

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR

ESCUELA DE GASTRONOMÍA

Trabajo de Titulación para la obtención del Título de Ingeniería en Administración de
Empresas Gastronómicas.

Título del Trabajo de Titulación:

**“USO DE LA PLANTA DE LA FAMILIA MALVACEAE (TILO) PARA LA
PREPARACIÓN DE POSTRES, EMPLEANDO TÉCNICAS TRADICIONALES EN
LA PARROQUIA PINTAG, PICHINCHA”**

Autor (es):

Katherine Estefanía Pacheco Almeida

Director:

Mgst. Carlos Urquizo

Quito – Ecuador

Diciembre, 2020

CARTA DE AUTORIZACION

D. M de Quito, 25 de septiembre del 2020

Estimado (a)

DIRECTOR(A) DE LA ESCUELA DE GASTRONOMÍA DE LA UNIB.E

Juan Romero

Presente

En mi calidad de Director del Trabajo de Titulación sobre el tema: **“Uso de la planta de la familia malvaceae (tilo) para la preparación de postres, empleando técnicas tradicionales en el cantón Pintag, Pichincha ”** de la señorita **Pacheco Almeida Katherine Estefanía**, estudiante de la Carrera de Ingeniería en Administración de Empresas Gastronómicas, considero que dicha investigación reúne los requisitos y méritos suficientes para proceder a la presentación del documento a los lectores

Por la atención que se digna dar al presente, me despido no sin antes expresarle mis sentimientos de consideración y estima.

Atentamente,

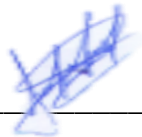


Mgst. Carlos Urquiza
TUTOR DE TESIS

CARTA DE AUTORÍA DEL TRABAJO

1. Yo, Katherine Estefanía Pacheco Almeida declaro, en forma libre y voluntaria, que los criterios emitidos en el presente Trabajo de Titulación denominado: “Uso de la planta de la familia Malvaceae (tilo) para la preparación de postres, empleando técnicas tradicionales en la parroquia Pintag, Pichincha”, previa a la obtención del título profesional de Ingeniería en administración de empresa gastronómica, en la Dirección de la Escuela de Gastronomía. Así como también los contenidos, ideas, análisis, conclusiones y propuestas son exclusivas responsabilidad de persona, como autor/a.
2. Declaro, igualmente, tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Universidad Iberoamericana del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT, en formato digital una copia del referido, Trabajo de Titulación para que sea integrado al Sistema Nacional de información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública, respecto los derechos de autor.
3. Autorizo, finalmente, a la Universidad Iberoamericana del Ecuador a difundir a través del sitio web de la Biblioteca de la UNIB.E (Repositorio Institucional), el referido Trabajo de Titulación, respetando las políticas de propiedad intelectual de la Universidad Iberoamericana del Ecuador.

En la ciudad de Quito,



Katherine Pacheco

C.I 172584418-5

AGRADECIMIENTO

A dios que me han llenado de bendiciones y sabiduría en todo este tiempo.

A mi madre y mi abuelita por ser el pilar primordial de mi vida y darme la gran oportunidad de continuar mi formación académica.

A mi familia por ser una parte primordial en mi vida por ayudarme en el trascurso de mi proceso, brindándome el apoyo incondicional con cariño, amor y enseñarme cada lección que lo necesitaba.

Agradezco de manera muy especial a mi tutor el Ing. Carlos Urquizo por ser una parte fundamental al momento de cumplir mis metas. Con su experiencia supo guiarme en cada cosa con paciencia, desde el inicio y la culminación de la tesis.

El resultado de este trabajo está dedicado a todas aquellas personas que, de alguna forma, son parte de su culminación. A mis maestros a quienes les debo gran parte de mis conocimientos, gracias a su paciencia y enseñanza y finalmente un eterno agradecimiento a esta prestigiosa universidad la cual me abrió sus puertas, preparándome para un futuro competitivo.

Katherine Estefanía Pacheco A.

DEDICATORIA

El mundo está en manos de aquellos que tiene el coraje de soñar y correr el riesgo de vivir sus sueños. Detrás de cada línea de llegada hay una de partida. Detrás de cada logro, hay otro desafío. Doy gracias a dios por el camino recorrido. A la vida por lo aprendido. Dedicada a mi madre, por confiar en mí y ser el pilar fundamental de mi superación. A la memoria de mi abuelita que desde niña inculcó en mi sentimiento de responsabilidad constante, indicándome que la mujer debe ser un libro abierto de conocimientos A mis maestros y tutor por compartir desinteresadamente sus conocimientos y experiencias.

Katherine Estefanía Pacheco A.

ÍNDICE

CONTENIDO	Pág.
CARTA	DE
AUTORIZACION.....ii	ii
FORMULARIO DE APROBACIÓN Y SOLICITUD	DEL
TRIBUNAL.....ii	Error! Marcador no definido.
CARTA DEL DIRECTOR DEL TRABAJO	DE
TITULACIÓN.....ii	Error! Marcador no definido.
AGRADECIMIENTO.....iii	iii
v	
DEDICATORIA.....iv	iv
ÍNDICE.....v	v
ÍNDICE DE TABLAS.....vii	vii
ÍNDICE DE IMÁGENES.....ix	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....x	x
Resumen.....xv	xv
CAPÍTULO 1	
Introducción.....1	1
1.1.Planteamiento del problema.....2	2
1.2.Justificación.....4	4
1.2.1.Objetivos generales.....6	6
1.2.2.Objetivos específicos.....6	6
CAPÍTULO 2	
Marco teórico.....7	7
2.1 Antecedentes de la investigación.....7	7
2.2 Bases teóricas.....8	8
2.2.1Cocina prehistórica.....8	8
2.2.2 Historia de la cocina.....9	9
2.2.3 La cocina en la edad antigua.....9	9
2.2.4 Cocina renacentista.....10	10
2.2.5 Cocina medieval.....10	10
2.2.6 Cocina moderna.....11	11
2.2.7 Siglo XIX.....11	11
2.2.8 Cocina del siglo XX.....12	12
2.3 Evolución e historia de la cocina quiteña.....12	12
2.3.1 Bebidas.....14	14
2.4 Historia y evolución de la cocina ecuatoriana.....14	14
2.4.1 Influencia católica.....15	15
2.4.2 La costa del Pacífico.....15	15
2.4.3 La región Amazónica.....16	16
2.4.4 Los Andes.....16	16
2.4.5 Las Islas Galápagos.....16	16
2.5 Elaboración de postres a base de plantas.....17	17

2.5.1 Plantas medicinales y su aporte nutricional.....	17
2.6 La planta de tilo.....	18
2.6.1 Aporte nutricional.....	19
2.6.2 Beneficios.....	21
CAPITULO 3	
Marco metodologico.....	23
3.1 Naturaleza de la Investigación.....	23
3.2 Métodos empíricos.....	24
3.2.1 Recolección de información.....	24
3.3 Nivel de investigación.....	24
3.3.1 Investigación Explicativa.....	24
3.3.2 Investigación Descriptiva.....	24
3.4 Diseño de la investigación.....	25
3.4.1 Investigación de Campo.....	25
3.5 Población y muestra.....	25
3.5.1 Población.....	25
3.5.2 Muestra.....	25
3.6.1 Herramientas para el levantamiento de información cuantitativa.....	26
3.7 Operacionalización de Variables.....	27
3.7.1 Validez y Confiabilidad.....	29
3.7.2 Validez.....	29
3.7.3 Confiabilidad.....	29
CAPÍTULO 4	
Análisis e interpretación.....	30
4.1 Cuestionario.....	30
4.1.1 Análisis general de las encuestas.....	42
4.2 Entrevista.....	43
4.2.1 Objetivo de la entrevista.....	43
4.2.2 Relato de la entrevista.....	44
4.3 Fichas técnicas.....	47
4.3.1 Receta Estándar.....	47
4.3.2 Calculo de Valores Nutricionales.....	50
4.4 Evaluación de Grupos de enfoque (Focus Groups).....	51
4.4.1 Aroma.....	51
4.4.2 Color.....	52
4.4.3 Sabor.....	53
4.4.4 Textura.....	54
4.4.5 Aceptabilidad.....	56
4.5 Propuesta de la Guía.....	57
4.5.1 Presentación de la guía.....	57
4.5.2 Características generales de la guía.....	58
4.5.3 Normas a seguir.....	58
CAPÍTULO 5	
Conclusiones y recomendaciones.....	60
5.1 Conclusiones.....	60
5.2 Recomendaciones.....	61

GLOSARIO.....	62
Bibliografía.....	64
ANEXOS.....	67

ÍNDICE DE TABLAS

CONTENIDO	Pág.
Tabla 1 Información General del Tilo	19
Tabla 2 Información nutricional del Tilo.....	20
Tabla 3 Compuestos bioactivos del Tilo.....	22
Tabla 4 Cuadro operacionalización de Variables	28
Tabla 5 Pobladores que le gustan los postres.....	30
Tabla 6 Consumo de postres tradicionales del Ecuador	31
Tabla 7 Postres de mayor preferencia	32
Tabla 8 Cantidad de consumo en postres	33
Tabla 9 Conoce la planta de tilo en postres	34
Tabla 10 Consumo de postres con la planta de tilo.....	35
Tabla 11 Los postres proporcionan algún aporte a la salud.....	36
Tabla 12 Importancia de la existencia de un recetario de postres tradicionales	37
Tabla 13 Cantidad que les gustaría pagar para una guía de postres tradicionales...	38
Tabla 14 Creación de una guía a base de postres tradicionales.....	39
Tabla 15 Lugares donde le gustaría encontrar este tipo de postres.....	40

Tabla 16 Los medios de comunicación que promocionen el producto	41
Tabla 17 Ejemplo de valor nutricional estándar.....	50
Tabla 18 Ejemplo de valor nutricional	50
Tabla 19 Análisis de característica (aroma)	51
Tabla 20 Análisis de característica (color).....	52
Tabla 21 Análisis de característica (sabor).....	53
Tabla 22 Análisis de característica (textura).....	54
Tabla 23 Análisis de característica (aceptabilidad)	56

ÍNDICE DE IMÁGENES

CONTENIDO	Pág.
Imágenes 1 Encuestas en Pintag Cocineros.....	76
Imágenes 2 Encuestas en Pintag Mercados	76
Imágenes 3 Encuestas en Pintag Pobladores.....	76
Imágenes 4 Elaboración de la torta de Jueves Santo	78
Imágenes 5 Preparación de mermelada de sauco	78
Imágenes 6 Infusión de flores de tilo.....	78
Imágenes 7 Elaboración del helado de paila con crema de Pintag	78
Imágenes 8 Muestras de Focus Group	79
Imágenes 9 Análisis de las muestras de Focus Group	79

ÍNDICE DE GRÁFICOS

CONTENIDO	Pág.
Gráfico 1 Pobladores que le gustan los postres	31
Gráfico 2 Consumo de postres tradicionales del ecuador	32
Gráfico 3 Postres de mayor preferencia.....	33
Gráfico 4 Cantidad de Consumo en Postres	34
Gráfico 5 Conoce la planta medicinal tilo en postres.....	35
Gráfico 6 Consumo de postres con la planta de tilo	36
Gráfico 7 Los postres proporcionan un aporte a la salud	37
Gráfico 8 Importancia de la existencia de un recetario de postres tradicionales	38
Gráfico 9 Cantidad que les gustaría pagar para una guía de postres tradicionales ..	39
Gráfico 10 Creación de una guía a base de postres tradicionales	40
Gráfico 11 Lugares donde le gustaría encontrar este tipo de postres	41
Gráfico 12 Los medios de comunicas que promocionen el producto	42
Gráfico 13 Estadísticas de olor en postres a base de tilo.....	52
Gráfico 14 Estadísticas de color en postres a base de tilo.....	53
Gráfico 15 Estadísticas de sabor en postres a base de tilo.....	54
Gráfico 16 Estadísticas de textura en postres a base de tilo.....	55

Gráfico 17 Estadísticas de aceptabilidad en postres a base de tilo.....	56
---	----

ÍNDICE DE ANEXOS

CONTENIDO	Pág.
Anexo I Encuesta	67
Anexo II Validez del Instrumento	71
Anexo III Entrevista	72
Anexo IV Focus Group	73
Anexo V Receta Estándar	74
Anexo VI Realización de las Encuestas	76
Anexo VII Valores Nutricionales	77
Anexo VIII Fotografías de elaboración de postres.....	78
Anexo IX Fotografías de Focus Group	79

Resumen

La presente investigación tiene la finalidad de desarrollar las técnicas ancestrales culinarias del Ecuador como uno de los principales ejes gastronómicos, ya que se trata de uno de los atributos más representativos en la cultura gastronómica típica y tradicional, la investigación se centra en fomentar la elaboración de postres con productos tradicionales que se han perdido en el paso del tiempo con la utilización de la planta de tilo y preparaciones culinarias de la ciudad de Quito. En coherencia con lo expuesto en el planteamiento, se formularon las siguientes interrogantes: ¿Cuáles son los beneficios del tilo y su aporte a la salud y a la gastronomía? ¿Qué partes de la planta de tilo se pueden utilizar en la elaboración de postres? ¿Cuál es la factibilidad de elaborar postres novedosos con productos a base de la planta de tilo? ¿Cómo incide el uso de la planta de tilo en la preparación de postres utilizando técnicas alimentarias tradicionales de la parroquia Pintag?

Teniendo como objetivo general: Establecer las formulaciones de postres utilizando la planta de tilo para valorizar sus propiedades en la parroquia Pintag.

Palabras clave:

Gastronomía, alimentos autóctonos y tradicionales, repostería.

CAPÍTULO 1

INTRODUCCIÓN

Las empresas de alimentos y bebidas están creciendo en torno al 5% anual y se espera que el desembolso económico en mercancía alimentaria por medio de los consumidores alcance los 20 billones de dólares estadounidenses para 2030. Las tendencias clave para el desarrollo de nuevos productos para la conveniencia, naturalidad y sostenibilidad. Los nuevos alimentos basados en frutas, verduras y plantas medicinales satisfacen muchas de las demandas del consumidor. El "Reflejo de la salud" intrínseco de los productos naturales hace que los ingredientes derivados de verduras, especias, frutas y plantas medicinales sean muy buscados en el mercado alimentario natural (Montas, 2018, p. 5).

El depósito de alimentos funcionales, ofrecen una utilidad más allá de la nutrición básica, uno de los segmentos de rápido crecimiento en la ampliación de la producción de comida. Se espera que los alimentos y bebidas que ofrecen declaraciones de propiedades saludables validadas alcancen los \$ 54 mil millones en 2019, principalmente en los mercados clave de Japón, Estados Unidos y Europa. Las economías emergentes, particularmente en Asia, también están comenzando a exigir más de estos productos (Acevedo, 2018).

Este crecimiento será a través de la producción de nuevos alimentos y bebidas de alto valor, combinados con cadenas que mejoren la entrega de productos a sus clientes que favorezca un verdadero aporte en la salud más allá de la nutrición, mediante el consumo de fibra soluble que pueda disminuir el colesterol como es el zumo de naranja, estos componentes promueven un vigor óptimo y ayudan a reducir el peligro de afección. Estos alimentos pueden verse como una alternativa a una dieta variada, equilibrada y un estilo de vida saludable (Erickson, 2017).

En este contexto, la presente investigación expone el problema que motivó a la realización del proyecto, el cual incluye aspectos sociales y culturales, que han

influenciado al uso de los recursos gastronómicos típicos y tradicionales para la elaboración y preparación de postres a base de tilo, en la parroquia Pintag.

Cabe mencionar que, el manejo de plantas naturales en la repostería e ingredientes tradicionales de la región, permite dar a conocer una gastronomía variada dirigida a las personas de la parroquia, ya que se debe a que no hay muchas barreras de entrada, y también no existe competencia en la zona.

1.1. Planteamiento del problema

El método ancestral gastronómico y su desarrollo en la cocina, permite en consideración el rescate de los procesos culinarios en postres, la cual está considerada una de las principales influencias de la diversidad de preparaciones antiguas provenientes de los conventos, tanto en lo cultural como de técnicas culinarias, así como también, el logro de su refinamiento culinario en postres.

La gastronomía ecuatoriana durante varios años se ha mantenido en un mismo ajuste basado en las preparaciones culinarias, al ser considerado como parte renovadora con sus políticas de conservación de los alimentos y sus técnicas ancestrales que han venido desapareciendo, y, al pasar los años, ha llevado a la cocina un estancamiento, donde ha ido perdiendo casi la mayoría de sus costumbres y preparaciones típicas, sin poder estilizarlas o mejorarlas.

La carencia de investigaciones y el desconocimiento de técnicas de cocina ha existido en el pasar de los tiempos con una baja información sobre procedimientos culinarios ancestrales a su vez esto ha provocado un bajo desarrollo en la cocina culinaria ancestral y moderna por medio de la deconstrucción de texturas y sabores en la elaboración de postres y conservas en la actualidad, por esta problemática se ha permitido el desarrollo de nuevas tendencias culinarias con productos ecuatorianos como el caso de la utilización de la planta de tilo, para el desarrollo de nuevas preparaciones Gastronómicas en Quito, específicamente en el área de postres, dando un empuje al sector gastronómico y turístico, adaptando, texturas, sabores y colores

en cada postre teniendo la adecuación de varios alimentos, manteniendo su correcto uso, hizo conocer el producto ecuatoriano. De este modo, Montas (2018), enfatiza “[...]Las recetas ofrecidas en una amplia gama de platos desde los aperitivos hasta los postres, resultan fáciles de preparar, cautivadoras, tentadoras por su presentación y variedad de sabores [...]” (Montas, 2018, p. 5).

Este proyecto se desarrollará por la necesidad de innovar, recuperar e investigar los productos ancestrales, con la implementación de la planta de tilo, para incrementar nuevas tendencias gastronómicas en Quito, específicamente en el área de postres rescatando la cultura y la adaptación de nuevos estilos, ya que se desea lograr la aceptación de los géneros alimenticios y étnicos del país para incorporar dentro del medio de la repostería ecuatoriana, con un aporte hacia el rescate histórico y patrimonio alimentario dentro de la parroquia Pintag.

La influencia de la repostería en el mundo permite exponer nuevas tendencias de innovación en la elaboración de postres bajo ciertas técnicas gastronómicas de la repostería francesa con relación a preparaciones de tipo ancestral. En este sentido es importante realizar este estudio para poder recuperar técnicas ancestrales y conservar el patrimonio alimentario. En coherencia con lo planteado, “la mejor forma de promover la buena utilización de productos tradicionales en platos representativos de cada región es incentivar las tradiciones culturales” (Sanz, 2013, p. 96).

En este sentido, la presente investigación permite revisar el origen de la cocina ecuatoriana y sus productos tradicionales donde se lleva a cabo una propuesta novedosa. Proponer la aplicación de la flor y el fruto de la planta de tilo en postres con alimentos más representativos del Ecuador que se han ido perdiendo a través de los tiempos, permitiendo que se reconozcan las distintas especias ancestrales ecuatorianas a través de la repostería a su vez obtener un bienestar y satisfacción al consumir postres a base de plantas.

Para la realización de la investigación es necesaria la obtención de información acerca de los productos tradicionales que se han utilizado en la cocina ecuatoriana antigua

tomando en cuenta los elementos de textura y técnicas para su aplicación en la elaboración de nuevos postres con la utilización de la planta de tilo y ver su impacto con relación a su historia, evolución y técnicas, para elaborar postres a base de plantas teniendo en cuenta la innovación y reconocimiento de productos tradicionales sin perder su esencia original.

En relación con lo expuesto en el planteamiento, se formulan las siguientes interrogantes:

¿Cuáles son los beneficios del tilo y su aporte a la salud y a la gastronomía?

¿Qué partes de la planta de tilo se pueden utilizar en la elaboración de postres?

¿Cuál es la factibilidad de elaborar postres novedosos con productos a base de la planta de tilo?

¿Cómo incide el uso de la planta de tilo en la preparación de postres utilizando técnicas alimentarias tradicionales de la parroquia Pintag?

La presente investigación se enfoca en el mejoramiento de técnicas para la realización de postres a partir de métodos culinarios ancestrales para el rescate del patrimonio alimentario tomando en cuenta las propiedades de la planta de tilo en la preparación de postres que se da a cabo en la parroquia Pintag, para el periodo 2019 -2020.

1.2. Justificación

La siguiente investigación permitirá conocer sobre la presencia de las plantas medicinales en la repostería tradicional del Ecuador por medio de la implementación de la planta de tilo, tiene el objetivo de recuperar la historia de sus productos que se ha perdido a pasar de los años, se basa principalmente en identificar los distintos postres históricos, para promover la innovación, mejoramiento, estilización de nuevas tendencias de los alimentos ecuatorianos.

De igual manera, la repostería, se fomenta por una determinada competitividad en la aplicación de nuevas tendencias gastronómicas de la localidad para alcanzar al comercio, de los campesinos y pasteleros que se encuentran en la parroquia Pintag, dando un empuje al sector gastronómico y turístico de la zona, adaptando nuevos sabores, texturas, colores, fomentando el consumo de productos típicos que permite implementar técnicas tradicionales con la utilización de la planta de tilo y la adaptación de nuevos estilos.

El presente estudio permitirá obtener un mejoramiento de la recuperación de técnicas culinarias ancestrales aplicadas en la repostería, por ese motivo se logrará el impulso adecuado en el cambio de la mentalidad tanto en cocineros como en los clientes, fomentando la creatividad y la apertura del pensamiento entre los clientes, de manera que da a conocer las distintas preparaciones y productos ancestrales que se va perdiendo en el paso del tiempo, de forma tal que se aplicará en dulces al estar dispuestos a degustar sensaciones nuevas, con su esencia tradicional. Al respecto Vasco (2013), afirma que “la texturización en los alimentos realiza un cambio óptimo en las elaboraciones innovadoras en las cuales se los transforman para un aporte a la gastronomía”.

La esencia tradicional de cada alimento implementado en la repostería, se fomenta un cambio en los pensamientos de los clientes dispuestos a probar cosas nuevas, valorando la esencia tradicional en cada ser humano ecuatoriano, haciendo que cada persona encuentre en un recetario, acogedor, con un entorno de calidad, atrayendo la atención y beneficio, a nuevas propuestas ofrecidas.

En la parroquia Pintag no se han desarrollado estudios de técnicas culinarias para la recuperación de preparaciones o productos tradicionales, en cambio se han realizado proyectos para la recuperación de tradiciones culinarias a varias cocinas alrededor del mundo por medio de antiguas preparaciones ancestrales que se han utilizado con plantas medicinales, con el objetivo de curar enfermedades. Esto se desarrolló en las culturas coloniales, así se han dado a conocer a las nuevas generaciones de los productos y preparaciones que se han perdido con el tiempo, teniendo la apertura de

varios restaurantes, desarrollando una tendencia adjunta a la técnica, fomentando la elaboración de menús de degustación. En coherencia con lo planteado, Sanz afirma que “La deconstrucción de los alimentos es un elemento clave para las innovaciones en la gastronomía” (Sanz, 2013, p. 96).

Objetivos

1.2.1. Objetivos generales

Establecer las formulaciones de postres utilizando la planta de tilo para valorizar sus propiedades en la parroquia Pintag.

1.2.2. Objetivos específicos

- Diagnosticar las preparaciones y técnicas culinarias tradicionales en la parroquia Pintag.
- Estandarizar las preparaciones a base de tilo con técnicas culinarias tradicionales.
- Determinar la aceptabilidad de las preparaciones de postres a base de la Planta de Tilo
- Proponer la elaboración de una guía para el uso del tilo en la elaboración de postres.

CAPÍTULO 2

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

En su investigación Cruz, (2007). Indica que la planta de tilo es el más cotizado para curar la gripe, fiebre, o malestares estomacales utilizadas en farmacias, ya que tiene un efecto sedante antihistamínico, curativos y nutricionales, en la antigüedad se lo conocía como néctar de los reyes por sus propiedades medicinales. El aceite esencial del tilo tiene propiedades calmantes no solo para alimentos sino también para la piel.

Por esta razón, el tilo es fundamental al momento de curar enfermedades, su fruto y flores se los puede utilizar en postres por su sabor característicos, dado que es importante conocer que su sabor y aroma es un buen remplazante a los sabores artificiales que hoy en día se utiliza, la planta de tilo tiene un alto contenido en vitamina C y antioxidantes que ayude al organismo, esta puede ser consumida en té, jugo, mermeladas, utilizándolas en cantidades adecuadas no se debe exceder su consumo, si en caso el tilo presenta un color rosado no debe de ser consumido, ya que puede inducir una intoxicación narcótica.

En su investigación Vasco (2013), Presenta las propiedades que aporta la planta de tilo y su uso en la cocina, dirigido a la creación en la repostería moderna y tradicional mediante, la técnica de deconstrucción que se enfocará en modificar, la textura, color, técnica de cocción, combinación de los ingredientes, basándose en los requerimientos establecidos de la Universidad Iberoamericana del Ecuador, en la cual se enfocará en un estudio de investigación de tipo descriptivo y de campo.

Por esto se aplicó una entrevista dirigida hacia jefes de cocina, nutricionista, y grupo de pasteleros, reposteros y habitantes de la parroquia Pintag, mediante la realización de una muestra de 384 personas a través de una encuesta para determinar las características de una población dirigida hacia las personas de la parroquia, para observar los resultados con el fin de ofrecer una guía de postres a base de tilo con sus

especias y productos tradicionales del Ecuador, contribuyendo de esta manera al desarrollo económico de la región.

La investigación realizada por Vasco es indispensable para el presente trabajo debido a que demuestra las características que modifica la elaboración de postres mediante la gestión de una guía, la cual aporta conocimientos sobre la técnica de deconstrucción para la adecuada realización de postres.

Santana (2013), en su investigación sobre alimentos saludables, rescata la cocina y analiza que un pueblo no solo se describe por los alimentos que caracteriza el grado de cultura avanzado, de igual forma refleja las creencias tradicionales, al describir los distintos platos y manjares con sus técnicas y utensilios adecuados tradicionales. La investigación tuvo como principal objetivo demostrar las propiedades principales de la planta de tilo para el uso adecuado en la preparación de postres con el correcto manejo de sus técnicas de cocción.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Cocina prehistórica

Se creía que los humanos primitivos comenzaron a cocinar hace 250.000 años arrojando una pieza cruda al fuego. El primer método de cocción era asar, donde se colocaba un pez o un pájaro en el extremo de un palo y se sostenía sobre un fuego abierto. Algunos científicos dicen que el hombre de *Pekín* asó carnes, pero no había pruebas suficientes para respaldar la afirmación.

Fue la única técnica de cocción donde el pueblo de Francia comenzó a cocinar al vapor alimentos envueltos en hojas sobre brasas calientes durante el período paleolítico. La cerámica se introdujo durante el Período Neolítico y los humanos aprendieron a cocinar en ollas de barro y utilizaron recipientes hechos de madera y astas. El primer plato fue una pasta cruda, mezclando agua con granos de hierba salvaje. Cuando se deja caer sobre una piedra caliente, la pasta se convertirá en pan, que era la versión de la Edad de Piedra de los romanos o la polenta de los italianos (Coronel, 2015).

A lo largo de la historia, la gente ha comprado alimentos por medio de procesadores comerciales para ahorrar tiempo y esfuerzo. El pueblo azteca del centro de México utilizó varios alimentos de conveniencia que solo requerían agregar agua para la preparación, que fueron utilizados por los viajeros. La harina de maíz molida y seca, conocida como pinolli, fue utilizada por los viajeros como un alimento.

2.2.2 Historia de la cocina

La gastronomía ecuatoriana varía según el nivel y las condiciones sociales asociadas. Los postres y las preparaciones tradicionales más populares en las regiones generalmente se sirven en fiestas populares, como son las tortillas de maíz, de choclo y tiesto y las bebidas más cotizadas como: el canelazo, el guarapo, la chicha y las puntas. En las distintas regiones existe una variación de platos según su región o sector, así como también sus dulces más tradicionales esto consumían en mayor cantidad la gente de pueblos aledaños en tiempos antiguos, Algunos ejemplos de la cocina ecuatoriana en general incluyen patacones (plátanos verdes maduros fritos en aceite, machacados y luego refritos), llapingachos (una bola de papa a la sartén) y el seco elaborado con cerdo, carne y pollo. Además, existe una externa variedad de frutos, verduras y plantas (Benítez, 2014).

2.2.3 La cocina en la edad antigua

Las pinturas murales egipcias que datan de 4000 a.C., muestran que los antiguos egipcios usaban métodos de cocción como asar, freír y hervir. También hubo referencias bíblicas a los antiguos métodos de cocción y las primeras tallas de Asiria y Babilonia indican el uso de carbón en las sartenes. El horneado se produjo durante la invención del horno y el primer horno descubierto data de hace 6.500 años. Durante el año 168 a.C., se estableció el primer gremio de panaderos en Roma.

Cuando la civilización egipcia comenzó alrededor del 3.100 a.C., se domesticaron más tipos de animales y se cultivaron más plantas portadoras de alimentos. Para entonces, los nobles y los ricos fueron servidos con guisos preparados con métodos de cocina más sofisticados. Mientras tanto, la comida básica de los campesinos consistía en pan,

cebolla, fruta y cerveza. También se creía que el pan con levadura se había preparado por primera vez en Egipto.

El Imperio Romano convirtió la cocina en una forma de arte. Durante el primer siglo después de Cristo, comidas simples fueron reemplazados por los banquetes elaborados y los chefs especializados en disfrazar los alimentos. En ese entonces, también se escribió la primera colección de recetas que sobrevivió en Europa (Román,2006).

2.2.4 Cocina renacentista

El período del Renacimiento trajo cocineros famosos y notables avances en la cocina. En esa época, Italia tenía los chefs más famosos, hábiles y creativos de Europa que llevaron la buena mesa a nuevos niveles. La tradición del banquete y los sabores de la época medieval se trasladaron al Renacimiento.

Además de las especias, las frutas y los cítricos se convirtieron en agentes aromatizantes básicos. También utilizaron salsas ligeras hechas de plantas o frutas aromáticas, para mezclarlas con pan, harina, huevos o almendras (Unigarro, 2014).

2.2.5 Cocina medieval

En la Edad Media, lo que las personas comen dependía de su condición social. Durante las fiestas, a un gran número de invitados se les sirvieron diferentes platos de distintas cantidades y calidad de cursos de acuerdo con el estatus social. Los ricos siempre comieron mejor que los pobres y al parecer esto nunca ha cambiado, incluso en la actualidad.

La gente común no usaba procedimientos culinarios variados. Sin embargo, en los castillos, monasterios y palacios, había enormes cocinas equipadas con todo tipo de utensilios de cocina. Las casas enormes tenían pan hecho en hornos altos y su cena incluía un asado, pan blanco, cantera y natillas o pudín (Pazos, 2008).

2.2.6 Cocina moderna

Otros procesos de manipulación de alimentos se desarrollaron en los siglos venideros. Uno de los mayores cambios se produjo a mediados del siglo XVII cuando la gama de herramientas de hierro fundido se desarrolló y comenzó a reemplazar las chimeneas abiertas. Radiaba más calor y quemaba menos combustible que las chimeneas típicas. La primera instancia de enfriamiento se registró en 1748 cuando William Cullen de la Universidad de Glasgow intentó producir refrigeración. Fue exitoso, pero no avanzó más allá de la etapa de laboratorio. La primera máquina de refrigeración, sin embargo, se desarrolló en los Estados Unidos en 1844. Mientras tanto, la lata se inventó como una herramienta para preservar los alimentos en 1810. Su desarrollo se desencadenó por el problema de alimentar a las fuerzas militares en el campo. Además, el gas se usó por primera vez para cocinar durante la década de 1840 y desde entonces, el uso de gas en la cocina ha sido popular (Santillana, 2014).

2.2.7 Siglo XIX

Los trabajadores en Europa occidental en el siglo XVIII comían pan y gachas, a menudo en una sopa con verduras y lentejas, un poco de tocino y ocasionalmente papa o un poco de queso. Lo lavaron con cerveza (el agua generalmente estaba demasiado contaminada) y un sorbo de leche. Las tres cuartas partes de los alimentos se derivaron de las plantas. La carne era mucho más atractiva pero muy cara. En 1870, la dieta de Europa occidental era de aproximadamente 16 kilos por persona por año de carne, llegando a 50 kilos en 1914, y 77 kilos en 2010. La leche y el queso, rara vez estaban en la dieta, incluso al principio del siglo XX, todavía era poco común en las dietas mediterráneas.

La década de 1920 vio la introducción de nuevos alimentos, especialmente frutas, transportados desde todo el mundo. Después de la Guerra Mundial, muchos productos alimenticios nuevos se pusieron a disposición del hogar típico con alimentos de marca anunciados para su conveniencia. Ahora, el ama de casa puede comprar alimentos instantáneos en frascos o polvos que se pueden mezclar rápidamente. Los hogares

más ricos ahora tenían cajas de hielo o refrigeradores eléctricos, lo que mejoraba el almacenamiento y la conveniencia de comprar en grandes cantidades (Ayala, 2008).

2.2.8 Cocina del siglo XX

Durante el siglo 20, la ciencia y la tecnología permitieron el desarrollo en cuanto a la preparación y conservación de alimentos. Los procesos como la refrigeración, la congelación, el calentamiento y el enlatado facilitan la conservación de los alimentos. La historia de la cocina es muy amplia y larga, ya que la preparación de alimentos se había vuelto mucho más fácil incluso para los no cocineros debido al desarrollo de mezclas envasadas. Las mezclas listas para cocinar y elaborar productos horneados (como panqueques, galletas y pasteles), mezclas de café instantáneo y leche en polvo y chocolate, así como salsas fáciles de mezclar como salsa y curry, se hicieron muy populares (Bartolomé, 1818).

2.3 Evolución e historia de la cocina quiteña

La cocina Quiteña es diversa, varía según la altitud y las condiciones agrícolas asociadas. El maíz, el ají y la papa son sabores e ingredientes que han migrado a través de los continentes a lo largo de los siglos y han sido traídos por colonos y comerciantes. El resultado tiene un efecto permanente tanto en nuestros hábitos alimenticios como nuestra identidad cultural, ya que las especialidades que se ha creado en una ciudad tienen una historia que se extiende al otro lado del mundo.

La comida es algo diferente en distintas regiones, la carne de res, el pollo y los mariscos son populares en las regiones costeras y generalmente se sirven con alimentos ricos como el mote y plátano. Mientras que, en las regiones montañosas, el cerdo, el pollo, la carne de res y el cuy, son populares y a menudo se sirven con arroz, maíz o papas. Una comida callejera popular. En las regiones montañosas se sirve el hornado, que consiste en papas servidas con cerdo asado. Algunos ejemplos de la cocina ecuatoriana en general incluyen patacones (plátanos verdes maduros fritos en aceite, machacados y luego refritos), llapingachos (una bola de papa a la sartén) entre otras preparaciones tradicionales del Ecuador (Espinosa, 2002).

La mayoría de las regiones en Ecuador siguen el menú tradicional de 3 platos que incluye, sopa y segundo como carne, pollo, cerdo o pescado. Entonces para el desayuno o merienda degustan un postre y un café son habituales en cada casa.

Ecuador es conocido no solo por sus ingredientes y todos los platos elaborados con ellos, sino también por su consumo de almidón de productos como papa, pan, pasta, arroz y yuca. Tradicionalmente, cualquiera de estos ingredientes se puede encontrar en la sopa o en la fuente de arroz que se puede servir (Cepero, 2016).

Al pasar el tiempo sus tradiciones se fueron perdiendo cada vez más y su forma de preparar cada alimento al llegar a la cocina moderna se incrementó la llegada de técnicas y métodos de otros países, el cambio más importante para la creación de la cocina gourmet fue la publicación de *François Pierre La Varenne* libro de cocina del cocinero francés en 1651. La cocina gourmet francesa provocó la aparición de nuevas técnicas de cocina a base de grasa y la desaparición de especias y azúcares. Además, los nuevos avances en química condujeron a una nueva filosofía culinaria de nutrición, digestión y fermentación (Abedrabbo, 1994).

Esto es notable porque esta teoría ayudó a la cocina francesa a ser la referencia gastronómica desde 1650 en adelante en Europa. La burguesía de la República Holandesa todavía comía platos de la influencia católica. Mientras que la clase alta degustaba platillos exclusivos como eran los frutos y carnes finas para los reyes, la clase baja comía los restos de los animales como las ubres, tripas y pan duro. *Middling* es el proceso de reunir cocina alta y baja mediante el uso de grasas, azúcares como salsas y dulces. En todos los imperios, la cocina moderna temprana introdujo "nuevas salsas y la separación de lo agridulce, enfatizó el pan y la carne y experimentó con combinaciones de grasas, harinas y líquidos en salsas y platos dulces" (Román, 2006).

Antes de la nueva teoría culinaria de la nutrición, la digestión y la fermentación, las técnicas culinarias clásicas eran la base de la cocina. Donde los platos son creados principalmente por los cuatro elementos: fuego, tierra, aire y agua siendo fuego o calor el componente más importante de la cocina. Comúnmente se creía que todo debía ser

calentado para poder ser consumido. Se pensaba que la comida fría era peligrosa. Entonces, con el surgimiento de la nueva teoría culinaria, hubo un nuevo respeto por comer vegetales crudos, frutas, helados, sorbetes, natillas heladas (Febres, 2019).

2.3.1 Bebidas

Como ejemplo de bebidas fermentadas, estas se procesan mediante el método de destilación al momento de obtener los zumos de la materia prima, se fermenta y se obtiene alcohol. De esta manera, se produce el aguardiente, que es un preparado a base de caña de azúcar, La base del canelazo, que es una bebida popular. El yogur bebible, disponible en diferentes sabores de frutas, es popular y a menudo se consume con pan de yuca, un panecillo hinchado pero pegajoso hecho de harina de yuca que se come caliente. Una bebida no alcohólica tradicional es el pinol, elaborado con machica (harina de cebada tostada), panela (azúcar sin refinar) y especias. Otra bebida no alcohólica tradicional es la colada morada, que está hecha con harina de maíz negro, endulzada con panela y aromatizada con fruta fresca, hierbas y especias (Pazos, 2008).

2.4 Historia y evolución de la cocina ecuatoriana

Muchas de las mejores creaciones del mundo se remontan a los tiempos antiguos y clásicos. Los antiguos egipcios aportaron con jeroglíficos y papiros, la ideología griega y la democracia, las tácticas militares y los acueductos de los romanos, sin embargo, se cree que todos también inventaron algunos tipos de pasteles. Como también Ecuador en la antigüedad en los postres se utilizaba la remolacha y la chicha los cuales se usaban para realizar pan y endulzar sus preparaciones como los egipcios utilizaban los azúcares naturales disponibles, se cree que los antiguos egipcios, griegos y romanos usaban una masa fina, una simple mezcla de harina y aceite para crear pasteles de miel, cremas, helados, rellenas de dátiles y nueces. Como también los antiguos ecuatorianos masticaban el trigo hasta que listo para el secado y luego realizar la masa fermentando con la chicha al realizar sus panes y dulces. A diferencia de los romanos y griegos, estas nuevas preparaciones fueron traídas a la cocina

ecuatoriana ya que los orígenes de la pastelería se remontan en el antiguo Egipto (Romero, 2016).

Los romanos crearon una masa de hojaldre que se usaba como cobertura para las carnes al cocinar. La masa básica de harina, aceite y agua se usaba como una protección del sustento en carne húmeda y también protegía el exterior de la quema; Parece que el elemento esencial se desconocía de los panaderos antiguos era el uso de la mantequilla o manteca para crear productos variados que se asocia hoy en día en la repostería (Veintimilla, 2016).

En el siglo XVII, la fabricación de pasteles se puso cada vez más de moda, los panaderos británicos se enorgullecían de las técnicas y elaboradas decoraciones utilizadas para sus creaciones, y se inspiraron aún más en los desarrollos culinarios que ocurrían a través del Canal. Se cree que el pastel de hojaldre fue creado por el pintor francés y aprendiz de cocinero Claude Gelée, alrededor de 1645, cuando accidentalmente creó una masa laminada cuando intentaba hacer una forma de pastel de mantequilla enrollado para su padre enfermo (Velazco, 1999).

2.4.1 Influencia católica

En cada región se celebran diversas tradiciones en las cuales se sirven preparaciones típicas del Ecuador cuyo origen es la religión católica, hay varios platos típicos que se consumen en ocasiones especiales. La fanesca es una sopa de pescado que incluye varios tipos de frijoles, lentejas y maíz, a menudo se come durante la Cuaresma y la Pascua y se sirve tradicionalmente en todo el Ecuador. Durante la semana anterior a la conmemoración del difunto o al Día de Todos los Santos, la colada morada es típica, y se acompaña con pan relleno con forma de niños (Ayala, 2008).

2.4.2 La costa del Pacífico

La gastronomía en la costa del Pacífico de Ecuador está fuertemente basada en mariscos. Su proximidad al océano, así como a los crustáceos que viven en el mar frente a la costa. El camarón es popular en la zona y a menudo se los prepara en sopas

y guisos como al ajillo, ceviche y biche. La langosta se hornea con ajo y tomate o se incorpora al spaghetti.

Además de los platos de mariscos, los alimentos como los plátanos fritos, el arroz y la leche de coco son alimentos básicos en la región costera del país (Yáñez, 2015).

2.4.3 La región Amazónica

Debido a su entorno exuberante y húmedo, la región amazónica de Ecuador tiene una cultura gastronómica única. Hay alimentos en el Amazonas que no están disponibles en otros lugares. Uno de los platos tradicionales de la región es la guanta guisada. La guanta es un roedor grande que se encuentra en la región y se sirve en un estofado con carne de res, plátano, ajo y arroz o papas. El Chontacurro es un plato hecho con el gusano curro, también es un favorito en la región amazónica. Este plato se sirve con arroz, plátano y a veces se come vivo. Otras carnes que se comen en el área son tortugas, monos y serpientes (Benítez, 2014).

2.4.4 Los Andes

Es una región montañosa del Ecuador y sus productos enriquecen la gastronomía de la región. Las raíces, las frutas y los productos orgánicos cultivados en granjas son algunos de los alimentos más populares que forman parte integral de la cultura gastronómica de la región. La papa también es común en la cocina en todo el territorio, pero es particularmente popular en los Andes. A los lugareños les gusta hacer tortillas con papas y llenarlas con carnes como cerdo a la parrilla (Montenegro, 2016).

2.4.5 Las Islas Galápagos

Las Islas Galápagos son uno de los lugares más famosos para visitar en Ecuador. Si bien es conocido gracias a su biodiversidad y sus paisajes, también tiene su propia gastronomía. Debido a que las Islas Galápagos han sido declaradas Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, sus flora y fauna se encuentran protegidas. Jugosas frutas exóticas como la guayaba y la papaya se pueden encontrar colgando de los árboles en la isla (Febres, 2019).

2.5 Elaboración de postres a base de plantas

Las plantas en alimentos son muy utilizadas por su aroma y sabor característico al momento de realzar sus sabores, además estas proporcionan sales minerales, vitaminas y propiedades nutritivas cuando la planta es fresca, estas tuvieron un papel fundamental en el desarrollo de las culturas antiguas desde hace 10.000 años atrás. En Ecuador fueron utilizadas en las diferentes regiones como medicina natural de ahí llegan las tradiciones de preparar productos a base de plantas que poseen los pueblos indígenas, ya que es importante que se mantengan estos conocimientos.

Con la baja información en la utilización de plantas en postres no existen muchas preparaciones, ya que se debe de tener cuidado del excesivo consumo de los aceites esenciales de cada planta, pero en la actualidad se obtiene una mayor tendencia en el consumo de productos saludables, por el cual permitiría una aceptación adecuada de parte de los consumidores.

La repostería viene de la rama de la gastronomía donde se puede crear e innovar nuevas preparaciones al diseñar alternativas gastronómicas en base a las plantas que garantice la variedad de sabores al crear nuevas tendencias en postres (Orozco, 2014).

2.5.1 Plantas medicinales y su aporte nutricional

Las plantas medicinales son aquellas especies que pueden emplearse en bebidas o alimentos mediante sus partes específicas como sus hojas, flores, frutos, cortezas, tallos o raíces, para el alivio o mejora de algunas enfermedades como los resfríos, dolores de cabeza, etc. El uso de las plantas en la medicina tradicional proviene de tiempos prehistóricos, pero en la actualidad se usan para producir fármacos los cuales permitieron utilizarse para tratamientos de varias enfermedades. Por consiguiente, el uso de las plantas naturales en tratamientos medicinales ayuda a enfermedades y son utilizadas en lugares con dificultades de acceso a medicamentos (Lifchitz, 2006).

Todas las culturas conocidas tienen evidencia de uso medicinal de algunas especies de plantas, cada población construyó sus creencias en un intento de comprender su uso medicinal inmediato, algunas culturas hasta el día de hoy conservan estas tradiciones y creencias que han venido a incentivar el estudio de cada mata, extracto y cada forma, buscando componentes activos que favorezcan las funciones biológicas

El consumo de plantas medicinales ha ido aumentando en los últimos años, en estos tiempos está extendida la falsa creencia que los productos elaborados a base de plantas son inocuos e incluso malignos por sus componentes naturales en la salud ya que la mayoría son malos en cantidades muy exageradas, la más adecuada forma de utilización de las plantas es ideal usarlas en cantidad adecuadas que permiten obtener mejores beneficios al momento de aliviar enfermedades. (Rios, 2007).

2.6 La planta de tilo

La flor de tilo es una planta medicinal con innumerables propiedades terapéuticas naturales, esta planta es originaria de Europa y Asia en los bosques cálidos, pero también se la puede encontrar en Ecuador como tilo (*sambucus nigra*), sus partes más usadas son las flores, fruto y corteza, esta se encuentra en varios sitios de la ciudad, se puede adquirir en lugares de venta de especias naturales para la realización de infusiones. La flor de tilo se usa desde hace siglos en la medicina al combatir enfermedades y su fruto se utilizaba en la cocina al elaborar platillos dulces o salados y a su vez como elementos curativos, ya que la flor de tilo se la utilizaba hace varios años como medicina para combatir enfermedades.

El tilo se siembra con mayor facilidad en cualquier tipo de suelos más en climas cálidos o fines de invierno, sus flores crecen en primavera, se tornan verdes, luego rojizas en este punto se puede utilizar como fruto ya que es muy suave y dulce, al paso del tiempo forman una especie de racimo y se vuelven de color amarillento o blanquecino, la buena germinación acelera el proceso de crecimiento de la planta ya que necesita un pH neutro, esta crece en un periodo de 2 o 3 semanas y puede ser cosechada a los 3 meses (Arevalo, 2013).

El aceite esencial de tilo se extrae por medio del proceso de destilación de sus flores el color amarillento o blanquecino por medio del arrastre de vapor de agua, es de aroma dulce, profundo y ligeramente picante por su acción tónica y relajante. En alimentos sus aceites esenciales se lo utilizan entre 2 o 3 gotas de aceite.

Tabla 1 Información General de la planta de tilo

TILO	
Familia	Malvaceae
Género	Tilia
Especie	Tilia platyphyllos
Clase	Magnoliopsida
Orden	Malvales
Subfamilia	Tilioideae
Variedades de Tilo	Tilia platyphyllos, tilia americana, tilia moltkei, tilia petiolaris, tilia europea o vulgaris, tilo (sambucus nigra), tilo de Holanda, tilia cordata mil.

Tabla 1 Información General del Tilo
Fuente: (Rios, 2007).

2.6.1 Aporte nutricional

El tilo es indispensable como función medicinal para tratar enfermedades del cuerpo por sus propiedades relajantes y su valor nutricional. Sus principios activos son los Flavonoides, aceites esenciales, mucilagos, taninos y ácidos orgánicos. En el área nutricional de las plantas es importante conocer los macronutrientes, estos nutrientes se suministran como parte de la energía metabólica para el organismo como son el nitrógeno, fósforo, potasio, calcio, magnesio, azufre, y los micronutrientes son sustancias esenciales indispensables en los procesos bioquímicos y metabólicos del

organismo, ya que son esenciales para el crecimiento y desarrollo del cuerpo como son el hierro, manganeso, vitaminas A, cobre, zinc, cobalto, cloro, níquel. En la planta de tilo sus micronutrientes son el sodio 10mg, el calcio con 3mg, el potasio 16 mg, Vitamina A 1 mg y Hierro 0,17 mg.

En el siguiente cuadro se muestra el valor nutricional del tilo por cada 100 g. En estas se incluyen los principales nutrientes del tilo (anexo VII) (Rios, 2007).

Tabla 2 Información Nutricional del tilo (100 g)

INFORMACIÓN NUTRICIONAL	
Por 100 g	
Carbohidratos gr	0.3
Fibra gr	0.55
Grasas gr	0.02
K calorías	1
Proteínas gr	0.2
MINERALES	
Calcio mg	3
Hierro mg	0,17
Fósforo mg	3
Potasio mg	16
Sodio mg	10
Magnesio mg	0
VITAMINAS	
Vitamina A	1
Vitamina B1	0.01
Vitamina B2	0.02
Vitamina B3	0
Vitamina B12	0
Vitamina C	3
No aporta cantidades significativas de grasas saturadas, grasas trans, poca fibra alimentaria. %Valores diarios con base a una dieta de 2000 kcal, 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas.	

Tabla 2 Información nutricional del Tilo
Fuente: (Rios, 2007).

2.6.2 Beneficios

La composición de la planta de tilo aporta en la valorización nutricional en alimentos por sus beneficios para la salud ya que tiene una función antioxidante y anti alergénica además permite tratar y disminuir la fiebre, dolores de cabeza y cansancio. Las flores y las hojas son beneficiosa al momento de tratar catarros, resfriados y el buen estímulo del apetito por esta razón es considerado un beneficio para aliviar gripes comunes (Mere, 2017).

De la misma manera, la planta produce relajación y se puede usar para tratar problemas cardiovasculares al obtener propiedades hipotensoras por lo tanto ayuda a bajar la presión arterial, las flores de la planta ayudan a los alimentos funcionales ya que aportan sustancias biológicas como la vitamina, hierro, potasio, niacina, minerales que aportan a la salud por sus características organolépticas y valor nutricional.

El tilo tiene propiedades terapéuticas como son: efectos diuréticos, digestivos, propiedades relajantes utilizado en menor cantidad y analgésico, sus propiedades curativas, el tilo actúa como relajante natural, trata tensiones altas, previene el tromboembolismo, migrañas, fiebre. Si existe un exceso en el consumo de la planta se debe evitar en embarazos. (Rios, 2007).

Los componentes bioactivos o Fitoquímicos son compuestos orgánicos de los alimentos de origen vegetal, son fundamentales, ya que influyen en la actividad celular y en los mecanismos fisiológicos que componen los alimentos para la reducción de enfermedades crónicas, las acciones benéficas de estos elementos, es la acción antioxidante, acción antiinflamatoria, regulariza la glutatona y catalasa, neutraliza los rl y peróxidos producidos durante la respiración celular, inhibición de enzimas como Xantina Oxidasa y NADPH oxidasa, estos se pueden encontrar en vegetales, frutas, granos, semillas, debido a que ayuda que los pobladores de la parroquia Pintag no sigan tomando erróneamente la medicina natural (Chuquin, 2011).

Tabla 3 Compuestos Bioactivos de la planta de tilo

	Tiempo de Retención	Máximos UV-Vis	[M-H]-m/z	MS2- ions	MS3- ions
1. Ácido gálico	3.1	275	169	169	*
2. Compuesto desconocido	3.5	272	436	357	*
3. Ácido 3,4-dihidroxibenzoico (ácido protocatecuico) s	6.2	259,296	153	153	*
4. compuesto desconocido	9.5	271	179	179	*
5. (+) - catequina	16.5	279	289	245	*
6. compuesto desconocido	16.3	280,320	417	285	267,153
7. ácido 5-O-cafeoilquínico (ácido clorogénico) s	16,4	325	353	191	191
8. β-gentobiosil éster del ácido 4- (1-hidroxi-1-metiletil)	16.9	308	551	323	*
9. procianidina B2 s	22	280	577	289	407
10. ácido 5-O-p-cumaroilquínico	22.4	280,312	337	191	*
11. epicatechin-(4β→6)-epicatechin-(4β→8)-epicatechin	22.5	280	865	713	695
12. (-) - epicatequina	23.6	279	289	245	*
13. compuesto desconocido	26	283	517	471	*
14. epicatequina- (4β → 6)	26.3	280	576	289	*
15. trímero de procianidina	29.3	290	865	713	695
16. quercetina O-ramnohexósido I	31	253	609	463	301
17. epicatequina- (4β → 8) -epicatequina-	32.1	280	576	289	*
18. quercetina O-ramnohexósido II	32.2	254	609	447	289
19. quercetina O-ramnopentosida	33.5	253	579	433	301
20. quercetina O-ramnohexósido III	34.1	252	609	301	177
21. epicatechin-(4β→6)	34.8	280	720	635	*
22. kaempferol O-ramnohexósido I	35	superpuesto	593	447	284
23. epicatequina- (4β → 8)	35	superpuesto	720	635	*
24. kaempferol O-rhamnopentósido	36.1	264,346	563	417	285
25. kaempferol 3-O-glucósido-7-O-ramnosido	36.4	265,347	593	447	285
26. quercetina 3,7-O-dirhamnosidos	36.9	253	593	447	301
27. quercetina 3-O-ramnoglucósido (rutina)	37.3	254	609	301	*
28. quercetina 3-O-glucósido (isoquercetina)	37.9	253	463	301	271
29. procianidina B5+B1	38.8	280	577	425	407
30. quercetina 3-O-arabinopiranosidos (guaijaverina)	40.7	252,261	433	301	*
31. kaempferol 3,7-O-dirhamnoside	41.3	265,345	577	431,285	285
32. kaempferol O-ramnohexósido II	42.2	265,349	593	447,285	*
33. quercetina 3-O-arabinofuranósidos (avicularina)	42.6	254,263	433	301	179,151
34. kaempferol 3-O-glucosides (astragalín)	43	264,345	447	285	*
35. quercetin 3-O-rhamnosides (quercitrin)	43.2	253,262	447	301	*
36. kaempferol O-pentósido	44.3	265,364	417	285	*
37. procyanidin tertramer	46.4	280	576	500	*
38. compuesto desconocido	48.2	213,273	463	301	283
39. kaempferol O-rhamnosid	49.2	263,347	431	285	*
40 acetina 7-O-ramnoglucósidos (linarin)	56.3	267,335	637	591	*
41 kaempferol 3-O-β-D	61.5	265,316	593	285	285

Tabla 3 Compuestos bioactivos del Tilo
Fuente: (Ziaja, 2013)

CAPITULO 3

MARCO METODOLOGICO

En este caso la investigación se estableció por medio de métodos y técnicas estratégicas en donde se fomentó con claridad los pasos y actividades para la obtención de información necesaria sobre la naturaleza de la investigación y los métodos empíricos a realizar como la encuesta y recolección de información.

De la misma manera, el nivel de investigación necesaria para el desarrollo del documento se establece por medio de imágenes, textos y gráficas. Estos procesos son fundamentales para el análisis de la información, las investigaciones a seguir son explicativas, descriptivas y de campo.

El marco metodológico provee información sobre los métodos, procedimientos y técnicas para llevar a cabo el desarrollo de la investigación (Bastar, 2012).

3.1 Naturaleza de la Investigación

El presente estudio tuvo como objetivo comparar la presencia de la gastronomía y su influencia actual en las preparaciones tradicional de Quito, en el 2018. Por lo tanto, la naturaleza de la investigación se basó en un estudio de campo de tipo descriptivo, debido a su interés en la descripción de los datos, sin conceptualización ni interpretación. Además, describe lo que ocurre como una narración. De acuerdo con lo expresado por Bernal, (2010). Busca explicar las características más resaltantes del fenómeno de estudio, midiendo y evaluando las diversas dimensiones o componentes de la investigación. Por ello se aplica un paradigma interpretativo, porque reconoce el núcleo de significaciones de las personas, grupos y grandes sociedades, además las técnicas más usadas en este paradigma es la observación, entrevista y estudio de casos.

3.2 Métodos empíricos

3.2.1 Recolección de información

En esta investigación se usaron para la obtención de datos, libros, revistas, documentales, páginas web, tesis. Usando el método bibliográfico, se revisaron fuentes impresas y virtuales, para la obtención de datos fundamentales en el desarrollo adecuado de la investigación (Bernal, 2010).

3.3. Nivel de investigación

3.3.1 Investigación Explicativa

La presente investigación busca identificar distintas interrogantes del problema de estudio el cual pretende mejorar, demostrar y alcanzar los objetivos propuestos al fin de obtener el conocimiento de nuevas preparaciones ancestrales con sus propios productos, de las cuales permite identificar los tipos de plantas medicinales que ayude a levantar información clara sobre la historia y el proceso evolutivo de la gastronomía quiteña. Que promueve postres en base a la unión de productos medicinales como la planta de tilo de la familia *maalavecea*. Esto ayuda al mejoramiento de sabores con un aporte nutricional en elaboración de postres y conservas con métodos ancestrales en la parroquia Pintag (Cesár, 2013).

3.3.2 Investigación Descriptiva

La investigación conduce al desarrollo y elaboración de una propuesta establecida mediante la agrupación de datos concretos para el correcto desarrollo de la misma, esta permite corroborar las referencias que ayuden a analizar el modelo de investigación reuniendo cada resultado de la misma, ya que busca especificar las propiedades, características y rasgos importantes que detallen las situaciones, eventos y contextos formulados que proporcionan el análisis de los procesos objetivos de la investigación al momento de comprender los resultados al definir y especificar las propiedades adecuadas que se investiga (Sampieri, 2010).

3.4 Diseño de la investigación

3.4.1 Investigación de Campo

Este tipo de investigación contribuye un desarrollo sistemático y racional de recolección, tratamiento, análisis y presentación de datos, basado en una estrategia de recolección de información necesaria para la investigación. Basadas en la cultura gastronómica típica por medio de los productos ancestrales, debido a que se comenzó realizando un diagnóstico de la situación actual de la parroquia Pintag, para determinar la gastronomía típica y así cumplir con los objetivos planteados mediante una visita de reconocimiento que permite obtener información y la realización de entrevistas guiadas hacia las personas mayores de edad para identificar las recolección de preparaciones antiguas coloniales que se generaron a través del tiempo por familias en la parroquia Pintag (Hernández & Coello, 2011).

3.5. Población y muestra

3.5.1 Población

Para determinar la población se estableció mediante la selección de un determinado grupo de pobladores en la parroquia Pintag. Se obtuvo el número de habitantes de la parroquia, los cuales tengan un conocimiento sobre la cocina antigua y el uso de las plantas nativas del lugar donde se van a realizar las encuestas por su conocimiento sobre las características de la planta del sector donde se investiga las características de los pobladores (Grajales, 2019).

3.5.2 Muestra

La muestra permite obtener los resultados concretos de la población de la parroquia de Pintag con 17930 habitantes según datos del INEC, mediante una estructura estratificada al alcanzar un número reducido de habitantes para el correcto análisis de los resultados estimados obtenidos de la población estadística. Esto permite la elaboración de encuestas a cada poblador el cual se obtendrá con precisión el tamaño estimado de la muestra, al momento de desarrollar los pasos previos de la

investigación se empleará un análisis concreto el cual permitirá establecer la muestra a partir de una población estimada (Grajales, 2019).

Para determinar el muestreo de los habitantes, se realizó la fórmula que ayudara a la investigación al conocer la población objetiva obtienen un resultado de las personas encuestadas de la parroquia Pintag.

$$n = \frac{Z^2 P Q N}{(N - 1) E^2 + Z^2 P Q}$$

Definición de la formula

Z= Valor Z curva normal (1.96)

P= Probabilidad de éxito (0.55)

Q= Probabilidad de fracaso (0.40)

N= Población (17930)

E= Error muestral (0.5)

C= Conformidad (0.10)

$$n = \frac{(1.96)^2 (0.55)(0.40)(17930)}{(0.10)^2 (17930 - 1)(0.50)^2 + (1.96)^2 (0.55)(0.40)} \quad n = 384$$

3.6.1 Herramientas para el levantamiento de información cuantitativa

El aumento en las referencias cuantitativas, de acuerdo con Hernández, Fernández, & Baptista (2010), En un informe cuantitativo se alcanza a obtener datos, información y análisis del sector el cual se va a realizar. A tal efecto, en este estudio se usaron como técnicas:

- Encuestas
- Entrevista
- Focus group

La encuesta se realizó a los pobladores de la parroquia Pintag entre hombres y mujeres con 12 preguntas por medio de la investigación cuantitativa establecidas acorde a la aceptación de la planta de tilo recorriendo los lugares más concurridos del sector como son los mercados y cafeterías. Se plantearon preguntas cerradas y abiertas con la aceptación en la elaboración de una guía con productos naturales del Ecuador (anexo VI) (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010).

La entrevista se elaboró a un experto para recolectar datos destacados sobre los productos naturales en la cocina ecuatoriana en postres para obtener la información sobre la historia y métodos de cocción de recetas ancestrales originadas en los conventos mediante un cuestionario

El focus group se realizó a diez personas entre profesores y alumnos de la Universidad Iberoamericana del Ecuador que tengan conocimiento de gastronomía y manipulación de alimentos. Se propuso la degustación de cada producto para obtener la evaluación del mismo y así conocer si las preparaciones son aceptadas o no por conocedores de la industria (Hernandez, 2008).

3.7 Operacionalización de Variables

La operacionalización de variables permite obtener un resumen concreto por medio de características específicas las cuales están acorde a los objetivos propuestos esto permite describir los distintos temas a tratarse en la investigación. De esta manera, se aplican instrumentos para alcanzar los objetivos planteados.

La variable permite medir y observar los objetivos de estudio con un mayor o menor grado de análisis según el tipo de estudio el cual se va a tratar la investigación (Bastar, 2012).

Objetivo General: Establecer las formulaciones de postres utilizando la planta de tilo para valorizar sus propiedades en la Parroquia Pintag.

OBJETIVO ESPECIFICO	VARIABLES	DEFINICIÓN	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMES	TÉCNICA E INSTRUMENTOS
Diagnosticar las preparaciones y técnicas culinarias tradicionales en la Parroquia Pintag.	Diagnosticar las preparaciones culinarias	Se define por medio de la acción o efecto en la cual se evalúa una situación dada en la que determina un problema	Evaluación de Preparaciones culinarias	1. Tipos de preparaciones 2. Convinación de sabores 3. Tipos de cocción	¿Qué tipo de postre son de su preferencia? ¿Le agradaría a usted los postres en las comidas?	Técnica Encuestas Instrumento Cuestionario
	Técnicas culinarias	Es el conjunto de procedimientos aplicados en las practicas culinarias aplicados hacia los alimentos.	Técnicas	1. Método de conservación 2. Métodos de deconstrucción	¿Me puede usted decir cuáles son los métodos, técnicas y productos ancestrales?	Técnica Entrevistas Instrumento Relato
Estandarizar las preparaciones a base de tilo con técnicas culinarias tradicionales.	Estandarizar las preparaciones a base de tilo	Se desarrolla en la aplicación de crear y adaptar normas establecidas	Estandarizar	1. Calculo de Costos 2. Procesos de control 3. Evaluacion de recetas	¿Puede usted relatar las preparaciones tradicionales y su origen de los postres? ¿Usted conoce si existe un cultivo orgánico y adecuado del tilo para la utilización en la gastronomía?	Técnica Observación Instrumento Fichas técnicas
	Técnicas tradicionales	Son métodos utilizados mediante el arte y procedimientos ancestrales en base a los conocimientos dados de generación en generación.	Tradición	1. Técnicas de cocción en horno a leña, paila, piedra, tierra, barro. 2. Procesos de elaboración.	¿Cuándo consume usted postres prefiere tradicionales del Ecuador? ¿Consumiría usted postres tradicionales del Ecuador con la implementación de la planta de tilo?	Técnica Recolección de información Instrumento Fichas Técnicas
Determinar la aceptabilidad de las preparaciones de postres a base de la Planta de Tilo	Aceptabilidad de postres a base de tilo	Determina la capacidad de permitir un hecho dado mediante la hipótesis planteada el cual potencia el resultado intangible de un resultado.	Análisis de aceptabilidad	1.- Grupos de enfoque 2. Escala hedónica 3. Observación 4. Resultados	Análisis en escala hedónica en olor, color, sabor, textura, aceptabilidad.	Técnica Focus Group Instrumento Análisis de resultados
Proponer la elaboración de una guía para el uso del tilo en la elaboración de postres.	Proponer la elaboración de una guía	Es un documento de indicadores la cual hace referencia a varios procedimientos referidos a un acontecimiento e información a tratarse.	Diseño de una guía	1. Investigación de alimentos 2. Creación de recetas 3. Investigación de historia ancestral	¿Ha consumido usted platos que contengan tilo alguna receta o guía? ¿Considera importante la existencia de una guía de postres tradicionales del Ecuador a base de la planta de tilo?	Técnica Entrevista Instrumento Guía de observación.
	Elaboración de postres a base de tilo	Son platos dulces que resalta a la comida como lo más atractivo y colorido.	Preparación de Postres	1. Temperatura 2. Tiempo 3. Tipos de utensilios 4. Masas y Cremas	¿Usted conoce la planta medicinal tilo en postres? ¿Cree usted que la existencia de una guía a base de postres tradicionales del Ecuador en base a la planta de tilo promoverá el uso y la recuperación de la planta?	Técnica Grabación Instrumento Grabación de voz y video

Tabla 4 Cuadro operacionalización de Variables
Fuente: Pacheco.K

3.7.1 Validez y Confiabilidad

3.7.2 Validez

La validez permite sustentar al instrumento el cual mide los eventos relacionados con la investigación donde se va a hablar de los procedimientos adecuados que se va a tratar para el desarrollo del mismo, determinando la adecuación muestral de cada ítem al momento de medir la variable establecida de cada instrumento al momento de comparar los criterios obtenidos de cada resultado (anexo II).

3.7.3 Confiabilidad

Esto permite argumentar los conocimientos adquiridos en la investigación para determinar la confiabilidad de cada encuesta establecida mediante el desarrollo del mismo, esto permite obtener los resultados consistentes y coherentes hacia la respectiva resolución de los objetivos a un mismo grupo de personas al momento de comparar distintos resultados que abarca todas las variables respectivas.

CAPÍTULO 4

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN

El presente capítulo permite detallar un análisis de resultados obtenidos a través de la aplicación de instrumentos y técnicas que consiste en el análisis de información de cada uno de los objetivos al obtener los resultados sobre las técnicas culinarias y recetas ancestrales de la zona perdidas en el tiempo, con el propósito de la elaboración de una guía de postres con la utilización de la planta de tilo con su respectiva interpretación y obtener la aceptación requerida de la guía.

4.1 Cuestionario

El cuestionario consta de 12 preguntas y se aplicó en la parroquia Pintag. El objetivo del cuestionario determinará la aceptación de postres a base de tilo por medio de la utilización de plantas nativas y recetas ancestrales por medio de preguntas abiertas y cerradas, esto se aplicará a partir de un análisis estadístico con su interpretación y resultados establecidos que permitan obtener la aceptación de los pobladores al conocer e identificar las diferentes opiniones y criterios de cada uno para la elaboración de una guía y aceptabilidad de los postres. Como se observa en el (anexo I).

¿Le agrada a usted los postres?

Tabla 5 Pobladores que le gustan los postres
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	278	72
NO	2	77	20
No contesta	3	29	8
Total		384	100



Gráfico 1 Pobladores que le gustan los postres
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: La inclinación que obtuvieron los pobladores tiene una mayor aceptación por los postres, esto permite observar que los datos levantados reflejan que el 72% de los encuestados gustan de los postres. Por otro lado, el 8% respondió que no le gustan los postres. De esta manera, se visualiza que se tiene una gran aceptación hacia las preparaciones dulces.

¿Cuándo consume usted postres prefiere tradicionales del Ecuador?

Tabla 6 Consumo de postres tradicionales del Ecuador
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	363	94
NO	2	15	4
No contesta	3	6	2
total		384	100

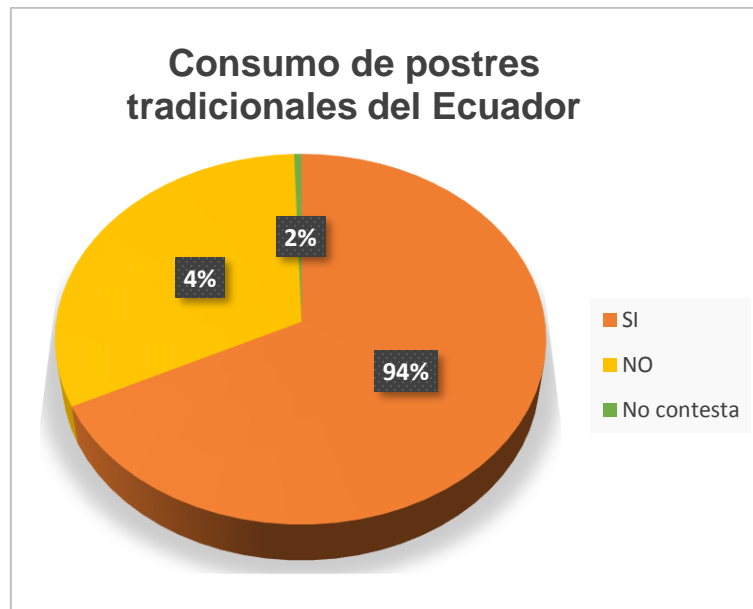


Gráfico 2 Consumo de postres tradicionales del Ecuador
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: El consumo de postres tradicionales refleja una alta aprobación con un porcentaje del 94% de consumo dulces tradicionales y con un menor porcentaje de 2% que no son consumidos, con esto se puede conocer la existencia de una mayor tendencia en el consumo y mayores ventas de productos tradicionales.

¿Qué tipo de postre son de su preferencia?

Tabla 7 Postres de mayor preferencia
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Suspiros	1	135	35
Helado De Paila	2	198	52
Aplanchados	3	51	13
Total		384	100

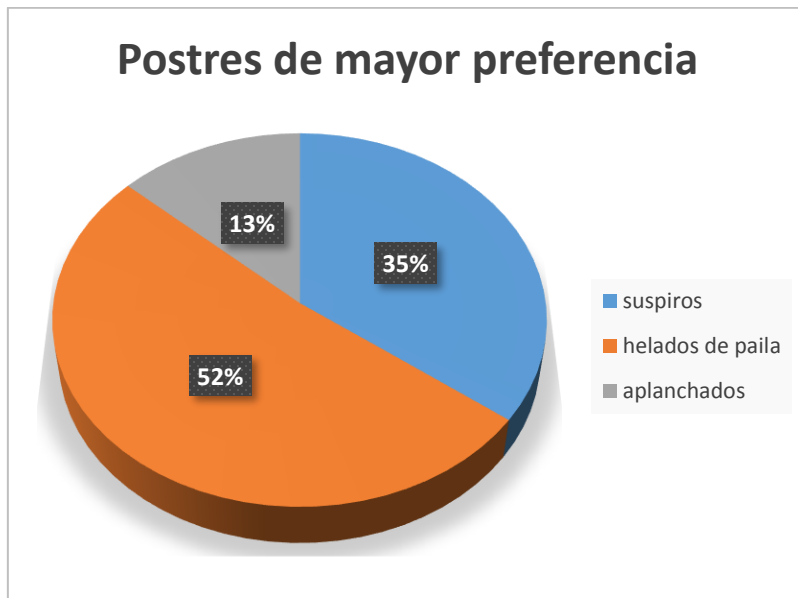


Gráfico 3 Postres de mayor preferencia
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: En la encuesta direccionada se obtuvo una mayor preferencia de postres tradicionales por elección de los pobladores se observa en el gráfico que el 52% de las personas prefieren el Helado de Paila, y el 35% de encuestados optaron por los suspiros y un menor porcentaje de preferencia del 13% en los aplanchados, esto nos indica que existe una mayor elección por los helados tradicionales elaborados en paila.

¿Con que frecuencia consume postres?

Tabla 8 Cantidad de consumo en postres
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Diario	1	98	25
Semanal	2	215	56
Quincenal	3	71	19
Total		384	100

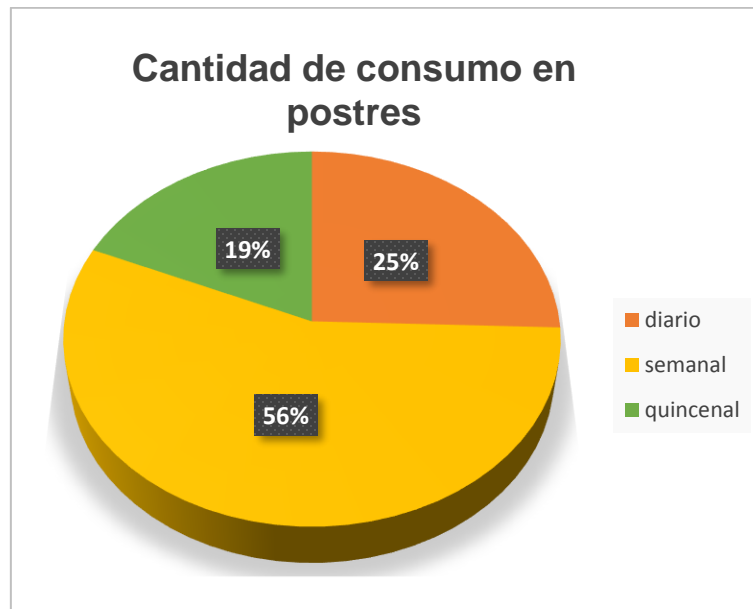


Gráfico 4 Cantidad de Consumo en Postres
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: Se puede observar que existe una mayor tendencia en los pobladores de la parroquia Pintag, que en su mayoría tiene un aumento en el consumo semanalmente con un 56% y con un 25% de consumo diario, de esta manera se obtiene un menor porcentaje con el 19% quincenal de la preferencia de los pobladores, lo cual se obtiene que semanalmente existe un mayor consumo en postres.

¿Usted conoce sobre el uso de la planta de tilo en postres?

Tabla 9 Conoce la planta de tilo en postres
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	17	4
No	2	365	95
No contesta	3	2	1
Total		384	100

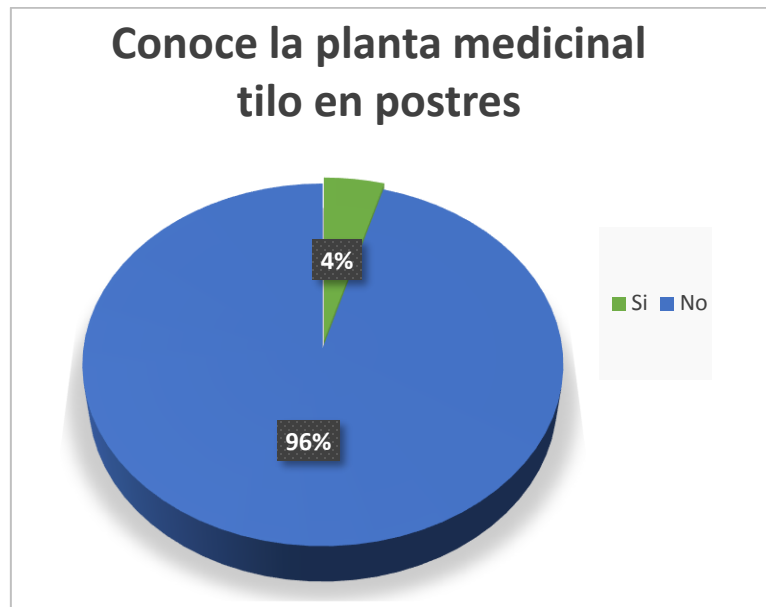


Gráfico 5 Conoce la planta medicinal tilo en postres
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: En la encuesta realizada se demostró que los pobladores tienen un bajo conocimiento sobre la utilización de la planta de tilo en postres de un 96% y con un 4% de los encuestados que tienen poco conocimiento de la planta de tilo en alimentos, esto permite observar que no existe información de la mayor parte de ciudadanos sobre el conocimiento de la utilización de la planta en dulces.

¿Consumiría usted postres tradicionales del Ecuador con la implementación de la planta de tilo?

Tabla 10 Consumo de postres con la planta de tilo
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Si	1	315	82
No	2	65	16
No Contesta	3	4	2
Total		384	100

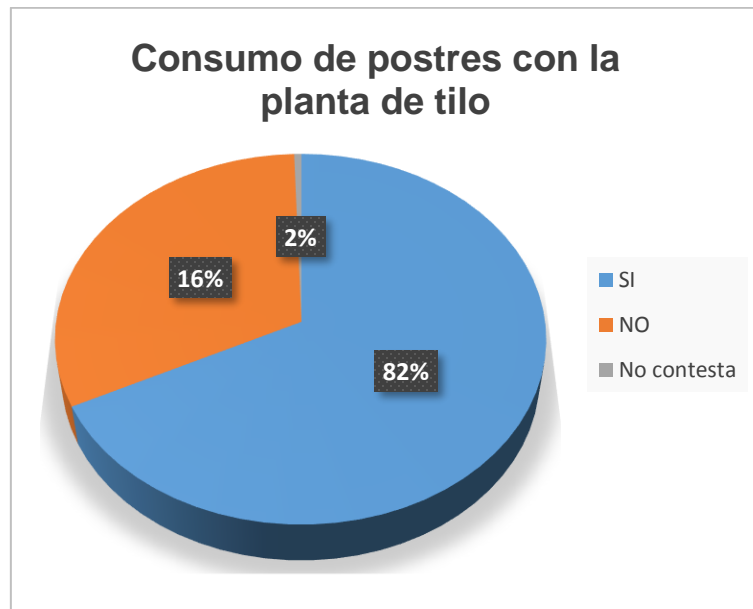


Gráfico 6 Consumo de postres con la planta de tilo
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: Existe una mayor inclinación hacia el consumo de postres con tilo con un 82% de los encuestados y con un 16% en menor porcentaje que no consumirían postres a base de tilo, esto permite saber que existiría una mayor aceptación por los ciudadanos de la parroquia en el consumo de postres a base de plantas.

¿Considera usted que los postres que consume le deberían proporcionar algún aporte para la salud?

Tabla 11 Los postres proporcionan algún aporte a la salud
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	325	84
NO	2	55	14
No contesta	3	4	2
Total		384	100

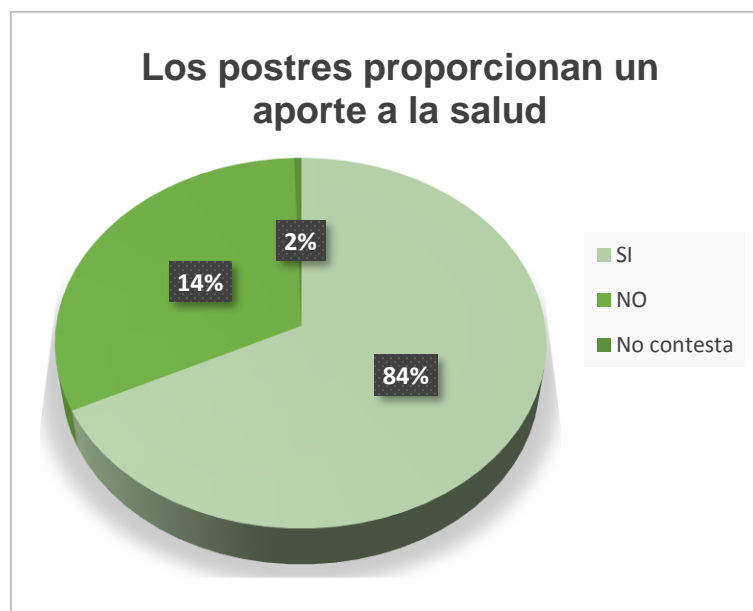


Gráfico 7 Los postres proporcionan un aporte a la salud
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación Se puede percibir que existe una preferencia direccionada al consumo de postre con mayor valor nutricional con un porcentaje del 84% y menor aceptación del 14% respecto al aporte nutricional que dan las plantas. Para concluir en la parroquia se obtendrá una mayor aceptación en la elaboración de postres a base de plantas, estos postres si son utilizados con azúcares refinados no son saludables.

¿Considera importante la existencia de una guía de postres tradicionales del Ecuador a base de la planta de tilo?

Tabla 12 Importancia de la existencia de un recetario de postres tradicionales
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	369	96
NO	2	2	1
No contesta	3	13	3
Total		384	100



Gráfico 8 Importancia de la existencia de un recetario de postres tradicionales
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: En la encuesta realizada se puede observar que la tendencia esta direccionada a la creación de una guía con una mayor aceptación del 96% de encuestados, y un 3% que no estuvo de acuerdo. Por esta razón, se concluye que existe la aceptación de los pobladores para la creación de una guía de postres.

¿Cuánto estaría dispuesto a pagar por una guía de postres tradicionales ecuatorianos a base de la planta de tilo?

Tabla 13 Cantidad que les gustaría pagar para una guía de postres tradicionales
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Menos de 15 \$	1	62	16
Entre 15 y 20 \$	2	85	22
Entre 20 a 30 \$	3	194	51
Entre 30 a 40 \$	3	35	9
Más 40 \$	3	8	2
Total		384	100

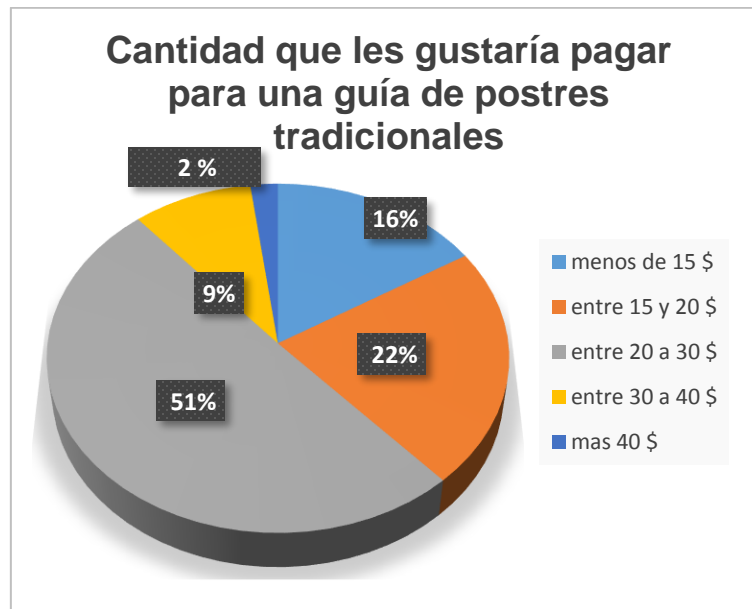


Gráfico 9 Cantidad que les gustaría pagar para una guía de postres tradicionales
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: En torno a la encuesta se puede observar en la gráfica que existe una elección mayor en cuanto al costo de la guía con un 51% y un 22% que en la cantidad de 15 y 20\$, como también un porcentaje del 16% de preferencia en el precio por parte de los pobladores y con una menor aceptación de un 9% del valor de la guía, Esto nos muestra que existe un rango determinado de personas que están de acuerdo que el pago se refleje entre los 20 y 30\$ en la venta de la guía.

¿Cree usted que la existencia de una guía a base de postres tradicionales del Ecuador en base a la planta de tilo promoverá el uso y la recuperación de la planta?

Tabla 14 Creación de una guía a base de postres tradicionales
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
SI	1	260	67
NO	2	122	31
No contesta	3	2	2
Total		384	100



Gráfico 10 Creación de una guía a base de postres tradicionales
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: Como se puede observar en la gráfica existe un rango determinado de encuestados que están de acuerdo en la creación de una guía de postres tradicionales con un 67% y un 31% de personas que no están de acuerdo, basándose en los porcentajes anteriores, es fundamental recuperar los productos tradicionales del país.

¿Dónde le gustaría encontrar la guía de postres a base de tilo?

Tabla 15 Lugares donde le gustaría encontrar este tipo de postres
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Supermercados Mayoristas	1	20	6
Supermercados Minoristas	2	135	35
Tiendas Especializadas	3	35	9
Cafeterías	4	130	33
Pastelerías	7	64	17
Total		384	100

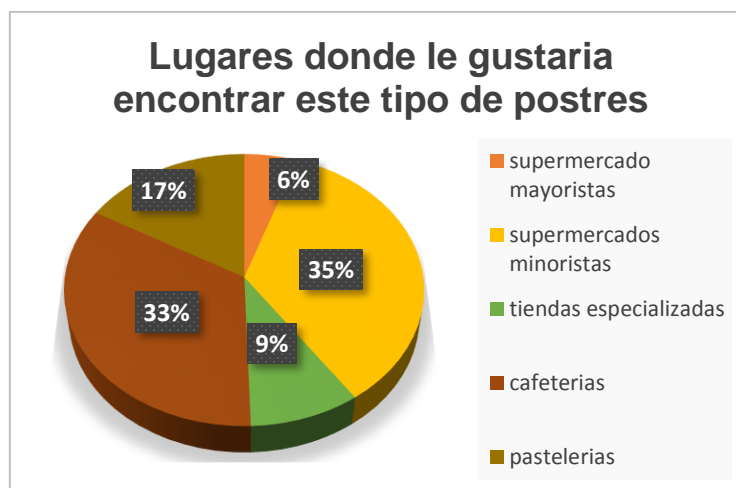


Gráfico 11 Lugares donde le gustaría encontrar este tipo de postres
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: En la encuesta realizada se puede observar que existe una mayor aceptación en los supermercados minoristas con un 35% y en las cafeterías con un 33% en cuanto a la elección de los pobladores de mayor porcentaje, los lugares con menor porcentaje de aceptación se obtienen con un 17% en pastelerías, con un 9% en tiendas especializadas y con un 6% en los supermercados mayoristas. Los resultados se direccionan a un mayor número de lugares para adquirir la guía que contenga información sobre la gastronomía o productos ecuatorianos en los que son cafeterías y supermercados minoristas.

¿En qué medios de comunicación le gustaría que se promocióne la guía de postres a base de la planta de tilo?

Tabla 16 Los medios de comunicación que promocionen el producto
Autor: Katherine Pacheco

CATEGORIA	CODIGO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
Televisión	1	35	9
Radio	2	25	6
Internet	3	49	12
Periódicos	4	5	2
Redes Sociales	5	246	64
SMS	6	6	3
Volante	7	18	4
Total		384	100



Gráfico 12 Los medios de comunicas que promocionen el producto
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: La publicidad ayudará a obtener un incremento en el posicionamiento de la guía en cuanto a los resultados de aceptación se obtiene de mayor medida con un 64% en redes sociales y un 12% en internet, la elección de los encuestados de menor porcentaje se obtiene con un 9% en televisión, 6% en radios, 4% en volantes, 3% en periódicos y un 2% en mensajes de texto, se puede concluir que la promoción de la guía tiene un mayor alcance por medio de las redes sociales.

4.1.1 Análisis general de las encuestas

En el cuestionario se observó una mayor aceptación con respecto a los pobladores que les gustan los postres a base de la planta de tilo con un consumo semanalmente donde podemos determinar que existe una demanda alta para los pobladores en adquirir la guía en mercados y cafeterías de la zona, por el cual se puede observar que la creación de una guía sobre los postres a base de tilo y su aporte a rescate de las tradiciones tendría una acogida entre los pobladores basándose en una adecuada publicidad mediante redes sociales para el conocimiento del mismo.

Este tipo encuesta se basa en la observación de los resultados a los 384 pobladores de la parroquia Pintag, entre ciudadanos y gastrónomos de 20 a 60 años de edad, para

identificar el objetivo de la investigación este se realizó en los lugares más significativos como son los mercados y cafeterías de la zona.

4.2 Entrevista

4.2.1 Objetivo de la entrevista

Para determinar el grado de cumplimiento de los objetivos propuestos en este proyecto, se aplicó una entrevista al experto la cual ayudará al desarrollo de la misma por medio de una planificación previa de cada pregunta formulada al entrevistado donde se obtendrá un conocimiento adecuado que beneficie al desarrollo de la investigación. Se realizó una entrevista abierta donde se sustenta la adecuada información que permite conocer la presencia gastronómica actual y tradicional de Quito por medio de los platos ancestrales y el rescate de recetas antiguas obtenidas de los conventos el cual proporcionara la recuperación de varias especias y técnicas para la realización adecuada de los postres, esta recuperación mantiene vigente las tradiciones en diferentes tipos de preparaciones antiguas como son las tortillas de maíz (bonitísimas), la torta de jueves santo, locros y guisos, como platillos que demuestran la influencia mestiza.

Además, es necesario mencionar que las manifestaciones indígenas en la ciudad de Quito se reflejan en su gastronomía, arquitectura, costumbres y tradiciones. El desconocimiento de la mayoría de habitantes sobre la riqueza cultural ancestral de la gastronomía quiteña, esto logra ser un factor problemático por la llegada de costumbres culinarias de países extranjeros.

En la entrevista se logró observar un ambiente cómodo para el entrevistado, la misma se realizó en su lugar de trabajo donde no existe ninguna interrupción ya que en el momento no había mucha clientela. La información fue clara y concisa la cual contribuye con información precisa para el desarrollo de la tesis. Esto permitió conocer un poco más sobre la historia y platos ancestrales antiguos en el cual se los elaboraba hace ya varios años, siendo el más antiguo uno con más de 400 años elaborado a

base de 25 especias observando la gran importancia que se otorgaba a las plantas y especias tradicionales en la cocina (anexo III).

4.2.2 Relato de la entrevista

¿Qué valor le da a la creación de postres preparados con plantas medicinales?

Se obtiene un gran valor en la creación de postres, mediante la utilización de ingredientes obtenidos del campo que pueden ser hierbas o productos tradicionales del Ecuador, con la elaboración de nuevos productos a base de plantas. Esto logra dinamizar la economía, ya que al momento que se empieza a crear emulsiones en las ventas los campesinos van a obtener un producto para sus negocios, al conseguir un buen desarrollo de la cadena productiva de nuestro país.

¿Qué opina sobre la pérdida de productos tradicionales con respecto a plantas y especias de la cocina del Ecuador?

Para el país es una tragedia sobre la pérdida de productos tradicionales, ya que se descuida cada metro cuadrado de especias, plantas, productos y terrenos de la ciudad, por esta razón ya no existen muchas tradiciones y espacios productivos que permitirían obtener oportunidades de desarrollar una guía alimentaria sino que además, no se ha hecho un estudio de los ingredientes de la cultura ecuatoriana, por esta razón existe un descuido para dar la oportunidad de transformar la abundancia en riqueza, cuando se pierde una hierba jamás se podrá tener la oportunidad de cocinar con esta hierba y mostrarle al mundo la riqueza cultural y sabores que tiene cada planta. Además, existe un bajo aporte sobre el patrimonio y la economía en cuanto a lo tradicional, ya que nunca más podremos hacer que un campesino cree su empresa y se beneficie de la venta de ese producto ancestral.

¿Me puede usted decir cómo se utiliza estas plantas y especias en la repostería tradicional?

Tiene muchas vocaciones el uso de las plantas medicinales, depende mucho de la familia, especie y la cantidad de sus aceites esenciales a utilizar que tiene cada planta,

por ejemplo, como la esencia de rosa, que es un geranio andino, tiene una cantidad muy grande de aceites esenciales, con esta se pueden realizar extracciones por infusión en caliente o frío, como por ejemplo trabajar mediante conservas para preservar sus aceites esenciales en una botella a base de alcohol este ayuda a incrementar el sabor al momento de elaborar un postre o al realizar una conserva a base de aceite natural para saborizar un postre o una crema ese es el real trabajo de la cocina actualmente.

¿Puede usted relatar las preparaciones tradicionales y su origen de los postres?

Las arepas quiteñas no son como las arepas que todo mundo conoce, estas son hechas con una masa dulce de zapallo en envueltas en hoja de achira. Existe también la Torta de jueves santo, esta torta tiene más de 400 años y se elabora con 25 ingredientes sean especias u hojas, esta masa es suave y muy deliciosa.

¿Qué preparaciones tradicionales son las más representativas del Ecuador (sierra)?

Estoy recordando un postre que se utilizó mucho en la época liberal que era la manzana de liberal, es una manzana que se cubre con una pasta brise, se le quita el corazón, se le rellena de mantequilla con panela y un toque de sal. Esto se cubre con la pasta y luego con hojas de manzana es una receta tradicional francesa que fue traída al Ecuador por medio de la colonización, por las monjas francesas y se empezó a popularizar mediante la revolución liberal que es una herencia de la cocina tradicional francesa.

¿Me puede usted decir cuáles son los métodos, técnicas y productos ancestrales que se están utilizando en la actualidad y cuales se pueden recuperar?

Existe una variedad amplia en el Ecuador de productos y especias. En tiempos antiguos se ha dejado de lado algunas tradiciones que se utilizaban en la cocina, uno de los principales métodos de cocción que se sigue usando en la actualidad es el salteado, los guisos y el braseado, como es el horno de leña, el uso de frutas en forma

de salpicón, en postres el más tradicional es el helado de paila donde se hace el giro contaste de la paila con la sal, como también masas o amasijos que existe una variedad de bollerías.

En el Ecuador, ¿En qué lugares se cultiva y donde se puede adquirir la planta de tilo?

Este cultivo está situado en la parroquia de Pintag como también lo es en Quito, ya que en la mayoría de lugares se puede observar este árbol, se encuentra cultivado en las calles pero que la gente no le valoriza como realmente se debe utilizar esta planta, por lo que es un producto representativo de nuestro país.

¿Usted conoce si existe un cultivo orgánico y adecuado del tilo para la utilización en la gastronomía?

La planta de tilo o saúco está distribuida por toda la ciudad, como lo es también en la parroquia Pintag, ya que está muy bien aclimatada la especie en la serranía del Ecuador, se puede cultivarlo orgánicamente, pero la gente debe entender que es una planta valiosa que cada uno debe conocerla y no dejarla a un lado.

¿Qué piensa sobre la implementación de la planta de tilo en postres?

Es correcta la implementación en lo que se desarrollan a cuestión los postres, ya que existen infusiones en té y se puede utilizar en la elaboración de estos con la cantidad adecuada de sus aceites esenciales extraídas de la planta y evitar el exceso de consumo de la misma y así mostrar al país nuestra cultura y riquezas de los productos ancestrales de nuestra ciudad.

¿Podría usted sugerirme algún tema en especial para el contenido de una guía de postres elaborados a base de la planta de tilo?

Se necesita un espacio productivo en donde se puede informar sobre todos los beneficios que esta planta nos trae, ya que este cultivo se debe de valorizar por sus

aceites esenciales y nutricionales, al poder culturizar a las personas sobre nuestras plantas nativas y productos ancestrales.

4.2.3 Análisis general de la entrevista

Por medio del relato de la entrevista se logró rescatar los principales aspectos necesarios para la investigación, analizando sobre las plantas y especias utilizadas en la repostería. Por esta razón, es necesario saber sobre la utilización de las plantas medicinales adecuadas al momento de extraer sus aceites esenciales. De igual forma, aportó con el conocimiento de los productos ancestrales a utilizarse, ya que todas las plantas no son tan beneficiosas en grandes cantidades para la preparación de postres, esto no quiere decir que sean malas para la salud, por el contrario, la implementación de la planta de tilo permite incentivar el rescate de nuestra cultura y riquezas tradicionales con la unión de los postres más antiguos perdidos en el tiempo y la cocina actual mediante la creación de una guía de postres que ayude con el conocimiento de la misma.

4.3 Fichas técnicas

4.3.1 Receta Estándar

La estandarización de las recetas permite obtener los resultados adecuados en cantidades y precios correctos al verificar los ingredientes al momento de presentar una receta a base de la planta de tilo con la utilización de la crema de Pintag, sus ingredientes principales son, la leche ,la mantequilla, la vainilla y panela esta crema está elaborada artesanalmente por los pobladores de la parroquia por ende se logra su sabor característico y diferente a otras cremas estos elementos principales son propuestos por el investigador para la creación de las recetas. También, este recetario se tomó en cuenta la composición química de los alimentos por cada 100g y se realizó una equivalencia de cada uno de los productos (anexo V).



FORMATO RECETA ESTÁNDAR



No. RECETA	1
NOMBRE DE LA RECETA	helado de violeta con flores de tilo
NÚMERO DE PAX	2
TIPO DE RECETA	Reposteria
CHEF RESPONSABLE	Katherine Pacheco
CIUDAD/REGIÓN	Pintag

COD	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	V. UNIT.	V.TOTAL
	CREMA DE PINTAG	100	ml	cremar	3.75	3.75
	FLORES DE VIOLETA	0.075	kg		1.25	0.0009375
	AZUCAR	0.05	kg		1.05	0.000525
	PANELA	0.025	kg		2.2	0.00055
	FLORES DE TILO	0.015	kg		0.75	0.0001125
	ESENCIA DE ROSAS	25	ml	macerar	2.85	0.7125
	CLAVO DE OLOR	0.004	kg		0.2	0.000008
	LECHE	0.2	kg		0.86	0.00172
	HARINA	0.04	kg		2.35	0.00094
	HUEVO	0.05	kg		1	0.0005
	SAL	0.005	kg		3	0.00015

COSTO DE MATERIA PRIMA					4.465565
MARGEN DE ERROR(7-10%)					0.4465565
COSTO TOTAL DE LA PREPARACIÓN					4.9121215
COSTO POR PORCIÓN					2.45606075
COSTO GERENCIA(30%)					0.736818225
COSTO DE SERVICIO 10%					0.073681823
COSTO IVA 12%					0.008841819
COSTO PVP					3.275402616

				VALOR DIARIO		
Tamaño por porcion		100 gr		VITAMINAS (mg)	100 g/ml	1 porcion
Porciones por envase		4		B1 Tiamina	0.2415	0.06
Cantidad por porcion				B2 Riboflavina	1.0495	0.26
Calorias		total	150.79	B3 Niacina	1.015	0.25
		100g/ml	1 porcion	Acido Ascorbico C	76.06	19.02
Proteina		62.881	15.72	MINERALES		
Carbohidratos		64.38	16.1			
Grasa		134.44	33.61			
Fibra		6.292	1.57			
Agua		335.17	83.79			
los porcentajes de valores diarios estan basados en una				Calcio	369.43	92.4
dieta 200 calorías. Sus valores diarios pueden ser				Hierro	5.253	1.31
mayores o menores dependiendo sus necesidades energetica				Magnesio	15.81	3.95
				Sodio	1992	498
				Potasio	662.89	165



FORMATO RECETA ESTÁNDAR



No. RECETA	2
NOMBRE DE LA RECETA	Aplanchado con crema de Pintag y mermelada de sauco
NÚMERO DE PAX	2
TIPO DE RECETA	Repostería
CHEF RESPONSABLE	Katherine Pacheco
CIUDAD/REGIÓN	Pintag

COD	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	V. UNIT.	V.TOTAL
	POLVO DE HORNEAR	0.005	kg		0.35	0.0000175
	HARINA	0.35	kg	tamisar	1.2	0.0042
	ESENCIA DE VAINILLA	3	ml		2.15	0.0645
	MANTEQUILLA	0.25	kg		1.2	0.003
	HUEVO	0.15	kg	batir a punto de nieve	0.24	0.00036
	AZUCAR	0.06	kg		1.05	0.00063
	ACEITE	18	ml		1.15	0.207
	SAL	0.002	kg		0.5	0.00001
	JUGO DE NARANJA	35	ml	zumo	1.45	0.5075
	AZUCAR IMPALPABLE	0.075	kg		1.02	0.000765
	CREMA DE PINTAG	200	ml	cremar	1.56	3.12
	PANELA	0.008	kg	derretir	0.65	0.000052
	MERMELADA DE SAUCO	0.038	kg	sauco y azucar/ calentar	1.18	0.0004484
	TILO	0.002	kg	flores	0.15	0.000003
	MENTA	0.004	kg	hojas	0.1	0.000004
	CHOCOLATE AMARGO	0.005	kg	rallar	2.12	0.000106

COSTO DE MATERIA PRIMA	3.9085959
MARGEN DE ERROR(7-10%)	0.39085959
COSTO TOTAL DE LA PREPARACIÓN	4.29945549
COSTO POR PORCIÓN	2.149727745
COSTO GERENCIA(30%)	0.644918324
COSTO DE SERVICIO 10%	0.064491832
COSTO IVA 12%	0.00773902
COSTO PVP	2.866876921

				VALOR DIARIO		
Tamaño por porcion			100 gr	VITAMINAS (mg)	100 g/ml	1 porcion
Porciones por envase			8	B1 Tiamina	0.63	0.07
Cantidad por porcion				B2 Riboflavina	2.5538	0.32
Calorias	total	143		B3 Niacina	9.493	1.19
			100g/ml	Acido Ascorbico C	33.66	4.21
			1 porcion	MINERALES		
Proteina	62.367	7.8		Calcio	436.91	54.61
Carbohidratos	431.666	54		Hierro	10.6744	1.33
Grasa	321.6	40.2		Magnesio	25	3.13
Fibra	6.586	0.82		Sodio	4822	602
Agua	322.7	40.33		Potasio	1084	136
los porcentajes de valores diarios estan basados en una dieta 200 calorías. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo sus necesidades energetica						

Tabla 17 Ejemplo de valor nutricional estándar
Fuente. Recopilación de Información
Autor. Pacheco.K

4.3.2 Calculo de Valores Nutricionales

HELADO DE VIOLETA CON FLORES DE TILO																			
Ingredientes	Cantidad	Energia	Proteina	Grasa	Carbohidratos totales	Carbohidratos disponibles	Fibra vegetal	Agua	VITAMINAS					MINERALES					
									B1 (mg)	B2(mg)	B3(mg)	C(mg)	A(mcg)	Calcio(mg)	Hierro(mg)	Magnesio (mg)	Sodio(mg)	Potasio(mg)	Fosforo(mg)
crema de pintag	100	590	0.1	74	5.6	5.6	0	115.4	0.02	0.07	0.04	1.2	0.03	130	0.6	0.2	24	0	43.5
flores de violeta	75	14.25	1.65	0.22	2.3	2.3	1.05	69.75	0	0	0	1.75	0	36	2.4	0	0	0	23.25
azucar	50	380	0	0	1.5	1.5	0	2	0	0	0	0	0	45	1.7	0	0	0	2
panela	25	0.63	0	89	22.65	22.65	0	1.85	0	0.1	0.2	0.5	0	12.75	1.05	0	9.75	85.75	12.75
tilo	15	0.15	0.015	0	0.2	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0.45	0	0	0.1	0	0
harina	40	10.42	47.61	5.86	6.07	6.07	1.5	5.9	0.05	0.01	0.85	0	0	3.98	0.41	12.5	0.31	0.35	0
huevo	50	25.5	5.45	0.1	0.35	0.35	0	10.24	0.02	0.05	0.46	0	1.36	3.5	0.3	1.66	0.015	0	15.13
sal	5	0.42	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.12	0	0	1.21	161.88	0	0
mermelada de sauco	15	33.75	0.4	0.2	8.8	8.8	2.4	20.8	0	0	0	0	0	0.6	1.02	0	0.2	1.95	0
TOTAL		1055.12	55.225	169.38	47.47	47.47	4.95	225.94	0.09	0.23	1.55	3.45	1.51	232.28	7.48	15.57	196.255	88.05	96.63
CALORIAS		3165.36	220.9	508.14															

MOUSSE CREMOSO DE EUCALIPTO Y MERENGUE DE TILO																	
Ingredientes	Cantidad	Energia	Proteina	Grasa	Carbohidratos totales	Fibra vegetal	Agua	VITAMINAS					MINERALES				
								B1 (mg)	B2(mg)	B3(mg)	C(mg)	A(mcg)	Calcio(mg)	Hierro(mg)	Magnesio (mg)	Sodio(mg)	Potasio(mg)
eucalipto	20	0.2	0	0	0.06	0	0.21	0.006	0.19	0.02	0	0	0	0.004	0	0.6	7.4
zumo de limon	45	12.44	0.31	0.14	1.42	2.12	5.59	0.022	0.009	0.12	22.95	0.027	4.95	0.2	0	0.86	76.5
clavo de olor	3	9.69	0.18	0.16	1.83	1.03	3.15	0	0	0	2.42	0	19.35	0	0	7.29	33.03
mantequilla	150	135	0.75	128	0	0	20.25	0	0.03	0.14	0	1.32	31.5	0.6	0	1125	22.5
crema de pintag	250	810	4	82.5	17.5	5.25	145.3	0.05	0.025	5	0	0	237.5	0.75	0	250	875
azucar	70	270	0.56	0.14	69.79	0	18	0	0	0	0	0	0.42	0.21	0	0.21	1.54
tilo	15	0.15	0.03	0.003	0.045	0.082	0.45	0	0.0015	0	0	0	0.45	0.025	0	1.5	2.4
chocolate blanco	100	547	8	30.8	58.8	0.8	2.3	0.08	0.49	5.4	0	0.03	270	0.2	0	110	350
huevo	50	81	6.34	6.05	0.34	0	10.8	0.055	0.19	1.6	0	0.12	28.1	1.1	0	72	73.5
mora	10	5	0.12	0.15	0.92	0.45	8.76	0.003	0.004	0.06	1.7	0.005	3.9	0.21	0	0.24	19
TOTAL	713	1870.5	20.29	247.9	150.705	9.732	214.8	0.216	0.9395	12.34	27.07	1.502	596.17	3.299	0	1567.7	1460.87
Calorias			81.16	2231	565												

Tabla 18 Ejemplo de valor nutricional
Fuente. Recopilación de Información
Autor. Pacheco.K

4.4 Evaluación de Grupos de enfoque (Focus Groups)

El focus group se desarrolló a diez personas de la Universidad Iberoamericana del Ecuador, entre 6 estudiantes y 4 profesores de la carrera de gastronomía con experiencia en la repostería e investigación; para obtener un punto de vista más objetivo de la propuesta de investigación sobre la elaboración de postres con tilo y la otra mitad a especialista en la industria alimentaria que conocen las propiedades organolépticas de los compuestos de los alimentos; Con ellos se trabajó en vistas de evaluar la aceptación del producto. Para el desarrollo del focus group se elaboraron 7 postres que están en la guía para ser calificados de acuerdo a sus gustos o preferencias acorde con lo señalado en el formulario (anexo IV) y la evaluación se enfocara en el aroma, color, textura, sabor y aceptación del producto a presentar. A continuación, se elaboró el análisis del focus group realizado de acuerdo con cada pregunta propuesta.

El focus group suele realizarse por un moderador el cual elabora preguntas y genera discusión en torno al tema, a su vez, guía la entrevista o discusión que se generará en un ambiente natural y cómodo para los participantes, esto permite obtener la información necesaria para la investigación (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

4.4.1 Aroma

Tabla 19 Análisis de característica (aroma)
Autor: Katherine Pacheco

	CALIFICACIÓN	MOUSE	HELADO	APLANCHADO	SUSPIRO	BEBIDA	MERMELADA	GRANIZADO	TOTAL
	%					80%			
A R O M A	Muy agradable	3	0	6	3	8	3	3	37%
	Agradable	7	8	4	5	2	7	6	56%
	Ni agrada / ni desagrada	0	2	0	2	0	0	1	7%
	Desagradable	0	0	0	0	0	0	0	0%
	Muy desagradable	0	0	0	0	0	0	0	0%
	TOTAL		10	10	10	10	10	10	10

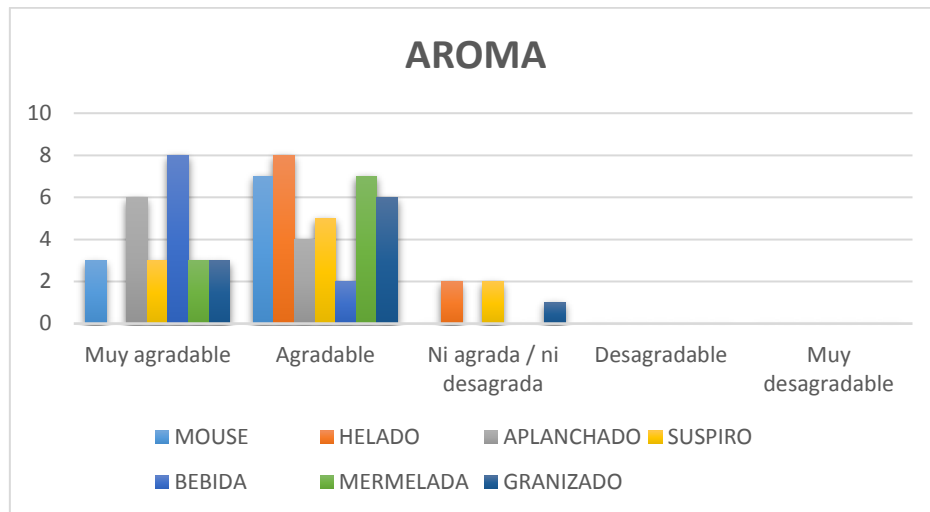


Gráfico 13 Estadísticas de olor en postres a base de tilo
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: Mediante esta gráfica se puede observar que existe una opinión agradable del olor en los postres mencionados la cual se obtuvo una aceptabilidad en cuanto al helado por 7 personas, al mouse por 8, al suspiro por 6, a la mermelada por 7, y a los postres que les parecieron muy agradables fueron el aplanchado por 6 degustadores, la bebida de tilo a 8 personas en cuanto a su aroma, para concluir se obtuvo mayor preferencia de aprecio al helado por su aroma característico dulce con un total de 10 catadores.

4.4.2 Color

Tabla 20 Análisis de característica (color)
Autor: Katherine Pacheco

	CALIFICACIÓN	MOUSE	HELADO	APLANCHADO	SUSPIRO	BEBIDA	MERMELADA	GRANIZADO	TOTAL
C O L O R	%		80%						
	Muy agradable	4	0	5	4	7	4	4	40%
	Agradable	5	8	5	4	1	6	5	49%
	Ni agrada / ni desagrada	1	2	0	2	2	0	1	11%
	Desagradable	0	0	0	0	0	0	0	0%
	Muy desagradable	0	0	0	0	0	0	0	0%
	TOTAL	10	10	10	10	10	10	10	100%

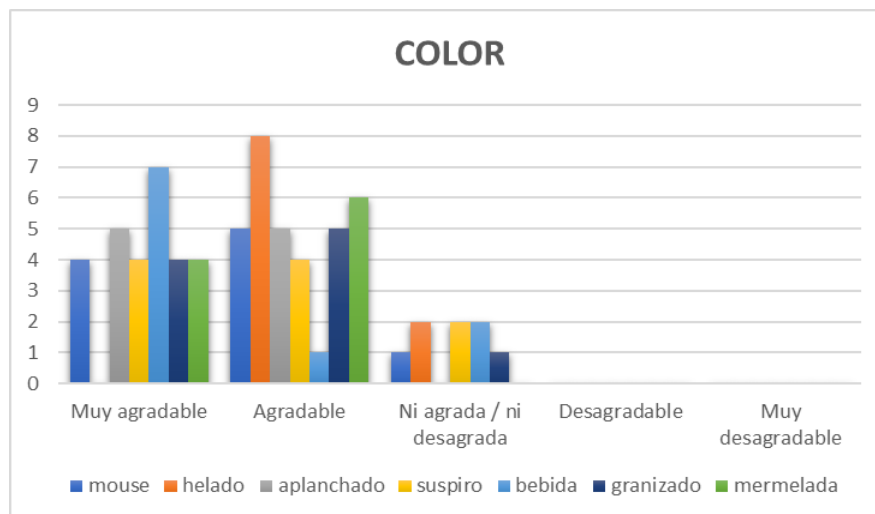


Gráfico 14 Estadísticas de color en postres a base de tilo
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: Para determinar el color de cada muestra según la escala hedónica por medio de los catadores diagnosticaron que les fue muy agradable en cuanto al aplanchado con 5 personas, al suspiro con 4 personas, bebida de tilo con 7, en cuestión a la aceptación agradable los de mayor número en elección fueron el mouse con 5 degustadores, al helado a 8, a la mermelada 6, y a al granizado 5 personas les gustó su color, teniendo en cuenta que los colores llamativos del helado es de mayor acogida de cada participante con relación a los demás postres.

4.4.3 Sabor

Tabla 21 Análisis de característica (sabor)
Autor: Katherine Pacheco

	CALIFICACIÓN	MOUSE	HELADO	APLANCHADO	SUSPIRO	BEBIDA	MERMELADA	GRANIZADO	TOTAL
S A B O R	%					80%			
	Muy agradable	5	1	5	2	8	4	4	41%
	Agradable	5	6	5	7	2	6	3	50%
	Ni agrada / ni desagrada	0	3	0	1	0	0	2	9%
	Desagradable	0	0	0	0	0	0	0	0%
	Muy desagradable	0	0	0	0	0	0	0	0%
	TOTAL		10	10	10	10	10	10	10

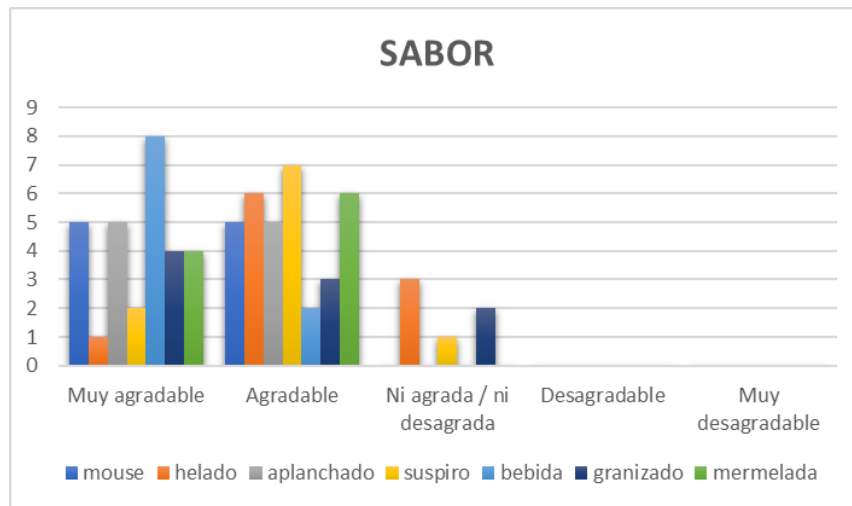


Gráfico 15 Estadísticas de sabor en postres a base de tilo
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: Al analizar el sabor de los postres se determinó un grado de valoración muy agradable de las muestras con un número de personas en cuanto al mousse 5, al aplanchado con 5, a la bebida de tilo con 8 y al granizado con 4 de la elección de cada uno, en base lo agradable por su sabor fueron el helado con 6 degustadores, al suspiro con 7, a la bebida con 8 y a la mermelada con 6 personas que les agradaron el sabor de cada uno de los postres mostrados, esto permitió observar que existe una buena acogida en cuestión de las bebidas a base de la planta de tilo.

4.4.4 Textura

Tabla 22 Análisis de característica (textura)
Autor: Katherine Pacheco

T E X T U R A	CALIFICACIÓN	MOUSE	HELADO	APLANCHADO	SUSPIRO	BEBIDA	MERMELADA	GRANIZADO	TOTAL
	%							90%	
Muy agradable		3	0	6	3	7	1	5	36%
Agradable		7	7	4	7	3	9	4	58%
Ni agrada / ni desagrada		0	3	0	0	0	0	1	6%
Desagradable		0	0	0	0	0	0	0	0%
Muy desagradable		0	0	0	0	0	0	0	0%
TOTAL		10	10	10	10	10	10	10	100%

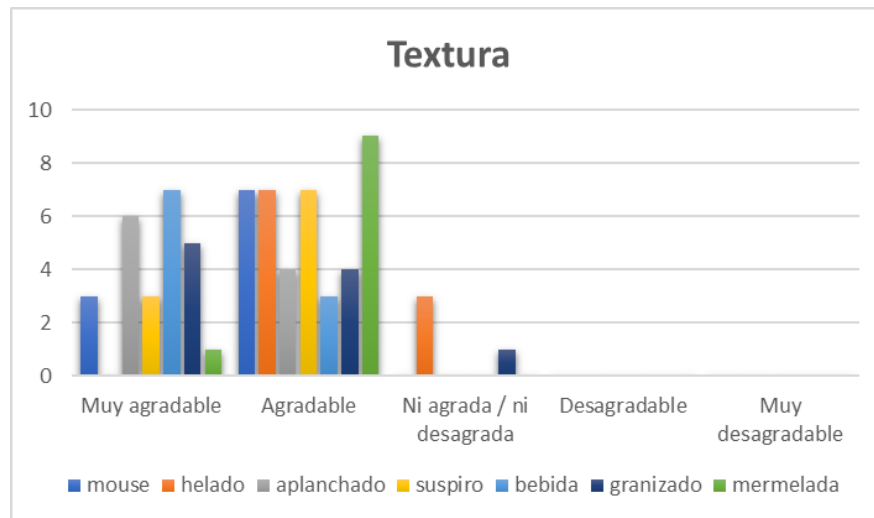


Gráfico 16 Estadísticas de textura en postres a base de tilo
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: Según la textura de las muestras se obtuvo como resultado que los catadores tienen una percepción agradable en cuanto a los postres con mayor número de personas que son el mousse con 7 degustadores, al helado por 7, al suspiro con 6, a la mermelada por 9, en la elección de los participantes muy agradable de los postres en general de mayor numero fueron, al aplanchado por 6 personas, a la bebida de tilo por 7, al granizado por 5 en cuanto a la textura de cada postres, de acuerdo con los encuestados ni agrada ni desagrada en cuestión al helado por 3 catadores, para finalizar podemos determinar que el fruto de la planta de tilo en la mermelada es del agrado de la mayoría de los participantes el cual es un aporte favorable a su textura.

4.4.5 Aceptabilidad

Tabla 23 Análisis de característica (aceptabilidad)
Autor: Katherine Pacheco

A C E P T A B I	CALIFICACIÓN	MOUSE	HELADO	APLANCHADO	SUSPIRO	BEBIDA	MERMELADA	GRANIZADO	TOTAL
		%					70%		
	Muy agradable	3	2	6	3	7	3	4	40%
	Agradable	7	7	4	7	3	7	6	59%
	Ni agrada / ni desagrada	0	1	0	0	0	0	0	1%
	Desagradable	0	0	0	0	0	0	0	0%
	Muy desagradable	0	0	0	0	0	0	0	0%
	TOTAL	10	10	10	10	10	10	10	100%

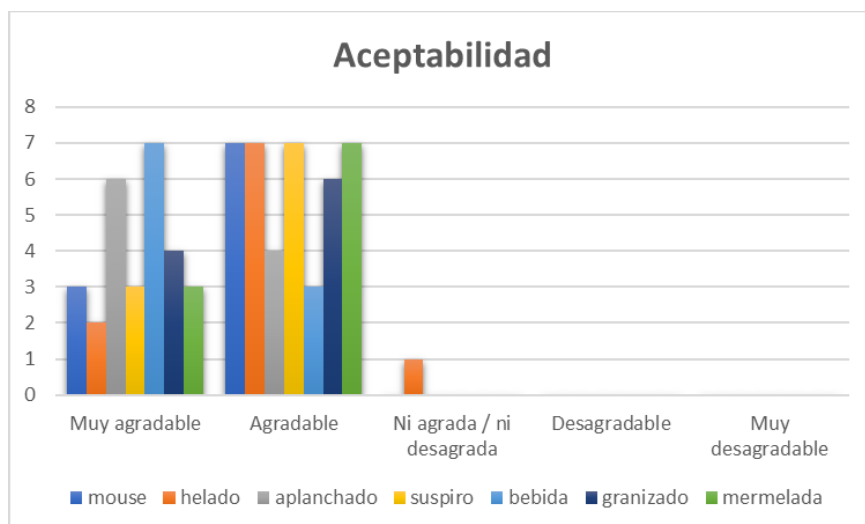


Gráfico 17 Estadísticas de aceptabilidad en postres a base de tilo
Elaborado por: Katherine Pacheco

Análisis e interpretación: En lo referente a su aceptabilidad este atributo es uno de los más importantes para obtener una mejora en los productos a base de tilo y su aceptación es su mayoría en cuanto a los agradable se puede observar que el mousse tiene una elección por 7 personas, al helado, al suspiro, a la mermelada y con 6 degustadores con al granizado, en cuanto a la elección muy agradable los catadores tuvieron mayor aceptabilidad de cada postre los cuales son: el aplanchado con 6 personas, la bebida de tilo con 7 personas fueron de su mayor preferencia. Una vez realizado el análisis sensorial de los postres individualmente se observa que la

aceptabilidad del producto es la bebida de tilo con un 70% de su elección de parte de los participantes.

4.5 Propuesta de la Guía

La importancia de una guía nace de la idea del estudio sobre el origen de los postres más antiguos de la cultura gastronómica quiteña con el uso de plantas medicinales y técnicas culinarias que se han ido perdiendo en el tiempo por el creciente consumo de productos procesados extranjeros.

Para el desarrollo de la guía se investigará los conocimientos adecuados sobre la historia y evolución de la cocina como también sus diversas recetas ancestrales traídas de los conventos y su influencia católica como también la adecuada utilización de las plantas medicinales en postres.

4.5.1 Presentación de la guía

La guía está constituida por 10 recetas de postres principales de la cocina ecuatoriana antigua con tilo con su respectiva imagen cada receta, valor nutricional, porciones, notas y sugerencias. Los postres se establecieron para el recetario son:

- Torta de jueves santo
- Aplanchado con crema de Pintag y Mermelada de sauco
- Raspado de naranja con esencia de tilo y limón
- Sorbet de esencia de tilo con limón y naranja
- Helado de violeta con flores de tilo
- Mousse cremoso de eucalipto y merengue de tilo
- Jucho de sauco con crema de tilo
- Merengón de guanábana con salsa de naranjilla, suspiro
- Bonitísimas de Maíz Negro
- Tomate de árbol horneado con crema de tilo

4.5.2 Características generales de la guía

La propuesta se realizará con los siguientes parámetros, se emplea papel couche de 115 g, de tamaño 21 -23 cm. El recetario está compuesto de:

- Caratula
- Contenido
- Introducción
- Justificación
- Historia
- Utensilios
- Recetas
- Terminología
- Bibliografía

4.5.3 Normas a seguir

Para garantizar la realización de esta investigación, debe existir una estructura adecuada en cuanto a su metodología, esta constituye en medir y evaluar los distintos puntos establecidos para el desarrollo de la investigación donde se puede observar a continuación las principales normas a seguir:

- Realizar una Investigación científica sobre el tilo
- Elaboración de postres ancestrales con tilo
- Realización de una encuesta y focus group para conocer la aceptación de cada producto realizado.
- Tabulación de las encuestas para medir el grado de conformidad de las características organolépticas que posee los postres.

- Comparación de tablas nutricionales entre las plantas medicinales
- Elaboración de una guía con las normas INEN.

CAPÍTULO 5

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

1. De acuerdo con el trabajo de investigación se logró demostrar mediante las encuestas la importancia de la recuperación de los productos ancestrales que fueron más utilizados en la parroquia para la elaboración de postres para mayor conocimiento de la historia y recetas tradicionales del lugar y así mantener nuestras raíces. Así, se puede determinar varios platillos tradicionales que tienen influencia mestiza e indígena de la religión teniendo un respaldo histórico y cultural.

Entre los postres más antiguos representativos se tiene, la torta de jueves santo y las manzanas horneadas, esto permitió desarrollar un estudio adecuado sobre las técnicas, métodos tradicionales de la parroquia Pintag el cual se fomentará el desarrollo de un mejoramiento en la producción de nuevas preparaciones.

2. La formulación establecida se estableció mediante recetas estándar, donde se exponen las cantidades, precios, temperaturas y combinaciones necesarias para la correcta realización de las preparaciones de postres a base de tilo y su correspondiente valorización de nutrientes. Cada uno, esto permite tener una equivalencia necesaria para la realización de nuevas preparaciones al incentivar el rescate de las tradiciones culturales alimentarias.
3. Por medio de una escala hedónica se analizó la aceptabilidad de cada postre como son los helados, bebidas, tortas y mousse, tomando en cuenta la distinta opinión de cada participante para al obtener la valorización adecuada de sus propiedades y nutrientes desde el punto de vista de cada participante.
4. Con relación a la información obtenida de la investigación, se realizó el diseño de una guía por sus características novedosas, en la que se encontró información clave sobre la historia, procesos, técnicas y tipos de postres con plantas medicinales nativas la cual ayudo a obtener una mayor información

sobre los beneficios y la utilización de las plantas en postres, al obtener una mayor profundidad en el manejo adecuado de los procedimientos para el rescate de las recetas ancestrales y productos nativos de la región.

5.2 Recomendaciones

1. Se recomienda que los reposteros y pasteleros reciban capacitación para alcanzar un mayor entendimiento sobre los tipos de técnicas y procedimientos adecuados de cocción ancestrales para la elaboración determinada de postres para la creación nuevas recetas innovadoras con la utilización adecuada de cada producto o especia de la región para llevar a una mejorar a la oferta gastronómica.
2. Se recomienda la enseñanza de una materia en la Universidad con los métodos y técnicas sobre el origen de la repostería ecuatoriana, características, influencias y desarrollo para un mejoramiento en la gastronomía ecuatoriana actual, como también el rescate de los productos ancestrales de nuestro país, para evitar la pérdida de nuestra identidad
3. Se recomienda realizar un análisis sobre las plantas medicinales nativas de las preparaciones ecuatorianas en postres perdidas en el tiempo el cual se encuentra la mayoría en los conventos para la recuperación de las recetas más antiguas con sus técnicas, métodos y utensilios utilizados para su correcta elaboración.
4. Para finalizar se deberá fomentar la valorización de las propiedades y tipos de cocción al incentivar la realización de nuevos postres usando productos autóctonos de temporada. En el cual permita obtener una información clara sobre las preparaciones tradicionales ancestrales, que ayude a cumplir con el objetivo a tener un mayor conocimiento para la creación adecuada de la guía basándose en la planta de tilo con postres tradicionales del Ecuador.

GLOSARIO

Gastronomía: Se desarrolla por medio de habilidades y conocimientos técnicos que permiten crear un arte en la elaboración de alimentos por medio de tradiciones culinarias al apego de métodos modernos culinarios.

Fuente: (B, 2015)

Reseña: Se fomenta por medio de un escrito breve el cual sustenta una crítica objetiva o acontecimiento presente a la situación dada al asimilar el género de opinión en la cual se desea llegar.

Fuente: (Pérez, 2016)

Ancestral: Se señala desde el origen antiguo, mediante la relación ancestral y cultural la cual se pasa costumbres pasadas.

Fuente: (Pazos, 2008)

Identidad: La unión de cualidades y particularidades de un ser humano el cual permite reconocer distintas acciones únicas.

Fuente: (Audi, 2016)

Plantas Medicinales: Son de naturaleza orgánica las cuales tiene un efecto medicinal al tratar enfermedades, las cuales no están cultivadas por químicos si no de forma natural con vitaminas beneficiosas para la salud.

Fuente: (Rios, 2007)

Nutrición: Es el procedimiento biológico el cual se obtiene los nutrientes necesarios para el funcionamiento adecuado del organismo al mantener una salud óptima necesaria para la digestión.

Fuente: (Rios, 2007)

Mestizos: Referente a la mezcla de dos individuos de distintas etnias para denominar a aquellas personas de la unión entre la raza blanca e indígena.

Fuente: Fuente: (Espinosa, 2003)

Indígena: El cual se designa a un nativo o aborigen perteneciente a una región y cultura o lengua de la localidad donde se originó tradiciones transmitidas de generaciones antiguas.

Fuente: (Pazos, 2008)

Tradicional: Es la combinación de prácticas culturales y creencias transmitidas por pobladores más antiguos que son parte de la cultura.

Fuente: (Veintimilla, 2016)

Deconstrucción: Inicialmente el proceso de deconstrucción se toma en cuenta mediante la combinación de nuevas técnicas a las que se les atribuye una relación de modo que una receta se descompuso sus ingredientes primordiales de tal manera que forma una alternativa original.

Fuente: (Sanz, 2013, p. 96)

Bibliografía

Bibliografía Escrita

- Acevedo, J. (2018). *Las actividades económicas de la empresa de alimentos*.
- Abedrabbo, J. (1994). *El gran libro de la cocina ecuatoriana. Archivo Histórico. Cultivos de Lectores*.
- Arevalo, S. (2013). *Utilización de tilo (sambucus nigra l.) como prebiotico*. Machala.
- Audi, R. (2016). *Definición de Identidad*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Ayala, E. (2008). *Historia del Ecuador, vol.5: Épocaa colonial III*. Quito: Corporación Editora Nacional 500pp.
- Bartolomé, M. (1818). *La cocina de os jesuitas*. Madrid: Editorial S/L 270pp.
- Bastar, S. G. (2012). *Metodología de investigacion*. Mexico. x2
- Benítez, L. (2014). Historia y Economía del Ecuador. En L. Benítez, *Culturas Ecuatorianas ayer y hoy* (pág. 337). Quito: Tecnioffset. C.
- Bernal, C. (2010). *Metodología de la investigación*. Colombia: Pearson Educación. x3
- Berry, S. (2002). *Cocicna Km 0*. Serbal.
- Coronel, R. (2015). Poder local entre la Colonia y la Republica. En R. Coronel, *Poder local entre la Colonia y la Republica* (pág. 430). Quito: Biblioteca Historica .
- Cruz, J. S. (2007). *Plantas Medicinales en Medicina Popular Canaria*. Las Palmas.
- Chuquin, C. (2011). Análisis fitoquimico de la tilia platyphyllos.
- Erickson, P. (2017). *La industria alimentaria en el nuevo siglo*. México: McGraw Hill.
- Espinosa, M. (2002). *La ciudad inca de Quito*. Quito: Tramasocial Editorial.
- Espinosa, M. (2003). *Mestizaje, cholificación y blanqueamiento en Quito*. Quito: Abya Yala.
- Hernández, R., & Coello, S. (2011, p. 59). *El proceso de la investigación científica*. La Habana: Editorial Universitaria del Ministerio de Educación Superior.
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México D. F.: McGraw-Hill Interamericana.
- Lifchitz, D. A. (2006). *Plantas medicinales uso Universal* (Decima edicion ed.). Buenos Aires: Kier.S.A.

- Mere, M. M. (2017). *Determinacion del rendimiento fisicoquimica del tilo, obtenido de la hoja y flor*. Guatemala.
- Montas, F. (2018). *Origen y evolución del servicio de alimentos y bebidas*. Buenos Aires: ECO Ediciones.
- Montenegro, G. (2016). *Historia del Antiguo Continente*. Quito : Editorial Norma .
- Namakforoosh, M. (2005, p. 32). *Metodología de la investigación*. México: Limusa.
- Orozco, G. (2014). *Nuevas tendencias en reposteria con la utilizacion de hierbas aromaticas*. Riobamba.
- Patricia, H. (2008). *Métodos cualitativos* . México: Primera Edición.
- Pazos, J. (2008). *El sabor de la memoria: Historia de la cocina quiteña*. Quito: Trama Edición 280pp.
- Pérez, J. (2016). *Definición de reseña*. Lima: En: <https://definicion.de/resena/>. Fecha de consulta: 16 de mayo de 2018.
- R.Hernandez Sampieri, C. F. (2006). *Metodologia de la investigacion*. Mexico: 4°.
- Rios, M. (2007). *Plantas útiles del Ecuador*. (H. B. Michael J.Kozoil, Ed.) Quito,Ecuador: 1° Edicion, Universidad Catolica del Ecuador.
- Román, M. d. (2006). *Investigación de la Gastronomía Quiteña y la Tendencia de Consumo en Quito*. Quito: UDLA.
- Sabino, C. (2013). *El proceso de la investigación*. Caracas: Editorial Panapo.
- Sampieri, H. (2010). *Metodología de la investigación*. Mexico: Editorial Mc Graw Hill.
- Santana, P. X. (2013). *Estudio sobre la Gastronomía Prehispánica y Colonial de la Ciudad de Quito*. Quito: UDLA.
- Santillana. (2014). *Manual de Historia del Ecuador*. Quito: Imprenta Mariscal .
- Sanz, J. L. (2013). *Elaboraciones de Pasteleria y Reposteria en Cocina*. España: 1 edicion.
- Torre, L. d. (2008). *Enciclopedia de las plantas utiles del Ecuador* (ilustrada ed.).
- unigarro, C. (2014). *Patrimonio Cultural Alimentario*. Quito: Fondo Editorial: Ministerio de Cultura.
- Vasco, K. (2013). *Investigacion de la respoteria y cofiteria tradicional de la ciudad de Quito* . Quito. x2
- Veintimilla, S. (2016). *Tecnicas ancestrales,tecnicas de coccion de alimentos*. México: McGraw Hill.

- Velazco, J. (1999). *Historia del Reino de Quito*. Quito: nacional 120pp.
- Yáñez, G. (2015). *El patrimonio*. Santiago de Chile: Editorial Jurídica de Chile.
- Ziaja, K. A. (2013). Análisis UHPLC-DAD-MS / MS de extractos de flor de tilo (*tiliae flos*) . *Industrial Crops & Products*.

Bibliografía Web

- B, C. (11 de octubre de 2015).
<https://www.definicionabc.com/general/gastronomia.php>. Obtenido de definicionabc.com: www.definicionabc.com/
- Cepero, P. (27 de enero de 2016). www.elcomercio.com. Obtenido de <https://www.elcomercio.com/sabores/huecas-sur-quito-comida-restaurantes.html>
- Febres, D. (03 de enero de 2019). *Quitoadventure*. Obtenido de <http://www.quitoadventure.com/espanol/informacion-ecuador/historia/historia-quito/historia-quito-actualidad.html>
- Flores, G. (27 de Julio de 2017). *El Comercio*. Obtenido de <https://www.elcomercio.com/tendencias/museodelaciudad-quito-exposicion-transformacion-recorrido.html>
- Grajales, T. (15 de enero de 2019). *Tipos de Investigación*. Obtenido de tgrajales.net: <http://tgrajales.net/investipos.pdf>
- Guevara, J. (01 de junio de 2014). *el telégrafo*. Obtenido de <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/quito/1/las-huecas-preservan-la-identidad-de-la-comida-quitena>.
- INEN. (2015). *NTE 3039*. Obtenido de INEN: http://www.normalizacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/09/nte_inen_3039.pdf
- Romero, P. (03 de diciembre de 2016). *notimundo*. Obtenido de <https://notimundo.com.ec/un-recorrido-por-la-gastronomia-quitena/>
- Tamayo, E. (03 de enero de 2019). *América Latina en movimiento*. Obtenido de <https://www.alainet.org/es/active/79728>.
- Veintimilla, C. (28 de mayo de 2016). *El sabor colonial en la cocina quiteña*. Obtenido de El comercio: <http://www.elcomercio.com/tendencias/sabor-colonia-cocina>.

ANEXOS

Anexo I Encuesta

El presente cuestionario forma parte del trabajo de investigación titulada: Uso de la planta Malvaceae (tilo) para la preparación de postres empleando técnicas ancestrales de la parte académica de la Universidad Iberoamericana del Ecuador para obtener el título de Ingeniería en Administración Gastronómica.

Se necesita su participación para desarrollar este cuestionario con el beneficio de aportar información sobre el tema.

La información es de carácter confidencial y reservada, ya que los resultados serán manejados para la investigación.

INSTRUCCIONES

Marque con una "X" la casilla correspondiente, para determinar si se aplican o no las siguientes afirmaciones:

1. ¿Le agrada a usted los postres?

___ si

___ no

2. ¿Cuándo usted consume postres prefiere tradicionales del Ecuador?

___ si

___ no

3. ¿Qué tipo de postre son de su preferencia?

___ suspiros

___ helados de paila

___ aplanchados

___ espumilla

4. ¿Con que frecuencia consume postres?

5. ¿Le agrada a usted los postres?

si

no

6. ¿Cuándo usted consume postres prefiere tradicionales del Ecuador?

si

no

7. ¿Qué tipo de postre son de su preferencia?

suspiros

helados de paila

aplanchados

espumilla

8. ¿Con que frecuencia consume postres?

diario

semanal

quincenal

9. ¿Usted conoce la planta medicinal tilo en postres?

Si

No

10. ¿Consumiría usted postres tradicionales del ecuador con la implementación de la planta de tilo?

Si

No

Porque.

11. ¿Considera usted que los postres que consume le deberían proporcionar algún aporte para su salud?

___ Si

___ no

12. ¿Considera importante la existencia de una guía de postres tradicionales del Ecuador a base de la planta de tilo?

___ si

___no

13. ¿Cuánto estaría dispuesto a pagar por una guía de postres tradicionales ecuatorianos a base de la planta de tilo?

___ menos de 15 a 20

___ entre 20 a 30

___ entre 30 a 40

___ más 40

___ ninguno

14. ¿Cree usted que la existencia de una guía a base de postres tradicionales del Ecuador en base a la planta de tilo promoverá el uso y la recuperación de la planta?

___ si

___ no

___ por qué.

15. ¿Dónde le gustaría encontrar la guía de postres a base de tilo?

___ Supermercados mayoristas

___ Supermercados minoristas

___ Tiendas especializadas

___ Cafeterías

___ Pastelerías

16. ¿En qué medios de comunicación le gustaría que se promocióne la guía de postres a base de la planta de tilo?

___ Televisión

___ Radio

___ Periódicos o revistas

___ Internet

___ Redes sociales

___ SMS (mensajes de texto)

___ Volantes

Anexo II Validez del Instrumento

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR

Carrera: Gastronomía

CARTA DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Dr./Mgst. _____

Estimado experto, en su condición de especialista en Investigación le solicito muy comedidamente revise y evalúe el siguiente instrumento de investigación el cual será empleado para recolectar información necesaria para llevar a cabo la investigación titulada Uso de la planta de la familia malvaceae (tilo) para la preparación de postres, empleando técnicas tradicionales en la parroquia Pintag, pichincha

Para la validación de dicho instrumento debe leer el cuadro de operacionalización de variables y el formato del instrumento, posteriormente marcar con una X en los criterios que Ud. Considere que el instrumento cumple para su aplicación.

CRITERIOS		Si	No
1	Los Ítems poseen coherencia con los objetivos de investigación		
2	Las preguntas o enunciados están correctamente redactados		
3	Las preguntas o enunciados están en correspondencia con los indicadores		
4	El instrumento esta adecuadamente estructurado		
5	Los Ítems permiten medir lo propuesto en las variables		

Observación:

Firma del Experto _____

Anexo III Entrevista

1. Que valor le da a la creación de postres preparados con plantas medicinales.
2. Qué opina sobre la pérdida de productos tradicionales con respecto a plantas y especias de la cocina del Ecuador.
3. Me puede usted decir cómo se utiliza estas plantas y especias en la repostería tradicional.
4. Puede usted relatar las preparaciones tradicionales y su origen de los postres.
5. Que preparaciones tradicionales son las más representativas del Ecuador (sierra).
6. Me puede usted decir cuáles son los métodos, técnicas y productos ancestrales que se están utilizando en la actualidad y cuales se pueden recuperar.
7. En el Ecuador, ¿En qué lugares se cultiva y donde se puede adquirir la planta de tilo?
8. Usted conoce si existe un cultivo orgánico y adecuado del tilo para la utilización en la gastronomía.
9. Que piensa sobre la implementación de la planta de tilo en postres
10. Podría usted sugerirme algún tema en especial para el contenido de una guía de postres elaborados a base de la planta de tilo.

Anexo IV Focus Group

ANALISIS DEL TILO EN POSTRES

Este estudio tiene como propósito despertar el interés de las personas con el consumo de plantas naturales y productos ancestrales del Ecuador, y comprobar la aceptación de los mismos consumidores.

Instrucciones: En la muestra presente se analizarán sus características organolépticas. Por favor marque con una X de acuerdo con la calificación que le otorgue.

Nombre: **Fecha:** **Edad:**

olor	CALIFICACIÓN	mouse	helado	aplanchado	suspiro	bebida	mermelada	granizado
	Muy agradable							
	Agradable							
	Desagradable							
	Muy agradable							



color	CALIFICACIÓN	mouse	helado	aplanchado	suspiro	bebida	mermelada	granizado
	Muy agradable							
	Agradable							
	Desagradable							
	Muy agradable							

sabor	CALIFICACIÓN	mouse	helado	aplanchado	suspiro	bebida	mermelada	granizado
	Muy agradable							
	Agradable							
	Desagradable							
	Muy agradable							

textura	CALIFICACIÓN	mouse	helado	aplanchado	suspiro	bebida	mermelada	granizado
	Muy agradable							
	Agradable							
	Desagradable							
	Muy agradable							

aceptabilidad	CALIFICACIÓN	mouse	helado	aplanchado	suspiro	bebida	mermelada	granizado
	Muy agradable							
	Agradable							
	Desagradable							
	Muy agradable							

Anexo V Receta Estándar

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA DEL ECUADOR													
FORMATO RECETA ESTÁNDAR													
No. RECETA		9											
NOMBRE DE LA RECETA		bonitisimas de maiz negro											
NÚMERO DE PAX		2											
TIPO DE RECETA		Reposteria											
CHEF RESPONSABLE		Katherine Pacheco											
CIUDAD/REGIÓN		Pintag											
													
							COD	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	V. UNIT.	V.TOTAL
								HARINA DE MAIZ NEGRO	0.35	kg		2.5	0.00875
								MANTECA	0.25	kg	derretir	2.15	0.005375
								AZUCAR	0.2	kg		1.75	0.0035
								SAL	0.015	kg		0.55	0.0000825
								QUESO	0.065	kg	rallar	2.25	0.0014625
								PAPA	0.035	kg	pure	1.75	0.0006125
								AGUACATE	0.15	kg		0.75	0.001125
								LIMON	50	ml	zum o	1.5	0.75
	ASNAYUYO	0.025	kg	hojas	0.5	0.000125							
	FLORES DE TILO	0.065	kg	flores	0.25	0.0001625							
COSTO DE MATERIA PRIMA						0.7710325							
MARGEN DE ERROR(7-10%)						0.07710325							
COSTO TOTAL DE LA PREPARACIÓN						0.84813575							
COSTO POR PORCIÓN						0.424067875							
COSTO GERENCIA(30%)						0.127220363							
COSTO DE SERVICIO 10%						0.012722036							
COSTO IVA 12%						0.001526644							
COSTO PVP						0.565536918							
INFORMACION NUTRICIONAL													
Tamaño por porcion			100 gr	VALOR DIARIO									
Porciones por envase			12	VITAMINAS (mg)	100 g/ml	1 porcion							
Cantidad por porcion				B1 Tiamina	6.137	0.51							
Calorias	total		79.05	B2 Riboflavina	10.407	0.87							
		100g/ml	1 porcion	B3 Niacina	45.935	3.82							
Proteina	45.73		3.81	Acido Ascorbico C	45.95	3.83							
Carbohidratos	475.97		39.66	MINERALES									
Grasa	276.9		23.07	Calcio	506.65	42.22							
Fibra	6.57		0.55	Hierro	13.6	1.13							
Agua	143.6		11.96	Magnesio	0	0							
los porcentajes de valores diarios estan basados en una				Sodio	6063	505							
dieta 200 calorías. Sus valores diarios pueden ser				Potasio	788.15	65.67							
mayores o menores dependiendo sus necesidades energetica													

FORMATO RECETA ESTÁNDAR

No. RECETA	10
NOMBRE DE LA RECETA	Torta de Jueves Santo
NÚMERO DE PAX	2
TIPO DE RECETA	Repostería
CHEF RESPONSABLE	Katherine Pacheco
CIUDAD/REGIÓN	Pintag



COD	INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	V. UNIT.	V.TOTAL
	ROSAS FRESCAS	0.25	kg	quitar los petalos	0.85	0.002125
	GERANIOS	0.02	kg		2.2	0.00044
	VIOLETAS	0.025	kg		7.7	0.001925
	ROSA DE PARAMO	0.015	kg		0.1	0.000015
	PANELA	0.035	kg		2.2	0.00077
	MANTEQUILA	0.05	kg		1.2	0.0006
	QUESO TIERNO	0.05	kg	desmenusar	0	0
	HIERBA LUISA	2	und		11	0.22
	ATACO	0.045	kg		3	0.00135
	ARRAYAN	0.015	kg		2.5	0.000375
	MAIZ NEGRO	0.1	kg		1.8	0.0018
	TE DE TILO	50	ml		0.15	0.075
	AGUA BENDITA DE SAGRAR	20	ml		14	2.8
	HUEVO	3	und		2.5	0.075
	BIZCOCHUELO	0.03	kg		0.4	0.00012
	MANI	0.015	kg		1.8	0.00027
	CANELA EN POLVO	6	und		0.3	0.018
	ISHPINGO	2	und		0.2	0.004
	PIMIENTA DULCE	0.15	kg		1.8	0.0027
	CEDRON	0.002	kg		0.3	0.000006
	HARINA DE ARROZ	0.25	kg		0.2	0.0005
COSTO DE MATERIA PRIMA						3.205496
MARGEN DE ERROR(7-10%)						0.3205496
COSTO TOTAL DE LA PREPARACIÓN						3.5260456
COSTO POR PORCIÓN						1.7630228
COSTO GERENCIA(30%)						0.52890684
COSTO DE SERVICIO 10%						0.052890684
COSTO IVA 12%						0.006346882
COSTO PVP						2.351167206

INFORMACION NUTRICIONAL						
Tamaño por porcion	100 gr		VALOR DIARIO			
Porciones por envase	4		VITAMINAS (mg)	100 g/ml	1 porcion	
Cantidad por porcion			B1 Tiamina	2.1678	0.54	
Calorías	total	289	B2 Riboflavina	1.6906	0.42	
	100g/ml	1 porcion	B3 Niacina	6.383	1.6	
Proteina	19.451	4.86	Acido Ascorbico C	11.78	2.95	
Carbohidratos	112.076	28.01	MINERALES			
Grasa	82.46	20.61				
Fibra	10.591	2.64	Calcio	287.73	71.93	
Agua	931	232	Hierro	19.7374	4.93	
los porcentajes de valores diarios estan basados en una			Magnesio	15.9	3.98	
dieta 200 calorías. Sus valores diarios pueden ser			Sodio	1592	398	
mayores o menores dependiendo sus necesidades energetica			Potasio	560	140	

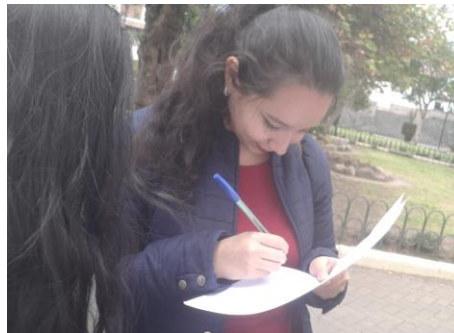
Anexo VI Realización de las Encuestas



Imágenes 1 Encuestas en Pintag Cocineros
Autor, Pacheco.K



Imágenes 2 Encuestas en Pintag Mercados
Autor, Pacheco.K



Imágenes 3 Encuestas en Pintag Pobladores
Autor, Pacheco.K

Anexo VII Valores Nutricionales

MOUSSE CREMOSO DE EUCALIPTO Y MERENGUE DE TILO																	
Ingredientes	Cantidad	Energia	Proteina	Grasa	Carbohidratos totales	Fibra vegetal	Agua	VITAMINAS					MINERALES				
	(g)	(kcl)	(g)	(g)		(g)	(g)	B1 (mg)	B2(mg)	B3(mg)	C(mg)	A(mcg)	Calcio(mg)	Hierro(mg)	Magnesio (mg)	Sodio(mg)	Potasio(mg)
eucalipto	20	0.2	0	0	0.06	0	0.21	0.006	0.19	0.02	0	0	0	0.004	0	0.6	7.4
zum de limon	45	12.44	0.31	0.14	1.42	2.12	5.59	0.022	0.009	0.12	22.95	0.027	4.95	0.2	0	0.86	76.5
clavo de olor	3	9.69	0.18	0.16	1.83	1.03	3.15	0	0	0	2.42	0	19.35	0	0	7.29	33.03
mantequilla	150	135	0.75	128	0	0	20.25	0	0.03	0.14	0	1.32	31.5	0.6	0	1125	22.5
crema de pintag	250	810	4	82.5	17.5	5.25	145.3	0.05	0.025	5	0	0	237.5	0.75	0	250	875
azucar	70	270	0.56	0.14	69.79	0	18	0	0	0	0	0	0.42	0.21	0	0.21	1.54
tilo	15	0.15	0.03	0.003	0.045	0.082	0.45	0	0.0015	0	0	0	0.45	0.025	0	1.5	2.4
chocolate blanco	100	547	8	30.8	58.8	0.8	2.3	0.08	0.49	5.4	0	0.03	270	0.2	0	110	350
huevo	50	81	6.34	6.05	0.34	0	10.8	0.055	0.19	1.6	0	0.12	28.1	1.1	0	72	73.5
mora	10	5	0.12	0.15	0.92	0.45	8.76	0.003	0.004	0.06	1.7	0.005	3.9	0.21	0	0.24	19
TOTAL	713	1870.5	20.29	247.9	150.705	9.732	214.8	0.216	0.9395	12.34	27.07	1.502	596.17	3.299	0	1567.7	1460.87
Calorias			81.16	2231	565												

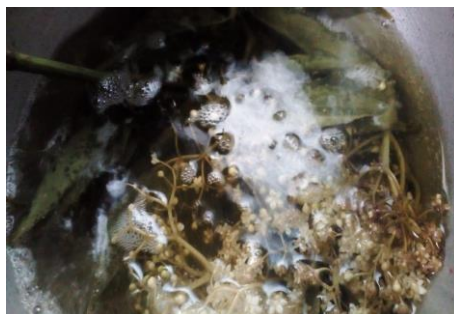
JUCHO DE SAUCO CON CREMA DE TILO																	
Ingredientes	Cantidad	Energia	Proteina	Grasa	Carbohidratos totales	Fibra vegetal	Agua	VITAMINAS					MINERALES				
	(g)	(kcl)	(g)	(g)		(g)	(g)	B1 (mg)	B2(mg)	B3(mg)	C(mg)	A(mcg)	Calcio(mg)	Hierro(mg)	Magnesio (mg)	Sodio(mg)	Potasio(mg)
Sauco	300	3	0	0	0.9	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	9	111
capuli	200	168	2.6	0.4	43.4	2	152	0	0	0	52	30	56	2.4	0	0	0
azucar	250	965	2	0.5	249	0	2.4	0	0	0	0	0	1.5	0.73	0	0.75	5.5
canela	5	12.75	0.19	0.16	4.77	2.71	3.05	0.004	0.007	0	1.43	0.0015	61.4	1.9	0	1.3	25
clavo de olor	8	25.84	0.48	0.43	4.89	2.73	8.4	0	0	0	6.46	0	51.6	0	0	19.44	88.08
rosas	15	0.15	0.03	0.003	0.03	0.083	0.45	0	0.0015	0	0	0	0.45	0.025	0	1	2.4
vino	5	3.5	0.015	0	0.015	0	0.7	0.0005	0.001	0.0045	0	0	0.38	0.045	0	0.2	4.65
macerado de sauco	15	17	0.047	0.03	9.39	0.12	2.55	0.0015	0.0015	0.015	7.43	0.0015	3	0.074	0	0.75	8.85
tilo	10	0.1	0.02	0.002	0.03	0.055	0.3	0	0.001	0	0	0	0.3	0.017	0	1	1.6
crema de pintag	200	648	3.2	66	14	4.2	116.2	0.04	0.02	4	0	0	190	0.6	0	200	700
panela	50	4.1	0.14	0.028	16	0.054	1.64	2.5	0.75	0	1.5	0.5	40.8	10	0	12	33
TOTAL	1058	1847.4	8.722	67.55	342.425	11.952	290.7	2.546	0.782	4.0195	68.82	30.503	405.43	15.791	0	245.44	980.08
Calorias			34.88	607	1284												

Anexo VIII Fotografías de elaboración de postres

Imágenes 4 Elaboración de la torta de Jueves Santo
Autor, Pacheco.K



Imágenes 5 Preparación de mermelada de sauco
Autor, Pacheco.K



Imágenes 6 Infusión de flores de tilo
Autor, Pacheco.K



Imágenes 7 Elaboración del helado de paila con crema de Pintag
Autor, Pacheco.K

Anexo IX Fotografías de Focus Group



Imágenes 8 Muestras de Focus Group
Autor, Pacheco.K



Imágenes 9 Análisis de las muestras de Focus Group
Autor, Pacheco.K