



Universidad de Guayaquil

UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

Facultad de Ingeniería Química

Licenciatura en Gastronomía

TEMA:

Análisis Gastronómico del ceviche de huevos de toro en la Ciudad de Guayaquil

(Trabajo de Titulación de Licenciatura)

AUTOR:

LEONARDO LÓPEZ CUESTA.

GONZALO VIERA MENDOZA.

TUTOR:

Lcda. Verónica Holguín Cedeño, Mgstr.

AÑO:

Guayaquil, Marzo 2018



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

Facultad de Ingeniería Química

**ACTA DE APROBACIÓN TRABAJO DE
TITULACIÓN**



Tema:

Análisis Gastronómico del ceviche de huevos de toro en la ciudad de Guayaquil

Trabajo de titulación presentado por:

Leonardo López Cuesta.

Gonzalo Viera Mendoza.

Aprobado en su estilo y contenido por el Tribunal de Sustentación:

.....
Nombres y Apellidos

(Preside el Tribunal)

.....
Lcdo. Verónica Holguín Cedeño Msc.

(Tutor de tesis)

.....
Miembro de tribunal

.....
Miembro de tribunal

DECLARACIÓN

“La responsabilidad del contenido en este trabajo de investigación que ha sido desarrollado me corresponden exclusivamente como autor, y a su vez el dominio intelectual de la misma a la Universidad de Guayaquil”.

Firma.....

Leonardo López Cuesta.

Firma.....

Gonzalo Viera Mendoza.

DEDICATORIA

Dedico la presente tesis a mis padres que siempre han sido el pilar fundamental para mí y me han apoyado de manera incondicional en cada momento de mi vida. A Dios por ser mi fuente de inspiración en mis momentos de angustias, esmero y dedicación. Y a mis maestros por el esfuerzo que hacen en enseñar y mejorar la calidad de los alumnos.

Leonardo López Cuesta.

DEDICATORIA

El siguiente trabajo está dedicado a Dios y a todos quienes formaron parte del desarrollo y culminación del mismo. A mi madre por confiar en mí y ser el pilar fundamental de mi vida y formación profesional, a la memoria de mi padre quien inculcó siempre en mí todos los valores que me hacen un hombre de bien. Y a mis compañeros por permitirme aprender de ellos, de su experiencia y conocimientos.

Gracias por el apoyo que siempre me brindaron día a día en el transcurso de cada año de mi carrera Universitaria.

Gonzalo Viera Mendoza.

AGRADECIMIENTO

Al finalizar este trabajo de investigación queremos expresar nuestro agradecimiento a la tutora de nuestra tesis, Msc. Verónica Holguín Cedeño; por habernos acompañado en nuestra última etapa de nuestra carrera, la cual nos permitió adquirir conocimientos para nuestra vida profesional.

El más sincero agradecimiento a nuestra familia, amigos y compañeros que con su permanente apoyo y comprensión nos ayudaron a alcanzar nuestra meta deseada.

Finalmente agradecemos a la Facultad de Ingeniería Química, y en particular a la Carrera de Gastronomía por ser parte de la misma y alcanzar este logro.

Leonardo López & Gonzalo Viera.

ÍNDICE

Acta.....	ii
Declaración.....	iii
Dedicatoria	iv
Dedicatoria	v
Agradecimiento	vi
Índice	vii
Resumen.....	xii
Palabras clave.....	xii
Introducción	xiii
Planteamiento del problema.....	xiv
Diagnóstico del problema.....	xv
Justificación.....	xvi
Objetivos.....	xvii
General	xvii
Específicos	xvii
Capítulo 1.....	1
1.1 Marco Teórico	1
1.2 Historia gastronómica.....	2
1.2.1 Platos típicos.....	3
1.2.2 Postres y bebidas	4
1.3 Generalidades del cantón Guayaquil	5
1.4 Historia de la gastronomía.....	6
1.5 Definición de gastronomía	6
1.6 Turismo gastronómico.....	7
1.7 Gastronomía en el Ecuador	8
1.8 Ceviche como patrimonio alimentario	9

1.9	Ceviche.....	10
1.10	Diferentes tipos de ceviche.....	10
1.10.1	Ceviches que se elaboran en la Costa.....	11
1.10.2	Ceviches que se elaboran en la Sierra.....	14
1.10.3	Ceviches que se elaboran en el Oriente.....	15
1.11	Ceviche de huevos de toro.....	16
1.12	Ingredientes base del ceviche de huevo de toro.....	18
1.12.2	Cebolla.....	19
1.12.3	Pimiento.....	21
1.12.4	Tomate.....	24
1.12.5	Limón.....	27
1.12.6	Cilantro.....	30
1.13	Receta estándar de ceviche de huevo de toro.....	32
1.14	Marco conceptual.....	33
Capítulo 2.....		35
2.1	Objetivos de la investigación.....	35
2.2	Metodología de la investigación.....	35
2.3	Método cualitativo.....	36
2.3.1	Técnica de la entrevista.....	37
2.3.2	Técnica de la observación.....	37
2.4	Investigación exploratoria de la agricultura.....	38
2.5	Investigación exploratoria de la ganadería.....	38
2.5.1	El cuidado del ganado.....	39
2.6	Investigación exploratoria del turismo.....	40
2.6.1	Malecón Simón Bolívar.....	41
2.6.2	Las Peñas.....	42
2.6.3	Cerro Santa Ana.....	42
2.6.4	Parque Seminario.....	43
2.6.5	Malecón del Salado.....	43
2.7	Investigación exploratoria de la comida tradicional.....	44

CAPÍTULO 3.....	45
3.1 Análisis de investigación.....	45
3.1.1 Análisis de la entrevista realizada a la nutricionista	45
3.1.2 Análisis de la entrevista realizada a Chef.....	46
3.1.3 Análisis de la entrevista realizada a Cocinero empírico.....	48
3.1.4 Análisis de la entrevista realizada a la Historiadora	49
4 Conclusiones	51
5. Recomendaciones	52
6 Referencias	53
7 Anexos.....	62

Lista de tablas

Tabla 1 Ceviches de la Costa Ecuatoriana	11
Tabla 2 Ceviches que se elaboran en la Sierra Ecuatoriana.....	14
Tabla 3 Ceviches que se elaboran en el oriente Ecuatoriano	15
Tabla 4 Información nutricional criadilla de toro por 1 porcion de 100g.....	18
Tabla 5 Tablas de composicion de alimentos (Cebolla blanca).....	20
Tabla 6 Tablas de composición de alimentos (Pimiento morrón)	23
Tabla 7 Tablas de composición de alimentos (Tomate)	26
Tabla 8 Tablas de composicion de alimentos (Limón).....	29

Lista de ilustraciones

Malecón Simón Bolívar.	41
Las Peñas.....	42
Cerro Santa Ana	42
Parque Seminario	43
Malecón del Salado	43
Ilustración 1 Entrevista a la Lcda. Olanda Zea prof de la Univ. De Guayaquil	69
Ilustración 2 Preparación del ceviche de huevos de toro	70
Ilustración 3 Huevos de toro cocidos	70
Ilustración 4 Huevos de toro	71
Ilustración 5 Entrevista al Sr Georgi Vera propietario del restaurante	72
Ilustración 6 Ceviche de huevos de toro	72

Resumen

El presente trabajo fue realizado para comprender más de la cocina tradicional guayaquileña, en especial el “ceviche de huevo de toro”, plato tradicional que tiene muy poca comercialización ya que se realiza con partes que son consideradas como rechazo en los camales, es por este motivo que se conoce muy poco sobre las buenas prácticas de manufactura y así mismo no hay hasta el momento una receta estándar que facilite su preparación y ayude a socializar a nivel nacional este plato emblemático de la ciudad de Guayaquil. La metodología empleada para la realización de este trabajo de titulación fue cualitativa, investigativa y bibliográfica, siendo así que se evaluaron testimonios y entrevistas de personas cercanas a la problemática alrededor del “ceviche de huevo de toro”. Este trabajo permitió estandarizar la receta y a su vez brindar una idea más concreta sobre la tradicionalidad de este tipo de platos, así mismo se pudo determinar que el plato puede ser una alternativa viable para las personas que tienen diabetes ya que este plato se realiza con carne magra del falo del toro.

Palabras clave: huevos, toro, ceviche, gastronomía, Ecuador.

Introducción

La región litoral ecuatoriana posee una gastronomía vasta la cual es particular para cada una de las provincias que componen este hermoso país megadiverso. Guayaquil, cuna y hogar del ceviche de huevos de toro, deja expuesta una tendencia por el empirismo culinario lo cual representa la falta de recetas estandarizadas y esto se traduce en un cambio progresivo con el tiempo de la composición del plato base, se cambian ingredientes, porciones y por ende se pierde el sabor típico del plato original.

La ciudad de Guayaquil no deja de ser ajena al tiempo y a los cambios producidos por este, es así como se llegó a plantear la siguiente pregunta de investigación, ¿cómo preservar el conocimiento y las prácticas que dotan de un sabor único a un plato en específico?, en función de esta pregunta se definirá la finalidad de este proyecto de investigación, la cual es estandarizar la receta del ceviche de huevo de toro, siendo un plato que guarda no sólo el folclore sino también el pragmatismo del guayaco y lo bien que se adaptó a la necesidad de no desaprovechar recursos alimenticios.

Planteamiento del problema

El ceviche de huevos de toro tiene ingredientes de los cuales no se conoce su manipulación adecuada ya que no es un plato muy comercializado, sin embargo con unas correctas buenas prácticas de manufactura ayudarían a disminuir de manera drástica la cantidad de agentes patógenos, y una proliferación de microorganismos.

Existiendo tantos platos que tienen mucha más salida y comercialización en Guayaquil como lo son el ceviche de camarón, humitas, bollo de pescado en restaurantes y no solo en la informalidad, existe el caso puntual de los platos como lo es el ceviche de huevos de toro que aparentemente vive en la sombra de los puestos de mercado donde es comercializado sin ningún tipo de protocolo sanitario de tal manera que la demanda del plato es reducida y mucho más reducido es el producto en cuestión.

Diagnóstico del problema

Mediante este proyecto se quiere dar a conocer cuáles son los beneficios y virtudes del platillo “ceviche de huevos de toro” ya que por no ser muy conocido en su comercialización por tratarse del falo del toro, muchas personas no se arriesgan a probarlo por referirse directamente a esta zona. Por medio de este trabajo se demostrarán las buenas prácticas de manufactura en función de este plato para evitar la proliferación bacteriana y otros parásitos.

Como es de conocimiento de todos este plato no se comercializa tan frecuentemente ya que sólo se encuentra en mercados y carretas, por ello está muy sectorizada su comercialización, con esta premisa se busca estandarizar la receta.

Justificación

La justificación de esta investigación es encontrar y estandarizar la preparación del ceviche de huevos de toro y a su vez poder determinar una receta estandarizada que este a lo más cerca posible de la originalidad tradicional del plato, así mismo poder conservar la memoria cultural gastronómica del guayaquileño, la cual se ha ido perdiendo conforme avanzan los años y las venideras corrientes modernas que son tendencias y desplazan a este tipo de platos.

Las personas que se dedican a la cocina de manera empírica podrán evidenciar que la estandarización de la receta provee una gran oportunidad para preservar el sabor y a su vez para poder realizar costes de producción a gran escala sea este el caso de la comercialización en restaurantes. Es notable como muchas personas no se atreven a poder preparar este tipo de platos típicos por desconocer tanto como sus ingredientes, preparación y las buenas prácticas de manufactura.

Objetivos

General

- Analizar la preparación del ceviche de huevos de toro en el sector sur de la ciudad de Guayaquil.

Específicos

- Indicar la correcta aplicación de las buenas prácticas de manufactura con el propósito de estandarizar la preparación del ceviche de huevos de toro.
- Estandarizar la receta del ceviche de huevos de toro expendido en el sector sur de la ciudad de Guayaquil, específicamente Barrio Cuba.
- Identificar la composición nutricional del ceviche de huevos de toro en base a la receta estándar.

Capítulo 1

1.1 Marco Teórico

Ecuador es un país megadiverso y pluricultural, pequeño sin embargo, se encuentra al sur del continente americano y a su vez dividido por la línea ecuatorial lo cual le confiere un clima templado con temperaturas que oscilan entre los 16 °C y los 28 °C. Ecuador se encuentra dividido sagitalmente por la majestuosa Cordillera de Los Andes, existiendo así tres regiones en Ecuador continental que son: Litoral o Costa, Interandina o Sierra y Amazonía, también forma parte del país Galápagos o región Insular, 1000 km hacia el Oeste del país, es aquí donde se concentra gran parte de biodiversidad marina del país. (Pourrut, et al, 1995)

Ecuador es el país con mayor concentración de ríos por km² en todo el mundo, sin embargo sus costas están bañadas por el Océano Pacífico que tiene la influencia de dos corrientes marinas, la corriente de Cromwell o fría de Humboldt y la cálida de El Niño o corriente de Panamá, ambas ofrecen al país una variabilidad notable de abundancia de todo tipo de peces y organismos marinos, los cuales son muy apetecidos en el mundo entero gracias a su calidad. Ecuador es un país exportador de pesquerías, banano, frutas e ingredientes de los deliciosos platos que se preparan en el país que además de ser megadiverso biológica y culturalmente lo es gastronómicamente. (Cañadas Cruz, 1983)

Las personas en el país son mestizos, afros descendientes y nativos, la diversidad genética del país provee un vistoso panorama para extranjeros debido a que culturalmente cada grupo étnico y de raza difiere en sus costumbres, su modo de vivir, de afrontar la realidad, de concebir la vida. Es complejo poder tipificar las costumbres sin embargo las diferencias entre lo que se conoce criollamente a los “*costeños*” y los “*serranos*” es notoria, por ejemplo en la Costa el consumo de mariscos es casi diario a diferencia de la Sierra. (Del Ecuador, 1988)

La religión en el país juega un papel importante ya que hay muchas costumbres gastronómicas ligadas a estas festividades, como lo son la *fanescas* y la *colada morada*, en su mayoría los ecuatorianos son católicos / cristianos, existen grupos minoritarios como los indígenas que son politeístas. (Vázquez Ordoñez, 2016).

1.2 Historia gastronómica

Es muy común escuchar los términos “comida típica o comida criolla” en referencia al conjunto de platos que forman la cocina ecuatoriana, por tanto es necesario esclarecer los conceptos. Los descendientes de españoles nacidos en suelo americano fueron denominados como “criollos” sin embargo referirse a algo típico o tradicional es designarlo como un símbolo representativo de sí mismo. Las texturas y sabores son un abanico amplio en la esquematización de la cocina, una huella digital perteneciente a cada país donde la tradición y la transmisión verbal de las recetas y de los secretos para poder preparar un plato específico cobran un papel sumamente protagónico para reforzar la memoria culinaria de un lugar. (Nestlé, 2001).

Mucho tiempo atrás, antes del desarrollo de caminos y mercados, el nicho ecológico de cada pueblo era necesariamente la fuente primordial de los ingredientes culinarios. Los ciclos de la naturaleza, las variaciones climáticas, el tipo de terreno y las técnicas agrícolas locales influían directamente en la cocina. La gastronomía ecuatoriana se remonta a los antepasados, es decir aborígenes ecuatorianos y colonizadores españoles, en la Sierra lo básico era la agricultura ya que los pisos y el desnivel facilitaban el trabajo del cultivo, en la Costa era muy usual encontrar pescadores y recolectores de concha y cangrejo, de tal manera que la cocina ecuatoriana tiene raíces muy profundas en la memoria histórica de cada uno de nosotros, platos como lo son el *ceviche* son cuestionados por su origen sin embargo no sería nada extraño encontrarse con que el plato nació simultáneamente en varios países del perfil costero que son bañados por aguas del Pacífico. (Martillo, 2006)

1.2.1 Platos típicos

Se puede definir a la cocina ancestral como la cocina étnica de un pueblo, elaborada con productos endémicos de la zona, marcada por sus propias técnicas culinarias de alrededor de 100 años atrás, mientras que la cocina típica se define como la cocina étnica de una zona marcada, que poco a poco se ha sufrido cambios además de mantenerse como cocina representativa y característica de la región. (Abad Rodas, 2013)

En base a tres productos de la tierra -maíz, papas, porotos- los antiguos moradores de los Andes construyeron una mesa admirable. Con el maíz lograban platos múltiples: tostado, canguil,

mote, chuchuca, mazamorras y tortillas. Los choclos, por su parte, se cocinaban tiernos, algo duros para el choclomote o se molían para elaborar esa delicia culinaria que es el chumal o humita. Con la harina se elaboraba chicha y excelente vinagre, y de las cañas tiernas se obtenía una miel de buena calidad. (Caguana, et al., 2014)

A pesar de ser un país pequeño, la gastronomía de Ecuador es bastante variada, debido a la existencia de tres regiones naturales en Ecuador Continental, las cuales son: Litoral o Costa, Región Interandina o Sierra y Región Amazónica y una región Insular que está conformada por el Archipiélago de Galápagos, los distintos platos típicos y los ingredientes principales varían en función de estas condiciones naturales ya que todas las regiones poseen climas diferentes entre sí y por ello varía la vegetación en gran magnitud. (Sánchez, 2007)

Se pueden distinguir algunos platos típicos que serían los más representativos del país, los cuáles son: Allullas con queso de hoja, aguado de gallina, bandera, bolón de verde, bollo de pescado, caldo de salchicha o caldo de manguera, ceviche, cazuela, caldo de tronquito, caldo de Bagre, chicha, colada morada, cuy, encebollado, encocado, empanadas de morocho, fritada, fanesca, guatita, guaguas de pan, maduro lampreado. (Guevara, 1954).

1.2.2 Postres y bebidas

La cocina ecuatoriana tiene postres como: Dulce de zapallo, espumilla, torta de guineo, chucula, troliches, helados de paila, quimbolitos, morocho, higos con queso, pan de yuca, dulce

de pechiche, dulce de zambo, higos confitados. Por otra parte, la cultura ecuatoriana también tiene bebidas alcohólicas predilectas como: Los aguardientes de caña que son muy populares en las provincias de Loja, Manabí y Tungurahua, donde se elaboran diversas bebidas alcohólicas como el llamado currincho, chicha, el tardón, el guarapo, el quemado, el norteño o canelazo que es a base de canela y la famosa caña. Además de haber bebidas sin alcohol como la horchata, colada morada, guayusa, jucho. (Muñoz Saquicela, 2012)

1.3 Generalidades del cantón Guayaquil

El cantón Guayaquil es una entidad territorial subnacional ecuatoriana, capital de la provincia del Guayas, en la República del Ecuador. Con más de 2.350.915 habitantes, según estadísticas del INEC del año 2010, es el cantón más poblado del Ecuador. Su cabecera cantonal es la ciudad de Santiago de Guayaquil, lugar donde se agrupa más del 85% de su población total. Su principal núcleo urbano se encuentra ubicado al oeste del río Guayas, y atravesado por una cadena montañosa de elevaciones menores que no superan los 400 metros y recorren la parte noroeste del cantón. (Wikipedia, n.d.)

Los límites del cantón lo separan al norte de los cantones Lomas de Sargentillo, Nobol, Daule, y Samborondón, mientras que al sur del Golfo de Guayaquil y de la provincia de El Oro y del Azuay; al oeste limita con la provincia de Santa Elena y el cantón Playas, y al este con los cantones Durán, Naranjal y Balao. Administrativamente, el cantón se encuentra dividido en 5 parroquias rurales: Juan Gómez Rendón, Posorja, El Morro, Tenguel y Puná. Además de estas,

también se encuentran 16 parroquias urbanas que conforman la ciudad de Guayaquil. Uno de las parroquias rurales Tenguel por su distancia en carretera desde Guayaquil hace que este centro poblado sea descartado de la conurbación de Guayaquil. Aun así Tenguel es incluida debido a que uno se puede transportar desde la parroquia rural hacia la cabecera cantonal en barco siendo paradero en la Isla Puná. Posorja también es otra parroquia con gran distancia (casi 120 km) entre ella hacia la cabecera cantonal de Guayaquil. Los habitantes tanto pueden acceder a Guayaquil por mar o por carretera vía el cantón balneario de Playas. (Municipalidad de Guayaquil, n.d.)

1.4 Historia de la gastronomía

La gastronomía en el mundo se remonta desde las primeras civilizaciones que surgieron hace 5000 años A.C. entre ellas se tiene a los pueblos que se asentaron en Mesopotamia, Grecia, Egipto, Persia, Fenicios, el Imperio Romano de Occidente y Oriente. En cualquier civilización el arte culinario muestra una característica muy importante de su cultura, su forma de vivir y de pensar; y gracias a los restos arqueológicos se puede conocer recetas, métodos de conservación, cocción, elaboración, utensilios y así aprender el legado de las culturas antiguas. (Gutiérrez de Alva, 2012)

1.5 Definición de gastronomía

La gastronomía es la conjunción de aspectos culinarios con aspectos culturales que hacen a cada sociedad o comunidad. Es por esto que la gastronomía va mucho más allá; no es simplemente un conjunto de técnicas o métodos de cocción no se trata solamente de elaborar

platos y presentarlo, para que el comensal los disfrute. En esta área también aplica el estudio de la relación entre la cultura y la alimentación sino también la relación que los individuos establecen con el medio que los rodea, del cual obtienen sus recursos alimenticios, el modo en que los utilizan y todos aquellos fenómenos sociales o culturales que tienen que ver con el consumo de las preparaciones culinarias. (León Mena, 2016)

1.6 Turismo gastronómico

El turismo gastronómico es el crecimiento de la economía de un país atractivo para la inversión en turismo vacacional, de negocios y eventos, logrando así convertirse en un sector de oportunidades y de crecimiento continuo, resaltando el patrimonio cultural de la nación. (Díaz Salcedo & Pabón Méndez, 2015)

Este tipo de turismo también incluye la visita a lugares donde se puede degustar los platos tradicionales terminados, en: restaurantes, mercados, plazas, playa o incluso en la calle. En los últimos años la gastronomía ha pasado de ser un elemento complejo convirtiéndose en el motor del desarrollo turístico, englobando a pequeños productores, cocina tradicional y el personal de servicio, quienes tienen la responsabilidad de garantizar la satisfacción de sus clientes y difundir el patrimonio gastronómico del país. (Montecinos Torres, 2015)

1.7 Gastronomía en el Ecuador

Sobre la forma de preparación de los alimentos de los primeros habitantes de Ecuador no se tiene muchos datos. Sin embargo Ayala Mora, en su libro Historia del Ecuador (2008) señala que existen evidencias de arqueólogos y antropólogos de que los primeros pobladores consumieron productos como el ají, el choco, cuyes, maíz, entre otros. (Ayala Mora, 2008)

La gastronomía ecuatoriana se ha visto enriquecida por la pluriculturalidad lo que genera una oferta muy variada ya que al existir diversidad de culturas así como diversidad de especias se utilizan también diferentes ingredientes según las regiones, entre los principales ingredientes se puede mencionar los pescados, mariscos y carnes también las papas, maíz, frutas y verduras. Los habitantes de cada región poseen su propia sazón como resultado de los productos naturales que existe en dicho sector. El almuerzo ecuatoriano es el más consistente de sus comidas diarias incluye tres platos: sopa, el segundo plato se compone de arroz con algún tipo de carne o marisco acompañado de una ración ya sea de ensalada, granos, yuca, papas o plátano; y por último un postre. Esta comida se complementa con jugos naturales de frutas. (Ministerio de Turismo, s.f.)

No se debe sorprender si en un mismo plato se encuentran dos carbohidratos ya que mucha gente siente que no ha comido si el plato no tiene arroz. Vale mencionar que uno de los más populares sazónadores de la comida ecuatoriana es el refrito, cuya base es el achiote. No se puede dejar de hablar de la variedad de salsas de ají que se acostumbra a poner en las mesas ecuatorianas. Además, la herencia tanto indígena como europea ha cimentado un sincretismo que

se centra en la sazón y creatividad constantemente renovada a través de las nuevas generaciones de cocineros y comensales. A esta combinación tan singular se la ha definido como Comida Criolla. Una comida auténtica y mestiza, en la que aún se utilizan cazuelas de barro y viejos y ahumados peroles. (Valdivieso & Peña Novoa, 2010)

1.8 Ceviche como patrimonio alimentario

En el folleto Patrimonio Alimentario impulsado por el Ministerio de Cultura y Patrimonio, pág. 17 se habla de una gastronomía ecuatoriana ligada a saberes y sabores que se han transmitido de generación en generación y sobre la adaptación de estos factores de gran biodiversidad natural de región en región. Los expertos opinan que el ceviche es una de las preparaciones que más se conocen en el país, especialmente en la costa ecuatoriana, ya que la base del ceviche proviene del pacífico, donde existe una mayor abundancia y diversidad natural de mariscos. Si bien es cierto en toda la costa ecuatoriana hay ceviches con diferentes productos de mar, desde pescado hasta moluscos y crustáceos, los expertos mencionan que cada localidad tiene su receta heredada lo que da valor agregado a este plato tradicional. (Ministerio de Cultura y Patrimonio, 2013)

1.9 Ceviche

Uno de los platos tradicionales de América que posee mayor controversia sobre su origen es el ceviche o cebiche, debido a que el pescado, producto con el que se elabora este platillo originalmente, es extraído del mar y su preparación se extiende por todo el Pacífico. (Mogro Espinoza, 2014). Tiene su origen en la palabra quechua “siwichi”, cuyo significado sería pescado fresco o pescado tierno. El ceviche es un plato típico de casi toda Latinoamérica, la preparación del ceviche en general se da por medio de la desnaturalización de la proteína con jugo de limón, claro que cada país varía un poco la receta aunque conserva el concepto (mezclar algún tipo de carne de pescado o mariscos con jugos cítricos) aunque ha evolucionado de tal manera que se le agrega cebolla, culantro, ají y sal. (ADMIN, 2013)

1.10 Diferentes tipos de ceviche

Existen distintos tipos de ceviche, en el caso del ecuatoriano, este se sirve con el tipo de técnica de cocción en medio ácido y otros ingredientes (cebolla, tomate, cilantro y mostaza en algunos casos) dependiendo de la región en la que se encuentra. Variaciones como el ceviche de pescado, camarón, pollo, carne, volquetero, chochos, palmito y callampas (una especie de hongos que crece en las raíces de los pinos). A continuación se describen por regiones los diferentes tipos de ceviches del país. (Diario El Telegrafo, 2016)

1.10.1 Ceviches que se elaboran en la Costa

La alimentación de los costeños se basa principalmente en los productos locales: mariscos, yuca, verde, coco, arroz, entre otros. Dentro de región costanera estos platos no varían mucho entre provincias; sin embargo algunos son representativos de algunas ciudades como el de Pinchagua de Quevedo y de Jipijapa hechos a base de pescado y maní. Agregando a esto, en los manglares presentes tanto en Esmeraldas como en Manabí existen moluscos que se utilizan muy poco en la elaboración de ceviches como el: “pata mula” y “concha rayada”. (Rivadeneira, 2010)

Tabla 1. Ceviches de la costa ecuatoriana

CEVICHE QUE SE ELABORAN EN LA COSTA	
NOMBRE	PARTICULARIDADES
Ceviche mixto	Se mezcla dos o más frutos del mar endémicos del país (pangora, concha prieta, pescado, camarón, pulpo, calamar, etc).
Ceviche blanco	Es un tipo de ceviche mixto a base de pescado, camarón, cangrejo y pulpo; solamente productos del mar con carne blanca.
Ceviche de concha negra	Este peculiar molusco bivalvo se lo encuentra en las zonas de ecosistema de manglar; se debe mencionar que su recolección es manual y lo realizan habitantes del sector.
Ceviche de camarón	Su principal ingrediente son los camarones (crustáceos)

	decápodos), ya sean estos cultivados en camarónicas o extraídos del mar (considerados silvestres).
Ceviche de ostión	Este tipo de ceviche elaborado con un molusco bivalvo estrechamente emparentado con las ostras contiene un alto valor nutritivo ya que contiene vitaminas A, C y D; cloruros, carbohidratos y proteínas en cantidades adecuadas y de fácil digestión.
Ceviche de langostino	Su principal ingrediente son los langostinos (crustáceos decápodos) emparentados con los camarones, <i>Litopenaeus vannamei</i> , sin embargo los langostinos son de mayor tamaño midiendo desde 18 cm a 23 cm de longitud como máximo.
Ceviche de pescado	Su principal ingrediente es el pescado, de preferencia el pescado de carne blanca.
Ceviche de calamar	Este ceviche generalmente se lo prepara con el calamar (moluscos cefalópodos).
Ceviche de cangrejo	Este ceviche preparado con un crustáceo decápodo endémico de los manglares del país, del género <i>Ucides</i> , no se lo puede consumir durante todo el año debido a que en Ecuador existe la época de la veda de cangrejo durante el periodo de desove y reproducción puesto que estos salen de sus madrigueras y se exponen a la sobreexplotación del recurso extractivo.

Ceviche de pangora	Es una especie de cangrejo que vive en las rocas cercanas a los arrecifes, es muy apreciado por el sabor de la carne de sus patas que son más grandes que las de otros cangrejos.
Ceviche de Jipijapa	Es un tipo de ceviche típico de Manabí a base de pescado y maní y se reemplaza generalmente el cilantro por la chillangua, hierba emblemática de la costa ecuatoriana que da un sabor parecido al cilantro.
Bandera ecuatoriana	Es un plato que posee de tres a cuatro tipos de ceviches en porciones muy pequeñas, por lo general de camarón, pescado y concha y van acompañadas de arroz y guatita, otro plato emblema ecuatoriano, tradicional en Santo Domingo.

Fuente: (Gallardo de La Puente, 2013)

1.10.2 Ceviches que se elaboran en la Sierra

En la Sierra ecuatoriana existen variantes al momento de preparar los ceviches de la Costa, por ejemplo, al ceviche de camarón esta región se le suele agregar salsa de tomate, mientras que el de la Costa no lleva este componente. Dentro de los ceviches más destacados de la Sierra ecuatoriana son:

Tabla 2. Ceviches que se elaboran en la sierra ecuatoriana

CEVICHE QUE SE ELABORAN EN LA SIERRA	
NOMBRE	PARTICULARIDADES
Ceviche de carne	Este ceviche es típico del cantón Macará, preparación muy peculiar del género cárnico.
Ceviche de chochos	Tiene como ingrediente principal el chocho o tarwi, pertenece a la familia de las leguminosas.. En la actualidad a este ceviche se le puede agregar corvina, camarones, pollo o cuero. Finalmente se debe mencionar que este es un plato típico de la ciudad de Riobamba.
Ceviche de palmito	El palmito se lo obtiene del cogollo de varias especies de palmeras, muchas de las cuales se desarrollan en tierras ecuatorianas. Este ceviche es una buena opción para veganos y vegetarianos; ya que este ceviche contiene solo ingredientes de origen vegetal. Preparación muy sabrosa y fresca con un muy buen aporte nutricional.

Fuente: (PRONACA, 2015)

1.10.3 Ceviches que se elaboran en el Oriente

Los ceviches del oriente poseen una mezcla muy singular, por lo general los sirven con yuca y sus dos ceviches representativos tienen productos de la Costa, Sierra y Amazonía.

Tabla 3. Ceviches que se elaboran en el Oriente ecuatoriano

CEVICHES QUE SE ELABORAN EN EL ORIENTE	
NOMBRE	PARTICULARIDADES
Ceviche volquetero	Es un plato típico de Puyo y este es el claro ejemplo de mixtura en términos de productos regionales, es un ceviche a base de atún en lata (proveniente de la costa), chochos (producto de la sierra) y los ingredientes base como: tomate, cebolla, limón y aceite. Se lo puede servir con canguil y maíz tostado (productos de la sierra).
Ceviche de Callampas	No se conoce con certeza la provincia que creó este singular plato, es un ceviche a base de callampas (especie de hongo que crece en la corteza del árbol de pino) a estos se los cocina, se les pica y se los condimenta con los ingredientes base anteriormente mencionados, mostaza y el líquido de cocción.

Fuente: (GAD Municipal La Joya de los Sachas, 2013)

1.10. 4 Ceviches Región Insular

Son similares a los de la Costa. Sin embargo, destaca el ceviche de canchalagua, molusco representativo de la región. (ESPOL, 2010)

1.11 Ceviche de huevos de toro

Si se habla del ceviche de huevos de toro se encuentra una gama de sabores típicos de Guayaquil, si bien es cierto, no se tiene a la mano una receta estandarizada de este plato tan típico en la ciudad de Guayaquil, por lo tanto en este proyecto llamado “Análisis Gastronómico del Ceviche de huevos de toro” se podrá disfrutar de sus sabores equilibradamente y de una manera fácil de obtener, ya que siendo un plato de consumo masivo en el sector sur de la ciudad de Guayaquil hasta el momento no existe una manera o forma estandarizada de elaborarlo. Al tratar este exquisito plato como popular debe poder comerse de forma salubre, pero lamentablemente los lugares donde se comercializa son mercados, carretas, sitios insalubres, o por no llamarlo así, lugares donde no se siguen las buenas prácticas de manufactura. (Cánepa Ramos, Villavicencio Angueta; 2017)

En la ciudad de Guayaquil existe una gran variedad y amplia gastronomía criolla por la cual muchos turistas tanto nacionales como extranjeros se ven atraídos a deleitarse de estas delicias culinarias. Dentro de los platos más apetecidos se encuentran los siguientes: ceviches, encebollados de pescado, guatita, bandera, arroz con menestra, bollos, cazuela de pescado, de mariscos, secos de gallina, pollo, pato, chivo, borrego, chanco, caldo de manguera y para los

paladares más exóticos hay platos como: caldo de tronquito (pene del toro), tortillas de sesos de vaca, tripa mishqui y los huevos de toro preparados en ceviches que se expenden en el sector sur de la ciudad de Guayaquil.

Cabe mencionar que los testículos de toro, como no podía ser de otra forma, se comen en muchos lugares del mundo, tales como en España que se consume el estofado de criadillas, rebosadas, también las sirven como tapas, y habitualmente se suelen preparar como mollejas o con una vinagreta, en Bolivia se prepara sopa de huevos de toro, se cree que tiene efectos vigorizantes conocido como el viagra de Los Andes. (Ruiz, 2012).

1.12 Ingredientes base del ceviche de huevo de toro

1.12.1 Testículos de toro

Criadillas es el nombre gastronómico que reciben los testículos de cualquier animal de matadero. Según el Diccionario de la Real Academia Española: *Criadilla*. f. En los animales de matadero, testículo. Entre los productos más típicos de la casquería se encuentran las criadillas; se trata de los testículos de animal sacrificado, generalmente de carnero o de toro, aunque también pueden proceder de la ternera o del cordero. Su composición es similar a la de los sesos, aunque su contenido en grasa es inferior a éstos. Se trata de un producto de gran aceptación en el mercado y habitualmente se pueden encontrar en los establecimientos denominados casquerías. Admiten las mismas preparaciones que los riñones. (Juan, 2011).

Tabla 4. Información nutricional criadilla de toro (calorías en fresco) por 1 porción de 100 gr.

Calorías	58 cal	Sodio	0 mg
Grasas totales	2 g	Potasio	0 mg
Saturadas	0 g	Carbohidratos totales	0 g
Poliinsaturados	0 g	Fibra dietética	0 g
Monoinsaturados	0 g	Azúcares	0 g
Trans	0 g	Proteínas	10 g
Colesterol	0 mg		
Vitamina A	0%	Calcio	0%
Vitamina C	48%	Hierro	9%

Fuente: (Fundacion Española de la Nutricion, 2017)

1.12.2 Cebolla

Forma parte de la familia de las *liliáceas*, a la que pertenece también el ajo y el puerro. Es una planta bienal de tallo subterráneo y reducido. El bulbo no es una raíz, sino un engrosamiento subterráneo del tallo de la planta. La verdadera raíz está formada por los filamentos que nacen en la parte inferior del bulbo. La planta de la cebolla contiene esencias volátiles sulfurosas que le confieren el sabor picante característico; uno de los componentes de estas esencias se disuelve con rapidez en agua y produce ácido sulfúrico; éste puede formarse en la película lacrimal que recubre el ojo, y por eso se llora al cortar cebolla. (García Fernández, et al., 2002)

Valoración nutricional

En la composición de las cebollas se ha de tener en cuenta su apreciable aporte de fibra y su contenido en minerales y vitaminas. Las cebollas son una buena fuente de potasio (por ello están indicadas en los casos de hipertensión), y presentan cantidades importantes de calcio y hierro. Las cebollas son ricas en flavonoides y en compuestos azufrados (sulfóxido alquil cisteína), responsables de su aroma. Entre los flavonoides, los antocianos son los responsables del color rosado o violáceo de determinadas variedades de cebolla; pero sobre todo destaca el contenido en quercetina con una importante función antioxidante. (Gil, et al., 2009)

La quercetina contribuye a la inhibición de la oxidación de las lipoproteínas de baja densidad (LDL-Colesterol), previniendo el riesgo de sufrir enfermedades cardiovasculares.

También se han relacionado los flavonoides presentes en la cebolla con la reducción de la tensión arterial y con una actividad antiagregante plaquetaria (impiden la formación de trombos). La quercetina presente en la cebolla es además, muy fácilmente absorbida por el organismo (cuatro veces mayor que la de la quercetina procedente de la manzana o el té), lo que ayuda a alcanzar los niveles de antioxidantes necesarios para la promoción de la salud. Algunos estudios indican que los compuestos sulfurados que contiene la cebolla ejercen un efecto protector en el inicio de la carcinogénesis. (Díaz, et al., 2007). Además, la cebolla cruda ejerce un potente efecto antifúngico y antibacteriano. Es interesante destacar que los procesos culinarios (fritura, cocción...) no ocasionan grandes pérdidas sobre el contenido total de flavonoides en la cebolla, por lo que los platos elaborados con cebolla constituyen una buena fuente de estos componentes. (Fundacion Española de Nutrición, 2017)

Tabla 5. Tablas de Composición de Alimentos. (Cebolla Blanca)

	<i>Por 100 gr de porción comestible</i>	<i>Por unidad grande (65 gr)</i>	<i>Recomendaciones día hombres</i>	<i>Recomendaciones día mujeres</i>
<i>Energía (Kcal)</i>	23	35	3000	2300
<i>Proteínas (g)</i>	1,4	2,1	54	41
<i>Lípidos totales (g)</i>	0,2	0,3	100 - 117	77 – 89
<i>AG saturados (g)</i>	Tr	Tr	23 - 27	18 – 20
<i>AG monoinsaturados (g)</i>	Tr	Tr	67	51
<i>AG poliinsaturados (g)</i>	Tr	Tr	17	13
<i>Colesterol (mg/1000 kcal)</i>	0	0	<300	<230
<i>Hidratos de carbono (g)</i>	3,5	5,3	375-413	288-316
<i>Fibra (g)</i>	1	1,5	>35	>25
<i>Agua (g)</i>	93,9	160	2500	2000

<i>Calcio (mg)</i>	114	171	1000	1000
<i>Hierro (mg)</i>	1,5	2,3	10	18
<i>Yodo (µg)</i>	-	-	140	110
<i>Magnesio (mg)</i>	-	-	350	330
<i>Zinc (mg)</i>	-	-	15	15
<i>Sodio (mg)</i>	220	330	<2.000	<2.000
<i>Potasio (mg)</i>	392	588	3500	3500
<i>Fósforo (mg)</i>	46	69	700	700
<i>Selenio (µg)</i>	0,7	1,1	70	55
<i>Tiamina (mg)</i>	0,04	0,06	1,2	0,9
<i>Riboflavina (mg)</i>	0,04	0,06	1,8	1,4
<i>Equivalentes niacina (mg)</i>	0,4	0,6	20	15
<i>Vitamina B6 (mg)</i>	0,1	0,15	1,8	1,6
<i>Folatos (µg)</i>	16	24	400	400
<i>Vitamina B12 (µg)</i>	0	0	2	2
<i>Vitamina C (mg)</i>	19	28,5	60	60
<i>Vitamina A: Eq. Retinol (µg)</i>	0	0	1000	800
<i>Vitamina D (µg)</i>	0	0	15	15
<i>Vitamina E (mg)</i>	Tr	Tr	12	12

Fuente: (EFSA, 2010)

1.12.3 Pimiento

Fruto de la planta del pimiento, herbácea de la familia de las *solanáceas*. Es una variedad gruesa, carnosa y de gran tamaño. Su piel roja brillante es lisa y sin manchas, su carne firme y de sabor suave y su tallo verde y rígido. Se puede consumir crudo y asado o como ingrediente de guisos y estofados. Se comercializa fresco, desecado y en conserva. El sabor picante que recuerda a la pimienta, tan apreciada en esa época, fue lo que le atribuyó el nombre de «pimiento».

Aunque según otros, su nombre deriva del «pigmentum» que se obtenía del fruto molido. Al parecer, en el primer lugar que se cultivó en España fue en Extremadura. Al principio, no se le supo dar el tratamiento oportuno como hortaliza, lo que hizo que algunos que se habían secado, se molieran, y añadidos a las chacinas tradicionales, diesen lugar al más importante cambio que se ha producido en la industria cárnica española; porque hasta entonces, los embutidos eran de color pardo y con un sabor diferente al actual. (Uroz, 2012)

Valoración nutricional

El pimiento rojo es una verdura de bajo aporte calórico. Su principal componente es el agua, seguido de las proteínas y los hidratos de carbono —que casi duplican al contenido en hidratos de carbono de los pimientos verdes—. Es buena fuente de fibra que mejora el tránsito intestinal, además de poseer un efecto saciante. Al igual que el resto de las verduras, su contenido en grasas es mínimo. Como los pimientos verdes, los morrones son una buena fuente de vitamina C. Así un pimiento morrón de tamaño grande aporta casi el 90% de la ingesta diaria de este micronutriente recomendada a hombres y mujeres de 20 a 39 años con una actividad física moderada. Por otro lado, el contenido de vitamina A en un pimiento morrón destaca mayoritariamente por los b-carotenos: 2.220 µg/100 g de porción comestible en pimiento cocido. Al igual que en los verdes, en los pimientos morrones cabe destacar la presencia de potasio, estando presentes en menor proporción el hierro, el magnesio, y el fósforo. (Meléndez Martínez, et al., 2004)

Tabla 6 Tablas de Composición de Alimentos. (Pimiento Morrón)

	<i>Por 100 gr de porción comestible</i>	<i>Por unidad grande (65 gr)</i>	<i>Recomendaciones día hombres</i>	<i>Recomendaciones día mujeres</i>
<i>Energía (Kcal)</i>	40	26	3000	2300
<i>Proteínas (g)</i>	1,1	0,7	54	41
<i>Lípidos totales (g)</i>	0,4	0,3	100 - 117	77 – 89
<i>AG saturados (g)</i>	0,1	0,07	23 - 27	18 – 20
<i>AG monoinsaturados (g)</i>	0,01	0,01	67	51
<i>AG poliinsaturados (g)</i>	0,2	0,13	17	13
<i>Colesterol (mg/1000 kcal)</i>	0	0	<300	<230
<i>Hidratos de carbono (g)</i>	7	4,6	375-413	288-316
<i>Fibra (g)</i>	2,1	1,4	>35	>25
<i>Agua (g)</i>	89,4	58,1	2500	2000
<i>Calcio (mg)</i>	9	5,9	1000	1000
<i>Hierro (mg)</i>	0,3	0,2	10	18
<i>Yodo (µg)</i>	1	0,7	140	110
<i>Magnesio (mg)</i>	14	9,1	350	330
<i>Zinc (mg)</i>	0,2	0,1	15	15
<i>Sodio (mg)</i>	70	45,5	<2.000	<2.000
<i>Potasio (mg)</i>	180	117	3500	3500
<i>Fósforo (mg)</i>	26	16,9	700	700
<i>Selenio (µg)</i>	Tr	Tr	70	55
<i>Tiamina (mg)</i>	0,01	0,01	1,2	0,9
<i>Riboflavina (mg)</i>	0,03	0,02	1,8	1,4
<i>Equivalentes niacina (mg)</i>	1,1	0,7	20	15
<i>Vitamina B6 (mg)</i>	0,31	0,2	1,8	1,6
<i>Folatos (µg)</i>	11	7,2	400	400
<i>Vitamina B12 (µg)</i>	0	0	2	2
<i>Vitamina C (mg)</i>	81	52,7	60	60
<i>Vitamina A: Eq. Retinol (µg)</i>	630	410	1000	800
<i>Vitamina D (µg)</i>	0	0	15	15
<i>Vitamina E (mg)</i>	0,9	0,6	12	12

Fuente: (EFSA, 2010)

1.12.4 Tomate

Es el fruto de una planta de la familia de las *solanáceas*. Originario del continente americano (Perú), su nombre viene del azteca *tomat*. Y fue introducido en Europa por los conquistadores españoles. En sus inicios fue utilizada como planta ornamental y no fue hasta finales del siglo XVIII cuando comenzó a cultivarse con fines alimentarios, aumentando su consumo hasta hacerse muy popular. La planta está totalmente cubierta por unos pelillos absorbentes especializados en tomar agua y nutrientes. Tiene hojas fuertemente aromáticas con bordes dentados. Florece con abundancia y sus flores pequeñas y amarillas producen frutos muy coloreados —de tonos que van del amarillento al rojo—, debido a la presencia de pigmentos como el licopeno y los carotenos. (Dawson de Teruggi, 1960)

Existen casi cien variedades de tomates que se clasifican según su uso (en ensaladas o para cocinar), tamaño y forma. Según su forma, los tomates se clasifican en: carnosos, redondeados o semiesféricos y con estrías; cereza o cherry, de pequeño tamaño, rojo y redondo; el de pera, alargado, con mucha proporción de carne, muy sabrosos, aromáticos y muy aptos para elaborar conservas, salsas y purés y el redondo, que por lo general son frutos de color rojo —aunque también los hay amarillos—, redondos, de superficie lisa y gruesa, y sabor dulce. (Fantova, et al., 2005)

Valoración nutricional

Los tomates y sus derivados son especialmente ricos en licopenos, responsables del color rojo del fruto. El licopeno es un carotenoide sin actividad pro vitamínica A, que presenta un alto poder antioxidante relacionado con un menor riesgo de padecer enfermedades crónicas, como el cáncer y las enfermedades cardiovasculares. La cantidad de licopenos presente en los tomates depende de la variedad cultivada (mucho mayor en los de «tipo pera»), del grado de madurez (mayor en los maduros) y del modo de cultivo y forma de maduración (superior en los cultivados al aire libre y madurados en la planta). El tomate triturado o cocinado y su combinación con aceite, mejora la absorción del licopeno en nuestro organismo. (Periago Castón, et al., 2008)

Asimismo, cabe destacar su contenido en otros carotenoides, que presentan igualmente carácter antioxidante, como la luteína y la zeaxantina; ambos presentes en el área central de la retina, la mácula y el cristalino del ojo, y que se asocian con la prevención de padecer cataratas y degeneración macular relacionada con el envejecimiento. También presenta un aporte importante de fitosteroles, que reducen los niveles de colesterol en la sangre al inhibir parcialmente la absorción del colesterol en el intestino. Por último, posee un antibiótico, la tomatina, con propiedades antibacterianas, antimicóticas y antiinflamatorias. (Losada, 1998)

Tabla 7: Tablas de Composición de Alimentos. (Tomate)

	<i>Por 100 gr de porción comestible</i>	<i>Por unidad grande (65 gr)</i>	<i>Recomendaciones día hombres</i>	<i>Recomendaciones día mujeres</i>
<i>Energía (Kcal)</i>	22	31	3000	2300
<i>Proteínas (g)</i>	1	1,4	54	41
<i>Lípidos totales (g)</i>	0,11	0,2	100 – 117	77 - 89
<i>AG saturados (g)</i>	Tr	Tr	23 – 27	18 - 20
<i>AG monoinsaturados (g)</i>	Tr	Tr	67	51
<i>AG poliinsaturados (g)</i>	0,11	0,16	17	13
<i>Colesterol (mg/1000 kcal)</i>	0	0	<300	<230
<i>Hidratos de carbono (g)</i>	3,5	4,9	375-413	288-316
<i>Fibra (g)</i>	1,4	2	>35	>25
<i>Agua (g)</i>	94	133	2500	2000
<i>Calcio (mg)</i>	11	15,5	1000	1000
<i>Hierro (mg)</i>	0,6	0,8	10	18
<i>Yodo (µg)</i>	7	9,9	140	110
<i>Magnesio (mg)</i>	10	14,1	350	330
<i>Zinc (mg)</i>	0,22	0,3	15	15
<i>Sodio (mg)</i>	3	4,2	<2.000	<2.000
<i>Potasio (mg)</i>	290	409	3500	3500
<i>Fósforo (mg)</i>	27	38,1	700	700
<i>Selenio (µg)</i>	Tr	Tr	70	55
<i>Tiamina (mg)</i>	0,06	0,08	1,2	0,9
<i>Riboflavina (mg)</i>	0,04	0,06	1,8	1,4
<i>Equivalentes niacina (mg)</i>	0,8	1,1	20	15
<i>Vitamina B6 (mg)</i>	0,11	0,16	1,8	1,6
<i>Folatos (µg)</i>	28	39,5	400	400
<i>Vitamina B12 (µg)</i>	0	0	2	2
<i>Vitamina C (mg)</i>	26	36,7	60	60
<i>Vitamina A: Eq. Retinol (µg)</i>	82,3	116	1000	800
<i>Vitamina D (µg)</i>	0	0	15	15
<i>Vitamina E (mg)</i>	1,7	1,7	12	12

Fuente: (EFSA, 2010)

1.12.5 Limón

El limón es el fruto en baya del limonero, árbol de hoja perenne y espinoso de la familia de las rutáceas. Este árbol se desarrolla con éxito en los climas templados y tropicales, cultivándose actualmente en todo el mundo. Según su tamaño, los limones se pueden clasificar en: pequeños, medianos y grandes; y por su color en verdes y amarillos. El que más se consume en España es el amarillo y grande, que presenta una cáscara gruesa y un tanto rugosa, muy aromática, y cuya pulpa tiene escasas semillas. (Costa, 2001)

Valoración nutricional

El limón aporta una gran cantidad de vitamina C, potasio y cantidades menores de otras vitaminas y minerales. La vitamina C está implicada en la producción del colágeno. Además, tiene la propiedad de mejorar la cicatrización, y la función del sistema inmunitario. Su capacidad antioxidante ayuda a neutralizar sustancias cancerígenas como las nitrosaminas. Por otro lado, diversos estudios han mostrado que las personas con altas ingestas de vitamina C tienen un menor riesgo de desarrollar otras enfermedades crónicas como enfermedad cardiovascular, cataratas o enfermedades neurodegenerativas. (Cormillot, n.d)

La pulpa, también contiene ácidos orgánicos, fundamentalmente ácido cítrico y en menor cantidad málico (que se consideran responsables del sabor ácido de este alimento), acético y

fórmico. Algunos estudios han indicado que estos ácidos potencian la acción de la vitamina C y poseen un notable efecto antiséptico. Existen también compuestos fenólicos como los ácidos cafeico y ferúlico, que son potentes antioxidantes e inhiben la actividad carcinogénica. También es buena fuente de fibra soluble como la pectina (que se encuentra principalmente en la capa blanca que hay debajo de la corteza), cuyas principales propiedades son la disminución del colesterol y la glucosa en sangre, y el desarrollo de la flora intestinal. (Salazar, Caroly; 2014)

Además, tanto la capa blanca que se encuentra debajo de la corteza como la pulpa, presentan flavonoides (citroflavonoides), a los que se han atribuido propiedades antiinflamatorias. En relación con estos compuestos, algunos autores han señalado que la hesperidina (el más abundante) y otros flavonoides (diosmina, naringenina, eriocitrina, etc) son venotónicos y vasoprotectores. De hecho, refuerzan la pared de los vasos capilares, otorgan mayor elasticidad a las arterias y disminuyen la formación de trombos. Por este motivo, el limón es útil en la prevención de las enfermedades cardiovasculares y para mejorar la función circulatoria. (Cormillot, n.d)

Tabla 8 Tablas de Composición de Alimentos. (Limón).

	<i>Por 100 gr de porción comestible</i>	<i>Por unidad grande (65 gr)</i>	<i>Recomendaciones día hombres</i>	<i>Recomendaciones día mujeres</i>
<i>Energía (Kcal)</i>	44	31	3000	2300
<i>Proteínas (g)</i>	0,7	0,5	54	41
<i>Lípidos totales (g)</i>	0,4	0,3	100 – 117	77 - 89
<i>AG saturados (g)</i>	-	-	23 – 27	18 - 20
<i>AG monoinsaturados (g)</i>	-	-	67	51
<i>AG poliinsaturados (g)</i>	-	-	17	13
<i>Colesterol (mg/1000 kcal)</i>	0	0	<300	<230
<i>Hidratos de carbono (g)</i>	9	6,3	375-413	288-316
<i>Fibra (g)</i>	1	0,7	>35	>25
<i>Agua (g)</i>	88,9	62,6	2500	2000
<i>Calcio (mg)</i>	12	8,4	1000	1000
<i>Hierro (mg)</i>	0,4	0,3	10	18
<i>Yodo (µg)</i>	3	2,1	140	110
<i>Magnesio (mg)</i>	18	12,7	350	330
<i>Zinc (mg)</i>	0,12	0,1	15	15
<i>Sodio (mg)</i>	3	2,1	<2.000	<2.000
<i>Potasio (mg)</i>	149	105	3500	3500
<i>Fósforo (mg)</i>	16	11,3	700	700
<i>Selenio (µg)</i>	1	0,7	70	55
<i>Tiamina (mg)</i>	0,05	0,04	1,2	0,9
<i>Riboflavina (mg)</i>	0,03	0,02	1,8	1,4
<i>Equivalentes niacina (mg)</i>	0,17	0,1	20	15
<i>Vitamina B6 (mg)</i>	0,11	0,08	1,8	1,6
<i>Folatos (µg)</i>	7	4,9	400	400
<i>Vitamina B12 (µg)</i>	0	0	2	2
<i>Vitamina C (mg)</i>	50	35,2	60	60
<i>Vitamina A: Eq. Retinol (µg)</i>	2,3	1,6	1000	800
<i>Vitamina D (µg)</i>	0	0	15	15
<i>Vitamina E (mg)</i>	0,5	0,4	12	12

Fuente: (EFSA, 2010)

1.12.6 Cilantro

El cilantro aparece en platillos de todo el mundo, de España a México, de Medio Oriente a Sudamérica. Las hojas frescas a menudo se esparcen en los platillos y la raíz se usa en Tailandia para brindar ese poderoso y distintivo sabor a su cocina. El cilantro, también llamado culantro y pebre, tiene un aroma característico dado a sus aceites esenciales concentrados. Este aroma cautivador puede ser responsable de la incorporación que los humanos intuitivamente hicieron del cilantro a su dieta por razones saludables que la ciencia moderna apenas está empezando a comprender. (Group, 2012)

Compuestos naturales del Cilantro Orgánico

El ácido cineol y linalil acetato son dos componentes primarios del cilantro orgánico que contienen propiedades anti-reumáticas y anti-artríticas. Estos dos componentes también sirven para purgar el exceso de agua del cuerpo debido a la inflamación. El cilantro también tiene ácido oleico, ácido palmítico, ácido estereato y ácido ascórbico (vitamina C). Cada uno de estos elementos es efectivo para reducir el colesterol alto en la sangre, al igual que las paredes internas de las venas y las arterias. (Group, 2012)

El Borneol y el Linalool, otros componentes del cilantro, limpian el hígado y reducen la diarrea, al igual que el Cineole, Limonene, Alfa-pineno y beta-felandreno. Cada uno tiene propiedades anti-bacterianas. El Citronelol es un antiséptico natural muy conocido por reducir el

mal aliento, curar los fuegos bucales y prevenir las úlceras orales. También contienen cantidades elevadas de vitamina-A, y minerales importantes como el fósforo. El mejor químico hallado en el cilantro es una sustancia llamada Dodecenal, así mismo pruebas de laboratorio han demostrado que este componente es dos veces más potente que la medicina antibiótica alopática de uso común, gentamicina. (Kubo, 2002)

Esto es el mismo antibiótico usado para matar la Salmonella, una enfermedad que nace en la comida y es potencialmente mortal. Los investigadores creen que el cilantro es el único antibacteriano natural que es más efectivo que la gentamicina. Estos mismos investigadores están viendo cómo pueden usar el aceite de cilantro orgánico para erradicar el problema creciente de la resistencia a los antibióticos. (Kubo, 2002)

1.13 Receta estándar de ceviche de huevo de toro

RECETA ESTANDAR			
	Cocina fría		
NOMBRE PREPARACION	Ceviche de huevos de toro		
UBICACIÓN	Guayaquil		
UTENSILIOS	Tabla de picar, cuchillo, bowl, exprimidor, olla, puntilla.		
CONSERVACION:	Refrigeracion		
FECHA ELABORACION	04/08/2017		
VIDA UTIL	8 horas		
NUMERO DE PAX	1		
PRODUCTOS	CANT.	UNIDAD	MISE EN PLACE
Testículos de toro	100	G	Large dice
Ajo	20	G	Brunoise fine
Jengibre	10	G	Brunoise fine
Comino	5	G	Polvo
Perejil	10	G	Tallos
Apio	10	G	Tallos
Cebolla paiteña	20	G	Brunoise
Pimiento	10	G	Brunoise
Tomate	30	G	Brunoise fine
Limón	3	U	Exprimir
Cilantro	5	G	Picado
Sal			
Pimienta			
PROCEDIMIENTO			
Limpiar los testiculos de toro con limon y sal, luego cocinar los testiculos del toro con los siguientes ingredientes: ajo, jengibre, comino, perejil, apio, sal y pimienta. Reservar fondo			
Picar los siguientes ingredientes cebolla paiteña, pimiento, tomate, y cilantro. Reservar			
Mezclar todos los ingredientes poco a poco, rectificar sal y pimienta.			

Anexo 6. Receta estándar del ceviche de huevo de toro

Fuente: Elaboración propia

1.14 Marco conceptual

Macerar

Técnica culinaria que consiste en ablandar la carne y mejorar su sabor, conservándose en buen estado durante más tiempo. (MARTINEZ, TECNICAS CULINARIAS, 2010)

Blanquear

La palabra blanquear procede del francés blanchir, y significa literalmente: poner en blanco, lavar. Sin embargo, en la actualidad, se ha ampliado su significado, hoy en día se entiende por el tratamiento breve de los alimentos crudos al vapor o en agua hirviendo. (MARTINEZ, TECNICAS CULINARIAS, 2010)

Adobo

Salsa o mezcla, en la que se sumergen, empapan, toman sabor, aroma, y textura los alimentos que hemos elegido. (J.JORDA, 2011)

Gourmet

Persona conocedora del buen comer y del buen beber, sin llegar al sibarismo, y que no se debe confundir con gourmand, que simplemente es lo que llamamos comilón o tragón de lo bueno. (J.JORDA, 2011)

Reducir

Menguar el volumen de un líquido por la acción del calor directo. (GRUNER , METZ, & GIL MARTINEZ, 2005)

Tamizar

Pasar por un tamiz o cedazo el pan rallado, la harina o cualquier alimento molturado para colar los trozos más finos y separar las impurezas. (GRUNER , METZ, & GIL MARTINEZ, 2005)

Receta Estándar

Es la que especifica la cantidad y calidad de ingredientes y su procedimiento de preparación, de tal manera que siempre se obtendrá un producto de cantidad y calidad uniformes, no importa quién sea la persona que se encargue de su preparación, siempre y cuando esta persona esté capacitada para seguir las instrucciones. (TEJADA, 2007)

Capítulo 2

2.1 Objetivos de la investigación

- Tabular la información recopilada mediante las entrevistas a expertos para comprender aún más el origen y la tradicionalidad del *ceviche de huevo de toro*.
- Contrastar los puntos de vista de un gastrónomo y un nutricionista para evaluar la posible relevancia del *ceviche de huevo de toro* en la dieta del ecuatoriano.
- Distinguir al ceviche de huevo de toro de otros platos típicos del litoral ecuatoriano mediante la evaluación de sus ingredientes y su preparación.
- Integrar la observación in – situ con la investigación de material bibliográfico para establecer un perfil gastronómico e histórico del *ceviche de huevo de toro*.

2.2 Metodología de la investigación

En base al formato que se trabajó, se utilizó el método cualitativo, exploratorio, bibliográfico. Este método permite investigar y recopilar información a partir de la exploración in – situ del plato tradicional en cuestión (ceviche de huevo de toro) que se expende en el mercado de la Caraguay, ciudad de Guayaquil, evaluando el plato cualitativamente (sabor, textura, olor, ingredientes, preparación) para posteriormente poder

analizar la composición nutricional de una porción de este plato. Así mismo, la bibliografía da un contexto pleno y ayuda a comprender más mediante la recopilación de información. La investigación fue llevada a cabo por fases para facilitar la tabulación de información obtenida y ahondar de manera precisa en los temas carentes de información, como lo es la preparación del plato tradicional, los lugares donde fue y es expandido, cómo se manipula la carne, etc. Todas las interrogantes planteadas a lo largo del proceso investigativo fueron aclaradas por profesionales en el tema de nutrición, cocineros empíricos, chefs que conocen de la cocina ancestral ecuatoriana.

2.3 Método cualitativo

Se orienta a profundizar casos específicos y no a generalizar, cualifica y describe el fenómeno social a partir de rasgos determinados dentro de la situación estudiada. (BONILLA, 2000)

Con este método se buscó explicar el problema recogiendo información apegada a las cualidades que particularizan un plato como lo es el sabor, su textura, los ingredientes que lo conforman y como estos interactúan entre sí para dar una sinergia de sabores única. Es por esto que este método ayudó a comprender la complejidad del plato desde sus más pequeñas partes y así mismo comprender la historia que esconde esta tradición ecuatoriana.

2.3.1 Técnica de la entrevista

La entrevista en sus orígenes fue una técnica exclusivamente periodística y por tanto se le ha definido como la visita que se le hace a una persona para interrogarla sobre ciertos aspectos. Sin embargo la entrevista se ha convertido en una herramienta se ha utilizado en muchos campos profesionales, por lo que se ha utilizado con el propósito de desarrollar un intercambio de ideas. (ACEVEDO, 2000)

Por medio de la entrevista se quiso encontrar datos durante una reunión en la que se interactuó directamente con el entrevistado para que este detalle sucesos y hechos que ayuden a comprender de manera amplia el panorama que en está alrededor del plato típico elegido, el ceviche de huevos de toro, a su vez el entrevistado da su versión y responde a preguntas.

2.3.2 Técnica de la observación

La observación es un recurso que se utiliza constantemente en la vida cotidiana para adquirir conocimientos. Continuamente se observa, pero rara vez se lo hace de manera metódica y premeditadamente, es el procedimiento empírico por excelencia. (ALONSO, 1998)

La técnica de observación se basa en la investigación, que consiste en observar personas, hechos, objetos, situaciones, con el fin de obtener la información necesaria para este proyecto. Se requiere buscar información valiosa al plato ceviche de huevos de toro

cuya información es escasa en libros y en el internet, las entrevistas se realizara a: cocineros que preparan el ceviche de huevos de toro, chefs, nutricionistas e historiadores.

2.4 Investigación exploratoria de la agricultura

La Región Costa posee 4 millones de hectáreas destinadas a los cultivos. De esta superficie, el 21,38% se utiliza para cultivos de ciclo corto, maíz, yuca, arroz, algodón, frutas tropicales; el 26,99%, para cultivos permanentes, banano, palma africana, café, cacao, caña de azúcar; y el 51,62%, para pastos. Las zonas poco aptas para la producción agrícola son la península de Santa Elena y otros sitios fronterizos con Perú, que son regiones secas con condiciones climáticas desfavorables. Su producción está consagrada principalmente a los pastizales (63,12%); los cultivos permanentes -palma africana, caña de azúcar y cítricos- ocupan el 19,22% de la superficie; y el restante 17,66% es ocupado por cultivos de ciclo corto como maíz, yuca y naranjilla. (ESPOL, 2010)

2.5 Investigación exploratoria de la ganadería

Los vacunos que se criaban en los partidos de esta provincia abastecían de leche y carne a los pobladores de las comarcas vecinas y a la ciudad de Guayaquil, donde existían algunos curtiembres dedicados al procesamiento de los cueros para elaboración de suelas de exportación. En 1791 el cabildo regulo el precio de la carne estableciéndolo por categorías (de primera y de segunda; de res y ternera) y más adelante fijo cuota de 500 cabezas semanales a los ganaderos

para su entrega al matadero municipal, cosa que causo malestar entre los hacendados, pues no siempre se podía entregar suficiente ganado al puerto, especialmente en la época de lluvia. El abastecimiento de leche y queso también provenía de las haciendas vecinas de donde estos productos eran transportados diariamente en balsas y canoas, hasta la segunda mitad del siglo XX, cuando la leche llegaba a la ciudad de Guayaquil en grandes tarros de aluminio a bordo de rápidas lanchas para su entrega a la planta municipal y para el reparto a domicilio. (MAGAP, 2010)

2.5.1 El cuidado del ganado

Los vaqueros se entrenan desde pequeños, familiarizándose con las labores del corral. Primero el ordeño de las vacas, la elaboración del queso, el pastoreo de los terrenos, después montados en sus caballos se dirigen con el hato hacia el potrero donde abundan el gramalote y la paja de janeiro y los pájaros garrapateros que jubilosamente esperan la llegada de los animales para dedicarse a liberarlos de los parásitos adheridos a sus lomos.

Pastando en las tierras bajas permanece el ganado costeño todo el verano hasta entradas de aguas cuando debe ser trasladado a las lomas, tiempo en el que los montubios alistan los placartes y las betas y a la voz del guía emprenden la marcha conduciendo la manada. Durante el trayecto, que dura varios días van cruzando ríos y esteros, sorteando tembladeras, internándose por espesas huertas y saliendo a los caminos transitados, hasta arribar al lugar donde el hato quedará a resguardo de inundaciones y de plagas. Al término de la estación lluviosa, parten a recogerlo,

luego proceden a contarlo en una festiva faena anual que antaño se conoció como las tierras o yerras, donde encontramos el origen de los rodeos montubios que se celebran al presente. (MAGAP, 2010)

2.6 Investigación exploratoria del turismo

La fusión del clima, calidez de su gente y la historia que encierra la mayoría de atractivos turísticos de Guayaquil han convertido a la ciudad en un nuevo punto de visita dentro del país para los turistas nacionales y extranjeros. La ciudad tiene en su zona céntrica los sitios más concurridos por los turistas, de acuerdo a un estudio estadístico realizado por la Dirección de Turismo y Promoción Cívica del Municipio de Guayaquil en conjunto con la Universidad de Especialidades Espíritu Santo. Según esta encuesta, que no arroja número total de visitantes, el Malecón Simón Bolívar ocupa el primer lugar de preferencia. En segundo lugar figura el barrio Las Peñas, seguido por el cerro Santa Ana, Parque Seminario y Malecón del Salado. (El Universo, 2014)

El ocio y la recreación fueron los principales motivos para recorrer la ciudad, señala la muestra, que consultó a un 42,4% de turistas ecuatorianos y a un 57,6% de extranjeros, de diferentes nacionalidades. En el caso de los visitantes locales, un tercio de ellos lo hizo por recomendaciones familiares frente a los foráneos que optaron por un agente de viajes. Gran parte

de los extranjeros consultados coincidieron en que Guayaquil es un destino atractivo, mientras que otros llegaron por curiosidad u obligaciones laborales. (El Universo, 2014)

2.6.1 Malecón Simón Bolívar

Es el sitio favorito por su ubicación junto al río Guayas. El Hemiciclo de la Rotonda y la Torre Morisca son parte de su atractivo.



Vista exterior del Malecón Simón Bolívar, ciudad de Guayaquil.

Fuente: Carlos Donoso, 2014.

2.6.2 Las Peñas

La arquitectura colonial del barrio donde nació la ciudad encanta a los visitantes que recorren la calle Numa Pompilio Llona.



Las Peñas, barrio emblemático de Guayaquil, durante la noche.

Fuente: Francisco Bravo, 2014

2.6.3 Cerro Santa Ana

En las fiestas julianas, cientos de turistas suben los 444 escalones hasta llegar al faro y a la capilla de la Virgen de las Mercedes.



Cerro Santa Ana, vista nocturna de las escalinatas.

Fuente: Francisco Bravo, 2014

2.6.4 Parque Seminario

También es conocido como el Parque de las Iguanas, por ser ellas quienes reciben a los viajeros. Está ubicada frente a la Catedral

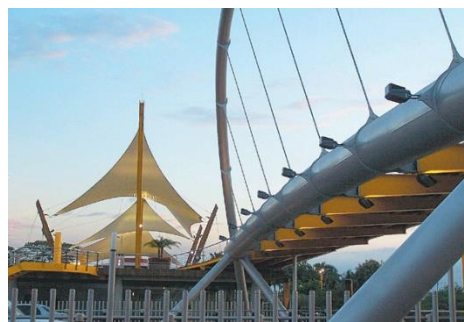


Parque Seminario, vista lateral de la Catedral de Guayaquil.

Fuente: Carlos Donoso, 2014

2.6.5 Malecón del Salado

Este proyecto inaugurado en el 2009 impulsó el turismo en la zona. Va desde la Plaza Rodolfo Baquerizo hasta el Puente del Velero.



Puente del Velero, Malecón del Salado, calle Carlos Julio Arosemena Monroy.

Fuente: Francisco Bravo, 2014

2.7 Investigación exploratoria de la comida tradicional

La comida tradicional es un arte social con productos locales y tradicionales, mediante el cual se elaboran recetas o preparaciones que son transmitidos de generación en generación, teniendo un legado cultural en todas las regiones y forma parte de una tradición. (Meléndez Torres & Cañez De La Fuente, 2009). Se llama comida típica a las preparaciones que son propias y especiales de alguna región del país, siendo estas representadas por platos que son característicos de distintas ciudades o provincias, las cuales identifican su cultura, costumbres y tradiciones. (Long, 2003)

CAPÍTULO 3

3.1 Análisis de investigación

3.1.1 Análisis de la entrevista realizada a la nutricionista

Una porción de ceviche de huevo de toro aporta aproximadamente 157,35 calorías de las cuales el mayor porcentaje es aportado por proteína magra, además este plato provee grandes cantidades de zinc y es bajo en carbohidratos por lo que se podría considerar como una opción nutricional fuera de lo convencional para las personas diabéticas que usualmente encuentran limitaciones en la variedad de alimentos que pueden consumir.

También hay que rescatar que el plato aporta en cantidades mínimas grasas por ello es una opción balanceada para los pacientes diabéticos o con regímenes dietéticos estrictos.

Los efectos del ceviche de huevo de toro son variados, entre ellos, elevar la testosterona y estimular afrodisiacamente a los hombres y además podría tener un efecto similar al de la cafeína que activa el sistema nervioso central a niveles más altos, provocando un incremento en la alerta y en la vigilia, un flujo de pensamiento más rápido y claro, un aumento de la atención y una mejora de la coordinación corporal por lo que se recomienda también para personas que realizan actividades físicas y mentales exhaustivas.

Como nutricionista uno de los principales objetivos es lograr que los pacientes sigan la dieta y que de una u otra manera ésta sea agradable, por ello se recomienda no quitar sino más bien agregar un poco de zumo de naranja o mostaza para disimular el sabor fuerte del huevo de toro.

3.1.2 Análisis de la entrevista realizada a Chef

Es un plato empírico que tiene sus orígenes en el Barrio Cuba según los comentarios que se hacen en la urbe guayaquileña, podría y tendría que mejorarse la preparación de este ceviche mediante la implementación de las BPM para así darle realce y estilizar el plato para que este sea mucho más comercial y más atractivo visualmente para el cliente.

El principal ingrediente del ceviche son los huevos de toro y es por esto que el trato que debe ser dado a este ingrediente debería incluir cadena de frío porque las elevadas temperaturas de la ciudad pueden descomponer o hacer proclive al producto a ser proliferado por bacterias; debido a que estos ceviches son expendidos informalmente y muchos de los locales donde se sirven no cuentan con las correctas normas de higiene.

Se recomienda según las BPM para la preparación de este plato: conservar los alimentos con cadena frío (huevos de toro), lavar los alimentos, utilizar tablas limpias y por su clasificación (tablas rojas) y utilizar el equipamiento personal necesario para evitar contaminar los alimentos

(guantes descartables, malla para el cabello y mascarilla) y mantener limpias las manos al momento de manipular los alimentos.

Todos los ceviches tienen como particularidad el mismo proceso que es el encurtido, lo que varía en este caso es la proteína que es el huevo de toro y otorga al ceviche un sabor peculiar, además sería una buena opción incluir aguacate para acompañar el plato.

Lo tradicional de este plato es la cocción acuosa que tienen los huevos de toro o también conocido como hervido.

3.1.3 Análisis de la entrevista realizada a Cocinero empírico

La persona entrevistada tiene aproximadamente 24 años preparando este plato, el indica que las personas que lo consumen son los trabajadores de las empresas que hay alrededor y camaleros del sector. Hace dos años la venta se ha reducido mucho ya que las empresas que funcionaban por el sector ya no están y por la crisis que atraviesa el país es otro factor por lo que ha bajado el consumo de este plato.

Los ingredientes que se usan son los siguientes: Alfalfa, espinaca, berro, perejil, apio, orégano, jengibre, ajo, comino, sal y pimienta para hacer el caldo con los huevos de toro, creativamente también se utiliza sal prieta para darle sabor y color al ceviche, y para la ensalada cebolla, pimiento, tomate, cilantro y limón. En la preparación lo primero es lavar y dejar reposar los huevos de toro con limón y sal, luego se prepara el fondo con los vegetales y condimentos, acto seguido se añaden los huevos de toro ya limpios con la sal prieta, se los deja cocinar por aproximado unos siete a diez minutos según el porte y la edad del toro, cuando esté cocido se lo pica en cuadritos y reservamos, después se realiza el encurtido, se condimenta el ceviche con limón y cilantro, se mezcla todos los ingredientes con un poco del fondo de los huevos y servir. Gracias a la experiencia que tiene el entrevistado haciendo este plato, se podría decir que preparar este plato representa un esfuerzo normal.

El negocio es generacional ya que los antecesores (abuelos) del dueño del restaurante eran quienes preparaban este plato y además al ser algo tan común en su vida dice que este plato no es nada del otro mundo y más bien expresa que sus efectos afrodisiacos son un mito. Además, dice él que las personas del camal, específicamente su familia consumía este plato regularmente e inclusive también otras partes del toro como la jeta. Uno de los primeros locales que se reconocen en la ciudad de Guayaquil es en la calle Noguchi y Gómez Rendón, otro que antes vendía en la Bahía se llama el Ídolo, otro es Marcelo que vende en la calle Cuenca y García Moreno uno de los mejores ceviches de huevos de toro del país, y Saúl que antes vendía en la calle Chile y Huancavilca ya desaparecido, todos ellos tienen más de 40 años vendiendo el plato.

El ceviche de huevo de toro es un plato propio de la ciudad de Guayaquil, expendido por algunos cocineros empíricos del camal. Este plato aporta gran cantidad de proteína magra en comparación con la porción que es servido y además es una opción viable para las personas que tienen desgaste físico y mental además de personas diabéticas. Además, este plato no tiene un protocolo tan complicado con respecto a las BPM sin embargo se recomienda tener asepsia en el lugar de trabajo y conservar los productos en cadena de frío sobre todo en los días de época lluviosa que es donde se registran los picos más altos de temperatura y humedad.

3.1.4 Análisis de la entrevista realizada a la Historiadora

La historiadora Jenny Estrada relata que este plato es un invento de los camaleros del sur de la ciudad de Guayaquil, que daban para alimentar a los empleados o familiares que trabajaban en este oficio para así no desperdiciar nada del animal faenado.

También dice que este plato le parece un tanto grotesco y que no lo considera como un plato típico o tradicional de la ciudad, además menciona que los platos que considera guayaquileños son el encebollado, el arroz con menestra, los sangos, tamales, los secos, guatita, caldo de salchicha, encebollado de gallina.

Habla que hay que afianzar la identidad de los platos guayaquileños, porque las fusiones gastronómicas son propias de cada época, y no se debe perder la base de los sabores, el origen de lo nuestro.

4 Conclusiones

— Según lo observado in – situ sí se aplican en su mayoría las BPM para expender un producto culinario inocuo y de calidad, sin embargo hay que destacar que se debe mantener el producto cárnico (huevos de toro) en una cadena de frío ideal (producto refrigerado de 0 °C a – 15 °C).

— La estandarización de la receta ayuda a preservar las porciones de los ingredientes asegurando que este producto tenga una mayor difusión gastronómica en la urbe guayaquileña.

— Nutricionalmente el ceviche de huevo de toro aporta pocas calorías por porción, aproximadamente 157,35 cal, lo cual da apertura a que se lo considere como una opción para personas que tienen regímenes dietéticos estrictos que puedan consumir proteínas animales.

5. Recomendaciones

— Capacitar a las personas que elaboren este plato sobre las BPM para así poder disminuir el riesgo de contaminación en la preparación del producto, así mismo que estos usen implementos como guantes, cofias, mascarillas y constantemente desinfecten el lugar y sus manos.

— Sugerir este plato como una alternativa completa para las personas con trastornos metabólicos como la diabetes, hígado graso, entre otras.

— Se recomienda este trabajo de investigación para futuros profesionales en gastronomía como manual de consulta.

6 Referencias

ACEVEDO, I. A. (2000). *El proceso de la entrevista concepto y modelos*. México: LIMUSA.

ADMIN. (21 de mayo de 2013). *Recetas de Ceviche* . Recuperado el 8 de marzo de 2017, de <http://recetasdeceviche.com/origen-e-historia-del-ceviche/>

ALONSO, L. (1998). *La Mirada Cualitativa En Sociología*. Madrid.

Ayala Mora, E. (2008). *Resumen de Historia del Ecuador*. Quito: Quito: Corporacion Editora Nacional.

BONILLA, R. Y. (2000). METODOLOGIA DE LA INVESTIGACION.

Cocinatis, comunidad gastronómica. (s.f.).

CUVI, P. (2002). *ECUADOR VIVA LA FIESTA*. QUITO: DINEDICIONES.

Diario El Telegráfo. (24 de Octubre de 2016). El ceviche, un plato que se adapta a cualquier región. .

Díaz Salcedo, J. J., & Pabón Méndez, A. D. (2015). Colombia: Universidad Santo Tomás .

ESPOL. (2 de Diciembre de 2010). *Comidas típicas de la Región Insular*. Recuperado el 10 de Mayo de 2017, de espol.edu.ec

GAD Municipal La Joya de los Sachas. (2013). Recuperado el 10 de Mayo de 2017, de www.munjoyasachas.gob.ec

Gallardo de La Puente, C. (2013). *El sabor de mi Ecuador*. Quito: Edicuatorial.

GRUNER , H., METZ, R., & GIL MARTINEZ, A. (2005). *PROCESOS DE COCINA*. HAAN GRUITEN: AKAL, S.A.

Gutiérrez de Alva, C. (2012). *Historia de la Gastronomía*. México: Red Tercer Milenio.

Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2010). Ecuador.

J.JORDA, M. (2011). *DICCIONARIO PRACTICO DE GASTRONOMIA Y SALUD*. MADRID: DIAZ DE SANTOS, S.A.

Jenesis Bagua. (2012). Comidas típicas de Guayaquil.

León Mena, C. G. (2016). "*Análisis gastronómico del chocolate en la ciudad de Guayaquil*". Guayaquil.

Long, J. (2003). *Conquista y Comida, consecuencias del encuentro de dos mundos*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

MARTINEZ, A. G. (2010). *TECNICAS CULINARIAS*. (A. G. MARTINEZ, Ed.) MADRID, ESPAÑA: AKAL, S.A.

MARTINEZ, A. G. (2010). *TECNICAS CULINARIAS*. MADRID: AKAL, S.A.

Meléndez Torres, J. M., & Cañez De La Fuente, G. M. (2009). La cocina tradicional y regional como un elemento de identidad y desarrollo local. *SciELO México*.

Ministerio de Cultura y Patrimonio. (26 de Octubre de 2013). Fascículo Patrimonio Alimentario. *¿Qué es el patrimonio alimentario?* Quito, Pichincha, Ecuador: El Telegrafo.

Ministerio de Turismo. (s.f.). *Ministerio de Turismo*. Recuperado el 21 de Febrero de 2017, de <http://www.turismo.gob.ec/la-gastronomia-ecuatoriana-al-alcance-de-todos/#>

Mogro Espinoza, R. (14 de Agosto de 2014). El cebiche, una delicia que conquisto a los guayaquileños. *Diario El Universo*.

Montecinos Torres, A. (2015 de marzo de 2015). *Turismo Gastronómico Sostenible: Planificación e Importancia*. . Recuperado el 6 de marzo de 2017, de <https://peregrinogastrofo.wordpress.com/2015/02/18/turismo-gastronomico-sostenible-planificacion-e-importancia>

PRONACA. (23 de Febrero de 2015). Recuperado el 10 de Mayo de 2017, de blog.pronaca.com/nuticion

Rivadeneira, F. (2010). *Cocina nacional, cebiches costeños y serranos*. Recuperado el 10 de mayo de 2017, de <http://www.ecuadorinmediato.com/hoyenlacocina/Informacion/Ceviches.html>

TEJADA, B. D. (2007). *ADMINISTRACION DE SERVICIOS DE ALIMENTACION*. ANTIOQUIA: UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA.

Valdivieso, D., & Peña Novoa, J. (2010). *Ecuador y sus Islas Galápagos*. Quito: Editorial Ecuador.

Antibacterial Activity of Coriander Volatile Compounds against Salmonella choleraesuis. Isao Kubo, et. al. Journal of Agric. Food Chem., 2002, 50 (26), pp 7622-7626. Published 2002 American Chemical Society

Abad Rodas, M. C. (2013). *Cocina e identidad* (Bachelor's thesis).

Baquerizo de Reyes, P. (2016). Cebiche de huevo de toro. *La Revista*. Retrieved from <http://www.larevista.ec/gastronomia/la-cocina-de-patricia/cebiche-de-huevo-de-toro>

Caguana, T., & Maricela, C. (2014). *Recetario gastronómico de la comida típica del cantón Salcedo, provincia de Cotopaxi* (Bachelor's thesis).

Cánepa Ramos, A., & Villavicencio Angueta, O. (2017). *Análisis Gastronómico del caldo de tronquito en la ciudad de Guayaquil* (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil, Facultad de Ingeniería Química).

Cañadas Cruz, L. (1983). Mapa bioclimático y ecológico del Ecuador. In *Mapa bioclimático y ecológico del Ecuador*. Banco Central del Ecuador.

Cormillot, A., Frecuentes, C., & Cormillot, T. V. Información nutricional cada 100 gramos

Costa, M. (2001). *El Jardín Botánico de la Universitat de València*. Universitat de València.

Dawson de Teruggi, G. (1960). Los alimentos vegetales que América dio al mundo. *Serie Técnica y Didáctica*.

Del Ecuador, Confederación de Organizaciones Indígenas (1988). Las nacionalidades indígenas en el Ecuador: Nuestro proceso organizativo. In *Las nacionalidades indígenas en el Ecuador: nuestro proceso organizativo*. Ediciones Tinkui.

Díaz, C., & Heinzen, H. (2007). Variaciones en el Perfil de Flavonoides y en la Cantidad de Quercetina Libre en Diferentes Extractos de *Achyrocline satureoides*. *acta farmacéutica bonaerense*, 25(4), 574.

El Universo. (2014). Sitios preferidos por los turistas en Guayaquil. *El Universo*. Retrieved from <http://www.eluniverso.com/noticias/2014/07/15/nota/3236141/sitios-preferidos-visitantes>

Fantova, M. C., & de Galarreta Gómez, J. I. R. (2005). *Variedades autóctonas de tomate del País Vasco*. Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia= Servicio central de publicaciones del gobierno vasco.

Fundación Española de la Nutrición (n.d.). *Limón*. 1st ed. [ebook] Madrid, pp.1, 2. Available at: <http://www.fen.org.es/mercadoFen/pdfs/limon.pdf> [Accessed 31 May 2017].

Fundación Española de la Nutrición (n.d.). *Tomate*. 1st ed. [ebook] Madrid, pp.1, 2. Available at: <http://www.fen.org.es/mercadoFen/pdfs/tomate.pdf> [Accessed 31 May 2017].

Fundación Española de la Nutrición. *Criadillas*. *Fen.org.es*. Retrieved 25 May 2017, from <http://fen.org.es/index.php/es/alimentacion/alimento/criadilla>

Fundación Española de Nutrición. *Cebolla* (1st ed., pp. 1, 2). Madrid. Retrieved from <http://www.fen.org.es/mercadoFen/pdfs/cebolla.pdf>

García Fernández, D., De Souza Torres, Á., & Sueiro Pelegrín, L. (2002). Efecto del tratamiento magnético de semillas de cebolla (*Allium cepa* L.) sobre la germinación y el crecimiento de las plántulas. *Alimentaria*, (337), 181-186.

Gil, M. I., Abrameto, M., Ardizzi, M. P., Van Koninburg, A., Ashkar, G., & Pellejero, G. (2009). Composición de carbohidratos no estructurales en cultivares de cebolla (*Allium cepa* L.) del valle Inferior del río Negro. In *ASAHO. XXXII Congreso de Horticultura*. Salta, Argentina.

Group, E. (2012). *Resultados de búsqueda Propiedades del Cilantro y Beneficios para la Salud*. *Global Healing Center*. Retrieved 26 October 2017, from <https://www.globalhealingcenter.net/salud-natural/propiedades-cilantro.htm>

Guevara, D. C. (1954). *Presencia del Ecuador en sus cantares*. Casa de la Cultura Ecuatoriana.

Juan, M. J. (2011). *Diccionario práctico de gastronomía y salud: Con más de 5.000 entradas, recetario, refranero y dichos populares del autor*. Ediciones Díaz de Santos

Losada, M. A. (1998). Antioxidantes y nutrición. *Natura medicatrix*, 50, 35-38.

Martillo, J. (2006). Viaje por la Gastronomía Ecuatoriana. *Publicación periódica en línea, citada*.

Meléndez Martínez, A. J., Vicario Romero, I., & Mira, H. (2004). Importancia nutricional de los pigmentos carotenoides. *Archivos latinoamericanos de nutrición*, 54 (2), 149-154.

Municipalidad de Guayaquil. *Municipalidad de Guayaquil*. *Guayaquil.gob.ec*. Retrieved 26 October 2017, from <http://www.guayaquil.gob.ec/división>

Muñoz Saquicela, G. A. (2012). *El Rincón del Postre Lounge-Bar* (Bachelor's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2012.).

Periago Castón, M. J., García-Alonso, J., Jacob, K., Jorge Vidal, V., García Valverde, V., &

Ros Berruezo, G. (2008). Licopeno y otros antioxidantes del tomate. Papel en la prevención de enfermedades cardiovasculares. *Ciencia en la frontera*, 65.

Pourrut, P., Róvere, O., Romo, I., & Villacrés, H. (1995). Clima del Ecuador.

Ruiz, E. (2012). Guayaquil Gastronomico. *Curiosidades gastronomicas*, 11

Salazar, C., & Caroly, S. (2014). *Evaluación del rendimiento en la determinación de aceite esencial y pectina de tres cítricos limón “chino”, mandarina “criolla” y toronja “blanca” en el cantón Ventanas año 2014* (Master's thesis, Quevedo: UTEQ).

Uroz, S. (2012). Caracterización de variedades locales de solanáceas: cuatro de tomate y tres de pimiento. *Universitat de Barcelona*.

Vázquez Ordoñez, P. A. (2016). *Análisis histórico comparativo de la forma de preparación de los platos más destacados de la gastronomía ecuatoriana* (Bachelor's thesis, Quito: Universidad de las Américas, 2016.).

Wikipedia. *Cantón Guayaquil*. *Es.wikipedia.org*. Retrieved 26 October 2017, from https://es.wikipedia.org/wiki/Cantón_Guayaquil

7 Anexos

Anexo 1 Entrevista dirigida a Nutricionista



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

Facultad de Ingeniería Química

Licenciatura en Gastronomía



Muy buenos días, nosotros somos Gonzalo Viera y Leonardo López, estudiantes de la carrera de Licenciatura en Gastronomía y estamos realizando nuestro trabajo de titulación, queremos referirnos a ustedes el día de hoy con algunas inquietudes que ayudarán a absolver dudas.

1. ¿Cuál es la composición nutricional de los siguientes ingredientes que se usan para la preparación del ceviche de huevos de toro?

INGREDIENTES	GRAMOS	%
Testículos del toro	100	54.0
Limón	20	10.8
Cebolla paiteña	20	10.8
Tomate	30	16.2
Pimiento	10	5.4
Cilantro	5	2.7

2. ¿Cuáles son los beneficios nutricionales del ceviche de huevos de toro?
3. ¿Cuándo se consume el ceviche de huevos de toro, qué efecto tiene en el cuerpo?
4. ¿A qué personas recomendaría este plato, por qué?
5. ¿Qué alimento recomendaría agregar o quitar según la composición nutricional en el ceviche de huevos de toro, por qué?

Anexo 2 Entrevista dirigida a Dueños de restaurantes de comida tradicional



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

Facultad de Ingeniería Química

Licenciatura en Gastronomía



Muy buenos días, nosotros somos Gonzalo Viera y Leonardo López, estudiantes de la carrera de Licenciatura en Gastronomía y estamos realizando nuestro trabajo de titulación, queremos referirnos a ustedes el día de hoy con algunas inquietudes que ayudarán a absolver dudas sobre la preparación y los ingredientes del ceviche de huevos de toro, plato que conocemos que ustedes preparan.

1. ¿Cuánto tiempo tiene usted preparando el plato y cuál es el público en general que degusta del mismo?
2. ¿Cuáles son los ingredientes del plato, bajo qué concepto usted aporta creativamente al plato?
3. ¿Se ha reducido con el paso de los años la venta del plato?
4. ¿Cuál es la preparación del plato? ¿Resulta un esfuerzo grande preparar este plato?

5. ¿Considera usted que se debe conservar este plato como patrimonio alimenticio, por qué?

6. ¿Su familia lleva muchos años en el negocio de la comida? ¿Cuántas generaciones?, en caso de que la respuesta sea positiva.

7. ¿Cuáles son los beneficios de consumir este plato tradicional?

8. ¿Conoce usted otro lugar en el país donde se prepare esta comida tradicional?

Anexo 3 Entrevista dirigida a Chef



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

Facultad de Ingeniería Química

Licenciatura en Gastronomía



Muy buenos días, nosotros somos Gonzalo Viera y Leonardo López, estudiantes de la carrera de Licenciatura en Gastronomía y estamos realizando nuestro trabajo de titulación, queremos referirnos a ustedes el día de hoy con algunas inquietudes que ayudarán a absolver dudas sobre nuestro tema de tesis el Ceviche de Huevos de Toro.

1. ¿Cuál es la preparación del Ceviche de Huevos de Toro?
2. ¿Cree usted que hay alguna manera de mejorar la preparación del mismo?
3. ¿Qué trato debe dársele a los testículos de toro para la elaboración del ceviche?
4. ¿Qué practicas lleva usted para minimizar la proliferación bacteriana en este plato?
5. ¿Cuáles son los ingredientes que le brindan la autenticidad a platos como el Ceviche de Huevos de Toro?

6. ¿Qué técnicas o métodos de cocción considera antigua en la preparación y que siguen siendo usadas en el Ceviche de Huevos de Toro?

Anexo 4 Entrevista dirigida a Historiadora



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

Facultad de Ingeniería Química

Licenciatura en Gastronomía



Muy buenos días, nosotros somos Gonzalo Viera y Leonardo López, estudiantes de la carrera de Licenciatura en Gastronomía y estamos realizando nuestro trabajo de titulación, queremos referirnos a ustedes el día de hoy con algunas inquietudes que ayudarán a absolver dudas sobre la historia del ceviche de huevos de toro que se prepara en la Ciudad de Guayaquil.

1. ¿Conoce sobre la historia del ceviche de huevos de toro en la ciudad de Guayaquil?
2. ¿Puede hablar acerca del primer sector donde se empezó a comercializar el ceviche de huevos de toro en la ciudad de Guayaquil?
3. ¿Sabe de dónde proviene la tradición de consumir ceviche de huevos de toro?
4. Cree usted que el ceviche de huevos de toro, sea considerado como un plato tradicional en la ciudad de Guayaquil ¿Por qué?
5. ¿Nos puede decir si el plato ha perdido popularidad en la ciudad de Guayaquil? ¿Por qué?



Anexo 5 Fotografías del desarrollo del trabajo de investigación

Ilustración 1 Entrevista a la Lcda. Olanda Zea profesora de la Universidad de Guayaquil.

Fuente: Gonzalo Viera & Leonardo López – 2017



Ilustración 2 Preparación del Ceviche de huevos de toro.

Fuente: Gonzalo Viera & Leonardo López – 2017



Ilustración 3 Huevos de toro cocidos.

Fuente: Gonzalo Viera & Leonardo López – 2017



Ilustración 4 Huevos de toro

Fuente: Gonzalo Viera & Leonardo López – 2017



Ilustración 5 Entrevista al Sr. Georgi Vera propietario del restaurante.

Fuente: Gonzalo Viera & Leonardo López – 2017



Ilustración 11 Ceviche de huevos de toro.

Fuente: Gonzalo Viera & Leonardo López – 2017

Anexo 6 Receta estándar del ceviche de huevos de toro

RECETA ESTANDAR			
	Cocina fría		
NOMBRE PREPARACION	Ceviche de huevos de toro		
UBICACIÓN	Guayaquil		
UTENSILIOS	Tabla de picar, cuchillo, bowl, exprimidor, olla, puntilla.		
CONSERVACION:	Refrigeracion		
FECHA ELABORACION	04/08/2017		
VIDA UTIL	8 horas		
NUMERO DE PAX	1		
PRODUCTOS	CANT.	UNIDAD	MISE EN PLACE
Testículos de toro	100	G	Large dice
Ajo	20	G	Brunoise fine
Jengibre	10	G	Brunoise fine
Comino	5	G	Polvo
Perejil	10	G	Tallos
Apio	10	G	Tallos
Cebolla paiteña	20	G	Brunoise
Pimiento	10	G	Brunoise
Tomate	30	G	Brunoise fine
Limón	3	U	Exprimir
Cilantro	5	G	Picado
Sal			
Pimienta			
PROCEDIMIENTO			
Limpiar los testículos de toro con limon y sal, luego cocinar los testículos del toro con los siguientes ingredientes: ajo, jengibre, comino, perejil, apio, sal y pimienta. Reservar fondo			
Picar los siguientes ingredientes cebolla paiteña, pimiento, tomate, y cilantro. Reservar			
Mezclar todos los ingredientes poco a poco, rectificar sal y pimienta.			

Fuente: Entrevistas

Elaboración: Gonzalo Viera & Leonardo López – 2017