



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## RESUMEN

El presente estudio hace una prospección de la producción y uso de la sarandaja en la comida tradicional lojana partiendo de un estudio del producto, lugares de consumo siembra, volúmenes de producción en la provincia y formas de preparación para el consumo humano.

Se plantea la idea de mejorar su consumo en los cantones sarandajeros de la provincia de Loja presentando a la comunidad veinte nuevas recetas con esta leguminosa tanto como oferta en restaurantes así como la dieta del consumo familiar de manera económicamente asequible, de deliciosos sabores y con un manejo sencillo de técnicas culinarias.

### **Palabras claves:**

Sarandaja, receta, ingredientes, ficha técnica, mise en place, divulgación a la comunidad



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **ABSTRACT**

The following study presents a prospective of the production and use of sarandaja in the traditional cuisine of Loja. The sarandaja study analyzes the location of consumption, planting, volume of production in the province, and the ways of preparation for human consumption.

The purpose is to increase the consumption of sarandaja in the cantons that produce it around the province of Loja. Twenty new recipes are presented to the community using this legume. The recipes can be offered at restaurants and be used in the daily diet of families in an affordable and delicious way by using simple culinary techniques.

### **Keywords:**

Sanandaj, recipe, ingredients, technical, mise en place, community outreach



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### INDICE

Dedicatoria	04
Agradecimiento	05
Resumen	06
Abstract	07
Introducción	08
<b>Capítulo I</b>	
La sarandaja	14
Origen	14
Características	15
Zonas de cultivo	15
Aprovechamiento	16
Composición en vitaminas y minerales	16
<b>Capítulo II</b>	
La sarandaja en la provincia de Loja	17
Zonas de cultivo en la provincia de Loja	18
Cultivo en la provincia de Loja	19
Recursos Naturales	21
Volumen de producción	23
Asociación de cultivos	23
Formas de Consumo	24
Recopilación de recetas con sarandaja	25
Comercialización de la sarandaja	31
Proyección de la demanda	32
Canales de comercialización	33



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### Capítulo III

Propuesta para una mejor utilización de la Sarandaja en la provincia de Loja  
Elaboración de veinte nuevas recetas con este producto.

<b>Ficha N° 1 – Entrada N° 01</b>	
Gratinado de choclo y sarandaja _____	35
<b>Ficha N° 2 – Entrada N° 02</b>	
Niños envueltos _____	37
<b>Ficha N° 3 – Entrada N° 03</b>	
Ceviche de sarandaja _____	39
<b>Ficha N° 4 – Entrada N° 04</b>	
Bolitas de vegetales al estilo falafel _____	41
<b>Ficha N° 5 – Entrada N° 05</b>	
Potaje de acelga y sarandaja _____	43
<b>Ficha N° 6 – Entrada N° 06</b>	
Locro de sarandaja _____	45
<b>Ficha N° 7 – Entrada N° 07</b>	
Crema de zapallo y sarandaja _____	47
<b>Ficha N° 8 - Entrada N° 08</b>	
Ensalada de vegetales y granos frescos de sarandaja _____	49
<b>Ficha N° 9 – Plato fuerte N° 01</b>	
Menestra gourmet de sarandaja _____	51
<b>Ficha N° 10 – Plato fuerte N° 02</b>	
Arroz rissoto con sarandaja fresca _____	53
<b>Ficha N° 11 – Plato fuerte N° 03</b>	
Pasta de sarandaja al estilo ravioli _____	55
<b>Ficha N° 12 – Postre N° 01</b>	
Muffins _____	57
<b>Ficha N° 13 – Postre N° 02</b>	
Crepes _____	59



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

<b>Ficha N° 14 – Postre N° 03</b>	
Bizcocho de sarandaja con chocolate y café _____	61
<b>Ficha N° 15 – Postre N° 04</b>	
Buñuelos _____	63
<b>Ficha N° 16 – Postre N° 05</b>	
Empanadas _____	65
<b>Ficha N° 17 – Postre N° 06</b>	
Galletas de zarandaja y miel _____	67
<b>Ficha N° 18 – Dulce N° 01</b>	
Dulce de sarandaja y zambo _____	69
<b>Ficha N° 19 – Bebida N° 02</b>	
Bebida de frutas y sarandaja _____	71
<b>Ficha N° 20 – Pan N° 01</b>	
Pan de sarandaja _____	73
Divulgación a la comunidad _____	75
Conclusiones _____	80
Recomendaciones _____	81
Bibliografía _____	82
Anexos _____	84



UNIVERSIDAD DE CUENCA

UNIVERSIDAD DE CUENCA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA HOSPITALIDAD  
CARRERA DE GASTRONOMÍA

**UTILIZACIÓN DE LA SARANDAJA (Dolichos lablab) EN LA  
GASTRONOMÍA LOJANA. PROPUESTA DE VEINTE NUEVAS RECETAS  
CON ESTE PRODUCTO**



Monografía previa a la obtención del título de: “Licenciado en Gastronomía y  
Servicios de Alimentos y Bebidas”

PROFESOR: JAQUES TEILLARD

ALUMNA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN

Cuenca, Abril de 2011

AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

De la manera como las naciones se alimentan,  
depende su destino

J.A Brillat - Savarin



UNIVERSIDAD DE CUENCA

**Esta propuesta fue posible realizarla gracias al apoyo de:**

---



FACULTAD DE CIENCIAS  
DE LA HOSPITALIDAD





UNIVERSIDAD DE CUENCA

## DEDICATORIA

A mis padres y hermanas por apoyarme incondicionalmente.

A mis amigos y amigas por acompañarme siempre.

A mis abuelos Euclides, Miguel y Genoveva.

**Patricia Ordóñez**



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **AGRADECIMIENTO**

Un agradecimiento especial a mi maestro Jaques Teillard por sus ideas, apoyo y motivación para la realización de esta propuesta. A Rigo Chauvin por su ayuda incondicional. A Edmigio Valdivieso del Centro Andino de Tecnología Rural de la Universidad Nacional de Loja por su importante aporte en la investigación de campo.

A todas las personas, que de una u otra forma colaboraron para la elaboración del presente trabajo de investigación, de manera muy especial a la Facultad de Ciencias de la Hospitalidad de la Universidad de Cuenca por su apoyo al facilitarme las instalaciones para las diferentes prácticas de cocina.

**Patricia Ordóñez**



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## INTRODUCCIÓN

Desde el punto de vista gastronómico la siguiente monografía intenta por un lado un mejor uso de la sarandaja como leguminosa de grano para consumo humano y por otro lado ofrecer a la comunidad nuevas alternativas para su consumo.

Por lo general se entiende por gastronomía el mundo y el arte de la cocina, y por una extraña razón se la asocia con riqueza adquisitiva pero una vez más por medio de la siguiente monografía se demuestra lo contrario.

En el sentido económico, se analiza uso de un recurso alimenticio importante de un fácil nivel de acceso se proporciona alimentos en el seno de una población llena de alimento..

El siguiente estudio pretende demostrar la importancia del consumo de sus productos y el rescate de su gastronomía proporcionando nuevas ideas y enseñando técnicas de cocina que permitan mejorar su consumo.

La tesis consta de tres capítulos que se desarrollan de la siguiente manera:  
El primer capítulo se describe a la sarandaja como leguminosa de grano se indica su origen, su valor nutritivo, las zonas de cultivo, su importancia nutricional en su composición de vitaminas y minerales.

En el capítulo dos se vincula a la sarandaja con la provincia de Loja, su cultivo y las formas de preparación en la actualidad. Partiendo de un volumen de producción se menciona la importancia de la sarandaja en la provincia de Loja. Se recopilan recetas importantes que dan un claro diagnóstico del estado actual de la utilización culinaria en la provincia de Loja.

En el tercer capítulo se propone veinte nuevas ideas de utilización de la sarandaja, con diferentes técnicas se proponen recetas interesantes logrando también incorporar ingredientes sencillos, de fácil y económica adquisición. En este capítulo también se resume un importante labor en la elaboración del proyecto, la divulgación a la comunidad en dónde se explica la iniciativa, las metodologías y el desarrollo del taller dictado hacia la comunidad como demostración de los resultados obtenidos después del trabajo desarrollado.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

El Proyecto de desarrollo de veinte nuevas recetas con la sarandaja como producto lojano tiene por delante grandes retos, lograr una divulgación de la propuesta, mejorar su consumo e incorporar a planes de alimentación a nivel de país como puede ser en la alimentación escolar.

Por un lado, se intentará mejorar notablemente la calidad de la alimentación de la población, por el otro, esmero por fomentar su rescate en su consumo.

Este estudio se llevó a cabo como trabajo preliminar para la Monografía de Grado de Gastronomía de la Facultad de Ciencias de la Hospitalidad de la Universidad de Cuenca en el periodo noviembre 2009 a Octubre 2010. La misma que presenta una descripción de la realidad actual del consumo de sarandaja en la provincia de Loja.

En su totalidad la presente monografía ofrece a la sociedad nuevas ideas de uso de la sarandaja. Queda por esperar que estas recetas puedan ser publicadas y se pueda mostrar a la ciudadanía esta investigación y motive a nuevas y profundas investigaciones gastronómicas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## Capítulo # 1

### La Sarandaja (Dolichos lablab)



### La Sarandaja

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), la Sarandaja es una leguminosa originaria de la India. Sin embargo otros autores sostienen que la sarandaja tiene su origen en Egipto. La Sarandaja, llamada también poroto, judía o frijol de Egipto. Es una leguminosa de gran valor alimentario y nutritivo, trepadora y robusta. Se adapta fácilmente a climas tropicales y se cultiva principalmente por sus semillas comestibles, pero en muchos países es también importante para la producción de heno y ensilaje. Puede cultivarse sola o asociada con maíz o sorgo.

#### **Características:**

##### **Fruto.**

“Es una legumbre, ligeramente encorvada, su vaina es plana o cilíndrica de ocho a diez centímetros de longitud, en cada una de ellas se encuentra de dos a cinco semillas. Las semillas tienen aproximadamente



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

dos centímetros de largo, de forma elíptica, prensadas, con suturas en forma de morrión. En peso, 100 semillas alcanzan 500 gramos.

Las semillas pueden ser: Blancas, negras y anaranjadas, pero la sutura es siempre blanca” (Ustimienko. p 37)

### **Cultivo.**

“La Sarandaja tiene preferencia por los suelos arcillosos, arcillo – arenosos y los arenosos aluviales, crece mal en los suelos ácidos, solo tolera una ligera acidez de pH 5.6 - 6.1 a 6.3”. La sarandaja crece en climas tropicales.

Se adapta bien a climas tropicales y subtropicales no tolerando los fríos. En exigencia y cultivo los Dolichos o judías de Egipto, son muy semejantes a los frijoles comunes. Es sensibles en general al fotoperíodo, siendo algunas variedades de días cortos y otras de días largos” (Celi, pp 18-16)

### **Aprovechamiento**

Esta especie se utiliza en la alimentación humana (vainas tiernas y semillas maduras) y como forraje verde para ganado. También se emplea sobretodo en América central como abono verde, ensilado y heno.

Según datos de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), la sarandaja tiene la siguiente composición:

### **Forraje Verde**

Humedad	81,6%
Proteínas totales	5,8%
Proteínas digestibles	4.8%
Grasa	0.9%
Extractos no nitrificados	6.9%



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Celulosa	2.5%
Ceniza	2.3%
<b>Vainas Verdes</b>	
Humedad	71,3%
Proteínas totales	4,3%
Proteínas digestibles	3,3%
Grasa	10,0%
Extractos no nitrificados	10,6%
Cenizas	1.3%
<b>Semillas maduras</b>	
Humedad	48,1%
Proteínas totales	13,6%
Proteínas digestibles	9,0%
Grasa	0,9%
Extractos no nitrificados	32,6%
Celulosa	2,3%
Cenizas	1.3%

Según Mateo Box en su libro Leguminosas de grano, se da a conocer los usos de la leguminosa Dolichos Lablab:

El forraje en verde es un buen alimento para el ganado, especialmente el caballo y el vacuno.

Las vainas tiernas y sus semillas pueden servir como alimento humano, siendo agradables al paladar.

Los granos secos son duros, difíciles de coser, poco agradables, además contiene un glucósido tóxico que puede ser eliminado por maceración en agua.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

### Composición en vitaminas y minerales de la sarandaja

Componente	Mg/ 100gr de grano
<b>Vitaminas:</b>	
Vitamina A	250
Tiamina	0,63
Riboflavina	0,16
Ác. Nicotínico	1,60
Ac. Ascórbico	1,60
<b>Minerales:</b>	
Calcio	92,00
Hierro	4,60

**Ilustración 1** Fuente: tomado del libro “Alimentación de Broilers con dieta que contiene sarandaja” de Juan Ojeda Sánchez.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## Capítulo # 2

### La Sarandaja en la provincia de Loja.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

## La Sarandaja en la provincia de Loja.

### Zonas de cultivo en la provincia de

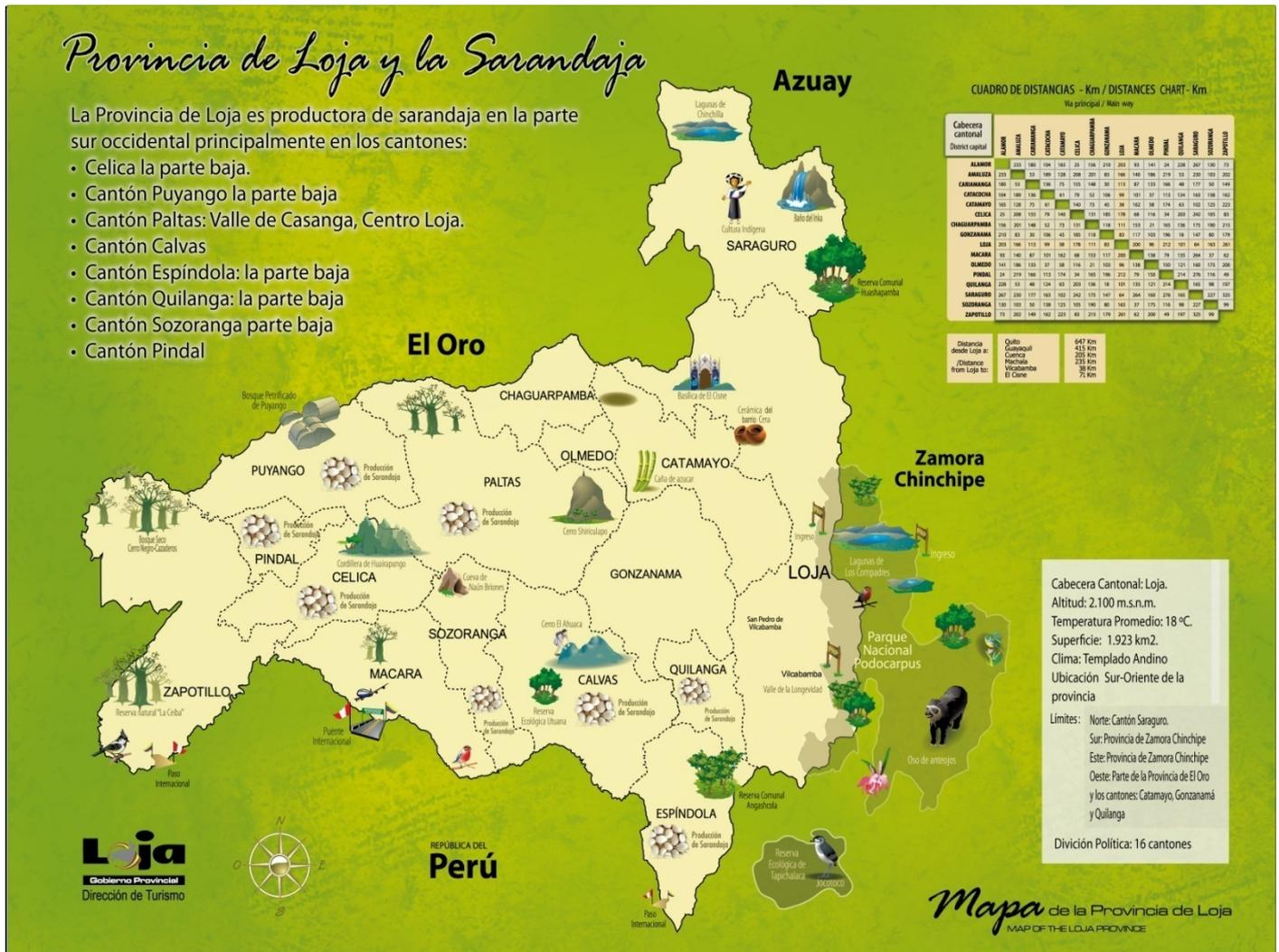


Ilustración 2 Fuente: Elaboración mapa Patricia Ordóñez.

La provincia de Loja es productora de sarandaja en la parte sur occidental, en los cantones:

- ✓ Celica
- ✓ Puyango
- ✓ Paltas

AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

- ✓ Calvas
- ✓ Espíndola
- ✓ Quilanga
- ✓ Sozoranga
- ✓ Pindal

### **Cultivo en la provincia de Loja**

El Centro de Investigación de la Universidad Nacional de Loja (CATER), ha realizado un amplio estudio sobre la situación en la que se encuentra el cultivo de la sarandaja en la provincia de Loja.

Como se aprecia en el mapa (*ilustración 2*) la sarandaja en la provincia de Loja se encuentra distribuida en las poblaciones de Espíndola, Lucero, El Ingenio, Sozoranga, Sabiango, La Victoria, Macará, Zapotillo, Paletillas, Mangahurco, Pindal, Alamor, Paltas, Gonzanamá, Catamayo, El Tambo, Malacatos y Vilcabamba; sembrado en asocio con maíz. Merecen citar como importantes en la producción para consumo familiar los sectores de la zona baja del cantón Quilanga.

El campesino en la Provincia de Loja que trabaja en los terrenos de ladera, realiza ciertas labores conducentes a la conservación del suelo como: preparación del suelo con yunta y arado de reja, siembra y riego en curvas de nivel, deshierba con machete en lugar de lampa para evitar la remoción del suelo y evitar la erosión. Por otro lado, el agricultor que dispone de terrenos más o menos planos, recurre al tractor y arado de discos para preparar el suelo y la lampa para efectuar labores de deshierba.

En el medio rural lojano las herramientas fundamentales del campesino son: el machete, la lampa y la barreta.

A partir del mes de mayo, cuando se avecina la cosecha de invierno, la familia campesina se prepara para recibirla: repara los trojes y soberados, y efectúa los primeros contactos para posibles transacciones comerciales. El viento fuerte de julio y agosto, es utilizado para limpiar (aventar) poroto o



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

sarandaja y café. Si por acaso se presenta una situación de calma atmosférica, entonces los limpiadores de café, poroto o sarandaja, llaman al viento, a grandes voces, con el apelativo de “chirapozo” y el viento generalmente acude al llamado.

Es costumbre generalizada en la Provincia de Loja sembrar maíz asociado con fréjol o sarandaja, utilizando variedades guiadores de la leguminosa, que se sujetan al tallo de la gramínea para crecer y desarrollarse (Maldonado, p34)

Mes de diciembre:

Mes de preparación del suelo para la siembra. En los sectores calidos se hace la rastrojeada, labor consistente en cortar la maleza y los rebrotes con lampa y el machete, en los sectores más tibios y altos, se ejecutan el *tallado*, una labor de remoción del suelo con barreta o zapapico (Guamán, 1991). Esta labor muchas veces se adelanta a septiembre, octubre o noviembre, se realiza mediante una singular minga de vecinos, convocada a partir de las cuatro de la tarde.

Mes de enero:

Con el inicio de las primeras lluvias, el campo está listo para la siembra. La familia entera trabaja a duras jornadas. Primero se siembran los sectores altos y laderosos y luego los bajíos, preferentemente maíz asociado con fréjol o a la sarandaja. Se trabaja en fila india: el padre o la madre adelante, van hoyando con la tola o el espeque y luego de ellos los hijos, cargando la *alforja* con diferentes semillas, depositan tres granos por golpe y los cubren de tierra con el pie (Guamán, 1991).

La mayor parte de campesinos lojanos realizan las siembras en seco y otras faenas agrícolas regidos por las fases lunares. Así, el maíz y la sarandaja son sembrados después del quinto de luna.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Mes de Julio.

Recolección de la mayor parte de las mieces ( maíz, sarandaja y maní)

### **Recursos Naturales**

En la provincia de Loja, durante los primeros meses del año, la mayor parte del considerable volumen de agua lluvia, de enero al mes de abril en la provincia de Loja cae el 66% de la precipitación anual.( Maldonado, pp 35-36)

### **Sistema Agrícola de Loja**

La organización social en el agro lojano es muy limitada, tanto desde el punto de vista cuantitativo como de su eficacia social, política y económica. De la muestra considerada, únicamente el 26% afirmó pertenecer a algún tipo de organización como: cooperativas, asociaciones, comunas, comités de aguas.

Las **Juntas de aguas**, son igualmente formas de organización de los campesinos y agricultores empresariales hechas en zonas beneficiadas con proyectos de riego estatal o privado, con el objeto de racionalizar la utilización del agua, mantener la infraestructura construida y evitar conflictos sociales entre los posibles usuarios del agua.

### **Piso premontano**

Estrecha faja localizada entre las tierras altas, frías y húmedas, y las tierras bajas, calientes y secas, entre los 1000 metros al oeste de Alamor y 2200 en Catacocha. El piso premontano cubre gran parte del territorio de la Provincia de Loja, aproximadamente un 36%.

En este piso, la agricultura se desarrolla bajo dos sistemas: de temporal y bajo riego.

El sistema de Temporal



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Se caracteriza por la sucesión del cultivo durante varios años hasta la disminución notable de los rendimientos. Luego viene un periodo de descanso y después se reinicia el ciclo. La agricultura se realiza en la siguiente forma: maíz, pasto chileno, asociación maíz + fréjol, maíz + sarandaja, asociación maíz + fréjol + sarandaja.

El sistema bajo riego

Desarrollado en las terrazas bajas de los ríos denominadas localmente vegas, tiene como cultivos principales la yuca, la caña de azúcar, y secundarios los frutales, maní, maíz, fréjol y sarandaja.

### **Volumen de producción**

Un reflejo del nivel de desarrollo de las fuerzas productivas en el agro lojano lo constituyen sin duda los bajos rendimientos por unidad de superficie. Los rendimientos por hectárea en casi todos los cultivos incluyendo la sarandaja están por debajo de los establecidos a nivel nacional, a excepción del arroz y del maní, lo cual incide en los volúmenes totales de producción que podrían abastecer mejor no solamente la demanda interna sino también los requerimientos extrarregionales e internacionales, si se aprovecharan adecuadamente las condiciones ecológicas y potencialidades técnicas del campesinado lojano.

El maíz, la yuca, la sarandaja, la arveja e inclusive el fréjol y la papa son productos que se consumen y se venden casi de manera equilibrada, y conforman la canasta campesina. Los volúmenes de producción comercializados son aquellos que se señalan en el siguiente cuadro.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### VOLUMEN DE PRODUCCION AGRICOLA COMERCIALIZADO

(toneladas métricas)

CULTIVOS	PRODUCCION TOTAL	PRODUCCION COMERCIALIZADA
Maíz	44.533	21.281
Frejol	3.472	1.129
Mani	4.950	3.713
Café	5.289	4.866
Caña	94.143	59.310
Yuca	4.210	2.105
Arroz	7.289	6.414
<b>Sarandaja</b>	<b>143</b>	<b>46</b>
Tomate	6.961	6.891
Papa	39.783	21.880
Ajo	218	183

**Fuente:** Encuesta a nivel de productor y sondeo en el mercado de Loja.

#### **Asociación de cultivos**

Las asociación de cultivos más común a nivel provincial es maíz + fréjol. Pero por pisos altitudinales difiere un poco, asó en el piso caliente (100 a 1.200 m): maíz + fréjol (sarandaja) + zapallo; piso temperado (1.200 a 2.000 m): maíz + fréjol (fidigüelo, o sarandaja) + zapallo, maní + maíz (sembrado en hileras distanciadas), café + guineo + frutales (guabo, cítricos, mango); piso frío (más de 2.000 m): maíz + fréjol + haba + sambo.

#### **Formas de consumo**

##### **Preparaciones actuales**

En la provincia de Loja es muy común el consumo de la Sarandaja, se lo realiza en seco y en fresco, se la emplea principalmente para elaboración de menestras con la variedad sarandajón preparada con arroz, también es



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

importante su uso en sopas con repe, papás, y yuca. La frecuencia de consumo es de tres veces por semana. (Guamán 1998)

“Los sistemas de almacenamiento de los productores lo hacen en trojes, costales y silos.”

### RECOPIACIÓN DE RECETAS CON SARANDAJA

<b>Universidad de Cuenca</b> <b>Facultad de Ciencias de la Hospitalidad</b> <b>Carrera de Gastronomía</b>						
<b>Recopilación:</b> Manual programa y soberanía alimentaria en el sector rural Collana – Catacocha <b>Fecha:</b> Noviembre de 2009 Vicente Apolo/ Edmigio Valdivieso						
<b>FICHA TÉCNICA:</b> Dulce de Sarandaja						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	PrecioU.	PrecioT.
1,00	Sarandaja	Kilogramo	1,00	100%	\$ 1,40	\$ 1,40
1,50	Panela	Kilogramo	1,50	100%	\$ 1,00	\$ 1,50
10	canela molida	Gramos	0,10	100%	\$ 0,01	\$ 0,10
10	Clavo de olor	Gramos	0,10	100%	\$ 0,02	\$ 0,20
1,70	Leche	Litro	1,70	100%	\$ 0,65	\$ 0,98
0,25	maní molido	Kilogramos	0,25	100%	\$ 1,75	\$ 1,75
0,25	harina de trigo	Kilogramos	0,25	100%	\$ 0,40	\$ 0,40
<b>Cantid ad producida</b>		2.5 litros		<b>Costo T:</b>		\$ 6,33
<b>Cantidad porciones:</b>		5 frascos de 500ml c/u		<b>Costo por porción:</b>		\$ 1,26

#### TÉCNICAS

1. **Remojo:** dejar en agua la sarandaja seca y limpia de un día para otro en un recipiente.
2. **Cocción:** Se la realiza en una olla de aluminio a fuego lento por aproximadamente 45 minutos hasta lograr que el grabo esté blando.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

3. **Desaguado:** Una vez terminada la cocción se desagua con abundante agua por un lapso de 15 minutos para enfriarla y quitarle los sabores poco agradables
4. **Molido:** Con un molino doméstico con lo que se obtiene una masa fina homogénea y pastosa.
5. **Batido:** En un recipiente se coloca la sarandaja molida, se añade 750 ml de agua y se bate con la mano hasta que adquiera una consistencia fluida y lechosa.
6. **Cernido:** Con un cedazo doméstico, con este proceso se quita la corteza y otras impurezas como la uña de la sarandaja logrando una masa homogénea.
7. **Cocción del dulce:** en un recipiente de boca ancha, paila u olla para facilitar el movimiento del batidor. Se coloca la sarandaja cernida en el recipiente procurando se mantenga en un término medio. En este punto se agrega los ingredientes: canela molida, clavo de olor molido, maní molido, panela, leche hervida y se agita energéticamente y constantemente. Luego se incorpora la harina de trigo con agua
8. **Batido del dulce:** Agita la preparación manteniendo los movimientos constantes mediante el uso del batidor por un lapso de 2 horas aproximadamente. El batido se hace durante toda la preparación.
9. **Comprobación del punto:** El llamado punto del dulce es cuando la preparación de la conservación ha concluido, se comprueba mediante la utilización de un plato o vasija de aluminio, se coloca al plato el dulce y si no se adhiere significa que está listo. Esto permite su conservación.
10. **Envasado:** se lo realiza caliente para asegurar su conservación en frascos de vidrio esterilizados.

El dulce tiene un sabor predominante a sarandaja pero también se acentúa bien el sabor a maní, éste hace que el dulce sea muy pesado y consistente, al tener muchas calorías se consume en poca cantidad.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<b>Universidad de Cuenca</b> <b>Facultad de Ciencias de la Hospitalidad</b> <b>Carrera de Gastronomía</b>						
<b>Recopilación:</b> Orfa Jiménez						
<b>Fecha:</b> Noviembre de 2009						
<b>Amaluza - Espíndola – Loja</b>						
<b>FICHA TÉCNICA:</b> Arroz relleno con sarandaja						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	Precio U.	Precio T.
0,50	Sarandaja	Kilogramo	0,50	100%	\$ 0,60	\$ 0,60
1,00	Arroz	Kilogramo	1,00	100%	\$ 1,00	\$ 1,00
10	Aceite	Mililitros	10	100%	\$ 0,24	\$ 0,24
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
				<b>Costo T.</b>	\$ 1,85	
<b>Cantidad porciones:</b>		6	<b>Costo por porción:</b>		\$ 0,30	

**TECNICAS**

1. **Selección:** Se clasifica las semillas de Sarandaja seca, tomando en cuenta que no presten signos de deterioro.
2. **Remojo:** Se remoja la sarandaja con 24 horas de anticipación con el fin de que el grano sea más suave a la cocción.
3. **Cocción sarandaja:** se cocina la sarandaja hasta que este suave
4. **Cocción arroz:** A parte se cocina el arroz blanco con el aceite y la sal.
5. Para finalizar se mezcla la sarandaja con el arroz obteniendo así el arroz relleno.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<b>Universidad de Cuenca</b> <b>Facultad de Ciencias de la Hospitalidad</b> <b>Carrera de Gastronomía</b>						
<b>Recopilación:</b> Orfa Jiménez <b>Fecha:</b> Noviembre de 2009 <b>Amaluzá - Espíndola - Loja</b>						
<b>FICHA TÉCNICA:</b> Ensalada de Sarandaja						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	Precio U	Precio T
0,50	Sarandaja tierna	Kilogramo	0,50	100%	\$ 0,60	\$ 0,60
50	Cebolla	Gramos	0,50	90%	\$ 0,15	\$ 0,15
0,20	Jugo de limón	Mililitros	0,20	100%	\$ 0,10	\$ 0,10
0,05	Perejil o culantro	Gramos	0,05	90%	\$ 0,05	\$ 0,05
				<b>Costo T.</b>	\$ 0,90	
<b>Cantidad porciones:</b>		4	<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,22</b>	

**TECNICAS**

1. **Selección:** Se clasifica las semillas de Sarandaja seca, tomando en cuenta que no presten signos de deterioro.
2. **Cocción:** Cocinar la sarandaja tierna (verde) hasta que esté suave.
3. **Corte:** Cortar en juliana la cebolla e incorporar sal y aceite
4. **Mezclar:** Se mezcla la sarandaja con la cebolla encurtida, finalmente incorporar el perejil o culantro picado.

**Nota:** A esta ensalada se suele incorporar tomate picado.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<p style="text-align: center;"><b>Universidad de Cuenca</b>  <b>Facultad de Ciencias de la Hospitalidad</b>  <b>Carrera de Gastronomía</b></p>						
<p><b>Recopilación:</b>            Eugenia Cevallos Luna  <b>Fecha:</b>            Noviembre de 2009  <b>Quilanga – Loja</b></p>						
<p><b>FICHA TÉCNICA:</b>            Menestra de sarandaja</p>						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	Precio U.	Precio T.
0,50	Sarandaja	Kilogramo	0,50	100%	\$ 1,20	\$ 0,60
0,30	Cebolla	Gramos	0,30	95%	\$ 0,05	\$ 0,05
0,05	Quesillo	Kilogramo	0,05	100%	\$ 0,40	\$ 0,40
0,05	Pasta de ajo	Gramos	0,05	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
				<b>Costo T:</b>		\$ 1,11
<b>Cantidad porciones:</b>		6	<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,18</b>	

TECNICAS

1. **Selección:** Se clasifica las semillas de Sarandaja seca, tomando en cuenta que no presten signos de deterioro.
2. **Remojo:** Se coloca la sarandaja en agua con 24 horas de anticipación con el fin de que el grano sea más suave a la cocción.
3. **Cocción:** Se procede a cocinar la sarandaja, una vez cocinada se realiza un refrito con todos los ingredientes excepto el quesillo que va al final de toda la cocción. Se sirve caliente.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<b>Universidad de Cuenca</b> <b>Facultad de Ciencias de la Hospitalidad</b> <b>Carrera de Gastronomía</b>						
<b>Recopilación:</b> Laura Luna <b>Fecha:</b> Noviembre de 2009 <b>Quilanga – Loja</b>						
<b>FICHA TÉCNICA:</b> Sopa de sarandaja						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	Precio U.	Precio T.
1,00	Sarandaja	Kilogramo	1,00	100%	\$ 1,20	\$ 0,30
0,50	guineo verde	Kilogramo	0,50	75%	\$ 0,25	\$ 0,25
0,50	Quesillo	Gramos	0,50	100%	\$ 0,40	\$ 0,40
0,10	Culantro	Gramos	0,10	90%	\$ 0,01	\$ 0,01
				<b>Costo T:</b>	\$ 0,96	
<b>Cantidad porciones:</b>		8	<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,12</b>	

TECNICAS

1. **Selección:** Se clasifica las semillas de Sarandaja seca, tomando en cuenta que no presten signos de deterioro.
2. **Remojo:** Se coloca la sarandaja en agua con 24 horas de anticipación con el fin de que el grano sea más suave a la cocción.
3. Se retira la cáscara de la sarandaja y la nariz de la sarandaja.
4. **Cocción:** Se cocina la sarandaja y en la misma agua se cierne el guineo picado en cuadros.
5. Finalmente se agrega el quesillo y el culantro finamente picado.

**Nota:** El guineo se puede reemplazar con la yuca, esta sopa de sarandaja con yuca también es muy común.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<b>Universidad de Cuenca</b> <b>Facultad de Ciencias de la Hospitalidad</b> <b>Carrera de Gastronomía</b>						
<b>Recopilación:</b> Inés Jiménez Rivera <b>Fecha:</b> Noviembre de 2009 <b>Quilanga – Loja</b>						
<b>FICHA TÉCNICA:</b> Puré de sarandaja						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est	Precio U	Precio T
0,25	Sarandaja	Kilogramos	0,25	100%	\$ 0,30	\$ 0,30
50	Quesillo	Gramos	50	100%	\$ 0,40	\$ 0,40
c/n	Sal	c/n	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
				<b>Costo T:</b>	\$ 0,71	
<b>Cantidad porciones:</b>		6	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,11</b>

**TECNICAS**

1. **Selección:** Se clasifica las semillas de Sarandaja seca, tomando en cuenta que no presten signos de deterioro.
2. **Remojo:** Se coloca la sarandaja en agua con 24 horas de anticipación con el fin de que el grano sea más suave a la cocción.
3. Se retira la cáscara de la sarandaja y la nariz de la sarandaja
4. **Cocción :** se cocina la sarandaja hasta que este suave y se la tritura
5. Finalmente se agrega el quesillo y se corrige la sal.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

<p align="center"><b>Universidad de Cuenca</b>  <b>Facultad de Ciencias de la Hospitalidad</b>  <b>Carrera de Gastronomía</b></p>						
<p><b>Recopilación:</b>            Guillermina Santin  <b>Fecha:</b> Noviembre de 2009  <b>Quilanga – Loja</b></p>						
<p><b>FICHA TÉCNICA:</b> Sarandaja frita</p>						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	Precio U.	Precio T.
0,25	Sarandaja	kilogramos	0,25	100%	\$ 0,30	\$ 0,30
0,65	Huevo	Gramos	0,55	85%	\$ 0,13	\$ 0,13
0,50	Quesillo	Gramo	0,50	100%	\$ 0,40	\$ 0,40
c/n	Sal	Gramo	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
<b>Cantidad producida</b>						\$ 0,84
<b>Cantidad porciones:</b>		4		<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,21</b>

TECNICAS

1. **Selección:** Se clasifica las semillas de Sarandaja seca, tomando en cuenta que no presten signos de deterioro.
2. **Remojo:** Se coloca la sarandaja en agua con 24 horas de anticipación con el fin de que el grano sea más suave a la cocción.
3. Se retira la cáscara de la sarandaja y la nariz de la sarandaja
4. **Cocción :** se cocina la sarandaja hasta que este suave.
5. Finalmente en un sartén con aceite y achiote se sofríe la cebolla, se incorpora la sarandaja cocinada, se incorpora los huevos y el quesillo para finalizar.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## COMERCIALIZACIÓN DE LA SARANDAJA

La sarandaja que se comercializa en la ciudad de Loja procede principalmente de los siguientes cantones: Loja, Paltas, Calvas, Pindal, Celica y Gonzanamá.

El 25,9 % de las familias que consumen sarandaja es utilizada para preparar platos como menestra, sopa con papa, arroz, mote, repe.

Tiene sustitutos como la arveja, fréjol, haba.

Es comercializada principalmente en los mercados y bodegas. Las familias que más consumen sarandaja son de clase media baja cuya edad oscila entre los 10 y 60 años. (Predesur, pp 87-89)

## PROYECCIÓN DE LA DEMANDA

El promedio de consumo anual de la familia es de 68 libras (Predesur, p 90)

<b>Año</b>	<b>Población</b>	<b>Consu/pC</b>	<b>ConsumoT.</b>	<b>Rendimiento</b>	<b>Superficie</b>
	Nro	Libras	TM	TM/ha	Ha
1997	411.010	3.5	14.385	10	1.439
1998	414.709	3.5	14.515	10	1.452
1999	418.441	3.5	14.645	10	1.465
2000	422.297	3.5	14.777	10	1.478
2001	426.007	3.5	14.910	10	1.491
2002	429.841	3.5	14.044	10	1.504
2003	433.711	3.5	14.180	10	1.518
2004	437.613	3.5	14.316	10	1.532

Para proyectar la demanda de consumo de sarandaja se ha partido de un consumo anual de 68lib/familia/año de lo que se obtiene un consumo aparente de 17,61 lib/per/año y un consumo per cápita de 3,5 li/per/año



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

En 1997 se observa que el consumo total de la sarandaja en la provincia de Loja fue de 14385 qq. Con una superficie de 1439 has y un rendimiento de 10 qq/ha.

Para el año 2004 la demanda de este producto se incrementa a 15.365 qq, incremento poco significativo con respecto a 1997.

### **Canales de comercialización**

Los productores venden su producción a los intermediarios, minoristas, bodegas y en el mercado quienes a su vez lo comercializan al consumidor final.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

### Capítulo # 3

#### Propuesta para una mejor utilización de la sarandaja en la provincia de Loja





UNIVERSIDAD DE CUENCA

**Propuesta para una mejor utilización de la sarandaja en la provincia de  
Loja**

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 01** - Entrada N° 01

Receta: GRATINADO DE CHOCLO Y SARANDAJA		
MISE EN PLACE	PRODUCTO TERMINADO	OBSERVACIONES
Choclo cocinado. Sarandaja cocinada previamente puesta en remojo. Quesillo rallado. Tomate concassé. Cebolla picada en brunoise fino.	Gratinado de choclo y sarandaja.	Se puede sustituir el choclo. por porotos blancos.



Universidad de Cuenca

AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN

35



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Ciencias de la Hospitalidad

Carrera de Gastronomía

Ficha N° 01 - Entrada N° 01

FICHA TÉCNICA						
GRATINADO DE CHOCLO Y SARANDAJA						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	P. Unitario	P. Total
0,50	Sarandaja	Kilogramos	0,50	100%	\$ 0,63	\$ 0,63
0,50	Choclo	Kilogramos	0,50	100%	\$ 1,00	\$ 1,00
0,25	Tomate	Kilogramos	0,25	100%	\$ 0,25	\$ 0,25
0,50	Cebolla	Gramos	0,50	90%	\$ 0,04	\$ 0,04
210	Huevos	Gramos	180	85%	\$ 0,38	\$ 0,38
0,50	Quesillo	Gramos	0,50	100%	\$ 0,40	\$ 0,40
0,10	Azúcar	Gramos	0,10	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
c/n	Pimienta	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
<b>Costo total:</b>						<b>\$ 2,73</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		12	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,22</b>
Técnicas						
<ol style="list-style-type: none"> <li>Licuar el choclo y las sarandajas, mezclar con los tomates, agregar la cebolla, los condimentos, el azúcar y los huevos enteros.</li> <li>Colocar esta preparación en un molde de muffins enmantecado y espolvorear el quesillo .</li> <li>Llevar al horno por 30 minutos a 150 °C.</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación: 40 minutos</b>			<b>Tiempo de cocción: 30 minutos</b>			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 2** - Entrada N° 02

<b>Receta: ENVUELTOS DE SARANDAJA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Puré de sarandaja cocinada Cortar la vena gruesa de la col y blanquearla. Confitar las salchichas cocinándolas en manteca de chancho, picar las salchichas en brunoise grueso.	Masa de sarandaja rellena envuelta en hoja de col.	Pueden usarse diferentes rellenos de sal como carne, pollo, champiñones, queso.



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDONEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 2 - Entrada N° 02

FICHA TÉCNICA ENVUELTOS DE SARANDAJA						
C. Bruta	Ingredientes	Uni.	C. Neta.	Rend. Est.	P. Unit.	P. Total
0,50	Sarandaja	Kilogramos	0,50	100%	\$ 0,30	\$ 0,30
50	Sémola de trigo	Gramos	50	100%	\$ 0,10	\$ 0,10
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
70	Col	Gramos	60	85%	\$ 0,30	\$ 0,30
0,10	Salchicha	Kilogramos	0,10	100%	\$ 0,42	\$ 0,42
c/n	Hilo de bridar	Unidad	c/n	100%	\$ 0,02	\$ 0,02
50	Mantequilla	Gramos	50	100%	\$ 0,09	\$ 0,09
<b>Costo Total:</b>						\$ 1,24
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>6</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,20</b>
Técnicas			Fotografía			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mezclar el puré de sarandaja con la sémola de trigo, agregar sal</li> <li>2. Colocar porciones de masa en la col, colocando en el centro como relleno la salchicha confitada. Usar hilo de bridar para envolver.</li> <li>3. Cocinar al vapor por aproximadamente 30 - 40 minutos</li> <li>4. Una vez cocinado, quitar el hilo, y dorar cada niño envuelto en una sartén con mantequilla.</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos			<b>Tiempo de cocción:</b> 30-40 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 3 - Entrada N° 03**

<b>Receta: CEVICHE DE SARANDAJA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Sarandaja cocinada previamente remojada. Cebolla en juliana fina. Aguacate en macedonia. Naranja y limón exprimidos.	Ceviche de sarandaja	Se puede incorporar a la receta chochos, 40% de chochos cocinados, 60% de sarandaja.



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 3 - Entrada N° 03

FICHA TÉCNICA CEVICHE DE SARANDAJA						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	P. Uni	P. Total
0,25	Sarandaja	Kilogramos	0,25	100%	\$ 0,16	\$ 0,16
80	Salsa de tomate	Mililitros	80	100%	\$ 0,18	\$ 0,18
60	Jugo de limón	Mililitros	60	100%	\$ 0,20	\$ 0,20
0,10	Aguacate	Kilogramos	0,06	65%	\$ 0,50	\$ 0,50
0,15	Tomate	Kilogramos	0,10	66%	\$ 0,25	\$ 0,25
0,10	Cebollas	Kilogramos	0,10	100%	\$ 0,07	\$ 0,07
20	Azúcar	Gramos	20	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
180	Jugo de naranja	Mililitros	180	100%	\$ 0,60	\$ 0,60
50	Aceite	Mililitros	50	100%	\$ 0,12	\$ 0,12
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
<b>Costo Total:</b>						\$ 2,09
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>6</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,34</b>
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Preparar la cebolla encurtida: dejar pasar la cebolla con la sal, enjuagar muy bien escurrir y mezclar con el jugo de limón y el azúcar, reposar hasta que estén rosadas.</li> <li>Pelar y cortar los aguacates en cuadritos Mezclar con las sarandajas ,la cebolla encurtida con su jugo, los jugos de naranja y limón, la salsa de tomate, el ají, el aceite y la sal.</li> <li>Enfriar por unas horas y servir.</li> </ol>						

**Tiempo preparación:** 30 minutos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 4** – Entrada N° 04

<b>Receta: BOLITAS DE VEGETALES AL ESTILO FALAFEL</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Vegetales en brunoise Hojas blanqueadas y picadas Huevos batidos Sarandaja cocinada y pelada previamente remojada. Puré de sarandaja	Bolas de puré de sarandaja y vegetales.	Se puede usar diferentes tipos de vegetales, por ejemplo reemplazar la coliflor por brócoli.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 4 – Entrada N° 04

FICHA TÉCNICA						
BOLITAS DE VEGETALES ESTILO FALAFEL						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C. Neta	Rend.Est.	P. Unitario	P. Total
0,50	Sarandaja remojada	Kilogramos	0,50	100%	\$ 0,30	\$ 0,30
60	Harina de trigo	Gramos	60	100%	\$ 0,08	\$ 0,08
30	Cebolla	Gramos	25	90%	\$ 0,05	\$ 0,05
10	Pasta de ajo	Gramos	10	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
c/n	Comino	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
10	Culantro	Gramos	10	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
30	Ají	Gramos	25	83%	\$ 0,10	\$ 0,10
70	Coliflor	Gramos	65	93%	\$ 0,08	\$ 0,08
25	Nabo	Gramos	20	80%	\$ 0,02	\$ 0,02
20	Albahaca	Gramos	20	100%	\$ 0,10	\$ 0,10
20	Espinaca	Gramos	15	75%	\$ 0,05	\$ 0,05
20	perejil	Gramos	20	100%	\$ 0,03	\$ 0,03
70	Huevo	Gramos	65	92%	\$ 0,13	\$ 0,13
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
c/n	polvo de hornear	Gramos	c/n	100%	\$ 0,03	\$ 0,03
50	Aceite	Mililitros	50	100%	\$ 1,15	\$ 1,15
<b>Cantidad producida</b>						\$ 2,23
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>10</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,23</b>
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Mezclar el puré de sarandaja con los vegetales.</li> <li>Agregar el huevo, el polvo de hornear y la harina. Mezclar.</li> <li>Formar pequeñas porciones redondas con la masa.</li> <li>Freír en aceite hirviendo hasta que doren.</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos			<b>Tiempo de cocción:</b> 30 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Facultad de Ciencias de la Hospitalidad

Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 5** – Entrada N° 05

<b>Receta: POTAJE DE ACELGA Y SARANDAJA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Sarandajas cocinadas previamente remojadas. Acelgas blanqueadas. Tocino en brunoise.	Potaje de acelga y sarandaja	Se puede reemplazar la acelga por espinaca.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

**Ficha N° 5 – Entrada N° 05**

FICHA TÉCNICA POTAGE DE ACELGA Y SARANDAJA						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	P. Unitario	P. Total
0,30	Sarandaja remojada	Kilogramos	0,30	100%	\$ 0,20	\$ 0,20
0,15	Tocino	Kilogramos	0,15	100%	\$ 1,38	\$ 1,38
75	Acelga	Gramos	70	93%	\$ 0,13	\$ 0,13
30	Cebolla	Gramos	25	90%	\$ 0,03	\$ 0,03
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
c/n	Pimienta	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
<b>Costo T:</b>						<b>\$ 1,75</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>4</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,43</b>
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Saltear las cebollas con el tocino, y la acelga.</li> <li>2. Agregar las sarandajas cocinadas.</li> <li>3. Añadir sal y pimienta al gusto.</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos			<b>Tiempo de cocción:</b> 30 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 6** – Entrada 06

<b>Receta: LOCRO DE SARANDAJA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Sarandaja cocinada. Papas peladas cortadas en cubos. Salsa de ají.	Locro de sarandaja	Se puede usar también cebolla puerro para esta receta.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 6 – Entrada 06

FICHA TÉCNICA LOCRO DE SARANDAJA						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	P. Unitario	P. Total
0,30	Sarandaja cocinada	Kilogramos	0,30	100%	\$ 0,20	\$ 0,20
0,50	Papa chola	Kilogramos	0,40	85%	\$ 0,50	\$ 0,25
50	Cebolla blanca	Gramos	45	90%	\$ 0,07	\$ 0,07
12	Crema de leche	Mililitros	12	100%	\$ 0,31	\$ 0,31
25	Leche	Mililitros	25	100%	\$ 0,20	\$ 0,20
20	Mantequilla	Gramos	20	100%	\$ 0,10	\$ 0,10
10	Achiote	Mililitros	10	100%	\$ 0,02	\$ 0,02
30	Salsa de Aji	Mililitros	50	100%	\$ 0,15	\$ 0,15
c/n	Pimienta	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
<b>Costo T:</b>						\$ 1,31
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>4</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,32</b>
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Calentar la mantequilla con el achiote. añadir la cebolla y sofreír.</li> <li>2. Añadir la papa y remover constantemente hasta que esté dorada.</li> <li>3. Añadir la leche y la crema de leche, cuando hierba añadir 1 litro de agua caliente, la sal, la pimienta. Cocinar por 20 o 30 minutos.</li> <li>4. Licuar la mitad de la sarandajas y agregar a la preparación. El resto de sarandajas añadir enteras.</li> <li>5. Servir a la mesa acompañado de aguacate, salsa de ají, lechuga, tomate y cebollas encurtidas.</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos			<b>Tiempo de cocción:</b> 30 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 7 – Entrada N° 07**

<b>Receta: CREMA DE ZAPALLO Y SARANDAJA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Zapallo pelado, picado en cubos y cocinado a baño maría. Sarandaja cocinada y sin cáscara	Crema de zapallo y sarandaja	También puede usarse zambo en reemplazo al zapallo o se pueden mezclar ambos.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 7 – Entrada N° 07

FICHA TÉCNICA CREMA DE ZAPALLO Y SARANDAJA						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	P. Unitario	P. Total
0,15	Sarandaja	Kilogramos	0,15	100%	\$ 0,10	\$ 0,10
30	Harina de sarandaja	Gramos	30	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
30	Harina de trigo	Gramos	30	100%	\$ 0,04	\$ 0,04
10	Caldo de vegetales	Mililitros	10	100%	\$ 0,11	\$ 0,11
0,50	Zapallo	Kilogramos	0,40	80%	\$ 1,60	\$ 1,60
50	Crema de leche	Mililitros	50	100%	\$ 0,13	\$ 0,13
20	Mantequilla	Gramos	20	100%	\$ 0,10	\$ 0,10
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
<b>Costo T:</b>						\$ 2,11
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>4</b>	<b>Costo por porción:</b>			\$ 0,53
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Hacer un roux con la mantequilla y la harina de trigo.</li> <li>Agregar al caldo de vegetales, el caldo de zapallo y el roux. Hervir por 15 minutos.</li> <li>Añadir las sarandajas y fuera del fuego la crema.</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos			<b>Tiempo de cocción:</b> 30 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 8 –** Entrada N° 08

<b>Receta: ENSALADA FRESCA Y GRANOS FRESCOS DE SARANDAJA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Sarandajas cocinadas. Zanahoria cruda en brunoise fino Cebolla en juliana. Huevo cocinado.	Ensalada de sarandaja con vegetales	Se pueden usar otro tipo de grano tierno y otros vegetales.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

**Ficha N° 8 – Entrada N° 08**

<b>FICHA TÉCNICA</b>						
<b>ENSALADA DE VEGETALES Y GRANOS FRESCOS DE SARANDAJA</b>						
<b>C.Bruta</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>Unidades</b>	<b>C.Neta</b>	<b>R.Estándar</b>	<b>P.Unitari</b>	<b>P.Tot</b>
0,25	Sarandaja fresca	Kilogramos	0,25	100%	\$ 0,38	\$ 0,38
0,10	Zanahoria	Kilogramos	0,10	100%	\$ 0,08	\$ 0,08
20	Cebolla	Gramos	15	90%	\$ 0,01	\$ 0,01
50	Pimiento	Gramos	40	80%	\$ 0,10	\$ 0,10
70	Huevo	Gramos	60	85%	\$ 0,24	\$ 0,24
10	Aceite	Mililitros	10	100%	\$ 0,02	\$ 0,02
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
c/n	Pimienta	Gramos	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
c/n	Vinagre	Mililitros	c/n	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
<b>Cantidad producida</b>						<b>\$ 0,89</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>4</b>	<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,22</b>	
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Encurtir la cebolla con el pimiento.</li> <li>2. Hacer una vinagreta con el aceite, el vinagre, sal y pimienta.</li> <li>3. En una fuente de ensalada incorporar todos los ingredientes y la vinagreta, mezclar.</li> </ol>						

<b>Tiempo preparación:</b> 10 minutos	<b>Tiempo de cocción sarandaja:</b> 30 minutos
---------------------------------------	--



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 9** – Plato fuerte N° 01

<b>Receta: MENESTRA GOURMET DE SARANDAJA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Salchichas confitadas. Sarandajas cocinadas Zanahoria cocinada y picada en brunoise fino. Echalottes pelados. Pesto. Manzana confitada.	Menestra de sarandaja acompañada con salchicha confitada, salsa pesto y manzanas confitadas. .	Se puede reemplazar la salsa pesto por una salsa de perejil. Plato gourmet lojano.



AUTORA:



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 9 – Plato fuerte N° 01

FICHA TÉCNICA						
MENESTRA GOURMET DE SARANDAJA						
C.Brut	Ingredientes	Un.	C. Net	Rend. Est	P. Unitario	P. Total
0,30	Sarandajas	Kilogramos	0,30	100%	\$ 0,65	\$ 0,20
50	Echalottes	Gramos	40	80%	\$ 0,05	\$ 0,05
0,15	papas	Kilogramos	0,13	88%	\$ 0,12	\$ 0,12
0,10	Zanahorias	Kilogramos	0,09	90%	\$ 0,06	\$ 0,06
0,50	Manteca de chancho	Kilogramos	0,50	100%	\$ 1,50	\$ 1,50
0,75	Salchichas de freír	Kilogramos	0,75	100%	\$ 3,15	\$ 3,15
50	Queso parmesano	Gramos	50	100%	\$ 0,45	\$ 0,45
50	Nueces	Gramos	50	100%	\$ 0,48	\$ 0,48
10	Perejil	Gramos	10	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
50	Albahaca	Gramos	50	100%	\$ 0,50	\$ 0,50
90	Manzana	Gramos	80	88%	\$ 0,40	\$ 0,40
50	Azúcar	Gramos	50	100%	\$ 0,04	\$ 0,04
<b>Costo T:</b>						<b>\$ 6,99</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>4</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 1,74</b>
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rehogar las cebollas en manteca tapadas para que no se doren.</li> <li>2. Incorporar el caldo, las papas en cubos, la zanahorias y las sarandajas.</li> <li>3. Dejar cocinar hasta que todo esté blando. Si se desea se puede añadir una cucharada de manteca de chancho.</li> <li>4. Salsa pesto: licuar la albahaca, el perejil, las nueces el queso parmesano y la sal.</li> <li>5. Caramelizar las manzanas.</li> <li>6. Servir la menestra acompañada con salchichas y rodajas de manzanas acarameladas.</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos			<b>Tiempo de cocción:</b> 30 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 10** – Plato fuerte N° 02

<b>Receta: ARROZ RISSOTO CON SARANDAJA FRESCA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Sarandajas cocinadas Pimiento y cebolla brunoise Arroz risoto cocinado.	Rissoto de sarandaja con vegetales.	Se puede utilizar cualquier tipo de arroz para esta preparación. Se puede agregar crema de leche y queso al final de la preparación.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

**Ficha N° 10 – Plato fuerte N° 02**

<b>FICHA TÉCNICA</b>						
<b>ARROZ RISSOTO CON SARANDAJA FRESCA</b>						
<b>C.Bruta</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>Unidades</b>	<b>C.Neta</b>	<b>Rend.Est.</b>	<b>Precio U.</b>	<b>Precio Total</b>
0,10	Sarandaja fresca	Kilogramos	0,10	100%	\$ 0,15	\$ 0,15
0,50	Rissoto	Kilogramos	0,50	100%	\$ 1,90	\$ 1,90
60	Pimiento	Gramos	55	92%	\$ 0,10	\$ 0,10
30	Cebolla	Gramos	27	90%	\$ 0,01	\$ 0,01
100	Caldo de vegetales	Mililitros	100	100%	\$ 0,10	\$ 0,10
c/n	Sal	Gramos	c/n	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
c/n	Pimienta	Gramos	c/n	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
30	Mantequilla	Gramos	30	100%	\$ 0,07	\$ 0,07
<b>Costo T:</b>						<b>\$ 2,33</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>4</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,58</b>
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En una olla cocinar el rissoto con el caldo de vegetales.</li> <li>2. Aparte hacer un refrito en mantequilla con la cebolla, el pimiento, la sarandaja a esta preparación incorporar el rissoto cocinado.</li> <li>3. Se puede servir acompañado con una copa de vino</li> </ol>						

<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos	<b>Tiempo de cocción:</b> 30 minutos
---------------------------------------	--------------------------------------



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 11** – Plato fuerte N° 03

<b>Receta: PASTA DE SARANDAJA AL ESTILO RAVIOLI</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Harina de sarandaja y harina de trigo tamizada.	Tortillas pequeñas con relleno de quesoillo estilo ravioli.	Se reemplazar la salsa por una salsa cremosa de tocino, queso o champiñones. También se puede hacer una salsa de tomate estilo napolitana.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 11 – Plato fuerte N° 03

FICHA TÉCNICA						
PASTA DE SARANDAJA AL ESTILO RAVIOLI						
C. Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend. Est.	P. Uni	P. Total
0,30	Harina de sarandaja	Kilogramos	0,30	100%	\$ 0,46	\$ 0,46
0,20	Harina de trigo	Kilogramos	0,20	100%	\$ 0,27	\$ 0,27
140	Huevo	Gramos	120	86%	\$ 0,26	\$ 0,26
0,09	Aceite	Litro	0,09	100%	\$ 0,21	\$ 0,21
0,20	Queso	Kilogramos	0,20	100%	\$ 1,04	\$ 1,04
0,20	Jamón	Kilogramos	0,20	100%	\$ 1,44	\$ 1,44
150	Crema	Mililitros	0,15	100%	\$ 0,36	\$ 0,36
<b>Costo T:</b>						<b>\$ 3,36</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>4</b>	<b>Costo por porción: \$ 0,84</b>			
Técnicas			Fotografía			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Hacer un volcán con las harinas mezcladas, agregar el huevo y el aceite. Amasar.</li> <li>Dejar reposar la masa por aproximadamente 1 hora al refrigerador en una funda plástica.</li> <li>Estirar la masa con un bolillo y pasarla por la máquina de hacer pasta o en su defecto con el mismo bolillo</li> <li>Aparte hacer el relleno con queso y jamón.</li> <li>Colocar el relleno en la masa estirada dejando un espacio entre cada uno de ellos para poder cortar en cuadrados.</li> <li>Hervir 2 litros de agua con un poco de sal y aceite, aquí se cocina los raviolis por aproximadamente 12 minutos.</li> <li>Ecurrir los raviolis, llevarlos a un sartén donde se agrega la crema y el jamón cortado en cubos. Se corrige la sal, la pimienta, y orégano (opcional).</li> </ol>						

<b>Tiempo preparación:</b> 50 minutos	<b>Tiempo de cocción:</b> 15 minutos
---------------------------------------	--------------------------------------



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 12 – Postre N° 01**

<b>Receta: MUFFINS</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Harina de sarandaja y harina de trigo tamizada Blanquear yemas con el azúcar. Claras a punto de nieve	Pequeños bizcochos dulces.	





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 12 – Postre N° 01

FICHA TÉCNICA						
MUFFINS						
C. Bruta1	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	P.Unitario	P.Total
0,70	Harina de sarandaja	Gramos	0,70	100%	\$ 0,11	\$ 0,11
70	Harina de trigo	Gramos	70	100%	\$ 0,09	\$ 0,09
420	Huevos	Gramos	360	86%	\$ 0,76	\$ 0,76
1,00	Leche	Litro	1,00	100%	\$ 0,60	\$ 0,60
c/n	Vainilla	Militros	c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
c/n	Azúcar	Gramos	c/n	100%	\$ 0,07	\$ 0,07
<b>Costo total:</b>						\$ 1,64
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>10</b>	<b>Costo por porción:</b>		\$ 0,16	
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Crema pastelera: incorporar a yemas blanqueadas la leche caliente.</li> <li>2. Incorporar las harinas en la crema pastelera, dejar espesar mezclando siempre.</li> <li>3. Retirar del fuego, reposar y enfriar.</li> <li>4. Apart incorporar poco a poco las claras a la crema pastelera fría.</li> <li>5. Colocar esta masa en moldes para muffins y llevar al horno precalentado por aproximadamente 20 minutos a 180°C</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos			<b>Tiempo de cocción:</b> 30 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 13 – Postre N° 02**

<b>Receta: CREPES</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Harinas tamizadas, huevos frescos, leche, azúcar y/o sal, mantequilla derretida.	Tortilla fina de harina	Se puede reemplazar la leche por crema de leche.



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 13 – Postre N° 02

FICHA TÉCNICA						
CREPES						
C.Brut	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend.Est.	P.Unitario	P.Total
0,16	Leche	Litro	0,16	100%	0,10	0,10
40	Harina de trigo	Gramos	40	100%	0,05	0,05
40	Harina de sarandaja	Gramos	40	100%	0,06	0,06
10	Azúcar	Gramos	10	100%	0,01	0,01
05	Sal	Gramos	05	100%	0,01	0,01
20	Mantequilla	Gramos	20	100%	0,04	0,04
0,14	Huevos	Kilogramos	0,14	86%	0,26	0,26
<b>Cantidad producida:</b>		<b>320ml</b>	<b>Costo T:</b>		<b>\$ 0,53</b>	
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>4</b>	<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,13</b>	
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Mezclar todos los ingredientes, finalmente la mantequilla derretida.</li> <li>Agregar una capa fina de masa al sartén previamente enmantequillado y caliente.</li> <li>Dar vuelta la crepe para que dore por ambos lados. Utilizar un sartén de teflón redondo de fondo grueso.</li> </ol>						
<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos			<b>Tiempo de cocción:</b> 10 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 14 – Postre N° 03**

<b>Receta: BIZCOCHO DE SARANDAJA CON CHOCOLATE Y CAFÉ</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Harina de sarandaja y harina de trigo tamizada. Claras a punto de nieve. Yemas blanqueadas con azúcar. Chocolate fundido	Bizcocho de sarandaja	Se puede usar solamente chocolate y no café, también hay un buen resultado.





UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 14 – Postre N° 03

FICHA TÉCNICA						
BIZCOCHO DE SARANDAJA CON CHOCOLATE Y CAFÉ						
C. Bruta	Ingredientes	Uni.	C. Neta	Rend. Est.	P. Unit.	P. Total
35	Harina de sarandaja	Gramos	35	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
90	Harina de trigo	Gramos	90	100%	\$ 0,12	\$ 0,12
0,28	Huevos	Kilogramos	0,24	85%	\$ 0,50	\$ 0,50
60	Azúcar	Gramos	60	100%	\$ 0,04	\$ 0,04
01	Vainilla	Mililitros	01	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
40	Café molido	Gramos	40	100%	\$ 0,20	\$ 0,20
0,10	Chocolate	Kilogramos	0,10	100%	\$ 0,27	\$ 0,27
<b>Costo Total:</b>						\$ 1,19
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>6</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,20</b>
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Mezclar las harinas con las yemas, la vainilla, el café.</li> <li>Incorporar el chocolate y las claras de huevo mezclando suave y circularmente.</li> <li>Colocar la masa en un molde enmantequillado y enharinado. Llevar al horno a 180°C por aproximadamente 25 minutos.</li> <li>Hacer una salsa de chocolate con crema o mantequilla y azúcar. Bañar con esta salsa los bizcochos tibios o fríos.</li> </ol>						

Tiempo preparación: 20 minutos

Tiempo de cocción: 30 minutos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 15** - Postre N ° 04

<b>Receta: BUÑUELOS</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Harina de sarandaja y harina de trigo tamizadas. Huevos frescos. Mantequilla en cubos.	Buñuelos	



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 15 - Postre N° 04

FICHA TÉCNICA BUÑUELOS							
C. Bruta	Ingredientes	Un.		C.Neta	Rend.Es	P. Uni	P.Total
90	Harina de sarandaja	Gramos		0,90	100%	\$ 0,14	\$ 0,14
0,12	Harina de trigo	Kilogramos		0,12	100%	\$ 0,16	\$ 0,16
0,12	Margarina	Kilogramos		0,12	100%	\$ 0,26	\$ 0,26
350	Huevos	Gramos		300	86%	\$ 0,63	\$ 0,63
c/n	Sal	Gramos		c/n	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
250	Agua	Mililitros		250	100%	\$ -	\$ -
<b>Cantidad producida:</b>							\$ 1,20
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>20</b>	<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,06</b>		
<b>Técnicas</b>				<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Calentar el agua con la sal y la margarina, remover. Agregar las harinas tamizadas de una sola vez. Añadir los uno a uno los huevos, remover.</li> <li>2. Con la ayuda de dos cucharas formar cada uno de los buñuelos, freír.</li> <li>3. Se pueden acompañar con miel de panela y/o queso tierno.</li> </ol>							
<b>Tiempo preparación:</b> 15 minutos				<b>Tiempo de fritura:</b> 20 minutos			



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 16 - Postre N° 05**

<b>Receta: EMPANADAS</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Harina de sarandaja y harina de trigo. Quesillo desmenuzado. Huevos frescos. Mantequilla en cubos	Empandas dulces	Se puede usar un rellano de sal como pollo, champiñones, carne.



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 16 - Postre N° 05

FICHA TÉCNICA EMPANADAS						
C. Bruta	Ingredientes	Un.	C. Neta	Rend. Est.	P. Unitario	P. Total
60	Harina de sarandaja	Gramos	60	100%	\$ 0,09	\$ 0,09
0,18	Harina de trigo	Kilogramos	0,18	100%	\$ 0,24	\$ 0,24
10	Polvo de hornear	Gramos	10	100%	\$ 0,02	\$ 0,02
30	Mantequilla	Gramos	30	100%	\$ 0,06	\$ 0,06
20	Agua	Mililitros	20	100%	\$ -	\$ -
25	Limón	Mililitros	25	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
0,20	Quesillo	Kilogramos	0,20	100%	\$ 0,70	\$ 0,70
70	Azúcar	Gramos	70	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
0,14	Huevos	Kilogramos	0,12	86%	\$ 0,25	\$ 0,25
50	Pasas	Gramos	50	100%	\$ 0,13	\$ 0,13
<b>Costo T:</b>						<b>\$ 1,55</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>16</b>	<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,09</b>	
<b>Técnicas</b>				<b>Fotografía</b>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>Mezclar las harinas, la sal y el polvo de hornear. Añadir la mantequilla, con las manos, y seguir deshaciéndola. Añadir el jugo de limón y el agua suficiente para obtener una masa suave.</li> <li>Amasar por aproximadamente 10 minutos. Tapar con un mantel y reposar 1 hora.</li> <li>Dividir la masa en 16 partes y formar bolas. Extender cada bola sobre una mesa enharinada hasta tener una lámina circular de 13 cm.</li> <li>Preparar el relleno: llevar el quesillo al fuego en una olla con los huevos y las pasas, mezclar hasta que espese lo suficiente. Enfriar.</li> <li>Rellenar cada lámina con el relleno y cerrar. Repulgar.</li> <li>Freír en un sartén grueso y ancho. Freír las empanadas a fuego medio-alto.</li> </ol>						

<b>Tiempo preparación:</b> 45 minutos	<b>Tiempo de fritura:</b> 30 minutos
---------------------------------------	--------------------------------------



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

Mise en place N° 17 – Postre N° 06

<b>Receta: GALLETAS DE SARANDAJA Y MIEL</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Harina de sarandaja y harina de trigo tamizada. Claras a punto de nieve. Yemas blanqueadas con azúcar. Mantequilla pomada.	Galletas de sarandaja dulces	Se puede reemplazar al café por trozos de chocolate



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 17 – Postre N° 06

FICHA TÉCNICA						
GALLETAS DE SARANDAJA Y MIEL						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C. Neta	Rend. Est.	P. Unit.	P. Total
0,13	Harina de sarandaja	Kilogramos	0,13	100%	\$ 0,20	\$ 0,20
0,10	Harina de trigo	Kilogramos	0,10	100%	\$ 0,14	\$ 0,14
0,16	Mantequilla	Kilogramos	0,16	100%	\$ 0,30	\$ 0,30
40	Azúcar	Gramos	40	100%	\$ 0,03	\$ 0,03
90	Miel de panela	Mililitros	0,90	100%	\$ 0,18	\$ 0,18
0,18	Huevos	Kilogramos	0,15	83%	\$ 0,31	\$ 0,31
10	Polvo de hornear	Gramos	10	100%	\$ 0,02	\$ 0,02
50	Café	Gramos	50	100%	\$ 0,25	\$ 0,25
<b>Costo T:</b>						<b>\$ 1,43</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>40</b>	<b>Costo por porción:</b>			<b>\$ 0,04</b>
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En la mantequilla incorporar el azúcar, los huevos hasta conseguir una masa uniforme.</li> <li>2. Incorporar a la masa la miel y mezclar.</li> <li>3. Agregar las harinas, el polvo de hornear y el café.</li> <li>4. Verter la masa en una manga pastelera y disponer bolitas en botones en una lata con papel film.</li> <li>5. Llevar al horno a una temperatura de 180° por aproximadamente 20 minutos.</li> <li>5. Si se desea agregar miel de panela en la superficie de la galleta.</li> </ol>						

<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos	<b>Tiempo de horneado:</b> 20 minutos
---------------------------------------	---------------------------------------



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 18 – Dulce N° 01**

<b>Receta: DULCE DE SARANDAJA Y ZAMBO</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Zambo pelado y cortado en brunoise grueso y cocinado. Sarandajas cocinadas. Jugo de naranjilla Miel de panela.	Dulce de sarandaja.	Se puede usar también zapallo en reemplazo del zambo.



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 18 – Dulce N° 01

FICHA TÉCNICA DULCE DE SARANDAJA Y ZAMBO						
C. Bruta	Ingredientes	Un.	C. Neta	Rend. Est.	P. Unitar	P. Total
2,00	Zambo	Kilogramos	1,50	75%	\$ 0,80	\$ 1,60
0,40	Sarandaja	Kilogramos	0,40	100%	\$ 0,65	\$ 0,26
1,00	Miel de panela	Litro	1,00	100%	\$ 2,00	\$ 2,00
50	Naranjilla	Gramos	45	90%	\$ 2,00	\$ 0,06
10	Aguardiente de caña	Mililitros	10	100%	\$ 1,40	\$ 0,00
0,5	clavo de olor	Gramos	0,5	100%	\$ 3,20	\$ 0,00
30	Jugo de limón	Mililitros	30	100%	\$ 0,05	\$ 0,05
<b>Cantidad producida</b>		1 litro	<b>Costo T:</b>		\$ 3,97	
<b>Cantidad porciones:</b>		2 frascos de 500ml	<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 1,32</b>	
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Triturar las sarandajas cocinadas y cernirlas agregando 2 tazas de agua.</li> <li>2. Llevar a fuego el concentrado de sarandaja con la miel de panela y el jugo de la naranjilla, y el zambo.</li> <li>3. Cocinar a fuego muy bajo hasta que al pasar una cuchara de palo se vea el fondo del recipiente.</li> <li>5. Añadir el aguardiente, el clavo de olor y dar un hervor. Retirar del fuego y añadir la ralladura de limón.</li> </ol>						

<b>Tiempo preparación:</b> 20 minutos	<b>Tiempo de cocción:</b> 30 minutos
---------------------------------------	--------------------------------------



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 19** – Bebida N° 01

<b>Receta: BEBIDA DE FRUTAS Y SARANDAJA</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Sarandaja cocinada, licuada y cernida. Frutas peladas y picadas en cubos pequeños. Agua hervida aromatizada con hierbas y especias.	Bebida aromatizada de sarandaja y frutas.	Se pueden reemplazar durazno Por manzana, o agregar Ambas frutas.



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN

71



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 19 – Bebida N° 01

FICHA TÉCNICA BEBIDA DE FRUTAS Y SARANDAJA						
C.Bruta	Ingredientes	Un.	C.Neta	Rend Est.	P.Unitario	P.Total
0,50	Sarandaja cocinada	Kilogramos	0,50	100%	\$ 0,33	\$ 0,33
3,00	Agua	Litro	3,00	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
05	Canela	Gramos	05	100%	\$ 0,12	\$ 0,12
10	Pimienta dulce	Gramos	10	100%	\$ 0,16	\$ 0,16
10	Clavo de olor	Gramos	10	100%	\$ 0,26	\$ 0,26
60	Cáscara de piña	Gramos	60	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
40	Cáscara de naranjilla	Gramos	40	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
0,75	Panela	Kilogramos	0,75	100%	\$ 1,58	\$ 1,58
0,25	Azúcar	Kilogramos	0,25	100%	\$ 0,18	\$ 0,18
20	Hojas de naranja	Gramos	20	100%	\$ 0,00	\$ 0,00
10	Cedrón	Gramos	10	100%	\$ 0,03	\$ 0,03
10	Hierba luisa	Gramos	10	100%	\$ 0,03	\$ 0,03
40	Naranjilla	Gramos	40	100%	\$ 0,75	\$ 0,75
0,25	Piña	Kilogramos	0,20	80%	\$ 0,50	\$ 0,50
0,25	Babaco	Kilogramos	0,25	85%	\$ 0,25	\$ 0,25
70	Manzana	Gramos	60	86%	\$ 0,23	\$ 0,23
<b>Cantidad producida:</b> 3 litros			<b>Costo total:</b>			\$ 4,40
<b>Cantidad porciones:</b> 12 vasos de 250ml			<b>Costo por porción:</b>			\$ 0,37
<b>Técnicas</b>			<b>Fotografía</b>			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Licuar y cernir la sarandaja.</li> <li>Verter en una olla grande.</li> <li>Aparte hacer una olla de olores con la canela, la pimienta de olor, los clavos de olor la cáscara de piña, las cáscaras de naranjilla y las hierbas dulces y la panela en pedazos.</li> <li>Agregar a la olla de olores la sarandaja licuada y dejar hervir por unos 10 minutos.</li> <li>Licuar la naranjilla y agregar a la preparación.</li> <li>Lavar y pelar todas las frutas.</li> <li>Cortar las frutas en pequeños cuadritos en incorporar a la bebida, dejar hervir por 10 minutos aproximadamente.</li> <li>Dejar enfriar. Servir frío.</li> </ol>						

**Tiempo preparación:** 20 minutos

**Tiempo de cocción:** 30 minutos



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
Carrera de Gastronomía

**Mise en place N° 20 - Pan N° 01**

<b>Receta: PAN</b>		
<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRODUCTO TERMINADO</b>	<b>OBSERVACIONES</b>
Harina de trigo y sarandaja tamizada. Quesillo desmenuzado y panela rallada, mezclados ambos para condumio.	Pan de dulce con condumio de quesillo y panela.	El condumio del pan puede ser solo con quesillo.

**Tiempo preparación: 20 minutos Tiempo de leudo: 20 minutos Tiempo de horneado: 30**



AUTORA: ELVA PATRICIA ORDÓÑEZ LEÓN



UNIVERSIDAD DE CUENCA

Universidad de Cuenca  
 Facultad de Ciencias de la Hospitalidad  
 Carrera de Gastronomía

Ficha N° 20 - Pan N° 01

FICHA TÉCNICA PAN DE SARANDAJA							
C. Bruta	Ingredientes	Unidades		C.Neta	R. Est	P.Unit.	P. Total
0,40	Harina de trigo	Kilogramos		0,40	100%	\$ 0,54	\$ 0,54
0,10	Harina de sarandaja	Kilogramos		0,10	100%	\$ 0,15	\$ 0,15
0,19	Agua	Litro		0,19	100%	\$ -	\$ -
c/n	Sal	Kilogramos		0,01	100%	\$ 0,01	\$ 0,01
0,20	Levadura de pan	Kilogramos		0,02	100%	\$ 0,03	\$ 0,03
0,55	Mantequilla	Kilogramos		0,55	100%	\$ 1,05	\$ 1,05
0,10	Azúcar morena	Kilogramos		0,10	100%	\$ 0,06	\$ 0,06
0,70	Huevo	Kilogramos		0,60	86%	\$ 0,13	\$ 0,13
0,20	Quesillo	Kilogramos		0,20	100%	\$ 0,70	\$ 0,70
0,15	Panela	Kilogramos		0,15	100%	\$ 0,30	\$ 0,30
<b>Costo T:</b>							<b>\$ 2,96</b>
<b>Cantidad porciones:</b>		<b>16</b>		<b>Costo por porción:</b>		<b>\$ 0,18</b>	
Técnicas				Fotografía			
<ol style="list-style-type: none"> <li>Formar un volcán con la harina, en el centro de éste colocar todos los ingredientes.</li> <li>Amasar: mezclados todos los ingredientes se procede a amasar la masa hasta formar gluten.</li> <li>Reposar: se deja en reposo la masa por aproximadamente 10-15 minutos.</li> <li>Pesar porciones de 60 gr, bolear y dejar leudar aproximadamente</li> <li>Mezclar el queso rallado y la panela rallada, agregar a cada uno de los panes en el centro.</li> <li>Hornear a 230°C por aproximadamente 25 minutos.</li> </ol>							



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **Divulgación a la Comunidad**

La investigación y la información que periódicamente genera la Universidad, a través de docentes y estudiantes, es importante que tenga un canal de retorno hacia la comunidad donde se originó, implementando una metodología apropiada para que pueda ser utilizada y puesta en práctica. No importa la complejidad de los parámetros investigativos, pero de no cumplirse este propósito, las investigaciones que diariamente son parte de las metas y objetivos universitarios, seguirán llenando los discos duros de los ordenadores, y nosotros, como país, seguiremos importando tecnología, aún sea la más simple.

En tal sentido, las universidades ecuatorianas empeñadas en encontrar un “canal de retorno” hacia las comunidades, en la actualidad podrían utilizar los medios públicos escritos, radiales, televisivos y otros, en los cuales si se dan espacios para este tipo de iniciativas. En la televisión pública, por ejemplo, encontramos programas de divulgación turística, agroecológicos, mini empresariales y de otro tipo que, en el caso de la gastronomía ecuatoriana, divulgan platillos y recetas variadas y ricas de diferentes lugares y regiones.

Para el mismo propósito, las universidades deberían profundizar sus relaciones con municipios, consejos provinciales y otras instituciones públicas y privadas, para que, a través de convenios u otras modalidades, los departamentos de cultura y/o del “buen vivir” provean de espacios, facilitadores y recursos para que los pobladores interesados de diversas comunidades reciban capacitaciones científicas y técnicas sobre sus propios usos y costumbres, venga al caso.

Es importante resaltar que en la generalidad de la población ecuatoriana, sobre todo a nivel de sectores sociales medios y populares, es notorio el entusiasmo



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

que actualmente despierta la valoración de “lo nuestro”, en diferentes campos. Una muestra fehaciente es el gran flujo turístico interno que en los feriados se desplaza a lo largo y ancho de la geografía ecuatoriana, sin duda empujado por el mejoramiento y buen estado de las vías, en general, pero también porque la oferta en comidas, paradores turísticos, restaurantes, hostales, hoteles, parques naturales, parques de diversiones, etc., es más variada y asequible a pequeñas y medianas economías, y es más “orgullosamente ecuatoriana” como se nota en las ofertas de fritadas, ceviches, humitas, cuyes, pollos, sopas, ensaladas, dulces, panes, melcochas, jugo de caña, compotas y más. (¿Será que por este camino logramos desterrar la ofensiva importación “agringada” de alitas de pollo, helados, palomitas de maíz, chimichurris, cereales pre cocidos y hasta de hojas de choclo?)

Esta realidad abre un importantísimo espacio para que las universidades se inmiscuyan en este proceso de apoderamiento de lo nuestro aportando con el conocimiento científico y técnico.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## **Taller: “Nuevas ideas para preparar la Sarandaja”**

### **Iniciativa**

Con la coordinación del comité de damas del cantón Quilanga – Provincia de Loja y la Unidad de Cultura de la Ilustre Municipalidad del mismo cantón se propone la realización del primer taller “Nuevas ideas para preparar la sarandaja”.

### **Objetivos:**

- Hacer conocer la importancia nutritiva y cultural de la sarandaja , como cultivo propio de la zona.
- A manera de ensayo, divulgar y preparar varias recetas cuya materia prima principal es esta leguminosa.
- Aprender aquello más básico para aprender a hacer la comida con sarandaja de forma autónoma.

El Taller “**Nuevas ideas para preparar la Sarandaja**” se realizó en Quilanga, centro cantonal del cantón del mismo nombre, provincia de Loja, como parte de la propuesta de la tesis y con el fin de dar a conocer nuevas ideas de utilización y preparación de la leguminosa que se cultiva exclusivamente en la provincia de Loja.

El Taller se desarrolló en doble jornada, utilizando el local y menaje prestado por el comité de damas.

Participaron trece personas entre amas de casa, padres de familia y propietarios de restaurantes.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### Metodología

En un taller participativo se prepararon cinco recetas en conjunto con los participantes.

Cada receta se iba elaborando en conjunto y a la vez se proyectaba en una pizarra los ingredientes y las técnicas que se utilizan para cada una de ellas, acompañados a la vez por un recetario proporcionado, los participantes iban entendiendo y aprendiendo las diferentes técnicas para una nueva utilización de la sarandaja.



### Las recetas elaboradas fueron:

- 1.- Empanadas dulces de sarandaja
- 2.- Bebida de sarandaja con frutas
- 3.- Dulce de sarandaja y zambo
- 4.- Menestra gourmet de sarandaja
- 5.- Buñuelos de sarandaja.





## UNIVERSIDAD DE CUENCA

Como estrategia metodológica, se elaboro aquellas recetas cuyos ingredientes son fáciles de conseguir en la zona o lugares aledaños.

Todas las recetas fueron degustadas por los participantes.



Al finalizar el taller se hizo pequeña socialización con los participantes se hizo un pequeño resumen de las recetas, se aclaró algunos puntos y hablamos acerca de la sarandaja. Los participantes preguntaron en qué universidad se había realizado el trabajo y se les comunicó que la investigación y prácticas se hizo en la

Universidad Estatal de Cuenca. El comentario fue que, por primera vez, recibían un Taller divulgativo respecto de un trabajo de graduación de una estudiante.

En la evaluación surgió la propuesta de que se continúe en las comunidades con esta capacitación y socialización, sobre los variados temas que abarca la tesis, investigación, prácticas, etc., y que asuman estas tareas las universidades directamente involucradas.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## CONCLUSIONES

Existe una tradición de consumo de la sarandaja, su utilización no ha pasado de los linderos de un uso sencillo en las casas de la provincia de Loja, esto es para utilización de sopas y menestras.

Se propuso nuevas alternativas para el consumo, inicialmente se hizo un estudio prospectivo de la sarandaja como leguminosa de gramo, para tener un conocimiento global del grano, principalmente para conocer sus cualidades nutritivas.

Al encontrar esta leguminosa en la provincia de Loja de manera cuantiosa se investigó los usos de la misma dentro de la provincia con el fin de tener un diagnóstico de los usos actuales de la leguminosa, se recopilaron recetas lo que nos permitió, a partir de estas realizar nuevas propuestas de manera asequible para la población y a la vez con técnicas culinarias sencillas que no dificulten la realización.

Se realizaron algunas pruebas con cada receta que finalmente llevó a obtener una fórmula que nos llevó a la nueva receta.

Se utilizan muchos productos de la provincia de Loja como: maní, zambo, zapallo, café entre otros.

Gracias a esta investigación se tiene la convicción de que es posible utilizar este producto en muchísimas otras alternativas alimenticias y la vez dando un importante valor a este producto consiguiendo su rescate gastronómico.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## RECOMENDACIONES

Se propone lograr una publicación de tan importante recetario y a la vez participar en programas culturales en donde pueda existir mayor divulgación de esta investigación a la comunidad.

Recomiendo también profundizar en el análisis de la sarandaja, lograr obtener valores más exáctos con un análisis bromatológico que permita tener en detalle cada una de las cualidades de la sarandaja pudiendo así encontrar puntualmente las cualidades de la leguminosa.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

### BIBLIOGRAFÍA

1. BOX, Mateo. *Leguminosas de grano*. España, Salvat editores S.A., 1962. 298–299
2. CARRIÓN, Alejandro. *El último rincón del mundo, Ensayos históricos*. Loja, Ilustre Municipio de Loja, 1992.
3. CELI, Segundo. *Colección y Estudio de características agronómicas de Sarandaja (Dolichos Lablab L.) en condiciones de cultivo bajo riego en Zapotepoamba*. Loja, Universidad Nacional de Loja, Facultad de Agronomía y Veterinaria, 10 - 66.
4. GUAMAN, Francisco. *Diagnóstico y alternativas tecnológicas para el mejoramiento del suelo en una zona marginal del sur de Ecuador*. Loja, Universidad Nacional de Loja, 1987. 85 - 86.
5. HERRERA, Jeovanny. *Identificación bioecológica y control de plagas defoliaforas de sarandaja en Zapotepoamba*. Loja, Universidad Nacional de Loja, 2002.
6. JARAMILLO, Pío. *Historia de Loja y su provincia*. Loja, Municipio de Loja, 2002.
7. MALDONADO, Numa, Francisco Vivar y Jacinto Vélez. *Escenario de la Cultura de Loja, Casa de la Cultura Ecuatoriana "Benjamín Carrión"*. Loja, 2005.



## UNIVERSIDAD DE CUENCA

8. NATIONAL ACADEMY OF SCIENCE. *Perspectives de la Recherches Agronomiques en Afrique. National Academy of Science*, Washington, DC. 1976, 63.
9. OJEDA, Sánchez. *Alimentación de Broilers con dieta que contiene Sarandaja*. Loja, Universidad Técnica de Loja, 1991.
10. PREDESUR. *Plan de desarrollo regional del sur 1998 – 2003*. Tomo I. Cuenca, Monsalve Moreno, 1998.
11. RODRIGUEZ, Nelo. *Caracterización y manejo agroecológico de cuatro poblaciones de sarandaja, con dos sistemas de tutoraje*. Loja, Universidad Nacional de Loja, 2004.
12. SARMIENTO, Carlos. *Recuerdos de Cariamanga, Vivencias y Añoranzas*. Casa de la Cultura Ecuatoriana Benjamin Carrión núcleo de Loja. Loja, 2007.
13. SOCIEDAD LOJANOS ILUSTRES DEL AYER. *Lojanos ilustres del ayer I*. Loja, Sedab, 2005.
14. USTIMIENKO, Karl. *Cultivos tropicales*. Moscú, 1962, 85.



UNIVERSIDAD DE CUENCA

## ANEXOS

---

