



UNIVERSIDAD ESTATAL AMAZÓNICA

SISTEMA NACIONAL DE NIVELACIÓN Y ADMISIÓN

PROYECTO INTEGRADOR DE SABERES

TEMA:

Lasaña de chontacuros elaborada con masa de plátano verde y palmito.

AUTORES:

María Cristina Velasco, Karen Martínez, Grace Huatatoca,
Wendy García, Marco Chanaguano e Isaac Tapuy.

CARRERA:

Turismo

DOCENTE:

Ing. Sheyla Fernández

TUTORA:

Ing. Sheyla Fernández

PERIODO:

Segundo semestre 2018

CURSO:

Turismo “A”

PASTAZA-ECUADOR

INDICE GENERAL



Contenido

INTRODUCCIÓN	4
CAPITULO I	5
1.- PROBLEMA	5
1.2 Formulación del problema	6
HIPOTESIS	6
1.3 OBJETIVOS	6
OBJETIVOS GENERAL	6
OBJETIVOS ESPECIFICOS	6
1.4 JUSTIFICACIÓN	7
CAPITULO II	8
MARCO REFERENCIAL	8
2.1 MARCO TEÓRICO	8
¿Qué es el turismo gastronómico?	8
Lasaña y sus antecedentes:	8
Diseño del plato	9
Conclusión para los autores que es el turismo gastronómico:	9
¿QUÉ ES EL TURISMO EXTRANJERO?	9
PASTAZA, DESTINO TURISTICO	10
Qué ver en Pastaza: sitios y lugares turísticos	10
Turismo - Cultura	10
Turismo - Naturaleza	10
Clima de Pastaza	10
Biodiversidad	10
Flora	10
Fauna	11
Gastronomía de Pastaza	11
División Política de Pastaza	12
PROPIEDADES DEL CHONTACURO	12
¿QUE ES EL TURISMO?	13
¿QUIÉN ES UN TURISTA?	13
¿QUE ES EL TURISMO NACIONAL?	13
NOMBRE CIENTIFICO DEL MAYON O CHONTACURO	13
2.2 MARCO CONCEPTUAL	14
TIPO DE PALMAS	14



GUIA GASTRONOMICA	15
JUGO DE CAÑA	15
UNA ALTERNATIVA DE CONSUMO PARA LOS PALADARES EXIGENTES	17
AMAZONIA DESTINO DEL CHONTACURO	17
CAPITULO III	18
PROPUESTA	18
MATRIZ DE ACTIVIDADES	19
FORMULA DE LA MUESTRA	20
TABULACIÓN DE ENCUESTAS	21
CONCLUSIONES	31
RECOMENDACIONES	31
GLOSARIO	32
BIBLIOGRAFIAS	33
ANEXOS	34



INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación se realizó como requisito previo para la aprobación del curso de nivelación de la Universidad Estatal Amazónica, para lo cual aplicaremos todos los conocimientos adquiridos durante el curso, cuyo objetivo es proponer una estrategia de solución para el problema planteado.

Se basa específicamente en la producción de lasaña de chontacuros, para llevar a cabo este proyecto se debe realizar un debido proceso como; ver la preferencia de las personas, si es innovador, cual es el presupuesto para realizarlo y hay que tener en cuenta los aspectos de manipular los alimentos y otros temas importantes. Está basado en un profundo estudio de las necesidades y requerimientos que tienen los turistas nacionales y extranjeros para satisfacer con calidad la necesidad básica como es la alimentación. El presente proyecto busca determinar el grado de factibilidad de crear una nueva lasaña y mejorar el turístico gastronómico en nuestra ciudad de Puyo, que además de cubrir la necesidad alimenticia de los turistas locales y nacionales, brinden una satisfacción rica en cultura y esparcimiento social.

Además se espera con la implementación de este producto, obtener una rentabilidad ascendente en el tiempo basándose en la atención y servicios de calidad, y esperando que el flujo de visitantes y turistas aumente en nuestra Amazonia, ya que a pesar de ser un país pequeño, la gastronomía de Ecuador es bastante variada, esto se debe a que dentro del país se encuentran cuatro regiones naturales (costa, Sierra, Amazonia e insular) las cuales tienen diferentes costumbres y tradiciones. En base a las regiones naturales del país se subdividen los diferentes platos típicos e ingredientes principales.

Lo que hace más factible para los diferentes gustos de la población y contribuye a que esta idea sea base para adelantar un plato muy creativo y bastante delicioso y así podemos marcar la diferencia del turismo gastronómico.

De esta forma, se ha incrementado la creación de este plato para así promover la diversificación de la oferta y de avanzar hacia un desarrollo turístico gastronómico sustentable y equilibrado donde la gastronomía es el principal motivo de desplazamiento de los visitantes y turistas hacia dicha ciudad, es decir, que puede ser considerada una atracción turística primaria.



CAPITULO I

1.- PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

En toda la Región Amazónica se encuentra los chontacuros o mayones que son los gusanos que se originan en la planta de chonta. Estos gusanos son consumidos principalmente por los indígenas de la zona ya que estos animales cuentan con un sin números de vitaminas, nutrientes y propiedades curativas, para algunos turistas nacionales o extranjeros les resulta repulsivo el hecho de comer gusanos pero para otros es muy apetecible.

La comida amazónica va ganando espacio en Ecuador, al punto que el visitante puede hallar varios restaurantes donde degustar el primitivo sabor de la Amazonia. Pero se debe saber que en estos restaurantes selectos estará saboreando platos gourmet basados en alimentos originales, en algunos casos resultados de investigaciones acuciosas de sus chef, pero versiones al fin.

Los chontacuros son a menudo el elemento fundamental de los “maitos”, un envuelto que también se prepara con pescado (sobre todo tilapia) o pollo y vegetales de la región como el palmito y el yuyo (un helecho) y la yuca, entre otros, aderezados con sal por tal motivo no se los utiliza en lasañas ya que este es un plato extranjero y no es muy común que se le prepare con este gusano este en un plato muy solicitado en restaurantes por su delicioso sabor y uno de sus principales ingredientes es la carne y el queso lo que le hace ser lo más llamativo. Por tal motivo este proyecto se enfoca en crear un plato innovador hecho a base de chontacuros en una lasaña esperando que se convierta en un principal atractivo gastronómico de la zona.

Este plato deberá ser bien preparado para así lograr conseguir un sabor exquisito y que se convierta en unos de los atractivos gastronómicos más solicitados por turistas que lleguen a la zona, hacerlo muy reconocido a nivel nacional e internacional para que la amazonia no sea reconocida solo por sus paisajes y costumbres de los habitantes sino también por sus recursos naturales y como estos son utilizados en platos extranjeros para lograr un sabor endémico de la zona.



1.2 Formulación del problema

¿Con nuevas alternativas en el menú gastronómico de la amazonia ecuatoriana influye en un mejor nivel de satisfacción para el paladar de quienes nos visitan para el año 2019 en la provincia de Pastaza?

HIPOTESIS

Si logramos elaborar una lasaña a base de chontacuro, enriqueceríamos nuestra cultura en la gastronómica y al mismo tiempo un alimento saludable para las personas quienes lo consuman, exhibiendo al turismo gastronómico fundamental y así crear e innovar nuevas ideas que enriquezcan a la amazonia ya que con esto se lograra enfocarse al bienestar del turismo en el sector del puyo.

1.3 OBJETIVOS

OBJETIVOS GENERAL

- Crear una lasaña con un estilo original y sabroso siendo un producto innovador en la provincia de Pastaza destinada a satisfacer los gustos y preferencias de los turistas y visitantes.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Realizar un estudio de mercado para determinar la demanda del producto innovador lasaña de chontacuro.
- Reconocer su alto contenido de grasa, propiedades curativas y alto vitamínico para convertirlo en un llamativo al paladar de turistas y visitantes.
- Convertir el plato en parte de la guía gastronómica de la amazonia ecuatoriana.



1.4 JUSTIFICACIÓN

Es importante por cuanto aporta significativamente a la conservación de las costumbres ancestrales relacionadas con la práctica culinaria, y mencionar respecto a los productos andinos que se utilizaban antes y que hoy en día tienden a desaparecer.

A través de este proyecto se trata de difundir nuestra identidad, el reconocer que somos y a donde vamos, si vale la pena mantener nuestra historia, nuestras raíces y no dejar que muera nuestra gastronomía ancestral.

Debido a esto surge la necesidad de elaborar un plato ancestral como la lasaña de chontacuro para rescatar y preservar su preparación, mejorando así la seguridad alimentaria y nutricional; obteniendo un consumo a mayor escala para los turistas.

Para obtener el producto y lograr el objetivo inmediato. Cuando se elabora un proyecto suelen distinguirse cuatro tipos de recursos: humanos, materiales, técnicos y financieros, que constituyen los insumos necesarios para su realización.

Se debe presentar un cuadro con los costos del proyecto indicando las diferentes fuentes, si existen, y discriminando la cuantía de cada sector y la investigación, presentar un cronograma financiero que cubra todo el desarrollo del proyecto.

Además, la existencia o no de recursos para resolver un problema, condiciona en gran medida las posibilidades de ejecución y la viabilidad de este proyecto innovador.

Si se puede llevar a cabo este proyecto, ya que es muy innovador en nuestra ciudad porque así nuestros turistas tendrían más diversidad de consumir platos típicos elaborados con productos amazónicos.

Es muy importante precisar que es lo que se quiere lograr, es decir, cuales son los objetivos o los propósitos. Las personas que están de acuerdo en que lo primero es mejorar la gastronomía ancestral de nuestra ciudad.

Así, permitirá incorporar y desarrollar métodos de llamamiento turístico, ya que dará a conocer que nuestra ciudad es rica en sus costumbres, tradiciones y comida ancestral.



CAPITULO II

MARCO REFERENCIAL

2.1 MARCO TEÓRICO

¿Qué es el turismo gastronómico?

El **turismo gastronómico** es una forma muy particular de hacer turismo, donde la gastronomía del país visitado es el hecho fundamental que guía la visita, muy particular de conocer el mundo, concentrada en las manifestaciones de la cultura culinaria de cada país. **No es únicamente para aquellas personas que aman comer**, o que trabajan en el rubo (como pueden ser los cocineros o gourmets), está dirigido sobre todo para aquellas Gastronómico es una nueva opción de aventura, no solo dirigido a todo tipo de personas. Aquel que esté dispuesto a vivir una aventura culinaria, probar cosas nuevas, explorar sabores, es perfecto para este tipo de viajes Larouse (2006).

Lasaña y sus antecedentes:

Se trata de un plato de origen griego italiano, es un tipo de pasta que se sirve en láminas, los platos que tienen pasta en láminas intercaladas con carne, ragú o salsa boloñesa y bechameles llamado lasaña al horno, también se puede utilizar verduras para la realización de este plato. Existen muchas variantes de este plato, en el caso de la lasaña al horno las variantes provienen del contenido entre las láminas de pasta y bechamel, en este caso se puede encontrar lasañas de verduras, y entre ellas se tienen coles de bruselas, brócoli, de espinacas, etc. pueden hacerse de pescado y en este caso pueden contener atún, etc. Existen variantes que en lugar de salsa de carne que en su mayoría son de cerdo o vaca, emplean carnes de aves tales como el pollo o el pavo y las variantes más útiles pueden llegar a incluir morcilla como contenido y hojas de col en lugar de la pasta, el resto es igual.

- ❖ Lasaña de pollo
- ❖ Lasaña de carne
- ❖ Lasaña de vegetales
- ❖ Lasaña de boloñesa
- ❖ Lasaña de atún
- ❖ Lasaña de 4 quesos
- ❖ Lasaña de pescado

Diseño del plato



Conclusión para los autores que es el turismo gastronómico:

El turismo gastronómico es la mejor forma de lograr visita tanto de locales, nacionales y extranjero, y todo esto se logra cuando generamos nuevas opciones para adentrarnos en el mundo culinario donde podemos experimentar muchos sabores que caracterizan a una región o así mismo a personas que trabajan en este sector gastronómico, es la opción de mostrar nuestras habilidades culinarias con experiencia, teniendo en cuenta la cocina moderna, tradicional, y ancestral, y todo esto se logra, cuando se brinda experiencias a los turistas de calidad, únicas e innovadoras.

INGREDIENTES DE LA LASAÑA DE CHONTACUROS.

- 12 láminas de masa de verde.
- 20 chontacuros.
- 1 cebollin.
- 2 dientes de ajo picada □ 1 palmito.
- 1 lata de pasta de tomate.
- ½ cucharada de aceite de oliva.
- 1 libra de queso mozzarella rallado.
- Sal.
- Orégano.
- Salsa bechamell.

La lasaña de chontacuros será acompañada con jugo de caña.

¿QUÉ ES EL TURISMO EXTRANJERO?

Todo el espectro que se genera a partir de la idea y/o de la acción que implica el desplazamiento de los seres humanos a un lugar diferente al de su residencia con posibilidades recreativas, es decir, con intenciones de descanso, diversión y/o contacto con el destino receptor. El turismo se presenta entonces como un fenómeno complejo y

multidisciplinar que comprende aristas económicas, sociales, políticas, artísticas, antropológicas, medioambientales, históricas, geográficas, educativas, psicológicas, comunicativas... que involucra simultáneamente al sector empresarial, al estatal, al no



gubernamental, al sector profesional, a las poblaciones que habitan cada destino turístico y a los turistas. *Ledhesma, M. (1942)*

El turismo extranjero es cuando una persona o un grupo de personas emprenden un viaje hacia un país que no sea el de ellos con el fin de conocer otros pueblos, culturas, tradiciones e irse con ese aprendizaje a compartirlo a las personas que lo rodean. También para apoyar económicamente al país o lugar que visitan.

PASTAZA, DESTINO TURISTICO

Se ha convertido en la zona más turística de la Amazonia. Puyo es conocido como un lugar comercial. La actividad en las calles comienza desde muy temprano y culmina casi a la medianoche. Las principales vías están repletas de almacenes de todo tipo.

El paisaje y la belleza natural de los encantos de Pastaza, brindan las mejores opciones a visitantes y científicos que deseen conocer la impresionante vegetación, fauna, ríos, cascadas y demás lugares fascinantes del oriente de Ecuador.

Sus habitantes lo llaman "Corazón de la Amazonia" y el nombre de su cabecera cantonal proviene del vocablo quechua "puyu" que significa neblina.

Fecha de Cantonización: 13 de noviembre de 1911

Qué ver en Pastaza: sitios y lugares turísticos

Turismo - Cultura

Cuna de 7 nacionalidades indígenas: quichuas de la Amazonía, Andoas, Záparas, Huoranis Achuar, Shiwiar y Shuar. Museo Etno Arqueológico de Puyo, Iglesia Catedral, Parque central "12 de mayo", Malecón Boayacu Puyo y Centro Indígena Ñucanchi Allpa.

Turismo - Naturaleza

Cascada El Triunfo, Cascada Pailón del Ángel, Jardín Botánico Las Orquídeas, Laboratorio Natural Madre Selva, Parque Real de Aves Exóticas, Paseo Turístico del Río Puyo, Reserva Bosque Tropical Hola Vida, entre otros.

Clima de Pastaza

Puyo tiene un clima tropical monzónico. Temperaturas que van desde los 15°C a 32°C. La temperatura promedio anual es 20°C.

Biodiversidad

Flora

En medio de la selva, hay innumerables especies comestibles, oleaginosas, medicinales y colorantes. Un jardín exuberante con una infinita variedad de musgos, vides, bromelias, helechos, orquídeas, palmas, lirios, y plantas de hojas grandes que absorben gran parte de luz solar.

Se encuentran ejemplares de los legendarios caoba, guayacán (madera muy dura, hoy desaparecida), cedros, roble, bálsamo, bambú, entre otros.

Fauna

Tucán, trogón colinegro, colibrí olivipunteado, gallo de la peña, periquito hombriescarlata, saltarín dorsiazul, hormiguero, monos y la belleza de los loros entre muchas otras especies.

Gastronomía de Pastaza

<p>□ Ceviche El Volquetero.- se prepara con atún enlatado, sus principales ingredientes son el chocho, chifle, cebolla y tomate.</p>	
<p>□ Maito.- es un plato amazónico que consiste en un envuelto de carne de pescado, pollo o chontacuro, vegetales como palmito. Estos se sazonan con sal y se envuelven en hojas de bijao, se amarran con fibra de paja toquilla y se exponen directamente al fuego. Se acompaña con yuca, plátano verde, palmito y encurtido de cebolla y tomate.</p>	
<p>□ Uchú Manga.- Es un caldo preparado con carne de animales (guanta, danta o pescado), con sal y ají. Uchú significa "ají" y manga significa "olla", en Kichwa amazónico. Este preparado se puede llevar en viajes, se le añade más agua u otras carnes y les sirve de alimento en las jornadas por la selva.</p>	

<p>□ Chicha de Yuca.- bebida preparada a base de yuca cocinada y aplastada en batea de madera con mazo del mismo material. En ciertos lugares del cantón, una parte de la masa es masticada por una mujer para dar un cierto grado de fermentación. Para servirla se le</p>	
<p>añade agua fría.</p>	
<p>□ Melcochas.- dulces hechos a base de caña de azúcar.</p>	

División Política de Pastaza

El cantón está formado por 14 **parroquias**
Urbanas: Puyo (cabecera cantonal y capital provincial)
Rurales: Canelos, Diez De Agosto, Fátima, Montalvo (Andoas), Pomona, Río Corrientes, Río Tigre, Sarayacu, Simón Bolívar (Cab. en Mushullacta), Tarqui, Teniente Hugo Ortiz, Veracruz (Cab. en Indillama), El Triunfo y Chuwitayu. *ViajandoX (2018)*

Pastaza es la provincia más grande del Ecuador y la que cuenta con más Etnias de la región con muchos lugares turísticos y diversidad culinaria, sería un buen destino por conocer ya que las personas que visitarían se sintieran en una buena relación y convivencia con la naturaleza pura los animales y conociendo otras etnias y culturas.

PROPIEDADES DEL CHONTACURO

Para los indígenas de la amazonia, es un manjar que no solo tiene propiedades alimenticias sino también medicinales. Aseguran que alivia la tos y el asma. Se los puede comer asados, cocinados o fritos, acompañados en salsa de cebolla, tomate, lechuga y una rica yuca cocinada. Así describen al chontacuro.

Estos insectos nacen de las larvas que deposita el escarabajo negro en las palmas caídas de chonta, que durante un proceso biológico natural de 3 meses nacen unas orugas que son recogidas por los campesinos, quienes pueden obtener entre 40 a 50 ejemplares. Cada gusano vivo tiene un costo de entre 25 y 30 centavos, y sazonado el precio es de 50 centavos. Existen tres clases de Chontacuro destinados para el paladar que nace en la Chonta, el que se reproduce en la planta de Meretel o en la Shigua, sin embargo, el más apetecido es el primero de la lista. Los gusanos según Yumbo, tienen poder curativo para prevenir y sanar enfermedades respiratorias por esa razón también son buscados. *Asociación de Municipalidades Ecuatorianas (2017)*.

El chontacuro es un alimento endémico de la Amazonia para algunas personas le parece repulsivo pero para otras es muy delicioso que aparte tiene muchas propiedades curativas



y es un alimento se lo puede encontrar de venta en los mercados y toma de un buen tiempo para la reproducción de este animal comestible

¿QUE ES EL TURISMO?

Son las actividades que realizan las personas durante sus viajes y estancias en lugares distintos a su entorno habitual por un período de tiempo consecutivo inferior a un año, con fines de ocio, negocios u otra cita textual

El turismo es muy importante porque genera ingresos económicos al país y a cada provincia y se toma mucha importancia a los recursos naturales.

¿QUIÉN ES UN TURISTA?

Se denomina turista a la persona que se desplaza hacia otras regiones o países distintos del propio con la finalidad de pasar allí momentos de ocio, conocer otras culturas, visitar lugares específicos que están ausentes en la región de residencia habitual, etc.

¿QUE ES EL TURISMO NACIONAL?

El **turismo nacional** abarca el **turismo** interno y el **turismo** emisor, a saber, las actividades realizadas por los visitantes residentes dentro y fuera del país de referencia, como parte de sus viajes turísticos internos o emisores.

El turismo nacional es turismo que se realiza dentro de un país gracias a ello podemos conocer otros regiones o provincias.

NOMBRE CIENTIFICO DEL MAYON O CHONTACURO

Rhynchophorus palmarum

La larva conocida como *chontacuro* o *suri*, causa fuertes daños en las plantaciones de palma, sin embargo, es una fuente excelente de proteínas, vitaminas A y E y minerales, por lo que ha sido consumida por siglos como alimentos por las poblaciones nativas,⁴ que la recolectan en las palmas de los bosques. (Sánchez et al., 1993; González y Camino, 1974).

Este producto es muy deseado por los visitantes y vendidos por los locales gracias a sus propiedades medicinales ya que es utilizada la desnutrición y enfermedades pulmonares.



2.2 MARCO CONCEPTUAL

TIPO DE PALMAS

□ CHONTADURO

Nombre científico: *Bactris gasipaes* var. *gasipaes*.

Familia: Arecaceae. **Otros nombres:** Chontaduro, cachipay, jijirre, bobí, cachipaes, pichugao, pijuayo, pupunha, supa, tembé.

Origen: Amazonía sud occidental.

La planta llega a medir hasta 20 metros de alto, es nativa de las regiones tropicales y subtropicales de América. Se aprovecha su fruto, una drupa de gran valor alimentario, su madera y el cogollo tierno, que se cosecha para extraer palmito y sobre todo el tronco que sirve como incubadora de la reproducción de chontacuros.

□ MORETE

Nombre científico: *Mauritia flexuosa* (ARECACEAE)

Descripción

El morete es una de las palmeras más altas de la Amazonía, crece en moretales, o conjuntos de moretes, donde conforma un hábitat propio y un refugio de vida silvestre ya que varias especies de aves, mamíferos se alimentan de sus frutos. Esta palma tiene un tallo solitario que puede llegar a medir hasta 40 metros de altura, con un diámetro de entre 30 y 60 cm. Su flor se desarrolla cerca del tallo, en racimos colgantes desde donde empiezan las hojas. **Usos**

De esta palma se consume el fruto, el palmito y el tronco se utiliza para criar chontacuros, una vez que el tronco está tumbado, se puede utilizar para criar larvas de dos tipos de chontacuros, también conocidos como mayones y guillacuros, ambas muy apetecidas. De un tronco se extraen aproximadamente unos 80 chontacuros los cuales generalmente se consumen fritos o asados.

□ CHAMBIRA

NOMBRE CIENTÍFICO: *Astrocaryum chambira* (ARECACEAE)

DESCRIPCIÓN

Se trata de una palma muy generosa en cuanto a sus beneficios y partes útiles. Es una palma alta, que puede alcanzar hasta los 30 m., su tronco es recto, con anillos y lleno de espinas que pueden medir alrededor de 10-15 cm. de. Su parte comestible son los frutos que carga bajo las hojas y el palmito o cogollo que es el meristemo apical o brote del tronco (Gómez et al., 1996 p. 11). La Chambira produce alrededor de 500 frutos pequeños, ovoides, de color amarillo cuando maduran, con una cáscara grasosa, su troco



se utiliza para realizar artesanías y sobre todo como criadero de chontacuros, su proceso es simple, una vez tumbada la palma y extraída los frutos y el cogollo, se procede a realizar agujeros en todo el troco esperar de dos a tres meses para que los chontacuros estén en su etapa de madurez.

□ HUNGURAHUA

NOMBRE CIENTÍFICO: Oenocarpus bataua (ARECACEAE)

Esta es una palma silvestre, siendo los mamíferos y aves los que esparcen su fruto. Al momento se la cultiva muy poco ya que para que comience a producir fruto le toma a la palma alrededor de 15 años; de todas maneras hay personas que la han sembrado para fines comerciales, sobretodo en la provincia de Pastaza, y algunas plantas ya están empezando a producir; inclusive se puede encontrar esta fruta en los mercados de Puyo y Coca, se consume el fruto y el palmito o yema apical. Tiene un tronco liso de hasta 40 cm. de diámetro y 20 metros.

GUIA GASTRONOMICA

Una *guía* es un libro de indicaciones, una lista de datos o información referente a una determinada materia, y en el caso que nos ocupa, esa información está relacionada con comida, restaurantes, regiones y países, dirigida a que todos los amantes de los viajes y de la gastronomía puedan hacer un buen uso de ellas.

Pero habrá que esperar hasta la década de los setenta para contar con una producción regular y variada de guías tanto nacionales como internacionales.

La función de estas guías gastronómicas va a ser más amplia que la de meramente informar, ya que también tienen como objetivo aportarnos las direcciones de establecimientos recomendados, aconsejarnos sobre los *platos estrella* de los restaurantes, ayudarnos a descubrir talentos emergentes del mundo de la cocina, acompañarnos en nuestros viajes e intentar orientar y educar a nuestro paladar, entre otros.

JUGO DE CAÑA

El jugo de caña de azúcar es una bebida saludable. Es rico en calcio, cromo, cobalto, cobre, magnesio, manganeso, fósforo, potasio y zinc. También contiene hierro y vitaminas A, C, B1, B2, B3, B5, B6 y, junto con la alta concentración de fitonutrientes, antioxidantes, proteínas y fibra soluble.

Los nutrientes que aporta, trabajan juntos para mantener su cuerpo en una forma buena y sana. Éstos son algunos otros beneficios del jugo de la caña de azúcar, según indica Salud y Pérdida de peso

1. La razón detrás de la caña de azúcar es una bebida popular durante los veranos es porque le da un tiro instantáneo de la energía y calma la sed. Jugo de la caña de azúcar es

una buena fuente de glucosa que, como sabemos, nos ayuda a rehidratar el cuerpo humano y le da un impulso de energía. Así que en lugar de su bebida energética artificial, la próxima vez que usted se siente fatigado o deshidratado, considere la posibilidad de beber un vaso de jugo de caña.

2. A pesar de que el jugo de la caña es de sabor muy dulce y tiene un alto contenido de azúcar, es bueno para los pacientes diabéticos. Contiene azúcar natural que tiene un bajo índice glucémico que impide fuerte aumento en los niveles de glucosa en sangre en los diabéticos, por lo que puede actuar como un sustituto de las bebidas gaseosas para ellos. Sin embargo las personas con diabetes tipo 2 deben consumir con moderación y después de consultar con sus médicos.

3. Jugo de la caña de azúcar se considera un alcalino que forma los alimentos debido a la alta concentración de calcio, magnesio, potasio, hierro y manganeso en el mismo. Enfermedades como el cáncer no pueden sobrevivir en un ambiente alcalino y por eso los estudios demuestran que es eficaz en la lucha contra el cáncer, especialmente cáncer de próstata y de mama.

4. Como jugo de caña de azúcar aumenta los niveles de proteína en el cuerpo, que ayuda en el mantenimiento de la salud de los riñones. Tomado en forma diluida, con jugo de limón y agua de coco, jugo de caña de azúcar ayuda a reducir la sensación de ardor que se asocia comúnmente con infecciones del tracto urinario, enfermedades de transmisión sexual, cálculos renales y prostatitis.

5. Los antioxidantes en el jugo de la caña de azúcar ayuda a luchar contra las infecciones y fortalecer el sistema de inmunidad del cuerpo. También protege el hígado el hígado contra las infecciones y ayuda a mantener los niveles de bilirrubina en control. Esta es la razón por la que el jugo de la caña de azúcar para beber consejo de los médicos a los pacientes ictericia, ya que es una de las pocas cosas que se digieren sin demasiada presión sobre el hígado y también ayuda en la reducción de los niveles de bilirrubina.

6. Jugo de la caña de azúcar también actúa como un buen digestivo, debido a la presencia de potasio. Ayuda a mantener el sistema digestivo en buena forma, previene las infecciones de estómago y se considera que es particularmente útil en el tratamiento del problema del estreñimiento.

7. Los estudios demuestran que el jugo de la caña de azúcar protege contra las caries y el mal aliento debido a su alto contenido de minerales. Así se ahorrará el próximo viaje al dentista y beber un vaso de jugo de caña de azúcar fresca puede conseguir los dientes blancos y brillantes.

8. Como mencioné en un post acerca de los efectos de los nutrientes en las uñas, la deficiencia de nutrientes en el cuerpo puede ser fácilmente percibida por la vista en la salud y el estado de sus uñas. Si tiene las uñas descoloridas frágiles que tienen manchas blancas en ellas, entonces es el momento de añadir el jugo de la caña de azúcar en su dieta.



9. Jugo de la caña de azúcar se ha descubierto que es ideal para aquellas personas que están luchando con los trastornos febriles. Trastornos febriles son responsables de lo que resulta en fiebre, que puede conducir a convulsiones y pérdida de proteínas en el cuerpo. Es bastante común en bebés y niños. Jugo de la caña de azúcar ayuda a compensar la pérdida de proteínas y ayuda en la recuperación.

10. Cuando se trata de la salud de la piel, se supone que los ácidos alfa hidroxilo tienen una gran cantidad de beneficios. Luchan contra el acné, reducen las manchas, previenen el envejecimiento y ayudan a mantener la piel hidratada. Uno de los ácidos alfa hidroxilo más eficaces es el ácido glicólico y la caña de azúcar contiene este ácido. Basta con aplicar el jugo de la caña de azúcar para la piel y deja que se seque.

UNA ALTERNATIVA DE CONSUMO PARA LOS PALADARES EXIGENTES

Los indígenas consumen este gusano considerado como un alimento de alto contenido proteínico por su grasa natural. Vale destacar las propiedades del chontacuro, o mayon, pues es rico en aminoácidos esenciales, proteínas, ácidos grasos poliinsaturados omega3 y omega 6, fibra, vitaminas A, C y D, carbohidratos, y minerales como hierro, magnesio, fósforo y calcio.

AMAZONIA DESTINO DEL CHONTACURO

Los chontacuros (que en quichua significa "gusanos de la chonta") son parte de la dieta alimenticia de los indígenas amazónicos, su nombre varía de acuerdo al idioma de la nacionalidad, así, en shuar se le conoce como mundish; mientras que en achuar como muquindi.

El chontacuro se transforma en un grueso gusano luego de que es depositado en el corazón del árbol de chonta por un escarabajo negro que trae en sus alas los huevos que luego se convertirán en larvas.

CAPITULO III

PROPUESTA



Después de estudiar lo concerniente al consumo de lasaña de los turistas y visitantes, veremos las características con las que va a constar la lasaña de chontacuros.

Este plato tendrá el principal ingrediente que son los chontacuros y la masa del plátano de verde, correctamente condimentada y será acompañada de jugo de caña, su presentación y preparación será sobre un recipiente de barro, el jugo de caña será servido en una copa de balsa para representar de forma significativa a la región en que pertenecemos. Los alimentos constituyen una parte fundamental en el turismo gastronómico de la Amazonía y, por consiguiente, no se hace mucho uso de los recursos que aquí tenemos innovando platos ya creados o haciendo unos nuevos para así lograr que el turismo gastronómico sea uno de los más importantes por su variedad para así lograr mejorar la economía tanto en los restaurants como en la región y también lograr incrementar la llegada de turistas y visitantes.

La importancia de la elaboración de este plato es para poder demostrar a las personas que existen diferentes formas de crear algo diferente que atraiga a los demás y con la utilización de productos endémicos que nos brinda nuestra amazonia, buscando la manera de mejorar la economía de la zona y hacer de la amazonia especialmente Pastaza una provincia con diversidad de turismo gastronómico.

MATRIZ DE ACTIVIDADES

OBJETIVOS ESPECIFICOS	ACCIONES	MEDIOS DE VERIFICACION
<input type="checkbox"/> Realizar un estudio de mercado para determinar la demanda del producto innovador lasaña de chontacuro.	<input type="checkbox"/> Realizar una encuesta sobre el número de personas que desean que este nuevo plato se promocione en la provincia.	<input type="checkbox"/> Resultado de la encuesta.
<input type="checkbox"/> Reconocer su alto contenido de grasa, propiedades curativas y alto vitamínico para convertirlo en un llamativo al paladar de turistas y visitantes.	<input type="checkbox"/> Hacer un estudio previo de los chontacuros y realizar una casa abierta promocionando este nuevo plato de comida.	<input type="checkbox"/> Disponibilidad del Rector de una UEA para realizar esta actividad.
<input type="checkbox"/> Convertir el plato en en parte de la guía gastronómica de la amazonia ecuatoriana.	<input type="checkbox"/> Que el plato se empiece a promocionar en todos los restaurantes de la amazonia.	<input type="checkbox"/> Ver que el plato ya forme parte de la guía gastronómica.

FORMULA DE LA MUESTRA

Para el cálculo de tamaño de muestra cuando el universo es finito, es decir se conoce el total de la población y se desea saber cuánto del total se tiene que estudiar, la fórmula sería:

$$n = \frac{N \times Z_{\alpha}^2 \times p \times q}{d^2(N-1) + Z_{\alpha}^2 \times p \times q}$$

Dónde:

- N= Total de la población
- Z_{α} = 1.96 al cuadrado (si la seguridad es del 95%)
- P = Proporción esperada (en este caso 5% = 0.05)
- q = 1- p (en este caso 1 – 0.05 = 0.95)
- d = precisión (en su investigación use el 5%)

$$n = \frac{N \times Z_{\alpha}^2 \times p \times q}{d^2(N-1) + Z_{\alpha}^2 \times p \times q}$$

$$n = 5000$$

$$n = \frac{5000(3,8416)(0,0475)}{(0,0009)(4,999) + (3,8416)(0,0475)}$$

$$n = \frac{(19,2080)(0,0475)}{(0,0045) + (0,182476)}$$

$$n = \frac{0,912380}{0,186976}$$

$$n = 4,879664$$

Para la investigación se realizaron 29 encuestas.

TABULACIÓN DE ENCUESTAS

Pregunta 1. ¿Usted ha escuchado hablar del chontacuro?

Tabla N. 1: Usted ha escuchado hablar del chontacuro

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	29	100%
No	0	0
TOTAL	29	100%

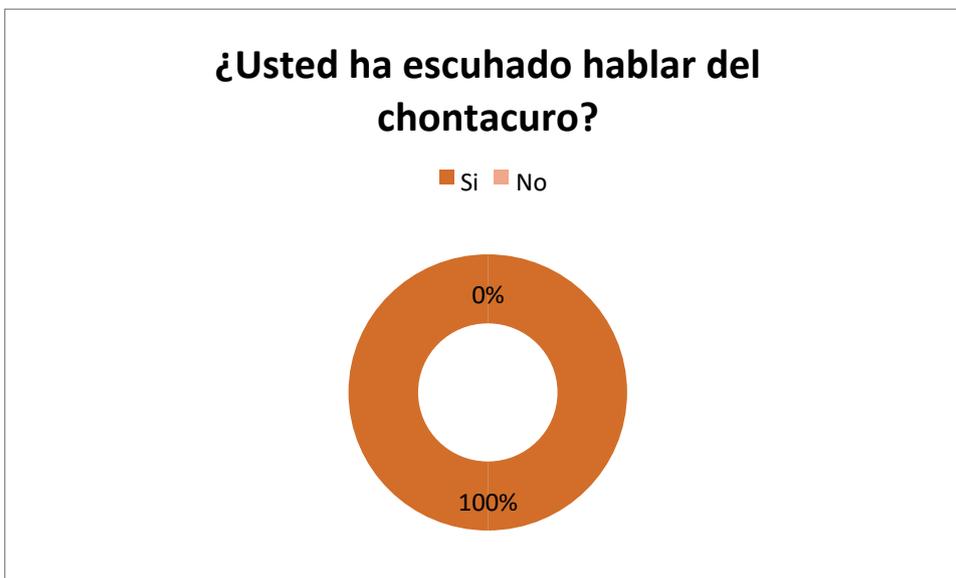


GRAFICO N.1:

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

En el gráfico se puede identificar que en un 100% la personas si han escuchado hablar del chontacuro por lo que se demuestra que si es un ingrediente fundamental por sus propiedades beneficiosas para el paladar exigente de las personas que visitan Pastaza y cabe resaltar que es un atractivo típico de la zona.

Pregunta 2. ¿Con que frecuencia usted consume lasaña?

TABLA N. 2: ¿Con que frecuencia usted consume lasaña?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Diariamente	0	0%
Semanalmente	4	14%
Mensualmente	8	28%
Anualmente	13	44,83%
Nunca	4	14%
TOTAL	29	100%

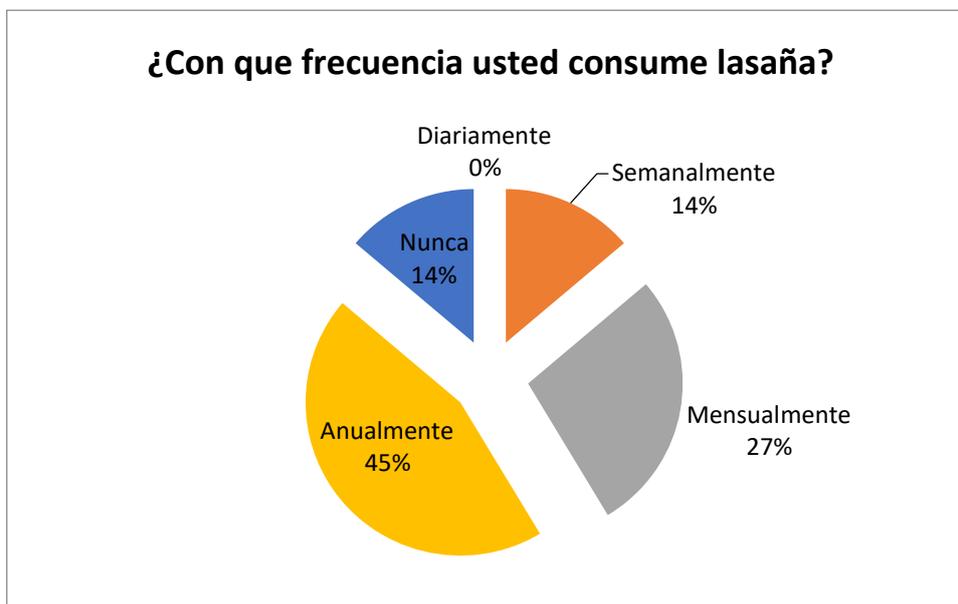


Grafico N.2

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

En el gráfico se puede ver que de un 100% de personas el 0% no consume lasaña todos los días, el 14% consume semanalmente, el 27% consume mensualmente, el 45% anualmente y el 14% de personas nunca ha consumido lasaña por lo que se llega a la conclusión de que un gran número de personas si han consumido lasaña y saben del plato.

Pregunta 3. ¿Cree usted que se pueda elaborar la lasaña a base de chontacuro?

TABLA N.3: ¿Cree usted que se pueda elaborar la lasaña a base de chontacuro?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	23	79%
No	6	21%
TOTAL	29	100%

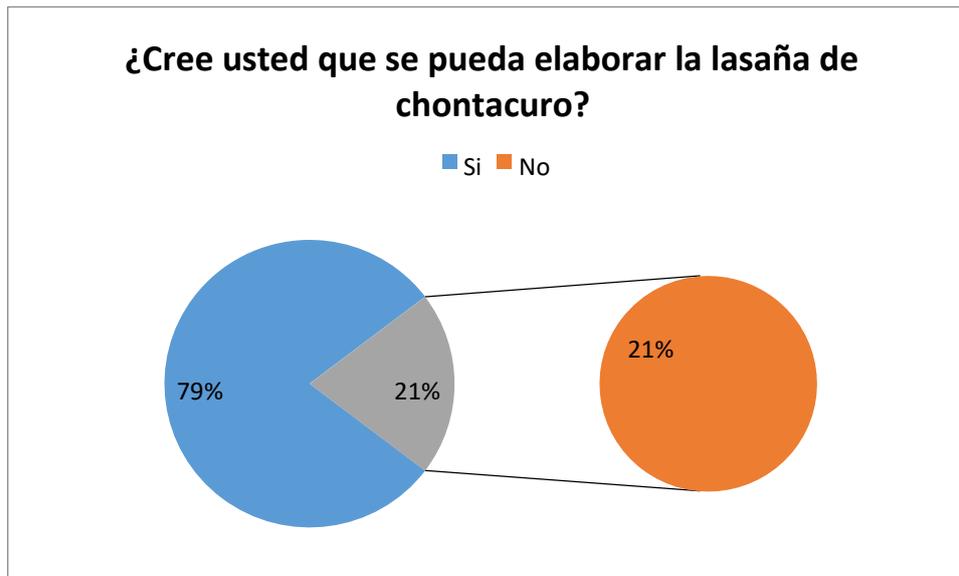


GRAFICO N.3

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El gráfico muestra que el 79% de personas piensan que si puede elaborar una lasaña de chontacuros y el otro 21% piensa que no por lo que se llega a la conclusión de que un gran porcentaje de personas eta de acuerdo en que se elabore esta plato.

PREGUNTA 4. ¿Crees tú, que la lasaña de chontacuro es un alimento saludable?

TABLA N.4: ¿Crees tú, que la lasaña de chontacuro es un alimento saludable?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	27	93%
No	2	7%
TOTAL	29	100%

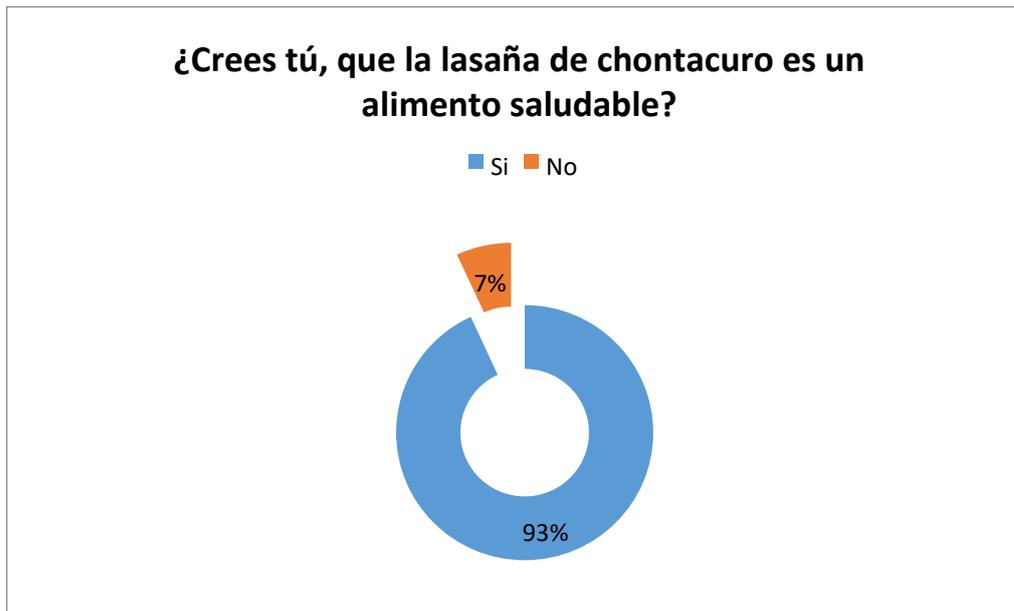


GRAFICO N° 4

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

En el grafico se muestra que el 93% de persona piensas que la lasaña de chontacuros sería un alimento saludable, mientras que el 7% piensa que no lo es; por lo que la lasaña sería un plato consumido por las personas y no afectaría su salud.

PREGUNTA 5. ¿Le agradaría consumir un plato innovador, como es el de la lasaña de chontacuro?

TABLA N.5: ¿Le agradaría consumir un plato innovador, como es el de la lasaña de chontacuro?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	25	86%
No	4	14%
TOTAL	29	100%

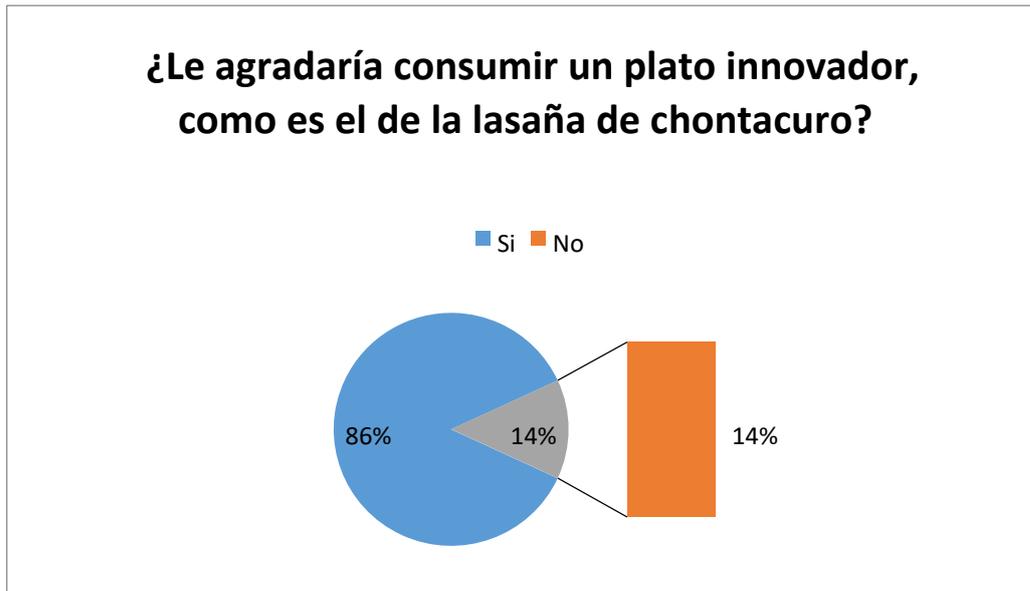


GRAFICO N.5

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El gráfico muestra que el 86% de personas si les gustaría consumir la lasaña de chontacuros y al 14% de personas no les gustaría por lo que llegamos a la conclusión de que si hacemos la lasaña de chontacuros sería aceptada por el mayor número de personas.

PREGUNTA 6. Si la lasaña de chontacuro resultara exitosa, ¿Qué es lo que más esperarías en cuanto al producto?

TABLA N.6: Si la lasaña de chontacuro resultara exitosa, ¿Qué es lo que más esperarías en cuanto al producto?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Buen sabor	18	62%
Buen precio	5	17%
Gran cantidad	1	3%
Bien condimentado	0	0,00%
Producto fresco	5	17%
TOTAL	29	100%

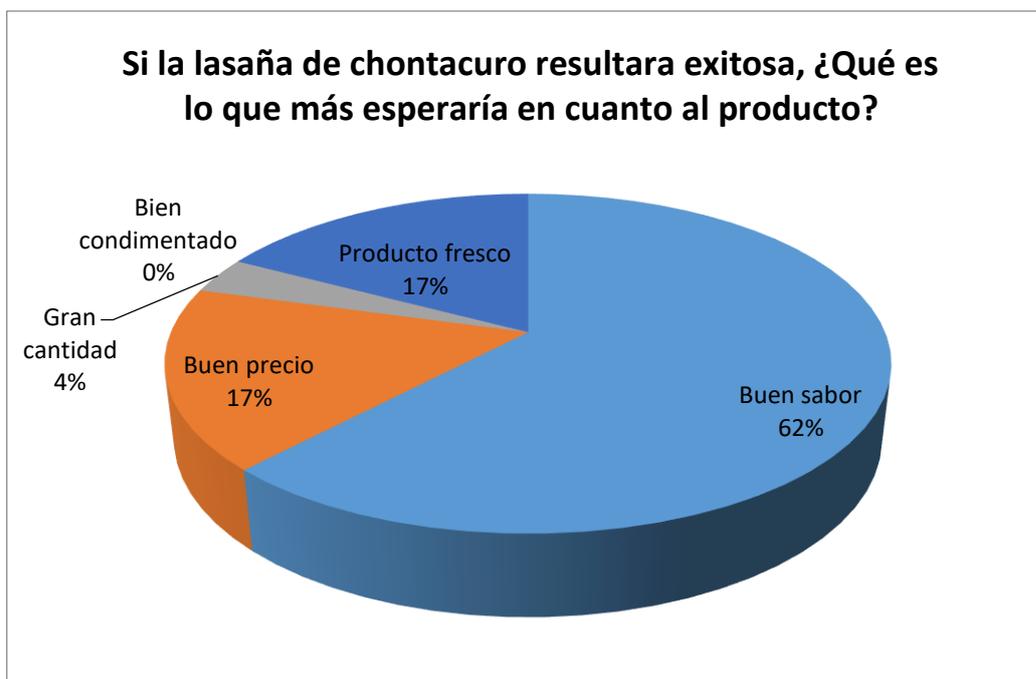


GRAFICO N.6

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El siguiente gráfico nos muestra que el 62% de personas esperan que la lasaña tenga un buen sabor, el 17% espera un buen precio, el 4% espera una gran cantidad de lasaña, el 0% esperan que el producto sea bien condimentado y el 17% quiere que el producto sea fresco por lo que podemos deducir que lo que la gente espera del producto es que tenga un buen sabor.

PREGUNTA 7. Desde su punto de vista, ¿usted cree que este plato innovador sea considerado como un turismo gastronómico?

TABLA N.7: Desde su punto de vista, ¿usted cree que este plato innovador sea considerado como un turismo gastronómico?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	27	93%
No	2	7%
TOTAL	29	100%

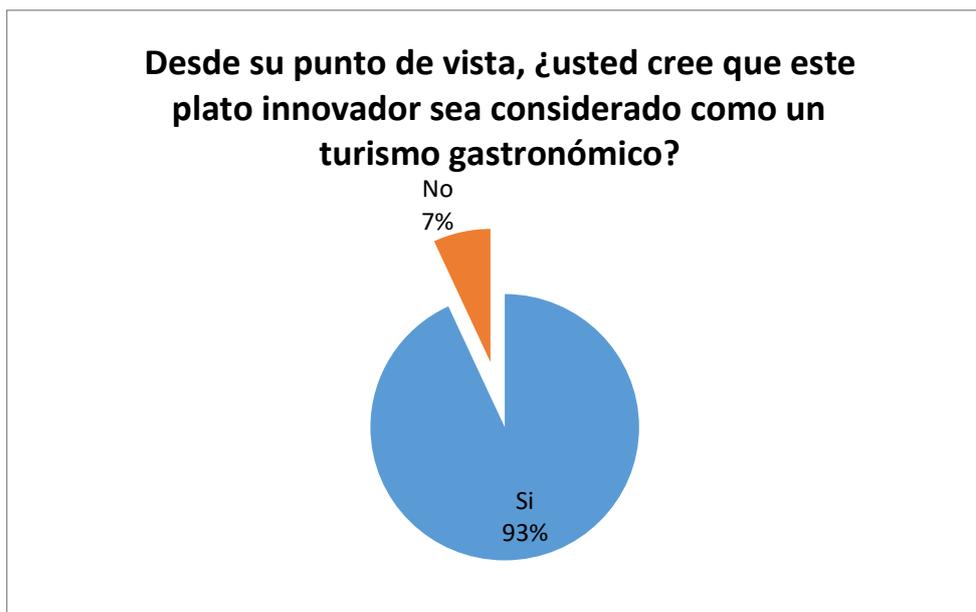


GRAFICO N.7

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

En el gráfico podemos ver que el 93% de personas piensan que el plato si sería considerado como un turismo gastronómico y el 7% piensa que no, por lo que si realizamos este plato sería una de las comidas más llamativas que tenemos en la amazonia.

PREGUNTA 8. ¿Usted considera o cree que los productos naturales de la amazonia son aptos para crear platos innovadores y que esto genere más turismo en nuestra localidad? Si su respuesta fue negativa ¿porque no?

TABLA N.8: ¿Usted considera o cree que los productos naturales de la amazonia son aptos para crear platos innovadores y que esto genere más turismo en nuestra localidad? Si su respuesta fue negativa ¿porque no?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	29	100%
No	0	0%
TOTAL	29	100%

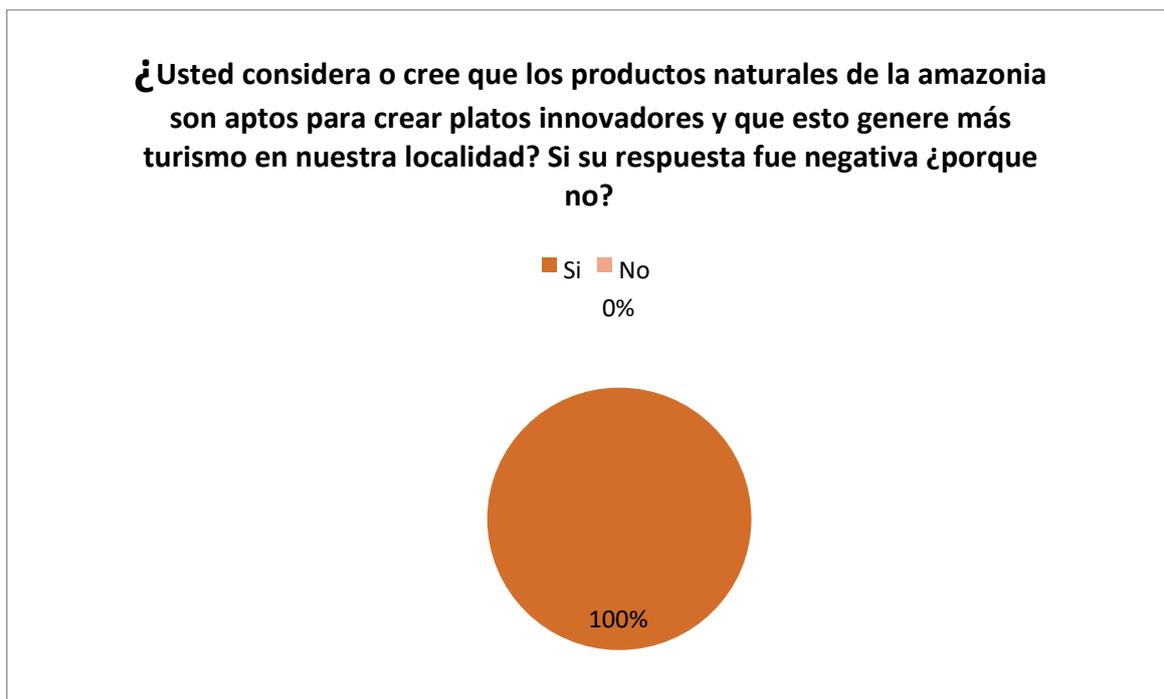


GRAFICO N.8

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El grafico muestra que el 100% de personas piensan que los productos naturales que tenemos en la amazonia si son aptos para crear platos innovadores por lo que deberíamos hacer más uso de estos.

PREGUNTA 9. ¿Usted estaría dispuesto cancelar un valor accesible y al mismo tiempo promocionar este exquisito plato en otras localidades? Si su respuesta fue negativa ¿porque no?

TABLA N.9: ¿Usted estaría dispuesto cancelar un valor accesible y al mismo tiempo promocionar este exquisito plato en otras localidades? Si su respuesta fue negativa ¿porque no?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	29	100%
No	0	0%
TOTAL	29	100%

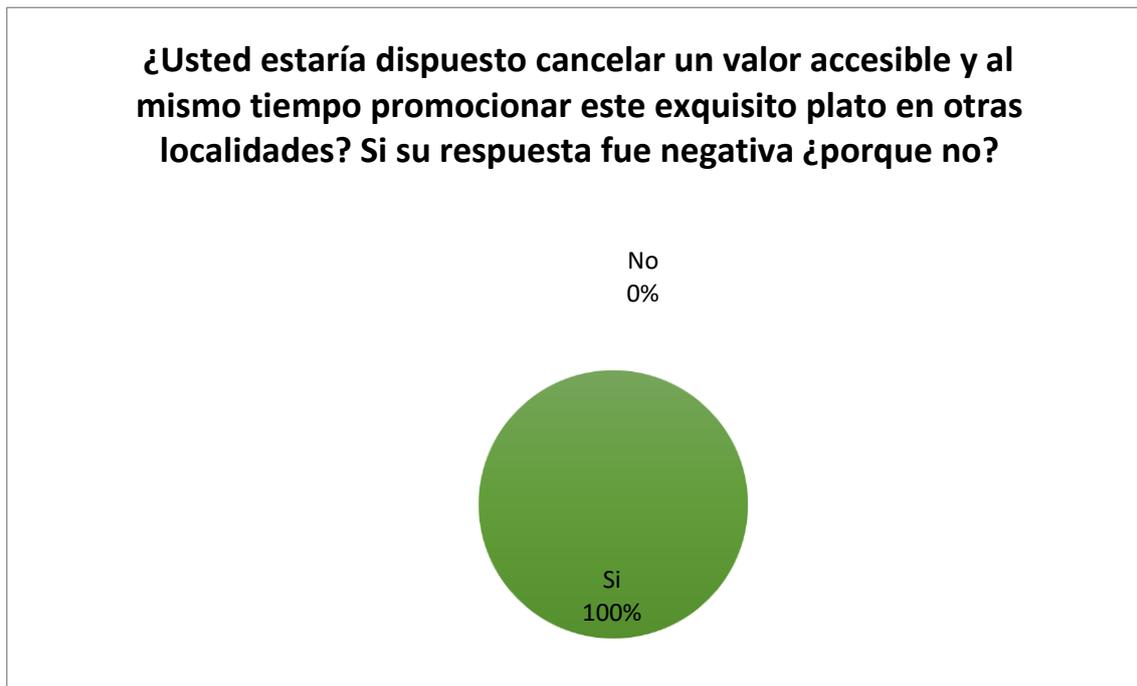


GRAFICO N. 9

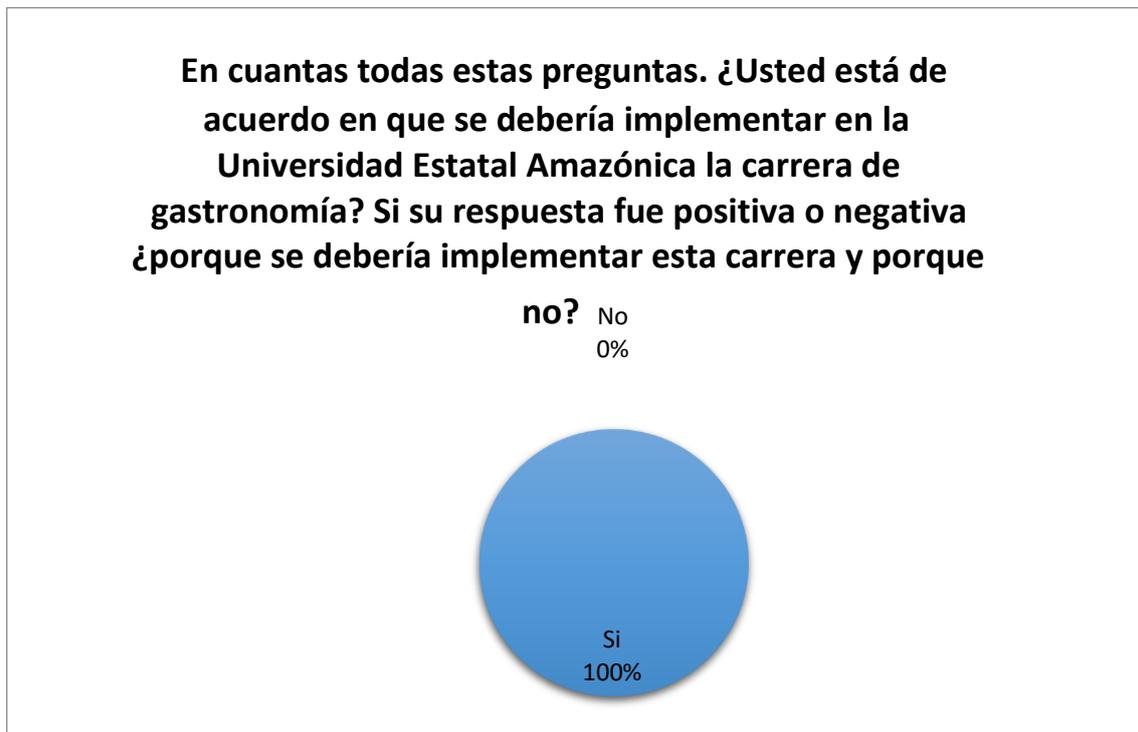
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El gráfico muestra que el 100% de personas si están dispuestas a pagar cierto valor por el plato y también a promocionarlo para que sea más conocido en nuestra amazonia y fuera de ella también por lo que se debería realizar el plato con un precio accesible y de buena calidad.

PREGUNTA 10. En cuantas todas estas preguntas. ¿Usted está de acuerdo en que se debería implementar en la universidad estatal amazónica la carrera de gastronomía? Si su respuesta fue positiva o negativa ¿porque se debería implementar esta carrera y porque no?

TABLA N.10: En cuantas todas estas preguntas. ¿Usted está de acuerdo en que se debería implementar en la universidad estatal amazónica la carrera de gastronomía? Si su respuesta fue positiva o negativa ¿porque se debería implementar esta carrera y porque no?

OPCIONES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	29	100%
No	0	0%
TOTAL	29	100%



GRAFICA N.10

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El grafico muestra que el 100% de personas si están de acuerdo en que se debería implementar la carrera de gastronomía en la UEA ya que es una carrera que tendría mucha aceptación por los estudiantes y también porque vivimos en una región del Ecuador que cuenta con una gran variedad de recursos que serían muy bien aprovechados y una gran variedad gastronómica.



CONCLUSIONES

Una vez finalizado el proyecto se ha podido concluir lo siguiente:

- Con este proyecto se demostró que el plato sería algo innovador para mejorar el turismo gastronómico de la provincia de Pastaza ya que el chontacuro es una especie propia de la amazonia y muy conocida.
- Con las encuestas realizadas pudimos saber el pensar de la gente en cuanto a este plato innovador y lo que espera.
- Con el estudio realizado dimos a conocer las diferentes propiedades beneficiosas que tiene el chontacuro y cómo implementar estas en un plato tan conocido como la lasaña para así lograr llamar la atención del paladar de turistas y visitantes.
- Este plato tuvo gran aceptación por la sociedad por lo que se lo implementaría en la guía gastronómica para hacerlo conocido a nivel nacional e internacional.

RECOMENDACIONES

En base al problema planteado se ha llegado a las siguientes recomendaciones.

- El plato debe contar con una buena presentación y buen sabor.
- El ambiente donde se elaborara el plato debería estar en buenas condiciones.
- Hacer conocido este plato para que las personas lo consuman y sea parte del turismo gastronómico.
- Incentivar a los habitantes de la región a que utilicen más de nuestros productos en diferentes platos ya conocidos.
- Hacer un uso constante de los chontacuros por sus propiedades beneficiosas.



GLOSARIO

- Acuciosas: Que resulta urgente, que hace las cosas con prisa
- Ancestral: Que tiene relación con los antepasados_ remotos, que tiene carácter tradicional y origen remoto
- Cuantía: Importe o valor determinado o no de una cosa que se puede medir o contar
- Degustar: Probar un poco de comida o bebida para determinar su calidad o valorar su sabor
- Endémico: se aplica a las especies vegetales y animales originarias de una región o comarca restringida.
- Fitonutrientes: Son componentes orgánicos (reciben el nombre de Fotoquímicos) que se encuentran en las plantas, y que les brindan una serie de propiedades protectoras y beneficios para mantener y garantizar su vitalidad. Se encuentran presentes en las frutas, verduras, hortalizas o legumbres.
- Innovador: Que cambia algo introduciéndole características nuevas.
- Largo: Que tiene mucha longitud
- Poliinsaturados: Son ácidos grasos que poseen más de un doble enlace entre sus carbonos. Dentro de este grupo encontramos el ácido linolénico (omega 3 y el omega 6) que es esencial para el ser humano.
- Repulsivo: tiene la propiedad de repulsar.



BIBLIOGRAFIA

- Javi Recetas. (18 de 04 de 2008). <https://www.javirecetas.com/lasana-de-carnereceta-paso-a-paso/>.
- Laoruse, A. (2006). "Cocina Fácil". " New York: Ediciones Larousse Sa De Cv. (págs. 10-20)
- Definición . (20 de Febrero de 2017). *Definición.mx*.
Obtenido de <https://definicion.mx/turista/>
- Ecured. (12 de enero de 2008). *Ecured.com*. Obtenido de <https://www.ecured.cu/Lasag%C3%B1a>
- El Universo. (2015). Gusanos chontacuros son parte de la dieta indígena en la Amazonía. *El Universo-Ecuador* , 1-2.
- Labella, Paula . (2015). TURISMO GASTRONÒMICO. *Explora* , 1-3.
- Organización Mundial del Turismo MOT. (30 de Diciembre de 2015). *media.unwto.org*. Obtenido de <http://media.unwto.org/es/content/entender-el-turismo-glosario-basico>
- Poveda, E. (2017). Chontacuro, gastronomía y salud. *Asociación de Municipalidades Ecuatorianas AME* , 1-1 .
- Salud . (5 de Febrero de 2018). Los beneficios del jugo de la caña de azúcar. *Elintransigente.com*, págs. 1-1 .
- Vargas Polo, Miguel Angel . (2011). LA CHONTA Nombre científico: *Bactris gasipaes* Familia: *Arecáceas* Nombres comunes: Chonta, chunta, pijuayo. *Agro 2.0*, 1-1 .
- Viajandox . (6 de Mayo de 2018). *vijandox.com* .
Obtenido de <https://ec.viajandox.com/pastaza/pastaza-puyo-ciudad-turismo-historia-climaimagenes-fotos-C121>
- Vivanco Compartiendo Cultura de Vino . (23 de Junio de 2016). *vivancoculturadevino.es*. Obtenido de <https://vivancoculturadevino.es/blog/2016/07/27/guias-gastronomicas/>

ANEXOS

ENCUESTA

LASAÑA DE CHONTACURO.

El Chontacuro es parte de la dieta alimenticia de los indígenas orientales. Los consideran una delicia, aparte de que son conscientes de su alto contenido vitamínico, que los convierte en un atractivo gastronómico para ser degustados por turistas nacionales y extranjeros.



ENCUESTA (LASAÑA DE CHONTACURO)

Objetivo: Adquirir información relevante de nuevos productos alimenticios (Lasaña) a base del chontacuro. Su opinión es muy importante.

GENERO:

- HOMBRE
 MUJER

EDAD:

1) ¿Usted ha escuchado hablar del chontacuro?

SI () NO ()

2) ¿Con que frecuencia usted consume lasaña?

- () DIARIAMENTE.
() SEMANALMENTE.
() MENSUALMENTE.
() ANUALMENTE.
() NUNCA.

3) ¿Cree usted que se pueda elaborar la lasaña a base de chontacuro?, si su respuesta fue negativa ¿porque no?

SI () NO ()

RESPUESTA:.....
.....

4) ¿Crees tú, que la lasaña de chontacuro es una alimentación saludable?

SI () NO ()



5) ¿Le gustaría consumir un plato innovador, como es el de la lasaña de chontacuro?

SI () NO ()

6) Si la lasaña de chontacuro resultara exitoso, ¿qué es lo que más esperaría en cuanto al producto?

- () BUEN SABOR
- () BUEN PRECIO.
- () GRAN CANTIDAD.
- () CONDIMENTADO.
- () PRODUCTO FRESCO.

7) Desde du punto de vista, ¿usted cree que este plato innovador sea considerado como un turismo gastronómico?

SI () NO ()

8) ¿Usted considera o cree que los productos naturales de la amazonia son aptos para crear platos innovadores y que esto genere más turismo en nuestra localidad? si su respuesta fue negativa ¿porque no?

SI () NO ()

RESPUESTA:.....
.....

9) ¿Usted estaría dispuesto cancelar un valor accesible y al mismo tiempo promocionar este exquisito plato en otras localidades? si su respuesta fue negativa ¿porque no?

SI () NO ()

RESPUESTA:.....
.....

10) En cuanto todas estas preguntas. ¿usted está de acuerdo en que se debería implementar en la universidad estatal amazónica la carrera de gastronomía? si su respuesta fue positiva o negativa ¿porque se debería implementar esta carrera y porque no?

SI () NO ()

RESPUESTA:.....
.....

FOTOS



LASAÑA CHONTACURO

