de Gualaceo” ampliamente requerido también en Cuenca, hecho en base a maíz, especies dulces y frutas frescas.

La sabrosa y refrescante “Yaguana” (bebida de origen árabe) realizada tradicionalmente en Cuenca, espesada con almidón de achira, agua de especerías dulces y frutas frescas, al igual que el “Rosero”, pero con una colada menos espesa. El “Canelazo” de Cuenca no podía dejar de nombrarse en esta parte, además de muchas otras bebidas que forman parte de nuestra tradición.

La Gastronomía en la ciudad de Cuenca dentro de su proceso de evolución ha logrado estandarizarse tanto a nivel profesional como a nivel doméstico, esto por cuanto se han sabido conservar ingredientes propios de la región, así como técnicas tradicionales. A esto debemos sumar el actual proceso de recuperación creativa en búsqueda de preservar la autenticidad de los platos.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
CAPÍTULO I

Situarnos en el tiempo y en el espacio son dos aspectos básicos que siempre debemos considerar. Las categorías temporales y espaciales nos permiten saber a qué momento nos referimos y en qué lugar.

Nuestra tesis se ciñe a una región del Austro demarcada por las jurisdicciones de los cantones de Cuenca, Gualaceo y Paute en la actualidad, herederos de una tradición ancestral que se remonta a los pueblos aborígenes conquistados por incas y españoles y sometidas a un proceso de mestizaje integral dentro del cual está el de las comidas.

1. GEOGRAFÍA E HISTORIA

El Ecuador es un país situado en Sudamérica justo sobre la línea ecuatorial, que hace que éste país tenga una diversidad de climas y se divida en cuatro regiones: Costa, Sierra, Oriente o Amazonia y Región Insular (Islas



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Galápagos). Está atravesado por la Cordillera de los Andes, y por su presencia encontramos valles, hoyas, nudos y diferentes elevaciones.

La producción agrícola está influenciada principalmente por el clima, y la altitud hace que los productos sean amplios y variados. La relación entre el clima y el tipo de suelo hace que en 200.000 km², nuestro país, albergue y cultive productos de todas partes del planeta.

La flora ecuatoriana varía de conformidad con las diversas regiones del país, aunque muchos productos vegetales de la Costa se dan también en la región Oriental, como son los casos del cacao, arroz, tabaco, algodón, tagua, paja toquilla, caña de azúcar, mandioca y gran variedad de frutas, como banano, naranjo, piña (ananá), mango y coco.

1. La Región Costanera ecuatoriana se extiende desde las estribaciones occidentales de los Andes hasta el Océano Pacífico. Es una planicie aluvial baja y cuenta con varios sistemas fluviales importantes, que constituyen excelentes



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

vías como transportes naturales. Este es el concepto generalizado en todo libro de geografía del Ecuador.

Dentro de esta región la mayor parte de su agricultura es tropical debido a su cálido clima. Como lo mencionamos anteriormente la fruta que más se cultiva aquí es el banano, del cual existen variedades, además del cacao fino de aroma y el café que al igual que los anteriores es un producto de exportación más que de consumo interno. Por su flora y fauna es considerada la región más fértil del país, actualmente, la zona costanera también posee grandes criaderos de camarones, lo que ha convertido a Ecuador en el primer exportador de éstos en el mundo.

2. La Sierra ecuatoriana está constituida por el callejón interandino que recorre el país de Norte a Sur (desde la hoya del Carchi hasta la del Macara). La cordillera de los Andes alcanza aquí grandes alturas, ya que la altitud media es de 3.500 a 4.000 metros. De entre todas las cumbres destacan múltiples picos coronados por nieves perpetuas, muchos de



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

ellos volcanes activos: (Tungurahua, Cotopaxi, Chimborazo, etc.).

La gran mayoría de elevaciones son terrenos aptos para la producción agrícola, en especial de papa, trigo, hortalizas, cebada, maíz, etc. Recalcamos: en la región interandina se distinguen de los demás productos la papa y el maíz, éste último se presenta en grandes variedades y éstas determinan modalidades culinarias, muchas de ellas hasta con bebidas tradicionales, como lo manifestamos en el apartado anterior.

3. La región Amazónica se extiende al Este de los Andes ecuatorianos, más conocida como Oriente, que cubre casi la mitad del territorio, se caracteriza por ser casi llana y muy boscosa; a través de ella ondulan caudalosos e importantes ríos (Napo y Coca), por los que fluye más de un tercio de agua dulce de la tierra y que conforman y alimentan la gran cuenca hidrográfica del río Amazonas. Al norte está el Parque Nacional Yasuní, considerado uno de los lugares estratégicos del mundo por su biodiversidad. Los principales productos que se cultivan en esta zona son el café (al igual que en la costa),



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

la palma africana, la naranja, la naranjilla, la toronja, el plátano, la yuca y muchas frutas tropicales.

Es muy consumida la yuca (mandioca), con la que se realiza la “chicha de yuca” o “chicha mascada” como ya lo mencionamos, muy reconocida en la región; además de ser considerada la base de la alimentación en el lugar. Debemos mencionar también al izhpingo o flor de canela, condimento amazónico muy utilizado, sobre todo, en las bebidas tradicionales del país.

4. La región insular formada por el Archipiélago de Colón o Islas Galápagos (Patrimonio Natural de la Humanidad), se encuentra en el Océano Pacífico, a 1.120 kilómetros de la costa nacional. Está constituido por 13 islas mayores, 6 menores y 42 islotes de origen volcánico que suman una extensión superficial de 8.010 kilómetros cuadrados.

En la región las zonas altas son húmedas y de vegetación tropical y las islas de gran tamaño son muy secas y desérticas. Al hablar de esta región del Ecuador es importante nombrar al sabio inglés “Charles Darwin” que fue



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

quien impulsó el desarrollo de la ciencia, la conservación del ecosistema y amplió el horizonte del conocimiento humano. En su honor una fundación del Archipiélago lleva el nombre.

En las Islas Galápagos existen aún especies únicas de fauna y flora que constituyen un patrimonio natural inexistente en otras regiones y un reto para la ciencia. Esta riqueza se ha preservado precisamente gracias a su gente y el turismo que permite el desarrollo constante de la región.

La provincia del Azuay

“La provincia del Azuay está localizada en el área centro sur del país, limita al norte con la provincia del Cañar, al sur con la provincia de Loja, al oeste con las provincias del Guayas y El Oro, y por el este con la provincia de Morona Santiago y Zamora Chinchipe. La provincia tiene una superficie total de 8639km²”.¹¹

Está dividida en 15 cantones: Cuenca; está situada en los 2350 y 2550 metros sobre el nivel del mar y ubicada sobre una gran planicie en la cordillera de los Andes, es una de las

¹¹ Borrero Vega Ana Luz, “El Paisaje Rural en el Azuay”, “El Medio Natural”, Banco Central, Cuenca.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”

más importantes ciudades del país, ya que desde hace más de 10 años, es Patrimonio Cultural de la Humanidad; y el cantón más importante, pues es capital provincial. Encontramos 7 cantones en la cuenca del río Paute: Paute, Gualaceo, Sigüig, Sevilla de Oro, El Pan, Guachapala y Chordeleg. Y 7 en la cuenca del río Jubones: Girón, San Fernando, Santa Isabel, Camilo Ponce Enríquez, Pucará, Oña y Nabón.



“La posición de la provincia en los Andes, da como resultado una gran variedad climática, la cual juega un papel importante en la determinación de las características de vegetación y suelos”.¹² Cada región tiene suelos que la

¹² Borrero Vega Ana Luz, op. cit.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA**

**“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

caracterizan, según el tipo de roca de la que se ha formado y los agentes que lo han modificado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
CAPÍTULO II

Hemos hecho hincapié en la gastronomía tradicional basada en la utilización de frutas porque consideramos que la experiencia acumulada por nuestros ancestros, transmitida oralmente y con enseñanza doméstica en el cotidiano quehacer culinario, es lo que realmente nos da una identidad local que nos permite hablar de una cocina cuencana o gualaceña o pauteña.

Para obtener una mejor información hemos acudido a las personas depositarias de esa tradición que saben precisamente como preparar los alimentos, aunque no conozcan lo que es una ficha técnica.

En este capítulo destacamos lo que es la tradición culinaria y a quienes han puesto empeño en su conservación y difusión, especialmente en Cuenca.

Tradición, en este caso, es la entrega de unos conocimientos de una generación a otra y hasta hace poco esto ocurría entre mujeres, pues las madres enseñaban a sus hijas los secretos de la cocina que aprendieron de sus madres o abuelas y, por



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

qué no decirlo muchas veces también de sus cocineras. El hombre estuvo marginado de la cocina, lo que ha cambiado en estos últimos años.

1. LA TRADICIÓN

La provincia del Azuay se ha caracterizado siempre por ser su gente de gran creatividad y habilidad, esto se puede admirar en la tradición artesana de la población; en cerámica, las obras en paja toquilla presentes en diversos cantones, de manera especial en Gualaceo (tejido de ikat), así como también las obras en plata tejida (filigranas) en Chordeleg, orfebrería en oro y plata, muebles de madera, vitrales, cerámica esmaltada, instrumentos musicales, objetos de bronce, hierro forjado. No se puede dejar de lado su tan hermosa poesía.

Santa Ana de los cuatro ríos de Cuenca; su capital, está llena de historia que se puede apreciar al observar sus antiguas casas ubicadas en el centro de la ciudad, recorrer sus calles, visitar iglesias y admirar ruinas y museos.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

En la Ciudad de Cuenca en el campo de la gastronomía existieron y existen varios ejemplos a seguir, un caso especial es el de la Sra. Eulalia Vintimilla de Crespo, me estoy refiriendo, por ejemplo a ese hermoso libro titulado *Viejos Secretos de la Cocina Cuencana*, publicado en Cuenca en el año 1993. Muy reconocida en la ciudad por su gastronomía rica en tradición, cultura y sabor. Mediante sus libros transmite lo que quienes amamos la gastronomía ansiamos conocer y aprender.

Es tan llamativa la habilidad de sus mujeres al elaborar trajes bordados; ellos dan color y vida al ambiente, además de quienes nos deleitan moldeando barro para hacer objetos pintados a la perfección.

Muy cerca de la ciudad se puede disfrutar de las piscinas termales y medicinales de pura agua volcánica en el sector de Baños, y además las lagunas del Cajas en las que se puede practicar la pesca y admirar su bella naturaleza.

Los artesanos que realizan orfebrería en oro y plata, muebles de madera, vitrales, cerámica esmaltada, instrumentos musicales, objetos en bronce, hierro forjado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Si hablamos de gastronomía no pueden dejar de ser nombrados los conocidos dulces elaborados por las festividades de Corpus Cristi; requeridos en todo el país por su exquisito sabor. Al mencionarlos es importante saber de donde provienen.

La Fiesta del Septenario (Corpus Christi), que “constituye una de las más importantes del catolicismo romano y tal vez la que exhibe más manifestaciones de religiosidad popular. En Ecuador se la celebra hasta en los pueblos más pequeños, entremezclada con rituales indígenas de raigambre precolombinos.”¹³



¹³ Salazar, Ernesto, Revista terra incógnita, “El Septenario de Cuenca”, Ecuador, Julio, 2002.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

Esta fiesta dentro de la ciudad de Cuenca es la más tradicional, tiene una duración de 7 días por eso el nombre de Septenario durante estos días la gente visita el centro de la ciudad y un sinnúmero de hábiles manos elaboran en sus casas estos como una tradición muy apreciada e infaltable en el parque se hace la quema del castillo y es una fiesta de mucha alegría y colorido. Están aquí como parte de esta fiesta, los ruleteros, y siempre hay quien lanza cohetes para dar más vida al evento.

Luego de iniciada este periodo de tradición “a la mañana siguiente, se celebra una misa con el sermón dedicado al grupo auspiciador o priostes, y el Santísimo queda expuesto por el resto del día para ser visitado por fieles y cofradías”.¹⁴

La Eucaristía simboliza el sacrificio que hizo Dios por nosotros y de lo que constituye el banquete pascual. La fiesta del Septenario es símbolo de la cultura religiosa, se queman castillos y se consumen dulces de “Corpus Crhisti”.

¹⁴ Salazar, Ernesto, op. cit.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Es una tradición que con el paso del tiempo se ha ido perdiendo, tanto por el espíritu comercial como por la falta de transmisión de generación en generación y por lo tanto por la falta de interés de las generaciones actuales en la elaboración de estos dulces tradicionales.

Muchas veces se ha querido suprimir esta fiesta, pero las tradiciones no pueden morir por decretos, ellas deben evolucionar o decaer por sus propios medios ya que refleja la esencia de la tradición ecuatoriana y especialmente cuencana.

Gualaceo; “Esta región de los Andes del Ecuador se conserva hasta el presente como un valle de descanso. Parece que duerme por años el sueño de su virginidad cubierto y poblado de retamales, álamos y sauces. Orquestada por la suave melodía de millares de tórtolas, gorriones, picaflores, jilgueros, entre otros. A esta bondadosa tierra llegaron los primeros ayllus, donde plantaron sus



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

viviendas bajo ese cielo azul y subtropical con un paisaje que es admirado por propios y extraños”.¹⁵



“Gualaceo tiene un patrimonio gastronómico muy variado y ojalá lo pudiéramos dar a conocer mejor dentro y fuera del país para que se acreciente su forma y se sume, como un recurso turístico más, a tanto atractivo que posee el Jardín Azuayo. Cabe añadir que a mas de todas las comidas que tienen una receta, Gualaceo posee productos que se los degusta solos: son sus numerosas frutas, entre las que sobresalen sus deliciosas chirimoyas y sus variados duraznos”.¹⁶

La comida típica de la ciudad es muy diversa, y como no se da en muchos lugares aquí la gastronomía se ajusta a los

¹⁵ Municipalidad de Gualaceo, “Gualaceo, Jardín del Azuay”, Historia, Gualaceo, 2008.

¹⁶ Cordero Íñiguez, Juan, Introducción en Delicias del Jardín Azuayo, Universidad Alfredo Pérez Guerrero, Imprenta Monsalve Moreno, Cuenca, 2008.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA**

**“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

gustos de cada uno de sus visitantes. Un plato típico afamado es el chancho hornado (cerdo horneado), acompañado de tortillas del tradicional mote y papa. El maíz es uno de sus ingredientes predilectos del que se elaboran muchas recetas como el morocho, tortillas de choclo y maíz, etc.

En época de carnaval se hace tradicionalmente dulces de durazno, higo, manzana, membrillo, babaco, tomate, etc. Al igual que en Cuenca y Paute. La riqueza gastronómica de Gualaceo se debe a las delicadas manos de sus habitantes y el gusto que ponen para realizarlos

El más conocido “come y bebe” es el rosero de Gualaceo, una colada de maíz con jugo y pedazos de piña, babaco, algunos le ponen manzana y otras frutas de acuerdo a la tradición de cada familia (varía mínimamente de una familia a otra).



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

2. HISTORIAS (Entrevistas).

A fin de aproximarnos a la tradición gastronómica en el Azuay es preciso conocer las experiencias de los directos protectores de la misma, que son aquellas personas que han trabajado en el arte culinario durante muchos años y sus recetas son producto de la transmisión de sus abuelas, madres, etc. Para conocer o resaltar dichas experiencias se ha escogido personas que han sido conocidas dentro de su comunidad por su dedicación y empeño en conservar dicha tradición; las entrevistas y conversaciones informales que se presentan a continuación tienen por objeto enterarnos de las formas que cada una de ellas utiliza para elaborar sus recetas con ese toque personal o familiar; y al mismo tiempo comparar dichas recetas y sus distintos sabores que hacen la diferencia.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

La mañana del martes 30 de septiembre del 2008, visitamos la ciudad Gualaceo para conocer un poco de su cultura, la calidez de su gente y su ambiente. Al pasar por una tienda, en la que se elaboran dulces tradicionales de la región, tuvimos el gusto de conocer a la Señora Leonor Ulloa (76 años). Un ser humano excepcional, su generosidad nos permite contar su historia que, es desde ya, una experiencia de vida muy gratificante.



Hace 50 años y como herencia de su madre, elabora el “Rosero de Gualaceo”, bebida que se realiza en la ciudad durante todo el año como tradición. Existen ciertas épocas en las que lo hace en mayor cantidad, pues sólo en aquellas fechas es posible escoger la fruta en mejor estado, y gracias a ello, resultan de mejor sabor, olor y calidad.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

En tiempos pasados la Señora Leonor reunía su familia para elaborar esta bebida, sobre todo a las mujeres; hijas, nietas, bisnietas..., con el fin de enseñar su elaboración y así conservar esta tradición al pasar de los años. En la actualidad, esto se ha perdido, debido a los “progresos” de los pueblos y a la migración.

Con la modernización se han creado utensilios que facilitan el trabajo, pero hay métodos que no se pueden cambiar; por ejemplo al mezclar el “Rosero de Gualaceo” no se puede utilizar cucharas de ningún material ya que el resultado final no es el mismo; este debe mezclarse con la mano para que no se formen grumos.

La Sra. Leonor Ulloa nos dice: “Pienso que la tecnología ha facilitado procesos de elaboración en ciertos productos, pero la tradición se conserva sin ninguna duda, todo lo elaboro yo; desde “el picado” (maíz blanco de grano alargado al que se debe remojar, retirar el corazón, trocear y secar al sol) que actualmente también hay como comprarlo”.

Los dulces y bebidas que ella realiza son tradicionales de su familia. Además nos cuenta que cuando era adolescente



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

trabajaba con su madre vendiendo dicho “come y bebe” durante las fiestas de gallos.¹⁷



Luego de tan grata experiencia con Doña Leonor tuvimos mucha curiosidad por saber si en otros lugares del cantón se elaboraba este exquisito “come y bebe”; con el fin de poder comparar las recetas, además de entender el por qué de tan importante tradición. Así que el día miércoles 1 de octubre de 2008 fuimos nuevamente a Gualaceo, y al comentar nuestra curiosidad a la Señora Patricia Jara (propietaria de la Dulcería “La Delicia”), ella, muy gentilmente, nos abrió las puertas de su lugar de trabajo, cuenta que ella es la cuarta generación que realiza esta bebida en el lugar. Hace más de 80 años su familia se dedica al negocio con mucho empeño. Esta hermosa tradición es transmitida por su bisabuela la Señora

¹⁷ Entrevista a Leonor Ulloa, conocida cocinera de Gualaceo.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Doña Jesús Mosquera, quien además del rosero, preferentemente se dedicaba a la elaboración de panes tradicionales (que ya casi no se elaboran en dicha localidad) como son los enrollados, las palas y el mazapán (tipo de galleta). Luego, su abuela Señora Zoila Matute, transmite los conocimientos a la madre de ella, la señora Rosario Matute con la que también tuvimos la suerte de conversar unos minutos. Hasta que, finalmente, esta herencia gastronómica llega a sus manos, y siempre ha sido su medio de subsistencia. Nos comenta que se pueden preparar estas comidas en cualquier época del año para que así el turista pueda degustar el sabor de la cultura y de la gente de este cantón. Patricia asegura que ésta tradición se mantiene y se seguirá manteniendo en su familia con sus descendientes.

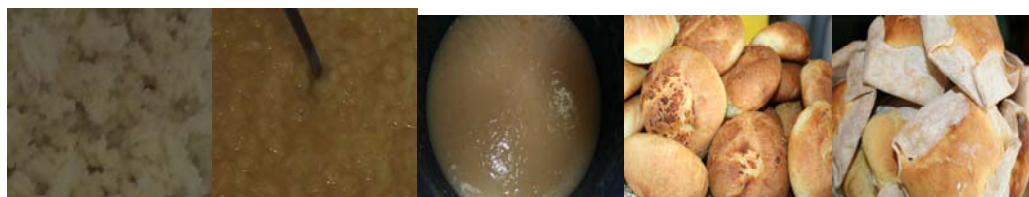
Comenta, por otro lado, que no hay como la olla de barro para realizar el delicioso “Rosero de Gualaceo”, donde “el amor es indispensable al momento de elaborar estos productos, ya que sin él estos no serían lo que son”, comenta Doña Patricia. Además, menciona que en toda feria o evento similar suelen vender el rosero en unión con su madre, y que los turistas



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

reconocen las bondades de esta bebida particularmente tradicional.¹⁸



En el cantón Paute tuve el agrado de visitar a la Señorita Mariana Ledesma, quien desde muy joven prepara platos; recetas que son herencia de su familia y que constituye su sustento. Comenta que en años pasados les perteneció un restaurante muy conocido en el lugar, llamado “Salón Pavito”. En la actualidad y desde hace más de 30 años ella se dedica a elaborar conservas y mermeladas de frutas de temporada cosechadas en Paute o en zonas aledañas. Estos dulces únicamente se pueden elaborar 2 o 3 veces al año, debido a que la mayoría de las frutas no se dan los 12 meses sino de acuerdo a la época de cosecha. Elabora conservas y dulces de albaricoque, durazno, pera, satsuma, manjar, higos, tomate

¹⁸ Entrevista a Patricia Jara, conocida cocinera de Gualaceo.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

de árbol, etc.; mermelada de guayaba, mermelada de membrillo (este se ha perdido con el paso del tiempo por falta de siembra). Lamentablemente, no es transmitida esta tradición en todas las familias de generación en generación (como es el caso de la señorita Mariana), por no tener descendientes directos. Esperamos poder transmitir de manera clara esta valiosa tradición para conservarla para el futuro.



Doña Mariana nos cuenta que las frutas con las que elabora sus dulces no son todas del cantón, sino de pueblos aledaños. Un ejemplo concreto es el albaricoque, que lo obtiene de Bulán, así como la gran mayoría de frutas que utiliza para sus conservas. También lo obtienen de Pedriurco, Suman, Guayan, Guagal, entre otras.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”

Debido al cambio de clima, existen algunas frutas que ya no se dan en ciertas zonas. Debe sumarse a esto la contaminación que existe a consecuencia de sembríos de flores y de otros productos comerciales que no permiten que los polinizadores de ciertas plantas sobrevivan y, por ello, van desapareciendo algunas especies de frutas.¹⁹



Luego de investigar en Cuenca sobre las familias que tradicionalmente elaboran o poseen las recetas de los exquisitos dulces que en la ciudad se degustan; nació la idea de entrevistar a la Sra. Rosa Vintimilla Vinuesa (conocida compiladora de datos, recetas, tradiciones y culturas de tiempos pasados); una dama que abrió su corazón prestando sus conocimientos para la elaboración de esta monografía.

¹⁹ Entrevista a Mariana Ledesma, conocida cocinera de Paute.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Al conversar con ella y comentarle nuestra inquietud respecto a los dulces y bebidas de la región, nos contó que muchos llamamos tradicionales a recetas que existen desde años atrás, pero no podemos llamarlas así si son una invención actual que no ha sido transmitida y mantenida con el paso de los años, ya que como lo hemos mencionado en varias ocasiones la tradición es la transmisión de la información por medio oral de generación en generación. Pero, más allá de esta aclaración, las recetas que tenemos en las familias por años, son producto del “mestizaje” entre nativos y colonizadores europeos, y que gracias a la gran imaginación de los amantes a la gastronomía se ha podido reemplazar ciertos géneros de recetas introducidas con productos propios de la región, de características similares, como por ejemplo los bocadillos lojanos, hechos con maní, son en base a los turrónes españoles que se hacían con almendras; estas recetas se han transmitido con las respectivas modificaciones durante años.

En esta conversación la Sra. Rosa Vintimilla, cuenta: “Cuando vivía en Europa encontré que buñuelos que se hacen con



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

harina de maíz los hacían con harina de trigo, los huevitos de faltriquera que se hacen con maní, en la isla de Cerdeña los hacían de la misma manera pero con almendras. También las quesadillas que tienen el mismo nombre y son elaboradas con queso de oveja en lugar de quesillo prensado. Además todas las masas suaves son de origen árabe ya que en el sur de España los moros elaboraban estos dulces. Las empanadas redondas las hacen con queso fresco de oveja y en lugar de azúcar; miel de abeja y flores de azahar. Ellos hacían las frutas de mazapán de almendras y aquí esto se reemplaza por uno de leche.

Nos dice: “Nuestra riqueza culinaria esta también dividida como muchos conocemos según la época del año por fiestas religiosas y productos que la tierra nos da”.

Luego de una tarde de aprendizaje podemos concluir que ha sido una de las más gratas experiencias que hemos tenido, y esperamos que al pasar de los años tengamos el mismo



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

conocimiento y cariño por la gastronomía tradicional de la región.²⁰



La tarde del martes 13 de enero de 2009 tuvimos la oportunidad de visitar a la Sra. Isabel Alvarado de Loyola, quien generosamente nos recibió en su casa; para contarnos la historia culinaria de su familia. Emotivamente hablaba sobre su experiencia de vida en la elaboración de dulces y bebidas tradicionales de la ciudad de Cuenca, su madre y sobre todo, su tía Rosario desde que ella era muy joven le transmitieron sus conocimientos y le inculcaron el amor por estas tradiciones; dulces que hasta la actualidad ella los mantiene. Elaborando desde hace muchos años los conocidos dulces de

²⁰ Conversación con la señora Rosa Vintimilla Vinueza, gran conocedora de la tradición azuaya.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Corpus Crhisti, bebidas tradicionales como la “Yaguana” o refresco de las abuelas (el cual tuvimos la suerte de probar), además de dedicarse a hacer dulces pequeños que requieren de mucha paciencia; los que se sirven en ocasiones como: matrimonios, bautizos y primeras comuniones, llamados también “Dulces Blancos”.

De esta visita podemos decir que durante el paso del tiempo quienes amamos la gastronomía tradicional somos los responsables de mantenerla y transmitir este hermoso legado que recibimos de nuestros antecesores.²¹

En la búsqueda de estas historias contadas por fieles amantes a la gastronomía de la región anduve investigando sobre la Sra. Nydia Vázquez Fernández de Córdova y un buen día encontré un artículo muy interesante publicado por “EL MERCURIO” que consideramos incluir en este trabajo.

Redacta la Sra. Dory Zamora Merchán; “Nydia Vázquez de Fernández de Córdova, reconocida en nuestro medio por sus aportes e investigación sobre la gastronomía cuencana,

²¹ Alvarado de Loyola, Isabel, conocida cocinera de la ciudad de Cuenca, Enero del 2009.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

nacida en el tradicional barrio de El Vado, característico en épocas anteriores por sus panaderías y hornos de leña, Nydia asegura que motivada por la nostalgia de ver perderse la actividad que le dio fama a su barrio, investigó y publicó un libro sobre los panes tradicionales, luego uno sobre los dulces de Corpus y ahora extiende más su visión hacia los platillos y manjares que se producen en la provincia”.²²

La cocina de la ciudad de Cuenca realizada por muchos años ya; denota el mestizaje existente entre europeos y nativos, es una cocina que por su simplicidad agrada a todos, tiene de antaño una cocina española con toques indígenas, es una cocina sin complicaciones.

Es vital el interés que se pone al investigar sobre estas tradiciones ya que enriquecen enormemente a nuestra cultura y nos enseñan a darle el valor que merece.

²² Zamora Merchán, Dory, “Homenaje al paladar Azuayo”, Diario “El Mercurio”, Cuenca.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
CAPÍTULO III

El Capítulo está dedicado a la materia prima con la que se elaboran los dulces y las bebidas tradicionales de Cuenca, Gualaceo y Paute, elaboradas con frutas. Utilizamos en esta parte los nombres vulgares de cada ingrediente y su nomenclatura científica la ponemos en un glosario final. En esta parte, más que en ninguna otra, podemos valorar las aportaciones europeas, llegadas a través de los conquistadores y pobladores españoles y los que proceden de nuestra América, cuya naturaleza es muy generosa en deliciosas frutas. La unión de unas y otras han dado como resultado el mestizaje culinario tratado en esta monografía.

1. DEFINICIONES (FRUTAS)

Dulce: Calificativo que designa el sabor azucarado. El dulce es uno de los 5 sabores fundamentales con el ácido, amargo, salado y umami (potencializador de sabores), y se percibe sobre todo con la punta de la lengua. El sabor dulce lo



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

aportaron durante mucho tiempo los distintos azúcares de las frutas y la miel. Con posterioridad se difundió el uso del azúcar (extraído de la caña de azúcar o de la remolacha).ⁱ Que causa cierta sensación suave y agradable al paladar, como la miel, el azúcar; etc.ⁱⁱ

Bebida: Líquido que se bebe para saciar la sed y para mantener la proporción normal de agua en el organismo. La bebida más natural y simple, la única indispensable para todo ser vivo es el agua. El consumo medio de bebidas en un clima templado es de un litro al día aproximadamente; pero las necesidades varían en función del calor y de la alimentación: las carnes y los alimentos salados, especiados o dulces aumentan la sed.ⁱ

Fruta: Es un órgano comestible de las plantas y las flores, que contiene las semillas y sucede a la flor. Aunque esta definición se aplica a ciertas verduras (berenjena, calabacín, melón, tomate) se reserva esta denominación para las que se comen al final de la comida y que se utilizan en pastelería y confitería.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Entendida en este sentido, la fruta suele ser un alimento carnoso o pulposo, rico en agua, azúcar y vitaminas, al que su aroma y sabor dulce destinan a bebidas y a postres variados. Sean exóticas o provengan de las regiones templadas, las frutas se reparten en tres grandes grupos. Frutas ricas en agua (hasta el 90%) y en vitamina C: cítricos, fresas, manzanas, melocotones, peras, piñas, etc. Son refrescantes y proporcionan ácido ascórbico y minerales. Son más o menos calóricos según su proporción en azúcar.

Los frutos ricos en glúcidos: castañas, ciruelas pasas, dátiles, etc. Son energéticos y proporcionan de 200 a 300 Kcal por cada 100gr. Los frutos ricos en lípidos y pobres en agua: almendras, avellanas, nueces, etc. Aportan mucho calcio y vitaminas B, y son muy calóricas (unas 650kcal por cada 100g). Ocupan un lugar aparte, pero no pueden reemplazar a las frutas frescas, que son indispensables para el equilibrio alimentario. ⁱ Entre esta enorme variedad, anotemos algunas, quizás las más importantes:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Babaco: Fruta de la sierra ecuatoriana, de sabor agridulce, que se come cocinada en almíbar, en jugos o en ponches como el champús o el rosero. ⁱⁱⁱ

Albaricoque: Fruto del albaricoquero. Es una drupa casi redonda y con un surco, por lo común amarillenta en la parte encarnada, aterciopelada, de sabor agradable, y con hueso liso de almendra amarga. ⁱⁱ

El hueso, liso, se separa con facilidad, y la almendra que encierra es comestible y se emplea para perfumar las confituras de albaricoque.

Higo: Segundo fruto o el más tardío de la higuera. Es blando, de gusto dulce, por dentro de color más o menos encarnado o blanco, y lleno de semillas sumamente menudas; exteriormente está cubierto de una piel fina y verdosa, negra o morada, según las diversas castas de ellos. ⁱⁱ

Pera: Fruto del peral, árbol de la familia de las rosáceas, oblongo e hinchado en el lado opuesto al raballo. Su piel amarilla, bronceada, roja o verde recubre una carne blanca fundente, fina o ligeramente granulosa, en el centro de la cual



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

se alojan unas pepitas. Originario de Asia Menor, el peral crecía en estado silvestre en la época prehistórica. ⁱ, ⁱⁱ.

Tomate de árbol: Sachatomate, tomate andino o tamarillo, es un fruto de la familia de las solanáceas, originario de Perú. Existen de dos tipos: amarillo – naranja y rojo. Es preciso pelarlos antes de degustar su sabrosa pulpa. ⁱⁱ

Guayaba: Fruto del guayabo, que es de forma aovada, del tamaño de una pera mediana, de varios colores, y más o menos dulce, con la carne llena de unos granitos o semillas pequeñas. ⁱⁱ

Piña: Ananá; Planta exótica, vivaz, de la familia de las Bromeliáceas, que crece hasta unos 7 decímetros de altura, con hojas glaucas, ensiformes, rígidas, de bordes espinosos y rematados en punta muy aguda; flores de color morado y fruto grande en forma de piña, carnoso, amarillento, muy fragante, succulento y terminado por un penacho de hojas. ⁱⁱ

Siglalón: Arbusto de la familia de las papayáceas que dan un fruto comestible al cocerlo con azúcar. ⁱⁱ

Chamburo: Árbol de América Meridional, de la familia de las Caricáceas, con grandes hojas, agrupadas en la parte



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

superior, y que produce una baya comestible en dulce y en sorbete. ⁱⁱ

Manzanas chilenas: Frutas pequeñas relacionadas con el níspero europeo;^{iv} Árbol de la familia de las Rosáceas, con tronco tortuoso, delgado y de ramas abiertas y algo espinosas, hojas pecioladas, grandes, elípticas, duras, enteras o dentadas en la mitad superior, verdes por el haz lanuginosas por el envés; flores blancas, axilares y casi sentadas y por fruto la nispola. Es espontáneo, pero también se cultiva. ⁱⁱ

Naranjilla: Arbusto de las Solanáceas, de hojas grandes de nervadura morada, flores moradas, y fruto de color amarillo anaranjado, de sabor ácido, usado en jugos y dulces. ⁱⁱ

Zambo: Especie de calabaza, que se usa tanto en guisos de sal como de dulce. ⁱⁱⁱ

Calabaza: Nombre genérico de los frutos de varias plantas de la familia de las cucurbitáceas, muy variado en tamaño y color, por lo común grande, redondo y con multitud de pipas o semillas. ⁱⁱ

Capulí: Fruto de América, de la familia de las Rosáceas, especie de cerezo, de olor agradable y sabor agridulce. ⁱⁱ



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Durazno: Fruto del árbol del Duraznero. Es una drupa de olor agradable, esférica, de seis a ocho centímetros de diámetro, con un surco profundo que ocupa media circunferencia, epicarpio delgado, veloso, de color amarillo con manchas encarnadas, mesocarpio amarillento, de sabor agradable y adherido a un hueso pardo, duro y rugoso, que encierra una almendra muy amarga. ⁱⁱ

Manzana: Fruto del manzano de forma globosa algo hundida por los extremos del eje, de epicarpio delgado, liso y de color verde claro, amarillo pálido o encarnado, mesocarpio con sabor ácido o ligeramente azucarado, y semillas pequeñas de color de caoba, encerradas en un endocarpio coriáceo. ⁱⁱ

Coco: Fruto del árbol del Cocotero, es una fruta de forma y tamaño de un melón regular; cubierto de dos cortezas, al modo que la nuez, la primera fibrosa y la segunda muy dura; por dentro y adherida a esta tiene una pulpa blanca y gustosa y en la cavidad central un líquido refrigerante. Con la primera corteza se hacen cuerdas y tejidos bastos; con la segunda,



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

tazas, vasos y otros utensilios; de la carne se hacen dulces y se saca aceite. ⁱⁱ

Mortiño: Arándano. Planta de la familia de las Ericáceas, de dos a cinco decímetros de altura, con ramas angulosas, hojas alternas, aovadas y aserradas, flores solitarias, axilares, de color blanco verdoso o rosado, y por frutos bayas negruzcas o azuladas, dulces y comestibles. ⁱⁱ

Membrillo: Arbusto de la familia de las Rosáceas, de tres a cuatro metros de altura, muy ramoso, con hojas pecioladas, enteras, aovadas o casi redondas, verdes por el haz y lanudas por el envés, flores róseas, solitarias, casi sentadas y de cáliz persistente, y fruto en pomo, de diez a doce centímetros de diámetro, amarillo, muy aromático, de carne áspera y granujenta, que contiene varias pepitas mucilaginosas. Es originario de Asia Menor; el fruto se come asado o en conserva, y las semillas sirven para hacer bandolina. ⁱⁱ



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

2. TIPOS DE RECETAS TRADICIONALES Y SUS CARACTERÍSTICAS GENERALES.

La diferencia tanto en la subdivisión de Bebidas como de Dulces no es más que simples cambios en su ejecución, diferentes costumbres al nombrarlos o escogimiento de los ingredientes.

Este capítulo nos cuenta como los detalles en la elaboración de los dulces y las bebidas pueden cambiar su estructura y dar distintas sensaciones e incluso sabores que únicamente se advierten al ser probados. Podemos distinguir entre lo seco y lo líquido; lo cremoso, gelatinoso, fino, grueso, fibroso, arenoso, esponjoso, mantecoso, etc.; por ello conviene recordar los procedimientos con los que se obtienen estas texturas que son: majar, tostar, moler, cocinar en agua, al vapor, envuelto en hoja, macerar, rallar, secar al sol, congelar, espolvorear, etc.

Es importante también conocer que los colores juegan un papel primordial en la presentación de dichas recetas y deben ser armoniosamente distribuidos; por ejemplo: el blanco es



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

poco apreciado y su presencia debe ser excepcional, pudiendo aparecer en los higos negros que se acompañan con queso blanco.

1. BEBIDA: Como mencionamos anteriormente, una bebida es un líquido destinado a saciar la sed. Tradicionalmente se han elaborado muchas bebidas consideradas como una costumbre que data de tiempos pasados.



De estas se pueden encontrar:

1.1. MAZAMORRA: Comida semejante a las gachas (puré o colada), hecha a base de maíz, y preparada de diversas formas según los lugares de América. ⁱⁱ

Ejemplo: Champús; bebida preparada con maíz cocido, azúcar o panela y jugo de naranjilla. ⁱⁱ

1.2. REFRESCO: Bebida fría o del tiempo. ⁱⁱ



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”

Ejemplo: Aquí se puede tomar en cuenta a la “Yaguana” o “Refresco de las Abuelas” ya que a mas de ser un come y bebe, se sirve fría y es una colada muy ligera y refrescante. Se pueden elaborar refrescos de todo tipo de frutas frescas de temporada.

1.3. COME Y BEBE: Es la composición entre un líquido (colada ligera elaborada en base de agua de especias y algún tipo de almidón) y una mezcla de frutas maduras y aromáticas. Las variaciones que se dan a este tipo de bebidas son propias de cada familia, región, etc.

Ejemplos:

Rosero; Este come y bebe pudo inventarse en algún convento de monjas enclaustradas, pues su refinamiento muestra su procedencia. Incluye en su preparación frutas en pedacitos como piña, babaco, etc. Las especerías se cocinan en agua y se filtra. Las hojas de naranja y arrayan se cortan con tijera en forma de lunas y triángulos. Todo frío se mezcla en un gran recipiente de cristal y se agregan gotas de jugo de limón.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

“El rosero, hoy tradicional sólo en Gualaceo y en algunas provincias del norte, se lo consumía antiguamente en Cuenca siempre que había una reunión, pero lamentablemente esta tradición desapareció; aunque se mantuvo la de la yaguana, una bebida de origen árabe perfumada y con frutas, de consumo propio del Azuay, que se redujo a familias antiguas que guardaban como secreto su preparación. La yaguana era conocida como el refresco de las abuelas, debido a que ellas no soltaban sus secretos si no era a sus nietas o bisnietas, debido a este fenómeno las recetas de esta bebida varían de una familia a otra”, explica Eulalia Vintimilla en su libro.

Yaguana: como lo mencionamos anteriormente esta bebida además de ser considerada un refresco, es un “come y bebe” ya que puede tener pedacitos de fruta fresca; esto varía según las costumbres de quien lo hace.

“En cada familia se elabora esta bebida de distinta manera, unos le dan color a la “Yaguana” con ataco y otras con jugo de bayas rojas, otras familias agregan manzana y otras utilizan otro tipo de almidón como el de maíz, arroz, etc.”



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Puchaperro; come y bebe de color morado hecha a base de capulí y otros tipos de fruta.

1.4. CHICHA: Bebida fermentada de maíz. ⁱⁱⁱ Bebida alcohólica que resulta de la fermentación del maíz en agua azucarada, y que se usa en algunos países de América. ⁱⁱ

Ejemplo: Chicha de Jora. (Jora es el maíz germinado para hacer chicha), también se suele elaborar chicha de maíz morado.

“Para elaborar chicha de jora es bueno tener molidos muchos granos germinados molidos ya que facilitan los procesos, esta bebida es muy apreciada en todo el país”.

2. DULCES: El dulce; azúcar, miel de panela, de cana, abeja, etc. Tantos productos que complementan la cocina de sal para ser el broche de oro para cualquier comida. Un dulce elaborado con la dosis exacta para dejar una sensación de satisfacción en cualquier paladar no puede dejar una mala impresión jamás.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”



Estos pueden ser divididos en:

2.1. CONSERVA: Carne, pescado, fruta, etc. Preparados convenientemente y envasados herméticamente para ser conservados comestibles durante mucho tiempo. ⁱⁱ

Estos se realizan de todo tipo de fruta, y su larga conservación se da gracias a la adición de un agente conservante además de ser envasados herméticamente en frascos de vidrio y esterilizados.

Ejemplos: babaco, pera, higo, albaricoque, tomate de árbol, etc.

2.2. MERMELADA: Conserva de membrillos o de otras frutas, con miel o azúcar. ⁱⁱ La diferencia con las conservas comunes es que esta se realiza con las frutas trituradas y en su proceso



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

de cocción las azúcares deben llegar a un punto más alto que permita su conservación.

Ejemplos: membrillo, guayaba, zambo, etc.

2.3. JALEA: Conserva transparente, hecha del zumo de algunas frutas. ⁱⁱ Esta se caracteriza por ser lisa y muy clara, sirve para bañar diversos postres o para acompañarlos.

Ejemplos: mora, babaco, guayaba, etc.

2.4. CONFITURA: Fruta u otra cosa confitada. ⁱⁱ Esto quiere decir cubierto por un baño de azúcar o macerado por algún tiempo en un caramelo denso (punto alto) y luego secado, esto sirve para dar un sabor distinto al producto, además de alargar su vida útil. **Ejemplo:** naranja, lima, mandarina, etc.

2.5. DÉLFICA: Mermelada espesa, a base de la pectina de la cascara de frutas. ⁱⁱⁱ

Ejemplo: manzana chilena, durazno, albaricoque, etc.

2.6. DULCES DE FRUTA: Estos por lo general se preparan en ciertas épocas del año en las que las frutas se cosechan, las determinan ciertas festividades en general de carácter religioso como es principalmente el carnaval. Estos se ejecutan con frutas antes de madurar y luego de varios



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

procesos como son: desaguado, pinchado, prensado, macerado, pasado, etc. Son muy sabrosos y apreciados ya que no se los obtiene todo el año.

Ejemplo: dulce de higo, dulce de durazno o tropezones, dulce de manzana chilena, dulce de albaricoque, etc.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
CAPÍTULO IV

Escogí estas recetas, dadas de manera espontánea por las personas entrevistadas y que han colaborado generosamente, porque son las que mejor responden a la tradición culinaria de la provincia del Azuay, en tres de sus cantones más antiguos. Es posible que no todas sean exclusivas de Cuenca, Gualaceo o Paute, pero si son las que se han identificado tradicionalmente con estos lugares y que aún se preparan cotidianamente o en determinadas fiestas.

“Las recetas son el producto de una serie de combinaciones y de ensayos, hasta dar con las firmadas que luego se realizan y se identifican con las costumbres alimenticias.”²³ Y como todo tiene un principio, nos hemos aventurado, al final de la monografía, a proponer unas recetas de nuestra creación, que incluyen frutas de la zona. Ojala lleguen a gustar y a

²³ Cordero Íñiguez, Juan, op. cit.



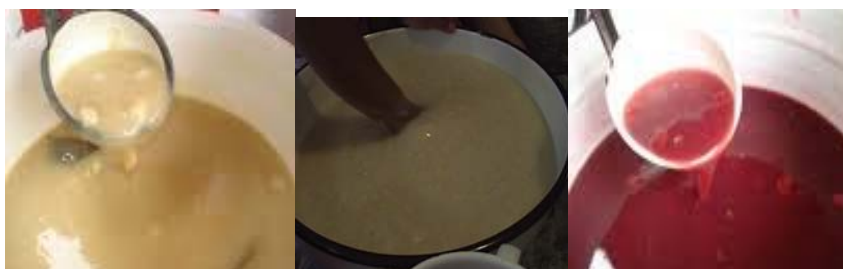
UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”

convertirse con el tiempo, en comidas tradicionales que acrecienten el patrimonio culinario de la región. En este caso sí hemos creído que hay que incorporar una ficha técnica.

RECETARIO TRADICIONAL

1.1 Bebidas.



1.1.1 ROSERO DE GUALACEO

Receta de: Doña Leonor Ulloa (Gualaceo)

Rendimiento: 100 vasos

Ingredientes:

1 galón de maíz blanco.

8 unidades de babaco.

4 unidades de piña.

20 unidades de siglalón.

Autora: Ana Lía Cordero Maldonado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

20 unidades de naranjilla.

20 unidades de naranja.

10 unidades de limón.

10 libras de azúcar.

1 onza de canela.

4 unidades de izhpingo.

8 unidades de clavo de olor.

1 onza de pimienta dulce.

Esencia de piña.

1 taza de picado (en Gualaceo se lo puede comprar hecho).

Preparación:

Hervir 2 litros de agua con la canela en rama, los granos de pimienta dulce, el clavo de olor, y el izhpingo.

Remojar el maíz, retirar la hembrilla y desechar; separar un poco para elaborar el “picado”; picarlo en láminas muy finas, dejarlo secar completamente a la sombra el tiempo necesario.

Sancochar en agua hirviendo el resto del maíz sin corazón, moler, y luego colocar en la mitad del agua de especias para cocinarlo hasta que se forme una colada espesa.

Dejar enfriar, y cernirlo en un cedazo.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Aparte, hacer un almíbar ligero con agua, azúcar y limón, dejar enfriar.

A la otra mitad de agua de especies ya fría, agregarle el jugo de naranja, limón, siglalón y naranjilla. Cernir todo esto en un cedazo.

Picar el babaco y la piña en cubos pequeños.

Mezclar el api con la preparación de agua de especies y jugos de fruta, con el babaco y la piña poco a poco, mezclando con la mano para evitar grumos, finalmente endulzar a gusto con el almíbar y agregar esencia de piña.

Servir en seguida.

1.1.2 ROSERO DE GUALACEO

Receta de: Sra. Patricia Jara (Gualaceo)

Rendimiento: 50 porciones.

Ingredientes:

1/2 litro de agua.

450 gramos de maíz blanco alargado.

2 unidades de babaco amarillo.

1 unidad de piña.

4 unidades de naranjilla.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

5 unidades de naranja.

3 unidades de limón.

3 libras de azúcar.

4 ramas de canela.

2 unidades de izhpingo.

3 unidades de clavo de olor.

3 granos de pimienta dulce.

1 rama de cedrón.

2 cucharaditas de esencia de vainilla.

60 gramos de picado.

Preparación:

Hervir el agua con las especies.

Aparte sancochar el maíz y sacar la hembrilla, y desechar.

Hacer un almíbar o azúcar invertido con el azúcar y agua y el jugo de un limón, hasta cubrirla, retirar del fuego y reservar.

Sancochar nuevamente el maíz sin hembrilla y moler.

Mezclar con un poco de especies y seguirlo cocinando hasta que la preparación este espesa, reservar y dejar enfriar completamente si es posible hasta el día siguiente.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Deje enfriar, y cierna las veces que sea necesario para evitar que forme grumos.

Cortar la piña y el babaco en cuadrados pequeñitos e ir cerniendo y reservando los jugos que quedan al momento del cortarlos.

Colocar en un recipiente de barro la una parte de la colada espesa de maíz o API bien cernida, e ir agregando poco a poco alternando el agua de especies restante, los jugos de naranja, limón, naranjilla, babaco y piña, ir moviendo con la mano bien limpia para evitar que se formen grumos, hasta obtener la consistencia deseada.

Agregar la fruta picada, la esencia de vainilla y endulzar con el almíbar a gusto.

Servir en seguida o refrigerar y colocar la fruta al último, ya que fermenta rápidamente

1.1.3 YAGUANA de “la Abuela Panchita”

Receta de: Doña Eulalia Vintimilla de Crespo (*Receta de mi abuela Doña. Francisca Dávila de Muñoz Vernaza*).

Libro: “*Viejos Secretos de la Cocina Cuencana*”



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Rendimiento: 24 porciones.

Ingredientes:

1 piña de tamaño grande.

1 Babaco grande y amarillo o dos más pequeños, maduros y aromáticos.

15 naranjillas bien maduras.

5 naranjas.

2 limones sutiles.

10 pimientas de dulce.

6 clavos de olor.

2 ramas de canela.

1 izhpingo.

½ libra de almidón de achira.

1 mazorca de ataco de 10 cm de largo.

3 litros de agua.

2 libras de azúcar.

2 frutos de granada madura.

Preparación:

La víspera, pele y pique la piña en cubos diminutos y luego congele con su jugo. Extraiga el jugo de naranjillas, naranjas,



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

limones y guárdelos en un solo frasco hermético en el congelador.

Cocine el almidón disuelto en medio litro de agua fría para obtener una colada liviana. Tape y guárdela en lugar fresco.

Mientras tanto prepare el almíbar en un litro de agua con las dos libras de azúcar, déjelo enfriar y guárdelo en una olla tapada.

Hierva las especerías en un litro de agua hasta que esta se ponga aromática. Ciérnala y vierta en un frasco de cristal con tapa. Luego ponga a cocinar la mazorca de ataco en medio litro de agua y déjela al fuego hasta que tome color rosado intenso. Cierna el agua y guárdelo en frasco tapado.

En un balde hondo de hierro enlozado u en otro recipiente amplio, vierta la piña picada y congelada y los jugos congelados. Añada el almíbar, el agua de las especerías y el agua de ataco, controlando el color, que debe quedar de un rosa suave.

Luego pele y pique el babaco en cubos del tamaño de una alverja y ponga en la yaguana junto con el jugo de esta fruta que expulsa al picarla. Agregue la colada de almidón de



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

achira. Solamente la cantidad necesaria para obtener un refresco bastante liquido. Vierta más agua y azúcar si fuera necesario y mezcle. Manténgala en el refrigerador pues se fermenta fácilmente. Si sobre congele por pocos días.

Parta las granadas maduras estrellándolas sobre una superficie dura y desgrane las pepitas rojas, sin estropearlas. Agregue a la yaguana como un elemento tradicional y decorativo que se acostumbra poner el rosero y en esta bebida.

Sírvala bien fría en vasos pequeños.

1.1.4 “YAGUANA”

Receta de: Isabel Alvarado de Loyola. (Cuenca)

Rendimiento: 50 porciones.

Ingredientes:

Agua necesaria.

1 libra de arroz.

2 ramas de ataco.

4 hojas de naranja.

Pimienta de dulce en grano.

Clavo de olor.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Canela en rama.

1 izhpingo.

Maicena (opcional).

1 ½ piñas grandes.

1 babaco grande maduro

20 naranjillas maduras.

8 naranjas.

5 limones.

Azúcar al gusto.

½ libra de frutillas.

Preparación:

Remoje el arroz en agua desde la noche anterior, cierna y reserve.

En una olla con agua cocine el arroz junto con la canela, el clavo de olor, la pimienta dulce, el izhpingo, el ataco y las hojas de naranja hasta que esté bien abierto el grano y haya soltado todo el almidón.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Si desea que este más espesa disuelva dos cucharadas de maicena en un poco de agua fría y agregue antes de terminar la cocción del arroz con el agua de especias.

Cierna y deje enfriar completamente en refrigeración.

Pele y pique la piña y el babaco en cubos pequeños y vaya reservando su jugo.

Extraiga el jugo de las naranjillas, las naranjas y los limones; refrigere.

Aparte haga un almíbar ligero con el azúcar y agua; reserve.

En un pozuelo grande coloque la piña y el babaco con los jugos de fruta, agregue la colada que debe haber quedado de un color rosado medio y mezcle muy bien.

Corte las frutillas en rodajas y agréguelas al final para decorar. Sírvala de inmediato bien fría.

1.1.5 CHAMPÚS

Receta de: Doña Eulalia Vintimilla de Crespo

Libro: *“Viejos Secretos de la Cocina Cuencana”*

Rendimiento: 15 porciones.

Ingredientes:

Autora: Ana Lía Cordero Maldonado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

- 1 libra de harina de maíz blanco
- 2 litros de agua fría
- 1 libra de panela
- 1 rama gruesa de canela
- 4 clavos de olor
- 1 izhpingo
- 5 granos de pimienta de dulce
- 1 rama de congona de castilla
- 1 rama de hinojo
- 1 taza de mote pelado
- 1 babaco pequeño y aromático (pelado y picado en pedazos de 5x3cm).
- 2 chamburos o siglalones, pelados y picados en igual tamaño.
- 6 naranjillas maduras con cascara
- 12 hojas de naranja dulce

Preparación:

Bata con la mano la harina con el agua fría hasta hacer una colada ligeramente espesa. Vierta esto en un cántaro



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

“pucuchidor” o en olla de barro y déjelo durante uno o dos días, hasta que apenas comience a fermentar.

Cuele esta colada en un cedazo de cerda y cocínela agregando las especerías, hasta que éstas extraigan su sabor. Agregue la panela, el mote y cocínelo por 10 minutos adicionales.

Vierta luego los pedazos de chamburo y de babaco junto con las naranjillas partidas y déjelas hervir lentamente, hasta que se cocinen, sin llegar a ponerse demasiado suaves. Ponga al último las hojas de naranja, dándoles solo un hervor.

Para mayor facilidad se puede hacer el champús sin dejarlo reposar por uno o dos días, aunque la ligera fermentación le da su sabor característico.

La peculiaridad del champús es que se lo presenta en la mesa con las especerías enteras, los pedazos de fruta hervida, el mote, las medias naranjillas con su cascara y las hojas de naranja.

El champús se sirve en pozuelos de barro, ya sea tibio o frío.

En nuestra infancia, su aroma invadía los hogares en Navidad y en el Corpus.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Hoy, se ha perdido la costumbre porque ya no agrada a las nuevas generaciones.

1.1.6 CHAMPÚS

Receta de: Sra. Beatriz Jara Arízaga. (Cuenca)

Ingredientes:

4 tazas de agua.

3 cucharadas de harina de maíz.

1 ramita de canela.

Azúcar la necesaria.

2 maracuyás o naranjillas.

1 babaco maduro.

Preparación:

Coloque en la estufa un recipiente con 4 tazas de agua, disolver 3 cucharadas de harina de maíz, agregue la canela, la maracuyá o naranjilla y azúcar al gusto.

Dejar hervir 3 a 5 minutos, revolviendo constantemente.

Finalmente pelar y picar el babaco en cubos pequeños y agregar casi al final de la cocción.

Una vez cocido sirva frio o caliente.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

1.1.7 PUCHAPERRO

Receta de: Sra. Beatriz Jara Arízaga. (Cuenca)

Rendimiento: 12 porciones.

Ingredientes:

2 ½ libras de capulíes maduros.

1 libra de panela.

3 rajas de canela

12 duraznos rosados pequeños.

14 frutillas maduras pero firmes.

4 manzanas verdes.

½ taza de almidón de maíz diluido en agua fría.

Preparación:

Lave bien las frutas y coloque los capulíes a cocinar en agua suficiente para que se cocinen uniformemente.

Agregue la panela rallada, y la canela por unos minutos hasta que tome aroma y algo de sabor, retirar la canela y añadir el durazno cortado en media lunas y las manzanas en cubos de 1x1cm.

Agregar la maicena disuelta y cernida, cocinar por unos minutos hasta que las frutas estén en la textura deseada.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Agregue al final las frutillas cortadas en rodajas y déjelas suavizar ligeramente, retirar del fuego y si gusta puede servir en seguida o dejarla enfriar.

1.1.8 PUCHAPERRO

Receta de: Cristina Corral Tagle. (Cuenca)

Ingredientes:

- 2 litros de agua.
- 1 libra de capulíes.
- 1/2 panela molida.
- 2 clavos de olor.
- 2 pimientas de olor.
- 1 rajita de canela.
- 1 ramita de ataco.
- 2 manzanas.
- 6 duraznos
- 6 reina claudia.
- 10 albaricoques.
- ½ libra de mora.
- 3 cucharadas de harina de maíz.

Preparación:

Autora: Ana Lía Cordero Maldonado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Cocinar los capulíes en el agua, cernir y reservar las dos cosas.

En un poquito del agua y hervir la canela, el clavo y la pimienta.

En el resto de agua cocinar las frutas.

Disolver la harina en un poco de agua fría y agregar a la colada, espesar y al final agregar los capulíes cocinados.

Servir fría o caliente.

1.1.9 CHICHA DE JORA

Receta de: Rosario Valdez Calle. (Cuenca)

Ingredientes:

1 taza de harina de maíz germinado.

3 litros de agua.

¼ taza de panela molida.

¼ cucharita de levadura fresca.

Preparación:

Autora: Ana Lía Cordero Maldonado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

En una olla hacer una colada con las dos terceras partes del harina de jora disolviéndola en agua, endulce con la panela.

Tostar en una sartén el resto de la harina y agregar a la preparación anterior, dejar al fuego hasta que se cocine completamente y espumar.

Disolver en agua tibia la levadura y agregar a la chicha para ayudar a fermentar.

Dejar fermentar por lo menos 48 horas.

Servir bien fría.

Se puede agregar agua de especies dulces y cáscaras de fruta para aromatizar la chicha.

1.1.10 CHICHA DE MAIZ MORADO

Receta de: Municipalidad de Cuenca

Ingredientes:

1 libra de maíz morado



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

8 litros de agua

1 ramita de canela

6 clavos de olor

1 piña

3 cucharadas de jugo de limón

2 tazas y media de azúcar morena o blanca

1 cucharadita de canela en polvo

Preparación:

En una olla grande poner el agua, el maíz entero, la canela y el clavo de olor, la cascara de piña, agregar el azúcar, si es morena quedara más rica la chicha, el jugo de limón, la pulpa de la piña cortada en trocitos, la canela en polvo, si desea agregar más azúcar.

Si no se va a servir enseguida, se dejara dentro de la refrigeradora sin el jugo de limón ni la fruta, ya que estos elementos harían daño a la chicha pasada unas hora



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

1.2 Dulces.



1.2.1 DULCE DE HIGOS

Receta de: Sra. Hortensia Ortíz de Cordero. (Cuenca)

Rendimiento: 50 porciones

Ingredientes:

100 higos tiernos.

Agua para desaguar.

1 pizca de bicarbonato.

2 Panelas negras grandes.

4 rajitas de canela.

Preparación:

Hacer tres cortes verticales a cada higo sin llegar a los bordes para evitar partirlos, y colocarlos en una olla en suficiente agua fría hasta cubrirlos completamente, desaguar hasta el día siguiente.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Cambiar de agua, agregar el bicarbonato y colocar al fuego para sancocharlos.

Mientras tanto elaborar una miel con la panela, agua, y la canela.

Una vez sancochados exprimirlos y colocarlos en la miel, hervir uno o dos días a fuego lento moviendo eventualmente con una cuchara de madera.

Deben quedar negros por dentro y por fuera y la miel un poco espesa.

Servir 2 higos por persona, se pueden acompañar de quesillo fresco.

1.2.2 CONSERVA DE HIGOS

Receta de: Srta. Mariana Ledesma. (Paute)

Ingredientes:

40 Higos tiernos muy firmes y de buena calidad.

1 panela negra grande.

Azúcar morena la cantidad necesaria para ir agregando poco a poco.

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Realizar unos pequeños cortes en la parte más ancha del fruto, desaguar por 3 días.

Sancochar antes de hervir.

Aparte realizar la miel con panela negra y agua, colocar el higo desaguado y exprimido.

Cocinar en la miel por 3 días (8 horas cada día), se agrega agua y azúcar morena poco a poco conforme requiera la conserva. Se coloca en frascos estériles y se cocina a baño maría para esterilizar un máximo de 10 minutos e incrementar su vida útil.

1.2.3 DULCE DE GUAYABA

Receta de: Doña. Rosario Valdez Calle. (Cuenca)

Ingredientes:

60 a 65 guayabas maduras.

1 kilo de azúcar.

Agua para mojar el azúcar.

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Lavar bien y retirar las partes gruesas de la guayaba, dividir las en 4 partes y colocarlas en agua a cocinar moviendo constantemente hasta que la fruta se vuelva muy suave.

Retirar del fuego y cernir hasta extraer toda la pulpa, de ser necesario licuarla ligeramente antes de cernirla.

Aparte hacer un almíbar con el azúcar y el agua, agregar la pulpa de guayaba y cocinar a fuego lento durante largo tiempo hasta que se desprenda de la olla, dejar enfriar y servir en cucharadas o untando en un pan.

1.2.4 DULCE DE GUAYABA

Receta de: Srta. Mariana Ledesma. (Paute)

Ingredientes:

30 guayabas maduras.

3/4 libra de azúcar.

2 limones (jugo).

Agua la necesaria.

Preparación:

Hacer un almíbar ligero con el azúcar y el agua con el jugo de limón.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Lavar y dividir las guayabas en la mitad.

Colocar la fruta en el almíbar y cocinar en una olla a fuego lento hasta espesar muy bien, cuidar que no se pegue en la base de la olla.

Cernir aplastando muy bien la fruta, volver al fuego y terminas la cocción unos minutos más.

1.2.5 MANZANITAS “CHILENAS” CON ALMÍBAR

Receta de: Doña. Eulalia Vintimilla de Crespo

Libro: *“Viejos Secretos de la Cocina Cuencana”*

Ingredientes:

4 libras de manzanas chilenas maduras de las más gruesas, (deben estar amarillas y con tonalidades rojizas).

1 rama de canela.

½ limón.

1 ½ litros de agua.

2 tazas de azúcar para cada 4 tazas de agua de la fruta cocinada.

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Limpie con un lienzo la pelusa que tiene la fruta y lávela en agua fría. Sancóchelas enteras, cubiertas de agua, dejándolas al fuego dos minutos luego que comiencen a hervir. Cuele y guarde el agua en que se cocinaron.

Mientras tanto, extraiga las pepas por su parte superior, usando la punta de un pequeño cuchillo delgado y pélelas luego con la mano, sin dañar su forma, dejándolas con su tallo.

Vuelva al fuego el agua de las manzanas agregando las semillas y las cascarras que se extrajeron y haga hervir unos diez minutos para obtener un líquido gomoso. Cierna esta agua, agregue la canela, el jugo de limón y el azúcar, midiendo dos tazas de azúcar para cada cuatro tazas de agua. Hierva cinco minutos y vierta las manzanas peladas y sin pepa, dejándolas cocinar lentamente hasta que se pasen de almíbar. Emplee dos días si fuera necesario, cebando pequeñas cantidades de agua caliente cada vez que se consuma el líquido. Las manzanitas deben quedar brillantes y con suficiente almíbar que las cubra en el momento de servir. Póngalas en frascos de vidrio y esterilícelos.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

1.2.6 DÉLFICA DE MANZANAS CHILENAS

Receta de: Sra. Mariana Astudillo de Montesinos

Libro: “*Esencia Cuencana*”

Ingredientes:

Manzanas Chilenas

Azúcar

Limón

1 clara de huevo

Canela

Preparación:

Lavar muy bien las manzanas chilenas sacando las raíces y los tallos. Se parten y se ponen en un traste tapado de agua fría. A las 24 horas se cierne en un colador o cedazo haciendo que caiga toda el agua de goma. En agua hervida con azúcar se pone un chorro de limón luego se clarifica con una clara batida a punto de nieve y se coloca una raja gruesa de canela. Se hierve hasta que la délfica caiga en telas al levantar con la cuchara. El azúcar se coloca al gusto y no se mueve.

En seguida que esta el punto se vacía en un traste tendido.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Si se desea también se retiran las pepas con un crochet.

1.2.7 DULCE DE TOMATE DE ARBOL

Receta de: Sra. Hortensia Ortiz de Cordero. (Cuenca)

Ingredientes:

20 tomates de árbol grandes.

1 libra de azúcar.

1 rama de canela.

Jugo de ½ limón.

Preparación:

Sancochar y pelar los tomates.

Aparte, hacer un almíbar con el azúcar y colocar al fuego lento con la canela y el jugo de limón.

Cocinar hasta que estén suaves por dentro, retirar del fuego y dejar enfriar.

1.2.8 CONSERVA DE TOMATE DE ÁRBOL

Receta de: Srta. Mariana Ledesma. (Paute)

Rendimiento: 20 porciones.

Ingredientes:

40 tomates de árbol.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

4 tazas de azúcar.

Jugo de 2 limones pequeños.

Preparación:

Pelar los tomates (para evitar que salga amargo), hacer unas rajitas con el cuchillo, y sancochan en agua hirviendo unos minutos.

Aparte realizar un almíbar con agua, el azúcar y el jugo de limón, se colocan unos minutos los tomates al almíbar y realizar el mismo procedimiento que las recetas anteriores de conserva.

1.2.9 DULCE DE BABACO

Receta de: Sra. Lucrecia Galarza de Serrano. (Cuenca)

Ingredientes:

1 Babaco amarillo grande.

Azúcar, la mitad del peso del babaco.

2 granos de pimienta dulce.

2 clavos de olor.

1 rajita de canela.

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Pele el babaco, retire la parte blanca del centro y reserve colocando encima un poquito de azúcar hasta que expulse todo el jugo que tiene por dentro, cierna y reserve. Corte en cubos de 2x2cm y reserve.

Aparte haga un almíbar con el azúcar y las especias y unas 12 gotitas de limón para que se conserve mejor.

Agregue al almíbar el babaco cortado en cubos y el jugo que reservamos de las semillas.

Cocine a fuego lento un par de horas hasta que la fruta este transparente y el almíbar ligeramente espeso, dejar enfriar y guardar en frascos de vidrio de preferencia esterilizados.

1.2.10 CONSERVA DE BABACO

Receta de: Srta. Mariana Ledesma. (Paute)

Ingredientes:

2 babacos grandes semi maduros.

Azúcar, la ½ del peso de la fruta pelada y sin semillas.

1 rama de canela.

4 clavos de olor.

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Pelar los babacos, retirar las semillas y toda la parte blanca del centro, cortar en dados gruesos uniformes.

Colocar al fuego con el azúcar, la canela y el clavo para aromatizar.

Cocinar hasta que la fruta este ligeramente transparente, colocar en frascos estériles, tapar y esterilizar a baño maría al igual que las preparaciones anteriores de conserva.

1.2.11 “TROPEZONES” O DULCE DE DURAZNO CON PEPA

Receta de: Doña Eulalia Vintimilla de Crespo. (Cuenca)

Libro: *“Viejos Secretos de la Cocina Cuencana”*

Ingredientes:

25 duraznos de pulpa rosada. (Variedad nativa llamada “de chacra”).

1 rama de canela.

Azúcar (4 onzas menos que el peso de los duraznos ya pelados)

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Pele los duraznos, déjelos enteros y haga tres incisiones verticales que lleguen a la pepa. Luego péselos y ponga el azúcar en la proporción indicada.

Mientras tanto, ponga una paila, agregue la fruta y suficiente agua para cubrirla. Sancóchela ligeramente y extraiga con una espumadera, dejándola en un recipiente.

Retírelos del fuego, deje enfriar y envase en frascos.

Los “tropezones” se sirven en los días de Carnaval luego del cuy asado. Se los puede hacer también con panela.

Con las cascarras se hace la délfica o también la mermelada de durazno.

1.2.12 CONSERVA DE DURAZNO

Receta de: Srta. Mariana Ledesma. (Paute)

Ingredientes:

100 duraznos tiernos.

Azúcar el peso de 50 duraznos.

Jugo de 5 limones pequeños.

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Pinchar y desaguar los duraznos por 48 horas cambiando de agua cada ocho.

Sancocharlos tres veces.

Aparte realizar un almíbar con agua, el azúcar y el jugo de limón, Colocar los duraznos por una hora o hasta que se pasen bien en el almíbar.

Colocar en frascos esterilizados y cerrarlos herméticamente.

Volverlos a esterilizar para garantizar su vida útil.

1.2.13 DULCE DE ALBARICOQUE

Receta de: Sra. Elisa Arízaga de Galarza. (Cuenca)

Ingredientes:

50 albaricoques tiernos.

Azúcar, $\frac{3}{4}$ partes del peso de la fruta.

Agua para mojar ligeramente el azúcar.

Preparación:

Pinchar con un tenedor los albaricoques unas 6 veces cada uno y colocar en agua hasta cubrirlos, desaguar por 4 horas, cambiar de agua y repetir este paso 3 a 4 veces.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Aparte hacer un almíbar con el azúcar y agua y cocine hasta que tenga una consistencia ligeramente espesa.

Agregar los albaricoques desaguados y cocinar a fuego lento varias horas hasta que estén algo suaves y tomen un color verde claro y el almíbar este espeso y muy brillante.

1.2.14 ALBARICOQUES AL JUGO

Receta de: Doña Eulalia Vintimilla de Crespo. (Cuenca)

Libro: *“Viejos Secretos de la Cocina Cuencana”*

Ingredientes:

100 albaricoques verdes y gruesos

4 libras de azúcar

Agua

Frascos para hacer conserva

Preparación:

Punce la fruta cinco o seis veces cada una, usando un tenedor pequeño de dientes finos.

Mientras tanto, coloque al fuego una olla de boca ancha llena de agua y cuando ésta hierva, ponga los albaricoques de 10 o 12 cada vez, sancochándolos hasta que floten sobre el agua.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Sáquelos enseguida con una espumadera y póngalos en un tazón con agua fría. Repita esta operación hasta sancochar toda la fruta. Deságüelos luego durante dos días, cambiando el agua dos veces diarias. Al tercer día, ponga al fuego una paila de bronce con suficiente agua para cubrir la fruta y agregue el azúcar.

Hierva hasta que el almíbar este ligeramente gomoso y vierta toda la fruta simultáneamente, controlando hasta que comience a hervir. Ese momento retire la olla del fuego y déjelos reposar por una noche en el almíbar.

Al siguiente día, vuelva a poner la paila al fuego con la fruta y espere nuevamente a que rompa a hervir; retírela y deje reposar la fruta nuevamente en el almíbar. Al tercer día haga exactamente la misma operación.

Mientras tanto, lave con jabón los frascos de conserva y hiérvalos en agua con tapa para que se esterilicen. Llénelos con los albaricoques y vierta sobre ellos el almíbar cernido en un colador cubierto de algodón.

Póngalos destapados dentro de una olla de asiento plano con agua hirviente que cubra los frascos hasta la mitad y



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

manténgalos en el fuego durante 10 minutos. Tape y hierva durante otros 10 minutos, dejando enfriar los frascos en otra olla con agua fría para que no se sobre cocinen. Colóquelos en un lugar fresco, con poca luz, para consumirlos luego de dos meses.

Este dulce, si está bien envasado, se conserva fresco hasta por un año.

Época: (de diciembre hasta mayo).

1.2.15 CONSERVA DE ALBARICOQUE

Receta de: Srta. Mariana Ledesma.

Ingredientes:

100 albaricoques firmes.

1 ½ tazas de Azúcar.

Jugo de un limón.

Preparación:

Pinchar los albaricoques y dejar desaguar por dos días cambiando 3 a 4 veces de agua.

Sancochar en agua e ir retirando conforme van suavizando ya que no se cocinan todos al mismo tiempo, depende de la



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

madurez de la fruta, recuerden que para una conserva la fruta no deben suavizar demasiado.

Ir colocando estos muy juntos en frascos de vidrio esterilizados hasta llenar el recipiente.

Aparte hacer un almíbar con azúcar agua y limón (conservante). Regar sobre los albaricoques que están dentro de los frascos hasta llenarlos, tapar y hervir unos minutos los frascos en una olla a baño maría 10 minutos como máximo para esterilizar nuevamente y lograr que se cierren herméticamente.

Este producto dura 2 años en buen estado, puede durar más tiempo pero no es recomendable ya que pierden sus propiedades vitamínicas.

1.2.16 MERMELADA DE MEMBRILLO

Receta de: Sra. Rosario Valdez Calle. (Cuenca)

Ingredientes:

30 membrillos maduros.

1 kilo de azúcar

Agua



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Preparación:

Retirar la base y la parte de arriba del membrillo, pelarlos y cocinar en agua hasta que estén ligeramente suaves. Dividirlos en 4 partes y terminar de cocinarlos en muy poquita agua, aplastarlos en un cernidor grueso hasta obtener toda la pulpa.

Aparte hacer un almíbar con el azúcar y un poco de agua, colocar en este la pulpa de membrillo y cocinarlo a fuego lento moviendo constantemente y con mucho cuidado ya que salta mucho cuando empieza a hervir, seguir cocinando hasta que espese muy bien y se pueda ver el fondo de la olla.

Retirar del fuego y dejar enfriar.

1.2.17 MERMELADA DE MEMBRILLO

Receta de: Srta. Mariana Ledesma (Paute).

Ingredientes:

20 membrillos.

Azúcar la $\frac{1}{2}$ del peso de la fruta.

Jugo de 2 limones pequeños.

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Pelar los membrillos y sancocharlos hasta que estén suaves.

Cernir en un cedazo y cocinar a fuego lento con el azúcar y el jugo de limón por varias horas moviendo constantemente para evitar que se pegue, hasta que se vea el fondo de la olla.

El mismo proceso se puede utilizar para elaborar la mermelada de Guayaba.

1.2.18 DULCE DE ZAMBO

Receta de: Sra. Elisa Arízaga de Galarza. (Cuenca)

Ingredientes:

1 zambo mediano maduro.

2 panelas grandes.

4 naranjillas medianas.

4 naranjas de jugo.

Preparación:

Romper el zambo y retirar con la manos las semillas (estas se pueden reservar y secar al sol, para utilizarlas en otras preparaciones tradicionales como la salsa de pepa de zambo que se sirve con papas).



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Ir sacando poco a poco de la misma manera la pulpa del zambo hasta que quede únicamente la cascara.

Aparte hacer un almíbar ligero con las panelas, retirar la espuma que forma al hervir. Agregar la pulpa de zambo, cortar las naranjillas en la mitad y colocar dentro de la preparación anterior. Cocinar por varias horas moviendo constantemente hasta que espese muy bien, retirar un momento del fuego y cernir en un cernidor grueso para retirar las cascarras de naranjilla.

Volver al fuego y cocinar hasta que se pueda ver el fondo de la olla, colocar finalmente el jugo de las naranjas, retirar del fuego.

Dejar enfriar para servir.

1.2.19 DULCE DE ZAMBO

Receta de: Srta. Mariana Ledesma. (Paute)

Ingredientes:

1 zambo maduro.

1 panela negra grande.

El jugo de 6 naranjas agrias.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

El jugo de 4 limones.

El jugo de 6 naranjillas.

Preparación:

Retirar las semillas del zambo, y separar toda la pulpa, reservar.

Hacer un almíbar con la panela, espumar de vez en cuando.

Agregar la pulpa y el jugo de las naranjillas, cocinar hasta espesar. Cernir y regresar al fuego. Cocinar hasta que tome una consistencia muy densa. Agregar el jugo de limón y naranja para mejorar su sabor y alisar. Servir frío.

1.2.20 CONSERVA DE PERA

Receta de: Srta. Mariana Ledesma.

Ingredientes:

40 Peras muy firmes.

1 kilo de azúcar

Jugo de 6 limones

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Pelar las peras, partirlas en 4 y retirar el corazón. Colocarlas en agua con el jugo de 4 limones para evitar que se hagan negras.

Sancocharlas unos segundos hasta que estén ligeramente suaves. Colocar la fruta en frascos de vidrio esterilizados llenando lo que más se pueda.

Aparte hacer un almíbar con azúcar agua y el jugo de limón restante. Al igual que en la preparación anterior llenar los frascos con el almíbar, tapar y hervir unos minutos los frascos en una olla a baño maría 8 minutos como máximo para esterilizar nuevamente y lograr que se cierren herméticamente.

Este producto dura 2 años en buen estado, puede durar más tiempo pero no es recomendable ya que pierden sus propiedades vitamínicas.

1.2.21 DULCE DE PERA

Receta de: Srta. Rosario Valdez Calle. (Cuenca)

Ingredientes:

40 peras semi maduras.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Jugo de 4 naranjas agrias.

3 tazas de azúcar blanca.

Agua la necesaria.

6 clavos de olor.

1 rajita de canela.

4 pimientas de olor.

1 izhpingo.

4 hojas de naranja.

Preparación:

Pelar las peras y sumergirlas en el jugo de naranja.

Hacer un almíbar con el azúcar, agua, especias y hojas de naranja; cuando el almíbar tome una consistencia ligeramente más espesa, cernirlo y regresar al fuego.

Colocar las peras en el almíbar y cocinarlas hasta que se impregnen muy bien del almíbar.

Colocar las peras con el almíbar en frascos herméticos y estériles.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
NUEVAS RECETAS TRADICIONALES DE VANGUARDIA

Aunque parezca paradójico, incluimos nuevas recetas de vanguardia, basadas en la tradición culinaria. A los ingredientes o usos ancestrales hemos dado toques de actualidad, respondiendo a la moda de ofrecer algunos cambios para dar más atractivo y quizá, mas demanda, a nuestros alimentos preparados.

2.1 BISCOCHUELO CON GELATINA DE HIGO Y CREMOSO DE QUESO

2.1.1 BISCOCHUELO

Ingredientes:

8 Claras.

250 gramos de Azúcar.

8 Yemas.

1 cucharadita de esencia de vainilla.

250 gramos de harina.

1 cucharadita de polvo de hornear.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Preparación:

Batir las claras a punto de nieve.

Agregar el azúcar en 4 momentos mientras se baten las claras.

Agregar una a una las yemas sin dejar de batir.

Agregar la vainilla sin dejar de batir.

Mezclar en harina con el polvo de hornear y cernir poco a poco sobre la preparación anterior retirada del batidor eléctrico, y mezclar en forma envolvente para no perder el aire obtenido.

Hornear por 10 a 12 minutos a 200 grados centígrados.

2.1.2 GELATINA DE HIGO

Ingredientes:

25 unidades de higo tierno y grueso.

900 gramos de panela de raspadura oscura.

8 gramos de gelatina sin sabor.

Preparación:

Realice 4 cortes verticales en cada higo sin llegar a dividirlos.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Colóquelos en una olla profunda y sobre ellos agua hirviente hasta cubrirlos, deje hervir una vez para sancochar el higo, retire, y coloque en agua fría a desaguarse por 12 horas aproximadamente.

Prepare una miel con la panela triturada y $\frac{3}{4}$ de litro de agua, retire toda la espuma de la superficie, ciérnala y divida en 2 porciones.

Ecurrir los higos en un cedazo para que pierdan el agua, exprimir suavemente con la mano para que no se arruguen.

Coloque en una olla al fuego la primera parte de miel, al hervir agregue los higos y déjelos cocinar a fuego suave por 2 horas, conforme se vaya evaporando el liquido ir agregando poco a poco la segunda parte de miel.

Retire del fuego y deje macerar en la misma miel hasta el día siguiente, para lograr que estén por dentro de color café, la piel brillante y la miel espesa.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Dejar enfriar y cortar en medias lunas las $\frac{3}{4}$ partes del fruto, colocar en una placa sobre una placa siliconada con un aro para definir los bordes.

Aparte triturar la $\frac{1}{4}$ parte sobrante del fruto junto con la miel, cernir en un cedazo, agregar a este la gelatina derretida y verter sobre las media lunas de higo, dejar cuajar para cortar.

2.1.3 CREMOSO DE QUESO

Ingredientes:

100 gramos de queso crema.

30 gramos de azúcar en polvo.

120 gramos de crema batida.

4 gramos de gelatina sin sabor.

3 gramos de esencia de vainilla.

Preparación:

Batir el queso y agregar el azúcar.

Agregar la vainilla y la gelatina disuelta.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Al final la crema en forma envolvente.

Refrigerar hasta que la preparación tome consistencia (no demasiada).

Dar forma de quenelle con dos cucharas del mismo tamaño.

2.1.4 CHUROS DE CHOCOLATE

Ingredientes:

200 gramos de Chocolate semi amargo.

Preparación:

Templar y Formar.

2.2 HELADO DE ROSERO Y TUILLES DE ARROZ.

2.2.1 HELADO DE ROSERO

Ingredientes:

115 gramos de maíz blanco.

1 rama de canela.

3 clavos de olor.

3 granos de pimienta dulce.

1 izhpingo.

500 mililitros de agua.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

4 unidades de naranjilla.

2 unidades de naranja.

180 gramos de piña.

190 gramos de babaco.

200 gramos de harina de maíz blanco pelado.

430 gramos de azúcar.

Preparación:

Cierna en un cedazo la harina de maíz y cocine en suficiente cantidad de agua hasta obtener una colada de color lechoso.

Mientras tanto remoje el maíz durante la noche, esto se realiza dos días antes de preparar el rosero, al día siguiente póngalo a orear al sol durante media hora y pique el maíz en pedazos finos descartando la cáscara y la hembrilla.

Cocine luego en agua el maíz picado hasta que se ponga muy suave y abierto (reserve el agua), mantenga la colada y el maíz picado en el refrigerador y al siguiente día prepare el rosero de la siguiente manera:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Cierna en un cedazo la colada de harina y añade a esta las laminas de maíz cocinado, junto con el agua de la cocción.

Hierva las especerías en $\frac{1}{4}$ de litro de agua hasta extraerles todo su sabor.

Prepare un almíbar con el azúcar y agua.

Extraiga el jugo de las naranjillas, naranjas y siglalones.

Pele pique y licue las 2 terceras partes de la piña y cierna, mezcle el resto de jugos y agréguelos al rosero.

Haga el mismo procedimiento con el babaco y los chamburos, sin licuarlos, solamente usando un tenedor para extraer su pulpa, al rasparla, no cierna la pulpa de estas frutas.

Pique en pedazos pequeños la tercera parte de la piña y reserve.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”

Al final vierta poco a poco el almíbar e ir controlando el dulzor.

Mezcle la colada, el agua de especerías, los jugos de fruta cernidos, el maíz cocinado en pedazos junto con su agua.

Agregar esta preparación al la máquina de helados hasta que este en un 70% batido, agregar en ese punto la piña en trozos y las semillas de granada, terminar de batir y congelar.

2.2.2 TOUILLES DE ARROZ

Ingredientes:

125 gramos de arroz.

1000 mililitros de agua.

2 gramos de canela.

1 gramo de clavo de olor.

100 gramos de azúcar.

50 mililitros de leche.

2 gramos de canela en polvo.

Preparación:

Reducir el agua, arroz, canela y clavo.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Retirar la canela y clavo, agregar la leche, azúcar y canela en polvo, licuar.

Colocar sobre silpat al horno hasta que este crocante, dar forma.

2.3 SHOT DE YAGUANA Y CROCANTE DE CAMELO

2.3.1 SHOT DE YAGUANA

Ingredientes:

110 gramos de piña.

150 gramos de babaco maduro.

200 gramos de naranjilla.

150 gramos unidades de naranja.

30 gramos de limón.

3 gramos de pimienta dulce.

1 gramos de clavo de olor.

2 gramos de canela en rama.

5 gramos de izhpingo.

125 gramos de almidón de achira.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

30 gramos de ataco.

1000 mililitros de agua.

240 gramos de azúcar.

Preparación:

El día anterior pelar y picar la piña en brunoise y congelar con su jugo.

Extraer el jugo de las naranjillas y limones y guárdelos en un frasco hermético en congelación.

Cocinar al almidón disuelto en 250 mililitros de agua fría para obtener una colada liviana, tapar y reservar en un lugar fresco.

Prepare un almíbar en $\frac{1}{2}$ litro de agua con la libra de azúcar, dejar enfriar y guardaren una olla tapada.

Hierva las especias en medio litro de agua hasta que adquiera aroma. Cernir y verter en un frasco de cristal tapado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Cocinar aparte la rama de ataco en 250 mililitros de agua y dejar al fuego hasta que tome un color rosado intenso. Cernir el agua y guardar en frasco tapado.

En un recipiente amplio vierta la piña y los jugos congelados, añada el almíbar, el agua de las especerías y el agua de ataco, controlando el color, que debe quedar de un rosa suave.

Luego pele y pique el babaco en cubos y ponga en la yaguana junto con el jugo de esta fruta.

Agregue la colada de almidón de achira, solamente la cantidad necesaria para obtener un refresco bastante líquido.

Vierta más agua y azúcar si es necesario y mezcle.

Mantenga refrigerado pues se fermenta fácilmente, se puede congelar si se necesita conservar por algunos días.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”

Servirlo en vasos pequeños decorados con semillas de granada y el crocante de caramelo.

2.3.2 CROCANTE DE CAMELO

Ingredientes:

125 gramos de Azúcar blanca

50 gramos de Agua

2 gramos de jugo de Limón

Preparación:

Colocar en una olla al fuego el azúcar y el agua, cocer hasta que se disuelva el azúcar limpiando constantemente los bordes con una brocha con agua fría para evitar la cristalización, Agregar el limón y dejar tomar punto a 150 grados celcius.

2.4 SOPA DE CREMA INGLESA CON GELATINA DE MANZANA CHILENA

2.4.1 SOPA DE CREMA INGLESA

Ingredientes:

1000 mililitros de leche fresca.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

60 gramos de azúcar.

200 gramos de yemas.

20 gramos de almidón de maíz.

Preparación:

Hervir la leche con la mitad del azúcar.

Aparte mezclar las yemas con el resto del azúcar y el almidón.

Verter las dos terceras partes de leche hirviendo sobre las yemas para templar.

Volcar nuevamente la leche con las yemas al resto de la leche.

Regresar al fuego y cocinar lentamente sin dejar de mover hasta que tome consistencia.

Dejar enfriar, servir.

2.4.2 GELATINA DE MANZANA CHILENA

Ingredientes:

250 gramos de manzana chilena.

100 gramos de azúcar.

10 gramos de jugo de limón.

3 gramos de canela en rama.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Preparación:

Retirar los bordes de la manzana y si desea las semillas.

Aparte preparar un almíbar con el azúcar, un poco de agua, el limón y la canela.

Colocar en el las manzanas y cocinar durante varias horas hasta que estén muy cocinadas y el almíbar espeso.

Procesar y cernir en un cedazo.

Aparte hidratar la gelatina y colocarla disuelta a baño maría en la preparación de manzana, colocar en una fuente engrasada y dejar que cuaje, cortar con un molde cuadrado pequeño y servir sobre la sopa de crema inglesa.

2.5 PANNA COTTA CON BROCHETAS DE BABACO EN ALMIBAR

2.5.1 PANNA COTTA

Ingredientes:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

500 gramos de crema de leche.

100 gramos de azúcar.

5 gramos de gelatina.

Preparación:

Cocinar la crema junto con el azúcar hasta que tome consistencia, dejar enfriar

Aparte hidratar la gelatina, disolver a baño maría y agregar a la preparación anterior, colocar en moldes, dejar cuajar y desmoldar.

2.5.2 BROCHETAS DE BABACO EN ALMIBAR

Ingredientes:

200 gramos de babaco maduro.

100 gramos de azúcar.

1 gramo de clavo de olor.

1 gramo de pimienta dulce en grano.

1 gramo de canela en rama.

Preparación:



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Pelar el babaco y retirar la parte blanca del centro con una cuchara.

Picar en cubos de 2x2cm. Y colocar en una olla al fuego junto con el azúcar, canela, clavo y pimienta dulce.

Cocinar a fuego lento hasta que la fruta este transparente y ligeramente suave.

Colocar en brochetas pequeñas 2 pedazos y servir junto con la panna cotta.

2.6 MOUSSE DE TOMATE DE ÁRBOL Y CROCANTE DE CHOCOLATE BLANCO.

2.6.1 MOUSSE DE TOMATE DE ARBOL

Ingredientes:

70 gramos de clara de huevo.

250 gramos de tomate de árbol.

100 gramos de azúcar.

2 gramos de canela en polvo.

1 gramos de pimienta dulce.

8 gramos de gelatina sin sabor.

250 gramos de crema de leche.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Preparación:

Pele y pique el tomate en rodajas, coloque al fuego con azúcar, agua, jugo de limón y especies, hasta que esté completamente suave.

Retirar del fuego, procesar, cernir y volver al fuego hasta que tome una consistencia espesa.

Batir aparte las claras de huevo a punto de nieve y agregue poco a poco el almíbar en forma de hilo.

Aparte hidratar la gelatina y disolver a baño maría para agregar a la preparación anterior.

Batir $\frac{3}{4}$ la crema de leche y agregar en forma envolvente a la preparación anterior y colocar en moldes a refrigeración hasta que cuaje.

2.6.2 CROCANTE DE CHOCOLATE BLANCO

Ingredientes:

200 gramos de chocolate blanco.

Preparación:

Cortar en pedazos pequeños el chocolate.

Aparte colocar al fuego una olla con agua hasta que esta hierva, retirar del fuego y colocar el pozuelo con chocolate



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS CON FRUTAS”

sobre la misma hasta que se disuelva y alcance una temperatura de 35 grados Celsius.

Colocar sobre una plancha de mármol las $\frac{3}{4}$ partes del chocolate disuelto y tablear hasta que baje la temperatura a 24 – 25 grados Celsius.

Regresar el chocolate al pozuelo con la $\frac{1}{4}$ parte del mismo y calentarlo nuevamente hasta alcanzar 29 grados Celsius.

Estirar con una espátula de codo sobre un acetato y antes de enfriarse completamente hacer cortes y dar forma, dejar enfriar completamente, desmoldar y colocar como elemento decorativo sobre la mouse de tomate de árbol.

2.7 MILHOJAS DE GENOVESA, JALEA DE MORTINO, CREMA BATIDA Y SALSA DE FRAMBUESAS.

2.7.1 GENOVESA

Ingredientes:

200 gramos de huevos.

120 gramos de azúcar.

120 gramos de harina.

60 gramos de mantequilla derretida.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Preparación:

Calentar y batir los huevos en una batidora eléctrica, hasta obtener una masa con mucho volumen.

Agregar en forma envolvente poco a poco el harina cernida.

Agregar la mantequilla derretida, colocar en una lata con papel encerado previamente engrasado y hornear a 180 grados Celsius por 12 minutos aproximadamente.

Cortar en discos de 6 cm. de diámetro.

2.7.2 JALEA DE MORTIÑO

Ingredientes:

300 gramos de mortiño.

150 gramos de azúcar.

Preparación:

Colocar en una olla al fuego el mortiño y el azúcar y cocinar hasta que las frutas se pierdan y el liquido este espeso.

2.7.3 SALSA DE FRAMBUESAS

Ingredientes:

300 gramos de frambuesas frescas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

150 gramos de azúcar.

Preparación:

Colocar al fuego en una olla las frambuesas y el azúcar hasta que las bayas estén desmoronadas y la textura de la salsa untuosa.

Para armar el postre:

Colocar en un plato redondo blanco una capa de bizcochuelo genovesa, sobre el 25 gramos de jalea de mortiño, otra capa de genovesa, otra de jales de mortiño hasta obtener 4 capas de la misma, coronar con jalea y crema batida.

Decorar el plato con el culís de frambuesas y una hoja de menta fresca.

**2.8 ROLLO DE GUAYABA, ALMENDRAS
ACARAMALEDAS y MOUSSE DE TAXO CON QUESO.**

2.8.1 MERMELADA DE GUAYABA

Ingredientes:

1500 gramos de guayaba.

500 gramos de azúcar.

4 gramos de gelatina sin sabor.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Preparación:

Colocar la guayaba al fuego, junto con el azúcar y cocinar a fuego lento. Una vez que esté suave licuar y volver al fuego unas 3 horas hasta que este muy espeso, estirar en una placa y dejar enfriar, estirar con un rodillo entre dos papel film hasta obtener una lámina de 5mm.

2.8.2 MOUSSE DE QUESO Y TAXO

Ingredientes:

125 gramos de queso crema.

150 gramos de leche condensada.

500 gramos de taxo.

4 gramos de gelatina sin sabor.

Preparación:

Batir el queso hasta que este cremoso, agregar la leche condensada, el jugo de taxo y mezclar. Al final agregar la gelatina hidratada y disuelta y congelar en forma de un tubo.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

2.8.3 ALMENDRAS ACARAMELADAS

Ingredientes:

50 gramos de azúcar.

50 gramos de glucosa.

100 gramos de almendras tostadas.

Preparación:

Hacer un caramelo a 155 grados con el azúcar y la glucosa.

Colocar dentro las almendras tostadas y envolverlas muy bien, colocar sobre un silpat hasta que enfríe bien y trocear.

2.9 ESPUMA DE PUCHAPERRO EN CROCANTES DE PAN A LA CANELA.

2.9.1 ESPUMA DE PUCHAPERRO

Ingredientes:

600 gramos de capulíes maduros.

200 gramos de panela.

1 gramo de canela en rama.

120 gramos de duraznos rosados pequeños.

80 gramos de manzanas verdes.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

130 gramos de almidón de maíz diluido en agua fría.

Preparación:

Lave bien las frutas y coloque los capulíes a cocinar en agua suficiente para que se cocinen uniformemente.

Agregue la panela rallada, y la canela por unos minutos hasta que tome aroma y algo de sabor, retirar la canela y añadir el durazno cortado en medias lunas y las manzanas en cubos de 1x1cm.

Agregar la maicena disuelta y cernida, cocinar por unos minutos hasta que las frutas estén en la textura deseada.

Retirar del fuego, dejar enfriar, licuar, cernir muy bien en un cedazo, colocar en un sifón con 2 cargas de gas.

2.9.2 CROCANTE DE PAN A LA CANELA

Ingredientes:

580 gramos de pan de molde.

20 gramos de canela en polvo.

200 gramos de azúcar.

60 mililitros de agua.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Preparación:

Retirar los bordes del pan de molde, espolvorear canela y pasar por una maquina de pasta hasta que quede muy fino.

Hacer un almíbar ligero con el azúcar y agua.

Pintar con una brocha cada lámina de pan y colocar al horno sobre un silpat, dorar, retirar del horno y dar forma de tubo antes de que se enfríe, rellenar estos con la espuma.

2.10 JULIANA DE ALBARICOQUE, TEJAS DE CHOCOLATE Y CREMA BATIDA.

2.10.1 JULIANA DE ALBARICOQUE

Ingredientes:

75 gramos de albaricoque sin semilla.

35 gramos de azúcar.

1 gramo de canela en rama.

2 gramos de jugo de limón.

Preparación:

Pinchar los albaricoques y desaguar 6 horas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Cambiar de agua y sancochar los albaricoques hasta que estén suaves.

Hacer un almíbar con el azúcar, el limón y la canela y cocinar hasta que estén dulces por fuera y por dentro.

Cortar en juliana.

2.10.2 TEJA DE CHOCOLATE

Ingredientes:

150 gramos de chocolate semi-amargo.

50 gramos de chocolate blanco.

Preparación:

Picar muy fino el chocolate blanco y reservar en un pozuelo metálico, hacer lo mismo con el semi-amargo y reservar de la misma manera.

Aparte hervir agua y retirarla del fuego y colocar el pozuelo de chocolate blanco hasta que se disuelva y alcance 35 grados Celsius.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Colocar sobre una plancha de mármol las $\frac{3}{4}$ partes del chocolate disuelto y tablear hasta que baje la temperatura a 24 - 25 grados Celsius.

Regresar el chocolate al pozuelo con la $\frac{1}{4}$ parte del mismo y calentarlo nuevamente hasta alcanzar 29 grados Celsius.

Colocar en un cartucho y dar forma de anillos sobre un acetato, enfriar,

Colocar el pozuelo con el chocolate semi-amargo sobre la olla con agua hirviendo hasta disolver el chocolate y alcanzar 40 - 45 grados Celsius.

Colocar las $\frac{3}{4}$ partes de chocolate en una placa de mármol y tablear hasta que baje la temperatura hasta 28 grados Celsius, luego colocar el chocolate en el pozuelo con $\frac{1}{4}$ parte que quedó y calentar nuevamente hasta obtener una temperatura de 32 grados Celsius.

Colocar una capa fina de chocolate negro con una espátula de codo sobre las filigranas de chocolate blanco ya frías.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

2.10.3 CREMA BATIDA

Ingredientes:

200 gramos de crema de leche.

25 gramos de azúcar impalpable.

3 gramos de crémor tártaro.

Preparación:

Batir la crema de leche hasta que esté bien espesa, y agregar en forma de lluvia el azúcar mezclada con el crémor tártaro y terminar de batir hasta que este firme.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

CONCLUSIONES

1. Mediante el presente trabajo monográfico hemos logrado conocer los procesos para elaborar dulces y bebidas hechas con frutas.
2. Recopilamos datos que de cierta manera se han mantenido a través del tiempo gracias a su difusión; y hemos aprendido que las recetas elaboradas por nuestros antepasados son producto del mestizaje entre España y América.
3. Luego de esta investigación hemos logrado además, hacer una comparación entre recetas; ellas nos muestran que su diferencia no es más que pequeños secretos que cada familia guarda para sus futuras generaciones.
4. En base a lo antes expuesto creamos también nuevas preparaciones y presentaciones modernas utilizando antiguas recetas.



**UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”**

5. Reunimos en un solo texto recetas antiguas y nuevas creaciones a fin de que se mantengan a futuro y sean de utilidad para quienes amamos las tradiciones.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

GLOSARIO GENERAL

NOMBRES CIENTÍFICOS

A

Achiote: *bixa Orellana*.^v

Achira: *canna edulis*.^v

Ají: *capsicum annum*.^v

Ajo: *allum sativum*.^v

Albaricoque: *armeniaca vilgaris*.^v

Almendra, almendra: *amigdalus communis*.^v

Ataco: *amaranthus caudatus*.^v

B

Babaco: *carica babaco*.^v

C

Cacao: *teobroma cacao*.^v

Cafeto, café: *coffea arabica*.^v

Calabaza: *lagenaria vulgaris*.^v

Camote: *Ipomoea batata*.^v

Capulí: *prunus salicifolia, cerasus salicifolia*.^v

Cebada: *hordeum vulgare*.^v

Cebolla: *allum cepa*.^v



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Cedrón: *Lippia citriodora*.^v

Chamburo: *Carica chamburo*.^v

Chirimoya: *anona cherimollia*.^v

Chocho: *lupinus albus*.^v

Coco: *cocos nucifera, micrococos chilensis*.^v

Congona: *piper tumidum; piper piluliferum*.^v

D

Durazno: *pérsica vulgaris*.^v

F

Frutilla: *frugosa reniformis*.^v

G

Granada: *púnica granatum*.^v

Guayaba: *psidium pyriferum*.^v

H

Higo: *ficus carica*.^v

Hinojo: *foeniculum vulgare*.^v

I

Izhpingo: *acotea quixos*.ⁱⁱⁱⁱ

L

Limón real: *citrus limonum*.^v



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Limón sutil: citrus notissinus. ^v

M

Maíz: zea maíz. ^v

Maní: arachis hipogea. ^v

Manzana: malus communis. ^v

Manzana chilena: mespilus germánica. ^v

Membrillo: cydonia vulgaris pers. ^v

Mortiño: s. nigrum, vaccinium mortinia. ^v

N

Naranja agria: citrus vulgaris. ^v

Naranja dulce: citrus auratium. ^v

Naranjilla: s. quítense lam. ^v

O

Oca: oxalis tuberosa. ^v

P

Palma: cerroxilon andicola. ^v

Papa: solanum tuberosum. ^v

Papaya: carica papaya. ^v

Pera: pyrus communis. ^v

Piña: ananassa sativa. ^v



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Plátano: musa paradisiaca y m. sapietum. ^v

S

Siglalón: Carica siglalón. ^v

T

Tomate de árbol: cyphomandra betacea. ^v

Toronja: citrus decumana. ^v

Trigo: triticum vulgare. ^v

V

Vainilla: vanilla aromatica. ^v

Y

Yuca: manihot palmata. ^v

Z

Zambo, zapallo: cucúrbita pepo. ^v



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

DEFINICIONES

A

Ancestral: Pertenece o relativo a los antepasados. ⁱⁱ

Ataco: o sangorache, es una variedad de amaranto de color rojo que se utiliza para preparar aguas frescas medicinales. Se emplea también en ciertas bebidas para colorearlas de rosado. ⁱⁱⁱ

B

Barro: Masa que resulta de la mezcla de tierra y agua. ⁱⁱ

C

Cangador: Palo de 90 cm. de largo y 12 cm. de diámetro en el que se ensarta el cuy para asarlo sobre la brasa. ⁱⁱⁱⁱ

Choclotanda: Torta de maíz tierno cocida al vapor envuelta en hojas del mismo producto. Más conocida como chumal o humita.

Colonización: Acción y efecto de colonizar. ormar o establecer colonia en un país. ⁱⁱ

Congona de Castilla: Hoja aromática de la familia de las peperomias. ^v



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

E

Embriagante: embriagador, que embriaga. ⁱⁱ

F

Fastuoso: Lujoso, magnifico, digno de verse. ⁱⁱ

Floreador: Cernidor de harina construido con tela de lienzo de algodón, y chapa delgada de madera. ⁱⁱⁱⁱ

Fusión: Acción y efecto de fundir o fundirse. ⁱⁱ

H

Hembrilla o zhungo: Corazón del maíz. ⁱⁱⁱⁱ

I

Izhpingo: Especie americana conocida como la flor de la canela. ⁱⁱⁱⁱ

J

Jora: Maíz germinado. ⁱⁱⁱⁱ

M

Macerar: Mantener sumergida una sustancia solida en un liquido a temperatura ambiente a fin de extraer de ella partes solubles. ⁱⁱ

Machacar: Golpear algo para deformarlo, aplastarlo o reducirlo a fragmentos pequeños sin llegar a tritararlo. ⁱⁱ



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Mestizaje: Mezcla de culturas distintas que dan origen a una nueva. ⁱⁱ

P

Pepa de zambo: Semilla de una calabaza cuya variedad se denomina (cucúrbita pepo). ⁱⁱⁱⁱ

S

Simientes: Semillas. ⁱⁱ

T

Tiesto: tortillera de barro sobre la cual se asan las tortillas. ⁱⁱⁱⁱ

Tradición: Transmisión de noticias, composiciones literarias, doctrinas, ritos, costumbres, etc., hecha de generación en generación. ⁱⁱ

Tulpa: Tres piedras de regular tamaño con las que se construye el fogón campesino. ⁱⁱⁱⁱ



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA
“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”
BIBLIOGRAFIA

Vintimilla de Crespo, Eulalia, *“Viejos Secretos de la Cocina Cuencana”*, Derechos editoriales, Cuenca, 1993.

Vázquez de Fernández de Córdova, Nydia, *Cuadernos de Cultura Popular # 11, “Dulces de Corpus”*, CIDAP, 1997, Cuenca.

Martínez Borrero, Juan y Harold, Einzmann, *La Cultura Popular del Ecuador: Azuay*, CIDAP, Cuenca, 1992.

De Mena, Martha, *“Las Delicias de Antaño”*, IESS (UIO), 1987.

Salazar, Ernesto, *“El Septenario de Cuenca”*, revista *terra incógnita*, Cuenca, julio, 2002.

Larousse Gastronomique en español, asesoría del comité gastronómico presidido por Joel Robuchon, Prólogo de Santi Santa María, Barcelona, 2005.

Asociación de Academias de la Lengua Española, *Diccionario de la Lengua Española*, Vigésima segunda edición, Espasa, Real Academia Española, 2001.



UNIVERSIDAD DE CUENCA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD
CARRERA DE GASTRONOMÍA

“DULCES Y BEBIDAS TRADICIONALES DE CUENCA, GUALACEO Y PAUTE ELABORADOS
CON FRUTAS”

Cuvi, Pablo. “Gastronomía”, Enciclopedia del Ecuador a su Alcance, Espasa siglo XXI.

Pazos Barrera, Julio, “Desde los andes al mundo Sabor y Saber”, “Cocinas Regionales y Signos de la Cocina Interregional del Ecuador”, “Cocinas y Regiones Naturales.”

Universidad Alfredo Pérez Guerrero, “Delicia del Jardín Azuayo”, Imprenta Monsalve Moreno, Cuenca, 2008.

Ilustre Municipio de Gualaceo, “Gualaceo, Jardín del Azuay”, “Historia y Gastronomía”.

Borrero Vega, Ana Luz, “El Paisaje Rural en el Azuay”, “El Medio Natural”, “Suelos en el Azuay”, Banco Central, Cuenca.

ⁱ Larousse Gastronomique en español, asesoría del comité gastronómico presidido por Joel Robuchon, Prologo de Santi Santa María, Barcelona, 2005.

ⁱⁱ Asociación de Academias de la Lengua Española, Diccionario de la Lengua Española, Vigésima segunda edición, Espasa, Real Academia Española, 2001.

ⁱⁱⁱ Sin Autor, Glosario en “Esencia Cuencana”, Editorial Ecuador, Quito, 1999.

^{iv} Vintimilla de Crespo, Eulalia, Glosario en “Viejos Secretos de la Cocina Cuencana”, Derechos Editoriales, Cuenca, 1993.

^v Cordero, Luis, enumeración botánica, segunda edición, CIDAP, Afrodísio Aguado, s.a., Madrid.