



Delicias gastronomicas tradicionales de Macará

Jessica Zapater
Fabricio Garzón
Jaime González
Wilson Salas

Contenido

CAPÍTULO I Antecedentes históricos del Cantón Macara	1
1.1. Antecedentes históricos	2
1.2. Orígenes	3
1.3. Ley de creación o fundación	3
1.4. División política y administrativa.....	4
1.5. Ubicación geográfica.....	5
1.6. Temperatura	5
1.7. Población	6
1.8. Límites	6
1.9. Hidrografía	7
1.10. Símbolos cívicos de la parroquia.....	7
1.10.1. El escudo	7
1.10.2. La bandera	8
1.10.3. El himno	9
1.11. Aspectos económicos	9
CAPÍTULO II Identidad gastronómica del cantón Macara.....	11
2.1. Identidad Gastronómica	12
2.1.1. Características geográficas	13
2.1.2. Historia culinaria.....	14
2.1.3. Diversidad étnica.....	16
2.1.4. Mercados y comercio	18
2.1.5. Sabores predominantes	22
CAPÍTULO III RECETAS TRADICIONALES DEL CANTÓN MACARA.....	30
Capítulo III. Recetas tradicionales del cantón Pedro Moncayo ...	30

3.1	Sopas.....	31
3.1.1.	Repe.....	32
3.1.2.	Repe blanco	34
3.1.3.	Sopa de arveja con guineo	36
3.1.4.	Caldo de gallina criolla.....	38
3.1.5.	Sango de maíz	41
3.2	Platos fuertes	43
3.2.1.	Ceviche de carne.....	43
3.2.2.	Seco de gallina criolla.....	46
3.2.3.	Cecina de chancho	49
3.2.4.	Náparo de chivo	51
3.2.5.	Aliñado de cabeza de chivo	53
	CAPÍTULO IV Turismo en Macará.....	61
4.1.	Investigación exploratoria del turismo	62
	Atractivos turísticos de Macará.....	62
	Investigación exploratoria del folklore	68
4.2.	Fiestas tradicionales de Macará.....	69
	Carnaval de Macará	70
	Semana Santa.....	70
	Fiestas de Macará	71
	Fiesta de la Virgen de las Mercedes.....	71
	Festival del maíz	71
	Fiesta cultural con el festival de danza binacional	72
	Feria de Integración Fronteriza de Macará	72
	Festividades Septembrinas	72

4.3. Calendario de fiestas tradicionales cantón Macará	73
Bibliografía	74

Antecedentes históricos del Cantón Macara



1.1. Antecedentes históricos

Etimológicamente se deriva de *ma* "este", *ca* "lugar hermoso" y *ra*" digno de admirar" que en conjunto significan un lugar hermoso digno de admirar. Los orígenes de Macará se remontan a la época incaica, pero su desarrollo significativo tuvo lugar en el siglo XX. Este crecimiento estuvo impulsado por varios factores clave, como la expansión de la producción de arroz, la construcción del puente Internacional y la firma de tratados de paz con el vecino país Perú.

Estos eventos citados han catalizado el aumento demográfico acelerado, consolidando de esta manera a Macará como uno de los principales centros urbanos de Loja. Hoy en día se destaca como un importante centro administrativo, económico, financiero y comercial de la región; pues sus actividades se hayan estrechamente ligadas al comercio transfronterizo con Perú, la agricultura del arroz y el turismo.

El cantón Macará se encuentra ubicado al extremo sur occidental del Ecuador a $79^{\circ}57'49.39''$ de longitud Oeste y $4^{\circ}23'13.11''$ de latitud Sur, tiene 575 km^2 , constituyendo así el 5.2% de la Provincia de Loja; no obstante, es la subcuenca más importante del Catamayo-Chira.

Como el resto de la Provincia de Loja, Macará se encuentra situada en los Andes Bajos, recibiendo una mayor influencia tanto del Pacífico como también de la región Amazónica. En esta zona, los suelos son de origen terciario a diferencia de los suelos del norte, los cuales proceden de cenizas volcánicas. En función de lo argumentado, se dice que Loja es un "Sahel", es decir "un borde o escalón transitorio al desierto costero del norte de Perú" (GAD Municipal del Cantón Macará, 2024)

1.2. Orígenes

La historia de Macará tiene sus raíces en la era incaica, vinculada a la tribu peruana conocida como Macará, por parte de la nacionalidad Palta. Durante la época de la conquista, este territorio albergaba un asentamiento indígena mismo que se registraba en el mapa del Reino de Quito por parte del padre Juan de Velasco. En los primeros años de la república, Macará estaba conformado en un disperso conjunto de casas, hasta que en 1837 llegó el general Juan Otamendi, patriota y héroe de la independencia, quien, reconociendo su potencial, se propuso en la tarea de crear un pueblo.

No hay datos precisos referentes a la constancia del tiempo en el cual aparecieron las viviendas de los primeros habitantes de Macará; el único vestigio que se conoció fue un caserío pequeño denominado San Antonio, formado por chozas construidas de manera desordenada, con techos de paja y paredes de varas, habitado principalmente por familias de raza negra; encargados de cuidar ganado vacuno del Curato de Sozoranga.

El general Otamendi, en su rol de protector de la frontera, asume la responsabilidad de iniciar las labores de urbanización en Macará, trazando en primera instancia las calles de la futura ciudad, logrando así establecer las principales regulaciones para el ordenamiento de las construcciones. La fundación de Macará le atribuye al capitán Juan Felipe Tamayo del Castillo, quien nombró a la creciente población como “San Antonio de Macará” (Peñaherrera & Alfredo, 1980).

1.3. Ley de creación o fundación

En este apartado es importante mencionar que, para el año de 1824, por la Ley de División Territorial de la Gran Colombia se crea

el Cantón Cariamanga, mismo que estaba constituido por las parroquias de Cariamanga, Amaluza, Sozoranga y Macará. Años después, por gestión del Legislador macareño el Dr. Manuel Enrique Rengel, el 22 de septiembre de 1902 la cámara del senado aprobó la creación del cantón Macará, actualmente cuenta con alrededor de 19874 habitantes, su gentilicio es macareño-a; su superficie bordea los 8.64 Km². Además de las fiestas de su cantonización, cada 10 de agosto se da apertura a la feria Comercial de Integración Fronteriza.

1.4. División política y administrativa

El cantón Macará se divide en cinco parroquias, dos parroquias urbanas y tres parroquias rurales, las cuales son: Macará, Eloy Alfaro, Larama, Sabiango y La Victoria.

Figura 1.

Mapa político del cantón Macará



Fuente: Plan de Desarrollo Turístico del Cantón Macará (2021)

1.5. Ubicación geográfica

La ubicación geográfica de Macará se encuentra en la llanura de piedemonte, típicamente conformado por tierras bajas costeras en el valle del Río Macará. Esta región presenta un relieve mayormente llano con algunas colinas, rodeado por varias cordilleras.

Desde la perspectiva geográfica, Macará forma parte de la zona de los Andes Bajos en el Sur del Ecuador, donde recibe la influencia directa del desierto costero del norte de Perú.

El relieve del cantón exhibe una marcada variación altitudinal, descendiendo desde los 2000 metros hasta los 200 metros en el oeste. Esta topografía da lugar a 3 ecosistemas distintos dentro del área; 1 de tipo templado, que se ubica entre los 2000 m.s.n.m., caracterizado por precipitaciones constantes; otro de carácter subtropical seco, mismo que se sitúa entre los 1000 y 1600 m.s.n.m., y finalmente, un ecosistema cálido, con relieve predominantemente llano ubicado entre los 250 y 600 m.s.n.m. (Cabrera).

1.6. Temperatura

La localidad de Macará se encuentra bajo la influencia de un clima tropical que se caracteriza por temperaturas promedio de 26°C y un ambiente generalmente caluroso. Este clima se distingue por presentar altas temperaturas, abundante exposición solar, lluvias estacionales y la influencia de las corrientes cálidas del desierto de Sechura en Perú.

1.7. Población

Macará ha sido reconocido desde tiempos remotos como el hogar de personas alegres, sencillas y compasivas; ha sido una comunidad arrraigada en actividades como la caza, la pesca, la agricultura y el intercambio de bienes; actualmente el comercio por la incidencia cercana del mercado peruano, pues el cambio de moneda ha generado apertura para ello.

Este enclave se distingue por la generosidad de la naturaleza, que lo ha bendecido con atributos únicos e inigualables. Sus tierras fértiles rodeadas de imponentes cerros y colinas, mismas que han sido aprovechadas para el desarrollo óptimo de la agricultura.

Su valle cálido y pintoresco atravesado por el río Macará no solo proporciona exquisitas aguas que nutren la región, sino han dado apertura al desarrollo de actividades recreativas, con ello la apertura del turismo para la dinamización económica de todos los actores implicados en dicha actividad.

Su gente, mayormente mestiza, bordea ya los 19874 habitantes (Alcaldía de Macará, 2021).

1.8. Límites

Este cantón se encuentra a 195 Km de la ciudad de Loja, limita con los siguientes cantones y País:

- Al norte: con los cantones de Célica y Paltas.
- Al sur: con la Republica de Perú.
- Al este con el cantón Sozoranga.
- Al oeste con el cantón Pindal y Zapotillo.

1.9. Hidrografía

Este valle es compartido con Perú y cuenta con dos cuencas que bañan la ciudad, la cuenca más representativa es la del caudaloso río Macará que ocupa el 63,5% del área total del cantón, este es un río se origina en los páramos y lagunas de Espínola; la segunda cuenca es el Río Catamayo con el 36,5% restante, al unirse estos 2 ríos forman el río Chira que desemboca en la bahía de Paita y este es aprovechado para el riego de 150000 hectáreas de cultivos del cantón (GAD Municipal del Cantón Macará, 2024).

1.10. Símbolos cívicos de la parroquia

Los símbolos de Macará, tanto bandera como escudo fueron declarados oficialmente mediante una ordenanza emitida el 11 de junio de 1964.

1.10.1. El escudo

El escudo del cantón está dividido en cuatro partes, representando en primera instancia el símbolo universal del comercio, demostrando la riqueza del cantón; como siguiente elemento el Río Macará, demostrando el límite fronterizo; una cabeza de buey como símbolo de la riqueza agrícola y pecuaria y al final una palma con la silueta del territorio ecuatoriano, esto como símbolo de pureza y unión nacional. Además de ello, se divisan fusiles y un casco militar como insignias bélicas de defensa nacional. (Radio Urbemix, 2024)

Figura 2.

Escudo del Cantón Macará



Fuente: GAD Cantonal de Macará (2024)

1.10.2. La bandera

Su bandera consta de tres colores, amarillo, verde y rojo; de forma rectangular en donde se divisa su escudo en el centro.

Figura 3.

Bandera del cantón Macará



Fuente: GAD Cantonal de Macará (2024)

1.10.3. El himno

El himno del cantón Macará es una creación del Dr. Carlos arrobo Carrión, quien lo escribió la noche del 10 de agosto de 1930; años posteriores compondría también la música

Coro

Centinela del Sur tu civismo
es preclara virtud que deslumbra;
Y tú heroico, sin par patriotismo,
una estela de luz inmortal.

Estrofas

Nunca el oro ni el fausto han podido
del vecino tenaz seducirte;
y a pesar de vivir preterida
sigues siempre tu marcha triunfal.

Tus paisajes son graves y austeros
son tus noches de luna, esplendor;
y tus hijas cual claros luceros,
de belleza no tienen rival.

Macará, por tu fama y tu gloria
por los hechos que grande te aclaman,
quedará tu epopeya en la historia
esculpida con arte genial.

1.11. Aspectos económicos

La actividad productiva predominante en el cantón Macará es la agricultura, seguida por el comercio. La producción agraria incluye

cultivos de arroz, maní, maíz, yuca, caña de azúcar, banano, frutales como mango, cítricos y guava; así también la crianza de ganado bovino para aprovechamiento de su carne y leche, aves, porcinos y cabras.

En término de recursos ambientales es notable la presencia del Bosque Seco y la conservación de relictos importantes que sirven de refugio para especies en peligro de extinción como el oso hormiguero, el tigrillo y el venado.

Otro factor que ha tenido incidencia sobre el apartado económico del cantón es la migración de su población hacia Estados Unidos y Europa. Este proceso migratorio se ha intensificado como efecto de las sequías y la crisis económica nacional; las remesas enviadas por sus migrantes han constituido el pilar fundamental en el proceso de crecimiento de la ciudad.

Identidad gastronómica del cantón Macara.



2.1. Identidad Gastronómica

La identidad culinaria de un pueblo surge de una combinación única de historia, geografía, cultura, ingredientes locales y técnicas culinarias, que se entrelazan para crear una experiencia gastronómica distintiva y significativa. Esta identidad se construye a través de una interacción compleja de diversos factores que convergen para formar los sabores característicos de una región.

Figura 4.

Identidad culinaria del cantón Macará



2.1.1. Características geográficas

El cantón Macará se encuentra a 195 km de la ciudad de Loja y constituye un extenso valle caracterizado por terrenos predominantemente utilizados para el cultivo de arroz. Además de ello, se encuentra atravesado por el río Macará, el cual hace de límite fronterizo con el Perú; a lo largo de sus riberas se han formado magníficos balnearios.

Macará se caracteriza por su diversidad significativa de ecosistemas, destacando en este apartado al bosque seco, pues está en notable estado de conservación. El ecosistema que predomina es el bosque semideciduo pie montano del Catamayo-Macará, el cual abarca el 58.59% del área, con una superficie de 33,751 Has; le sigue el bosque siempre verde estacional montano bajo del Catamayo-Macará, mismo que cubre el 1.66% del territorio, equivalente a 949 Has; si olvidar los ecosistemas intervenidos, representando el 32.17%, con una superficie de 18436 Has.

Su clima varía según la altitud y relieve. Entre los 1600 y 2000 metros el clima es templado, con precipitaciones que oscilan entre 500 y 1000 mm anuales. En altitudes de 600 y 1600 metros, el clima es subtropical seco, con precipitaciones entre 400 y 800 mm anuales; y por debajo de los 600 metros el clima es cálido, y recibe precipitaciones anuales de alrededor de 500 mm.

La ubicación geográfica del cantón ha permitido el desarrollo adecuado de la agricultura; en las que se destaca el arroz, el maíz, la yuca, el maní, el mango, el camote, variedades de plátano de entre las que sobresale el guineo seda, la zarandaja, la caña de azúcar; además de variedades de plantas medicinales y maderables como el cedro y el guayacán (GAD Municipal del Cantón Macará, 2024).

2.1.2. Historia culinaria

La ubicación geográfica de Loja ha convertido a este territorio en un lugar estratégico para el desarrollo del comercio nacional e internacional principalmente; no obstante, este particular situacional la ha hecho conservadora de diversas tradiciones culinarias, fusionando influencias de las tres regiones del Ecuador y también del hermano país Perú.

Uno de los platillos más relevantes dentro del contexto culinario es la cecina, misma que refiere a una carne seca de cerdo, que se sirve acompañada de yuca cocida y encurtido de cebolla. Este platillo es un referente dentro de todo el territorio lojano.

De las sopas que resaltan dentro del Cantón Macará es sin duda alguna el popular Repe, elaboración se constituye principalmente de guineo verde, leche y quesillo (Serrano, 2019).

El secado al sol de las carnes ha sido una de las prácticas culinarias de antaño; no obstante, tiempo después, se comenzó a secar estas mediante el humo de los fogones, tomando así el ejemplo de la cecina. Dentro de la práctica gastronómica ha influido también la cultura peruana, ejemplo de ello, dentro del cantón fronterizo Macará es la elaboración del tradicional ceviche de carne, que, si bien es cierto, el ceviche es una preparación netamente costeña, sin embargo, ha sido adaptada para su desarrollo con otra proteína, en este caso muy en particular la carne de res.

Otra de las preparaciones endémicas dentro de la provincia de Loja son los tamales, los cuales se elaboran a partir del maíz seco amarillo y rellenos con algún tipo de carne, como la de cerdo y el pollo. Esta preparación se envuelve en hojas de achira; para su cocción se emplea el vapor y tradicionalmente se sirven acompañados de ají de pepa de zambo y el infaltable café, cultivo propio de la zona.

Las sopas también constituyen el sello identitario del territorio, pues su consumo es tradicional mediante el uso de granos como la zarandaja y la arveja; además de variedades de plátano, sin dejar de mencionar la Yuca, el quesillo y el aguacate como guarniciones que no puede faltar. Siendo así que, el desarrollo de la ganadería ha sido importante para el cantón Macará, muchos de los lugareños se han dedicado a la crianza de ganado vacuno principalmente para aprovechamiento de sus derivados; siendo así que el uso de la leche para elaboración de quesos y mantequillas se ha convertido en acompañantes esenciales de sus platillos.

Además de ello, no hay que dejar de lado la bebida tradicional regional, la horchata, una infusión compuesta por múltiples hojas que dan resultado una bebida aromática, la cual se sirve con unas gotas de limón. Antiguamente, debido a sus propiedades nutricionales y medicinales se la conocía como “Agua que cura”.

La horchata está preparada con flores, frutas y hierbas medicinales, logrando de esta manera acreditarse como una bebida con propiedades estimulantes y relajantes; al no poseer cafeína ni taninos es una bebida recomendada por homeópatas para tratar condiciones como insomnio y malestares estomacales.

Esta popular bebida del sur del Ecuador está constituida por 21 hierbas medicinales cultivadas orgánicamente dentro de todo el territorio, de entre las que se destacan escancel, cedrón, hierba luisa, albahaca, toronjil, menta, borraja, flores de malva, manzanilla, llantén, congona, cola de caballo, violeta, shullo, cadillo, malva olorosa, pimpinela, linaza, edeldo, ataco o sangorache, entre otras (Ministerio de Turismo, 2021).

2.1.3. Diversidad étnica

Es importante mencionar que, la provincia de Loja tiene en su haber a la etnia de los Saraguro. Si al origen de la palabra Saraguro se refiere, existen tres teorías. La primera es de origen migratorio, pues, se cree que, durante la conquista, *Incas Mitimaes*¹ provenientes de Bolivia, migraron y se asentaron en lo que hoy se conoce como Saraguro; dada la abundancia del maíz, la denominaron como “La Tierra del maíz”.

La segunda teoría tiene lugar dentro de la etimología, puesto que, su traducción al español de las palabras Kichwas: *Sara* (Maíz), y *Kuru* (Gusano); es decir *Gusano del maíz*.

La última teoría conocida es la más legendaria, en donde se dice que el maíz llegó desde territorios aztecas hasta lo que se conoce como Saraguro; en donde se desarrolló como en ningún otro territorio por los que había transitado, denominando a esta tierra en lengua Kichwa como *Sara Wuru* (Maíz puro); traducción que con el pasar del tiempo y el proceso de castellanización se quedó definitivamente como *Saraguro* (Chalán, 2011).

Bajo lo argumentado, dentro de la cosmovisión de la etnia Saraguro el maíz es un sello identitario de la cultura que ha influido directamente en los saberes y sabores del territorio; siendo en este caso la chicha una de las bebidas emblema que posee.

La gastronomía del territorio macareño se ha caracterizado por una rica variedad de platillos, como efecto de su posición geográfica única como la localidad más al sur del país. Este particular ha propiciado la fusión de sabores y saberes de las tres regiones

¹ Gente encargada de promover y expandir su cultura.

continentales del ecuador, dando paso a una gastronomía variada y extensa.

2.1.3.1. Influencia de la Región Costa

La cocina tradicional del Cantón Macará demuestra una marcada influencia de la cocina costeña especialmente con el uso del plátano y el maní, principalmente introducidos al territorio por habitantes y mercaderes que transitaban cantones limítrofes con la Provincia del Oro. Logrando así exponer al Repe como una demostración del mestizaje culinario Serra costeño, además de platos como la sopa de Arveja con Guineo o su variante con zarandaja o frejol; además de bolones, majado de plátano verde y plátano maduro con queso son comunes dentro del cantón.

Así también se exponen las técnicas culinarias que reflejan claramente la influencia costeña sobre el territorio lojano; citando en este apartado el popular Chivo al hueco, donde la carne de chivo se macera y cocina en un hoyo con brasas, similar técnica a la empleada para el seco de cabrito costeño. Además de ello, el consumo de bebidas alcohólicas que parten de la mezcla de agua de coco con puntas y la tradicional natilla (Serrano, 2019).

Estas expresiones culinarias ponen en contexto el mestizaje con la cocina costeña, pues es notorio el uso de ingredientes de la región costa para construcción de muchos de sus platillos, dando paso a una pluriculturalidad gastronómica rica en historia y tradiciones.

2.1.3.2. Influencia de la Región Andina

Productos propios de la región andina como la papa, ciertas variedades de leguminosas son elementos básicos dentro de la

cocina macareña. Es común encontrar dentro del apartado culinario platillos constituidos por estos ingredientes, ciertos locros y sopas; además del consumo de animales como el cuy.

El cerdo es una de las proteínas más cotizadas, pues se ha destinado para elaboración de la chanfaina, la fritada, las morcillas y la famosa cecina; platillo compuesto de carne fileteada, sazonada con achiote, sal ajo y comino que, posteriormente se seca al sol o con el humo de los fogones, se prepara tradicionalmente en la parrilla y se sirve en Macará con yuca y encurtido de cebolla.

2.1.3.3. Influencia de la Región Amazónica

Dentro del cantón Macará también es palpable la influencia de la cocina amazónica, pues el uso de productos como la yuca, el plátano y la papa china acreditan esta amalgama gastronómica; así también el consumo de ciertos pescados como el bagre y el bocachico. Técnicas culinarias como la cocción al vapor, el asado en el rescoldo de la brasa y la fermentación han dado paso a esta interesante fusión gastronómica.

Esta amplia fusión culinaria no solo resalta la riqueza cultural del Cantón Macará, sino que también pone a disposición de los visitantes locales y extranjeros una experiencia gastronómica muy particular, reflejando así la convergencia de las regiones del Ecuador.

2.1.4. Mercados y comercio

La producción local y la comercialización de los diversos productos alimenticios son parte esencial en la construcción de la identidad culinaria de un territorio, pues son estos, los que constituyen la

base como materias primas para el desarrollo de los diversos platillos.

Estos elementos marcan el punto de partida en la elaboración de diversos platillos, entendiendo que, si se comercializan habitualmente dentro del cantón, son productos que los lugareños codician para su dieta diaria, y con ellos fundamentan el almanaque gastronómico.

2.1.4.1. Investigación exploratoria de la Agricultura

La actividad agrícola es la más importante dinamizadora económica y social del cantón Macará, convirtiéndose en el principal motor de empleo. Entre los principales cultivos se cosechan: el arroz, arveja seca, haba, maíz, maní, yuca, cebolla, caña de azúcar, café y el frejol; y de los cuales el arroz, el maíz y el fréjol son los que se destacan y se producen a mayor escala, siendo así estos los que forman parte de una fuente de identidad cultural por ser elementos frecuentes en la dieta diaria de las familias.

La principal producción en el cantón es el arroz, con una superficie cultivada de 900 hectáreas y el promedio de producción es de 100 quintales por hectárea.

El arroz constituye el principal rubro económico y cuenta con empresas piladoras de arroz como: Piladora del Pueblo, Piladora Don Lucho, Piladora Gallito, Piladora Macará, Piladora Sedamanos, Piladora San Miguel, Piladora 22 de Septiembre, que transforman la materia prima en un producto apto para la alimentación. Finalmente cabe recalcar que el arroz macareño es de excelente calidad por lo tanto es el más consumido en toda la provincia de Loja y este es comercializado a nivel nacional.

- **Cultivos transitorios**

Los cultivos transitorios son el frijol, maíz, maní, habas, yuca; por mencionar los principales.

Tabla 1.

Cultivos transitorios de Macará

CULTIVOS	UPAS	HECTÁREAS	PORCENTAJES
Arroz	902	2660	51,09
Arveja seca	180	210	4,03
Frijol seco	22		0
Haba seca	37	32	0,61
Maíz choclo	159	241	4,63
Maíz duro seco	461	1438	27,62
Maíz suave seco	110	142	2,73
Maní	325	434	8,34
Yuca	52	49	0,94
TOTAL	2248	5206	100%

Fuente: Censo Nacional Agropecuario (2000)

- **Cultivos permanentes**

Los cultivos permanentes del cantón son el plátano, café, la caña de azúcar; además de ello, se cultiva frutas como limón, piña, chirimoya, papaya, entre otros.

Tabla 2.

Cultivos permanentes de Macará

CULTIVOS	UPAS	HECTÁREAS	PORCENTAJES
Banano	247	177	25,47
Café	240	293	42,16
Caña de azúcar	423	225	32,37
TOTAL	910	695	100%

Fuente: Censo Nacional Agropecuario (2000)

2.1.4.2. Investigación exploratoria de la ganadería

Según los datos obtenidos del Censo de Población y Vivienda 2010, el 35,63% de la población de Macará se dedica a laborar en el sector agrícola y ganadero; motivo por el cual el 37,06% de la superficie del suelo cuenta con importantes áreas de pasto natural que se utilizan para desarrollar la actividad ganadera.

La ganadería macareña se caracteriza por la crianza de ganado vacuno, porcino, ovino, asnal, equino, mular, caprino, conejos, cuyes y aves de corral; sin embargo, las especies predominantes son el ganado vacuno representado por 15787 cabezas de ganado y las aves de corral representadas por 39472 gallos, gallinas y pollos. (MAGAP, 2010)

Tabla 3.
Ganadería de Macará

RAZAS	CABEZAS	PORCENTAJE
Porcino	9692	25,60
Ovino	165	0,46
Vacuno	15787	41,71
Cuyes	713.	1,88
Asnal	2163	5,72
Conejos	15	0,03
Mular	643	1,70
Caprino	7260	19,18
Equino	1409	3,72
TOTAL	37847	100

Fuente: Censo Nacional Agropecuario (2000)

Tabla 4.
Aves de Macará

AVES	CABEZAS	PORCENTAJE
Gallos, gallinas y pollos	39472	91,31
Patos	2547	5,89
Pavos	1210	2,8
TOTAL	43229	100

Fuente: Censo Nacional Agropecuario (2000)

2.1.5. Sabores predominantes

Gastronomía tradicional no solo tiene relación con la comida, sino también con las distintas culturas que existen en cada uno de los pueblos, por esto es que se señala que cada región tiene su propia gastronomía y se identifica por ellos, al referirse a la riqueza gastronómica que posee Macará es sin duda hablar de una gran variedad de platillos; a continuación se describe la preparación de algunos de ellos y para quienes deseen degustar estos platos lo pueden hacer visitando el amplio patio de comidas del Mercado Municipal Macará.

Este cantón posee una exquisita y variada gastronomía que se viene elaborando desde hace mucho tiempo atrás, ya que forma parte de las tradiciones y costumbres que han heredado de sus antepasados, las personas que deseen degustar estos exquisitos platos pueden visitar principalmente el mercado municipal ya que la mayor parte de los restaurantes ofrecen este tipo de comidas, especialmente el ceviche de carne y otros platos típicos que se detallan a continuación:

Tabla 5.*Gastronomía cantón Macará*

GASTRONOMÍA DEL CANTÓN MACARÁ	
PLATOS TÍPICOS	BEBIDAS
Ceviche de carne	
Conserva de mango	
Dulce de papaya	
Picado de chivo	
Náparo de chivo	Chicha de maíz
Aguado de gallina criolla	Agua de panela
Estofado de pato	Café filtrado
Cecina con yuca	Aguado de leche con licor
Repe de arvejas con guineo	
Sango de maíz o pepián	
Gallina criolla con pasta	

2.1.5.1. Picado de Chivo

Para la preparación de este plato se cocina la cabeza, hígado, corazón y la lengua del chivo y cuando estos, estén bien cocidos y suaves se procede a picarlos. A parte en una paila se realiza un refrito con tomate, pimiento y cebolla y luego se incorpora el chivo picado; finalmente se le agrega culantro. Este plato se lo puede acompañar con arroz y yuca.

2.1.5.2. Náparo de Chivo

Es muy común encontrarlo en el mercado municipal, por lo general en las mañanas ya que es muy apetecido por los habitantes y visitantes; en su preparación se aprovecha la sangre, los huevos y los riñones del chivo. Se empieza cocinando la sangre hasta que se compacte y pierda toda su humedad, luego se incorpora los huevos y los riñones previamente cocinados y picados y me mezcla

todo. A parte se prepara un aliño y se lo incorpora a la mezcla anterior, terminándolo con un poquito de perejil y cebolla blanca picada. Se lo puede acompañar con arroz o yuca.

2.1.5.3. Aguado de Gallina Criolla

Se debe tomar en cuenta que la preparación de este plato tarda varías horas puesto que la carne de la gallina criolla tarda en ablandar es una sopa muy tradicional y conocida en la gastronomía ecuatoriana. Es quizás una de las sopas más degustadas en toda la mancomunidad se la prepara tanto en restaurantes, huecas, mercado y especialmente en los hogares del cantón Macará, ya que la gallina criolla es un animal doméstico. Esta sopa se la puede consumir durante todo el año.

2.1.5.4. Estofado de Pato

Hablar del estofado de pato es hablar de una tradición ya que se lo lleva preparando desde hace cincuenta décadas, especialmente en la época navideña donde se reemplaza el pavo por el pato. Las presas del pato son condimentadas con naranja dulce, naranjilla, sal, pimienta y comino y se marina durante 24 horas. Después de transcurrido este tiempo el pato se cocina a llama baja aproximadamente durante 2 horas. Cabe recalcar que a esta preparación no se le agrega agua para su cocción.

2.1.5.5. Cecina con yuca

Este plato generalmente se lo prepara en fiestas y reuniones familiares. Su elaboración es muy sencilla se debe filetear la carne muy fina, para lo cual los habitantes utilizan el termino de cecinar;

Luego se la chanca en una batea de piedra y se la condimenta con pimienta, sal, achiote, ajo, vinagre y naranja agria. Luego la carne es expuesta al sol durante varias horas para posteriormente ser asada en una. Se la acompaña con arroz, yuca y una ensalada fresca.

2.1.5.6. Repe de arvejas con guineo

Este platillo es muy común en las mesas de los macareños y tiene mucha demanda en los restaurantes. Para la elaboración de este platillo se realizan dos preparaciones diferentes, por una parte, se cocinan las arvejas y en una olla aparte se realiza un refrito con aceite, cebolla, ajo, comino y achiote y a esto se le agrega el guineo picado en cuadros y cuando se han cocinado estos ingredientes se mezcla con las arvejas cocidas, y finalmente se agrega queso y culantro finamente picado.

2.1.5.7. Sango de Maíz o Pepián

Se dice que esta fue una preparación inca posiblemente se habría llamado *sangu* ya que el idioma quichua no existe la vocal “o”, para su preparación se debe realizar un refrito con cebolla, ajo y achiote y luego se agrega agua tibia. Cuando el agua empieza a hervir se incorpora poco a poco el maíz molido removiendo constantemente, se deja cocinar por aproximadamente de 10 a 15 minutos y se termina agregando queso desmenuzado. Este peculiar plato se sirve con un verde asado que se coloca en el centro del plato.

2.1.5.8. Gallina hornada con tallarines

Es un plato típico tradicional del cantón Macará, la mayoría de los pobladores y visitantes lo consumen por su excelente sabor, su preparación en hornos de leña le da a este producto su valor culinario, se lo sirve con tallarines y Yuca.

2.1.5.9. Ceviche de Carne

Este platillo se lo encuentra todo el tiempo, es decir, se lo puede encontrar todos los días en el mercado municipal de Macará. Cabe mencionar que la producción de este se triplica en las fiestas de septiembre debido a la demanda de los turistas que visitan el cantón.

Es un plato típico de Macará, preparado con carne de res, la particularidad de este plato es la fusión que existe entre el conocido ceviche de pescado, con los productos de cultivo y crianza que poseen en la localidad, sus ingredientes base: la carne de res, limón, cebolla colorada, cilantro y rábano, que se lo acompaña con maíz tostado y Yuca; esta receta es única dentro de la variada gastronomía ecuatoriana y tiene un gran valor cultural y social, ya que su preparación es un referente del diario vivir y la hospitalidad de su gente. (Ordóñez, 2016)

- Breve historia del ceviche de carne Macará**

Cuenta con una extensa gama de platos típicos, este delicioso plato es una leyenda ya que su elaboración data de los años 40. La historia relata que la señora Leonor Rodríguez, oriunda del cantón Macará, a quien le encantaba cocinar un cierto día cansada de consumir la carne de res ya sea esta frita, apanada y seco, de

repente tuvo la idea de consumir la carne de una manera diferente; es así que influenciada por la gastronomía peruana (cabe recalcar que el cantón macará es una ciudad fronteriza con el país Perú) decidió experimentar y elaborar el que hoy es el plato representativo de la gastronomía macareña, el ceviche de carne. En sus inicios la carne cruda era curtida con jugo de limón sin embargo tenía un buen sabor y decidió agregarle algo de sal, cebolla, rábano y cilantro, para esto ella lo sirvió con algo de arroz a su familia. Todos le preguntaban cómo había preparado la carne y ella entre risas les relató que fue un experimento.

Al poco tiempo este plato se hizo conocido en el pueblo y fue así como abrieron sus puertas al público las conocidas fondas en donde los habitantes acudían para saborear el famoso ceviche. Con el transcurrir de los años se mejoró la receta del ceviche de carne, pues la carne es sancochada en agua hirviendo y fueron agregándole más ingredientes como la Yuca, y tostado.

Generalmente se lo acompaña con canguil y un vaso de jugo helado de mora o de piña. Hoy en día el ceviche de carne es un plato emblemático del cantón ya que es muy consumido por lo tanto en el mercado central es ofertado en más de 12 locales y demás restaurantes de la localidad.

2.1.5.10. Conserva de Mango

Los habitantes de macará optaron por realizar esta preparación para aprovechar la abundante producción de esta fruta en los meses octubre, noviembre y diciembre. Para su preparación el mango debe ser remojado durante un día para que así pierda una sustancia lechosa que este contiene, luego se lo rebana y agrega azúcar para luego cocinarlo a fuego lento en una paila removiendo

todo el tiempo para evitar que se pegue. Esta conserva esta lista cuando haya espesado.

2.1.5.11. Dulce de papaya

Este es un postre muy apetecido en el cantón Macará, los pobladores lo consumen todo el año y se lo elabora especialmente en los hogares, lo consumen directo al paladar.

2.1.5.12. Chicha de maíz

Esta bebida ancestral, consumida en toda la región interandina, es un referente de la historia y cultura de los pueblos indígenas del Ecuador. En Macará se la consume como una bebida hidratante especialmente durante los días muy calurosos. Otra forma de consumir la chicha es como bebida para acompañar las comidas típicas, especialmente en fiestas religiosas, fiestas de cantonización o compromisos familiares. Es una bebida muy apetecida que se la prepara en los hogares y restaurantes

2.1.5.13. Biranga de Panela

Esta es una tradicional bebida consumida especialmente por los campesinos macareños, ya que la llevan a los campos para hidratarse al largo del día mientras realizan sus labores, es muy fácil de prepararla se debe mezclar agua, limón y panela.

2.1.5.14. Café filtrado

Macará también se caracteriza por ser productor de un café de excelente calidad, es muy consumido por sus habitantes y turistas que visitan el cantón, el café molido se coloca en un filtro de lienzo y una vez hervida el agua se procede a colarlo; por lo general se lo bebe en las mañanas con el desayuno, en los entredías (costumbre de tomar café con pan durante las tardes) y también lo beben durante la noche con las meriendas.

2.1.5.15. Aguado de Leche

A esta bebida también se la conoce como “cortado de leche” ya que se la corta cuando se le agrega la punta (licor destilado de caña de azúcar). Se consume mucho en los carnavales ya que es una bebida caliente.

CAPÍTULO III

RECETAS TRADICIONALES DEL CANTÓN MACARA



3.1 Sopas

Es de esperarse que Loja al ser una provincia fronteriza absorba mucho de la cultura gastronómica del país vecino Perú por lo que tiene mucha fusión de los alimentos, más aún la ciudad de Macará que es la que puede ver parada en su estribo a la población vecina es por este motivo que muchas de las sopas que se consumen en este lugar tengan características similares al vecino contiguo, pero también recepta mucho de la cultura ecuatoriana en las cuales las opas que se preparan tengan rasgos de la sierra y costa sin llegar a ser de alto impacto social, sopas que se preparan en el resto del país tales como: sopa de fideo, sancochos que se lo elaboran con guineo verde, encebollados que se lo hace en la costa, yaguarlocro por tener a los chivos y borregos, sopa de morocho, quinua, arroz de cebada, coladas o cremas usando las harinas de los granos que se comercializan en la ciudad, entre otras tantas que son del consumo diario, que tienen importancia alimenticia mas no una relevancia de identidad.

3.1.1. Repe

Su elaboración se la realiza con guineo verde al que también se le conoce en algunas partes de la sierra como plátano seda, quesillo y cilantro. Es un manjar exclusivo, exquisito que se elabora en la provincia fronteriza de Loja y que de a poco se ha ido conociendo a nivel nacional, por lo que de cierta manera ha convertido en una influencia en todas las ciudades de la provincia y más aún en la gastronomía macareña que se encuentra colindando con él vecino país de Perú que lo convierte en un referente de sabor.

- **Quesillo:** queso que se realiza con leche sin pasteurizar y que es muy tierno, teniendo una vida muy corta antes de que madure



- Receta

REPE			
PESO PORCIÓN:	278 gr	Nº PORCIÓN	8
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA
Guineo verde	3 taza	0,900	Kg
Quesillo	1½ taza	0,250	Kg
Cilantro	¼ taza	0,020	Kg
Leche	2 taza	0,500	Kg
Cebolla blanca	½ taza	0,100	Kg
Ajo	¼ taza	0,050	Kg
Sal	C/N		
Aceite o achiote	C/N		
Aguacate	1 unidad	0,200	Kg

PROCEDIMIENTO:

1. Realizar un refrito con la cebolla y el ajo en cortes muy finos.
2. Colocar al guineo cortado en cuadros pequeños y se los sofríe parcialmente para que durante la cocción no se vuelva oscuro.
3. Se añade sal sobre el plátano y agua hasta cubrir por completo el guineo dejándolo cocinar hasta que se vaya deshaciendo, culminar colocando la leche.
4. Una vez espesa la preparación se aumenta el quesillo y se rectifica de sal.
5. Para servir se acompaña con más quesillo, aguacate y cilantro muy picado.

- Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
REPE	9	14	30	296

3.1.2. Repe blanco

Según el gobierno de Macará aquí se presenta un gran dilema porque el repe tiene su coteja como se diría en el argot popular y es el repe blanco que a diferencia del repe como tal este en sus ingredientes lleva la noble papa que le da otra característica más centrada en sabores andinos. Este plato a diferencia del repe su densidad en menor pero no por esto deja de tener un sabor muy apreciado.



- Receta

REPE BLANCO			
PESO PORCIÓN:	278 gr	Nº PORCIÓN	8
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA
Guineo verde	3 taza	0,900	Kg
Papa	3 taza	0,900	Kg.
Quesillo	1½ taza	0,250	Kg
Cilantro	¼ taza	0,020	Kg
Leche	2 taza	0,500	Kg
Cebolla blanca	½ taza	0,100	Kg
Ajo	¼ taza	0,050	Kg
Sal	C/N		
Aceite o achiote	C/N		
Aguacate	1 unidad	0,200	Kg

PROCEDIMIENTO:

1. Realizar un refrito con la cebolla y el ajo en cortes muy finos.
2. Colocar al guineo tanto como las papas cortadas en cuadros pequeños y se los sofrié para que la preparación final tenga más cuerpo.
3. Se añade sal sobre el plátano y las papas luego agua hasta cubrir por completo los ingredientes dejándolo cocinar hasta que se vayan deshaciendo, culminar colocando la leche.
4. Una vez espesa la preparación se aumenta el quesillo y se rectifica de sal.
5. Para servir se acompaña con más quesillo, aguacate y cilantro muy picado.

- Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
REPE BLANCO	9	14	30	396

3.1.3. Sopa de arveja con guineo

Al igual que su hermano mayor el REPE es una de las sopas más representativas de toda la provincia de Loja y se prepara siguiendo las indicaciones que les dejaron los antepasados con el fin de mantener los sabores, cual es la diferencia con el repe es que a esta sopa se le aumenta arveja seca cocinada que le da una característica más fuerte y sabores definidos de la siembra. A este plato es muy común acompañarlo con un ají sea hecho en piedra o un ají de pepa de sambo.

- **Ají de pepa de sambo:** se realiza con la pepa de sambo a la cual primero paso por un proceso de secado, para luego ser pelada, llevarla a tostar en un recipiente de barro, para al final procesarla en una licuadora conjuntamente con el ají un toque de leche y sal, para ya servir se lo acompaña con cebolla y perejil.



- Receta

SOPA DE ARVEJA CON GUINEO			
PESO PORCIÓN:	280 gr	Nº PORCIÓN	8
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA
Guineo verde	3 tazas	0,900	Kg
Quesillo	1½ tazas	0,250	Kg
Leche (opcional)	2 tazas	0,500	Kg
Arveja seca	1 taza	0,200	Kg
Cebolla blanca	½ taza	0,100	Kg
Ajo	¼ taza	0,030	Kg
Achiote	¼ taza	0,060	LT
Sal	C/N		
Comino	C/N		
Cilantro	C/N		
Aguacate	1 unidad	0,200	Kg

PROCEDIMIENTO:

1. Realizar un reffrito con la cebolla y el ajo en cortes muy finos.
2. Colocar al guineo cortado en cuadros pequeños y se los sofrie parcialmente.
3. Se añade un poco de sal sobre el plátano y agua hasta cubrirlo por completo el guineo dejándolo cocinar hasta que se vaya deshaciendo.
4. En este momento se coloca la arveja previamente cocinada, culminar colocando la leche.
5. Una vez espesa la preparación se aumenta la mayor parte del quesillo y se rectifica de sal.
5. Para servir se acompaña con el resto del quesillo, aguacate y cilantro muy picado.

- Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Sopa de arveja	12	16	20	282

3.1.4. Caldo de gallina criolla

En cada una de las provincias del Ecuador se resalta como uno de los principales platos consumidos por propios y foráneos el caldito de gallina, y claro si es de gallina nacional o criolla como se lo llama en la costa mucho mejor, ya que este tiene un sabor muy particular por la alimentación que tiene en las casas o pequeñas granjas que se dedican a criarlos de forma muy doméstica es decir con muchos granos.

En la presentación haciendo referencia a otras provincias no varía mucho, pero al momento de servirlo es que se le da su toque característico en donde aparte de acompañarle con el tradicional picadillo se hace uso de la yuca, el guineo verde, mote y arroz que puede ser puesto directamente en el caldo o ser servido en un plato por separado; otra de las características que resalta al preparar el caldo de gallina es que en muchas ocasiones lo cocinan entero y luego lo porcionan, además en los mercados de Macará acostumbran a poner un huevo cocinado en el caldo como parte de su presentación.

- **Picadillo:** cebolla, perejil y cilantro picados muy finamente que se sirve sobre una sopa o preparación.



• Receta

CALDO DE GALLINA CRIOLLA

PESO PORCIÓN:	12	Nº PORCIÓN	515
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNID MEDIDA
Gallina (entera)	1 gallina	2,500	Kg
Cebolla blanca	2 tazas	0,220	Kg
Ajo	1 cabeza	0,060	Kg
Mote cocinado	4 tazas	0,750	Kg
Arroz	2 tazas	0,400	Kg
Yuca	2 unidades	1,000	Kg
Apio	2 ramas	0,050	Kg
Arveja tierna	1½ tazas	0,320	Kg
Zanahoria	1 taza	0,200	Kg
Huevos	10 un	0,600	Kg
Perejil	¼ taza	0,020	Kg
Cilantro	¼ taza	0,020	Kg
sal	C/N		
Comino	C/N		

PROCEDIMIENTO:

1. Poner a cocinar la gallina entera con abundante agua, condimentado con la cebolla picada muy finamente al igual que el ajo, las ramas de apio, sal y comino, aunque estas dos últimas no en abundancia, este proceso se lo hace hasta que ablande la carne que puede llevar entre 45 minutos a 2 horas dependiendo de la edad del ave. Si es necesario hidratar cuando se reduzca demasiado el agua
2. Al momento que este suave el ave se coloca en este orden el arroz y se lo deja cocinar ligeramente, luego la arveja, la zanahoria.
3. Cuando la gallina esta lista o cocinada se la retira del caldo se porciona, para servir una porción por plato, se rectifica el caldo.
4. Si ya está cocinado todo se sirve acompañado cada plato de la yuca cocinada, el mote cocinado, un huevo y el picadillo

• Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Caldo gallina	de 61	67	29	989

3.1.5. Sango de maíz

La característica de este manjar es su espesor ya que al cocinar la harina su densidad es mucho mayor, por su característica también lo suelen servir como un plato fuerte, también se lo elabora con harina de mote lo cual hace que se torne de un color más blanco, en ocasiones se sirve con huevos cocinados y partidos con rodajas.

- **Achiote:** es una preparación que tradicionalmente se la elaboraba con manteca de chanco a la cual se le calentaba y se le colocaba varias pepas de achiote para dar color a las preparaciones, en la actualidad ya la venden elaborada.



- Receta

SANGO DE MAÍZ			
PESO PORCIÓN:	250 gr	Nº PORCIÓN	8
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA
Harina de maíz	1½ taza	0,375	Kg
Grasa de puerco	3 cucharas	0,080	Kg
Cebolla	1 rama	0,050	Kg
Ajo	1 cabeza	0,020	Kg
Achiote	1 cuchara	0,005	Kg
Queso	1 taza	0,200	Kg
Huevos	5 unidades	0,300	Kg
Sal	C/N		
Comino	C/N		

PROCEDIMIENTO:

1. Realizar un refrito con la grasa de chancho, el achiote, la cebolla y el ajo.
2. Añadir dos litros de agua y llevar a ebullición.
3. Colocamos la harina y no la dejamos de batir hasta que espese y se cocine, se notara un 50% de reducción.
4. Se aumenta el queso muy bien desmenuzado y se rectifica con los condimentos.
5. Se sirve con un huevo frito y en algunas ocasiones con aguacate.

- Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Sango	16	17	36	357

3.2 Platos fuertes

3.2.1. Ceviche de carne

Su peculiaridad es un motivo de orgullo para Macará incluso al punto de ser auto denominado como patrimonio alimentario de la ciudad ya que se ha convertido en el plato insigne de la ciudad y de la región, sus múltiples formas de preparar lo han vuelto único y apreciado, el ceviche de carne más que un patrimonio es un deseo de toda la gente de tener un representante gastronómico que identifique a esa región y a su gastronomía sus principales ingredientes son el lomo fino –por su suavidad– , limones, cebollas, rábanos, como partes fundamentales y como guarniciones o acompañamientos el canguil, camote cocinado, yuca, chifle y tostado.

Se debe tomar en cuenta que para elaborar este plato se debió basar en mucho de los mestizajes que se presentan por estar rodeado por provincias costaneras, así como de otro país con culturas gastronómicas diferentes que se quiera o no influyen en sus preparaciones y este es el caso del ceviche que tiene muchos de los rasgos del emblemático ceviche peruano que al igual que el macareño su proteína también es expuesta a la acides de una fruta para facilitar su digestión al llegar al consumidor.



- Receta

CEVICHE DE CARNE			
PESO PORCIÓN:	350 gr	N° PORCIÓN	15
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA
Lomo fino	5 libras	2,000	Kg
Cebolla	3 tazas	0,600	Kg
Limón	3 tazas	0,700	LT
Rábano	4 tazas	0,200	Kg
Cilantro	1 taza	0,050	Kg
Canguil	8 tazas	0,400	Kg
Tostado	2 tazas	0,350	Kg
Chifles	4 tazas	0,100	Kg
Camote	4 tazas	0,800	Kg
Sal	C/N		
Pimienta	C/N		
Aceite	C/N		

PROCEDIMIENTO:

1. Se corta la carne en tiras muy finas para que su parcial cocción sea muy adecuada. Se corta la cebolla y el rábano en tiras muy delgadas o julianas.
 2. Colocar sobre la carne una buena cantidad de agua hirviendo suficiente hasta que la cubra por completo, más la cantidad de carne que sal que crea conveniente de una a dos cucharadas por kilo y se la mezcla usando ligeros apretones que ayudarán a que se pre cocine.
 3. Luego se escurre el agua, pero no se la elimina se la reserva para hacer uso posteriormente.
 4. Con el jugo de limón se baña la carne y se la deja encurtir para que su fibra sea más digerible.
 5. También se encuren las cebollas con el rábano usando el limón que se usó en la carne.
 6. Se mezcla la carne encurtida con la cebolla, el rábano y el perejil cortado muy finamente
 7. Se aumenta el agua con que se pre cocino la carne hasta disminuir la acides, se rectifica con sal, pimienta y se sirve acompañado de canguil, tostado, chifle hasta camote
-

- **Aporte nutricional**

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Ceviche de carne	34	13	35	414

3.2.2. Seco de gallina criolla

La gallina criolla representa una parte importante en la alimentación de los macareños que incluso en la cabecera cantonal todavía se mantiene la costumbre de criarlas de forma natural usando granos y dejándolos servirse de la naturaleza pequeños insectos esta forma de criar a las aves es que le da ese sabor tan cotizado a las gallinas criollas, que no solo se la prepara en seco sino en caldo, asados como la gallina cuyada o el hornado de gallina que también son parte de la gastronomía macareña.

Este manjar consiste en un estofado de gallina que se lo acompaña con arroz o tallarín, así como también lleva en su plato yuca cocinada, guineo cocinado o al horno y ensalada fresca, estas guarniciones no distinguen entre arroz o tallarín igual se involucran en su presentación.

- **Gallina cuyada:** es un tipo de asado que se le realiza a la gallina a la cual se le ha macerado en el mismo aliño que se lo hizo al cuy, se la prepara en un generador de calor que previamente también fue usado en la elaboración de cuyes y de esta manera se impregnán los sabores de tan peculiar animal.
- **Guarnición:** elementos alimenticios que acompañan a una proteína



• Receta

SECO DE GALLINA CRIOLLA

PESO PORCIÓN:	440 gr	N° PORCIÓN	10
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA
Gallina criolla	1 unidad	1,800	Kg
Tomate	2 tazas	0,350	Kg
Cebolla blanca	1 taza	0,080	Kg
Cebolla paiteña	1 taza	0,120	Kg
Ajo	1 cabeza	0,030	Kg
Arroz cocinado	5 tazas	0,750	Kg
Tallarín listo	5 tazas	0,750	Kg
Yuca	4 tazas	0,800	Kg
Guineo	4 unidades	0,400	Kg
Achiote	2 cucharas	0,050	Kg
Comino	C/N		
Orégano	C/N		
Sal y pimienta	C/N		

PROCEDIMIENTO:

1. Porcionar y sazonar al pollo con sal, pimienta, comino y orégano, dejándolo reposar por unos 30 minutos.
2. Se corta los ajos, cebollas, tomates en cuadros muy pequeños o brunoise fino.
3. En una olla con aceite de achiote caliente se sofríe el pollo y sobre es el ajo, las cebollas y finalmente el tomate se los deja que suelten los jugos naturales y de ser necesario se aumenta un poco de agua se lo lleva a ebullición se tapa y se deja cocinar lentamente hasta que la carne ablande si es necesario se hidrata con agua caliente cada vez que seque sin exagerar la cantidad porque la preparación se vuelve muy líquida.
4. Una vez suave la carne se rectifica de sabores se añade el perejil y se sirve sobre el arroz pato o tallarín según el gusto del comensal. Y se pone guarniciones como la yuca cocinada y el guineo verde asado.

• Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Seco de gallina con arroz	52	54	85	1056
Seco de gallina con tallarín	56	54	84	1071

3.2.3. Cecina de chancho

Este manjar es popular en cada uno de los rincones de Loja por su sabor tan atractivo que lo obtiene de su proceso de fileteado, sazonado y secado al humo o ahumado, para luego ser hidratado y llevado a la parrilla para servirlo acompañado de yuca y un encurtido de cebolla con tomate.

Macará no podía quedarse atrás y ellos también lo preparan por lo que consta como uno de los platos tradicionales de este cantón que por tradición se lo encuentra en casi todos los restaurantes, mercados y lugares de paso de macara y de la provincia entera.

Encurtido: ensalada que se prepara con cebolla en tiras a la cual se le macera con limón, luego se le añade el tomate, más limón, sal y para rectificar un poco de cilantro, perejil y aceite.



- Receta

CECINA DE CHANCHO			
PESO PORCIÓN:	380 gr	Nº PORCIÓN	6
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA
Carne de cerdo	2 libras	1,000	Kg
Comino	2 cucharas	0,050	Kg
Pimienta	½ cuchara	0,010	Kg
Achiote	4 cucharas	0,100	Kg
Sal	1½ cuchara	0,035	Kg
			Kg
Yuca cocinada	2 tazas	0,500	Kg
Cebolla	1 taza	0,180	Kg
Tomate	1½ tazas	0,300	Kg
Limón	3 unidades	0,100	Lt
Aceite	C/N		Kg

PROCEDIMIENTO:

1. Se corta la carne en filetes muy delgados y se los condimenta de inmediato se los lleva a secar en una cámara de humo por un día entero.
2. Para servirlo se hidrata en abundante agua que ayuda a eliminar el exceso de sal, llevándolo a la parrilla, para que vuelva a ablandar.
3. Se sirve acompañado de yuca cocinada y un encurtido de cebolla y tomate.

- Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Cecina de chancho	31	61	27	787

3.2.4. Náparo de chivo

El Náparo de chivo al igual que el ceviche de carne es una exclusividad de Macará ya que es el único lugar en el que se lo prepara y esto ha hecho que se vuelvan en platos representativos de la región, siendo una de los manjares infaltables en los establecimientos de todo el cantón, el lugar donde más comúnmente se lo encuentra es en el mercado central de Macará como todos los platos más tradicionales de los pueblos, si una persona quiere conocer lo que realmente come los pobladores de una región determinada lo único que se debe hacer es visitar un mercado.



• Receta

NÁPARO DE CHIVO			
PESO PORCIÓN:	300 gr	Nº PORCIÓN	10
INGREDIENTES	MEDIDA CASERA	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA
Sangre de chivo	4 tazas	1, 000	Kg
Cebolla blanca	1 taza	0,080	Kg
Ajo	2 cabezas	0,060	Kg
Manteca achiote	4 cucharas	0,100	Kg
Comino	½ cuchara	0,010	Kg
Orégano	½ cuchara	0,010	Kg
Sal	C/N		Kg
Tomate	1½ taza	0,350	Kg
Cebolla	1 taza	0,200	Kg
Limón	3 cucharas	0,080	Kg
Papas	4 tazas	1,000	Kg
Aguacate	1 unidad	0,200	

PROCEDIMIENTO:

1. Previo su uso se cocina la sangre a baño de maría y se reserva.
2. Realizar un refrito en la manteca de achiote con la cebolla y el ajo picados muy finamente.
3. Colocar la sangre desmenuzada previamente ir mesclando hasta que se incorporen todos los elementos
Cuando ya está lista la sangre se puede servir de dos maneras, mezclado con las papas o a estas por separado
4. Servir en el plato un encurtido y en algunos casos aguacate

• Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Náparo de chivo	15	30	27	443

3.2.5. Aliñado de cabeza de chivo

Su nombre puede dar a pensar cosas diferentes pero su verdadero contenido son las vísceras del chivo las cuales se cocina y sirve de una manera muy similar a la chanfaina que se elabora de chancho y esta con las vísceras del chivo. Se volvió muy popular entre los jornaleros o trabajadores del pueblo macareño los cuales aprovechaban la proteína que le pueden brindar las vísceras con el fin de continuar en las duras jornadas laborales, su forma de servir varía dependiendo de las familias o lugares donde lo preparan, acompañándolo incluso con el náparo de chivo, papas, motes guineo incluso arroz. Es un plato que se ha mantenido guardado entre las familias que lo elaboran cuando faenan a este animal, no se lo comercializa por completo, pero, todos lo saben preparar.



- Receta

ALIÑADO DE CABEZA DE CHIVO

PESO PORCIÓN:	350 gr	Nº PORCIÓN	8
INGREDIENTES	Medida casera	Peso en kilos	Unid medida
Vísceras	4 tazas	1,000	Kg
Papas	4 tazas	1,000	Kg
Cebolla paiteña	1 taza	0,180	Kg
Tomate	1 taza	0,350	Kg
Ajo	2 dientes	0,060	Kg
Sal	C/N		Kg
Comino	C/N		
Perejil			

PROCEDIMIENTO:

1. Lavar las vísceras en abundante agua, limón, hierba buena, sal.
2. Una vez bien lavado ponerlo a cocinar en agua con ajos, cebolla y perejil.
3. Cuando ya está suave sacarlo y picarlo muy finamente.
4. Realizar un refrito con el ajo, cebolla y tomate hasta que caramelicen aumenta las vísceras cocinadas y las papas, dejar que se cocinen, rectificar sabores y servir

- Aporte nutricional

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Aliño de cabeza	28	3	32	269

Nota: caramelizar es la acción del calor fuerte que provoca que los vegetales se tornen transparentes que es un indicativo de que las azúcares naturales se han activado.

3.2.6 Seco de chivo



Este manjar al igual que muchos secos son muy populares en todo el territorio ecuatoriano, pero este en particular raya en la explosión de sabores por el uso de elementos como el ají la panela, el jugo de naranjilla incluso se hace uso de la chicha o cerveza que le da un sabor característico, Macara por su amplia actividad económica en la crianza de los chivos este plato se vuelve una preparación casi infaltable en toda la región que es el producto más vendido en los mercados locales junto a otros platillos ya mencionados.

SECO DE CHIVO
APORTE CALORICO POR PORCIÓN: 680 Kcal

PESO PORCIÓN:		Nº PORCIÓN	
INGREDIENTES	Medida casera	Peso en kilos	Unid medida
Carne de chivo	2 libras	1,000	Kg
Papa	2libras	1,000	Kg
Arroz cocinado	3 tazas	0,800	Kg
Ajo	2 cabezas	0,080	Kg
Cebolla	2 unidades	0,150	Kg
Pimientos	1 unidad	0,080	Kg
Tomate	4 unidades	0,200	Kg
Naranjilla en jugo	1 taza	0,200	Lt.
Cerveza	1 taza	0,200	Lt
Panela	1 taza	0,250	Kg
Clavo de olor	5 unidades	0,002	Kg
Laurel	3 unidades	0,002	Kg
Aguacate	1 unidad	0,200	Kg
Ají	1 unidad	0,015	Kg
Perejil	C/N		
Sal	C/N		
Pimienta	C/N		
Comino	C/N		

PROCEDIMIENTO:

1. Cortamos en cubos de tamaños medianos (3.5 a 4 cm) los sazonamos con sal, pimienta, comino y llevamos a sellar.
2. Sobre la carne sellada colocamos el resto de condimentos y ponemos a sellar el ajo, la cebolla, el pimiento y el tomate.
3. Dejamos que se caramelicen los ingredientes anteriores y colocamos el ají entero sin lastimarlo para que aporte sabor no picante colocamos la mitad del jugo de la naranjilla, la cerveza y agua hasta que cubra la preparación, cuando ya ha empezado a hervir bajamos la llama a un 35% tapamos y dejamos cocinar hasta que ablande la carne.
4. Si es necesario hay que hidratar cuantas veces sea con jugo de la naranjilla, la cerveza o agua.
5. Retiramos el ají a media preparación y colocamos la panela de a poco hasta encontrar el punto deseado e hidrata con el resto del jugo, la cerveza, volvemos a tapar y que se termine la cocción.
6. Antes de servir colocamos el perejil cortado muy finamente.
7. Para servir lo acompañamos con arroz, papa y aguacate.

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Seco de chivo	29	29	69	680

3.2.7 Chanfaina



La chanfaina es un plato popular que se sirve en toda Loja la preparación dista mucho de la conocida ya que una vez cocinados los ingredientes y realizado el estofado de las vísceras estás se mezclan con el arroz y las papas, pero en Macará se sirve acompañado con el arroz y el mote todo por separado. También hay que tomar en cuenta que esta preparación se la puede realizar con las vísceras del chivo, pero su nombre ya cambia y se las conoce como el aliño de cabeza

CHANFAINA
APORTE CALORICO POR PORCIÓN:

PESO PORCIÓN:	380 gr	Nº PORCIÓN	757
INGREDIENTES	Medida casera	Peso en kilos	Unid medida
Vísceras de cerdo	2 libras	1,000	Kg
Papa	2 libras	1,000	Kg
Ajo	½ taza	0,100	Kg
Achiote de cerdo	½ taza	0,100	Kg
Pimiento rojo	1 tazas	0,300	Kg
Cebolla	1 taza	0,100	Kg
Maní (opcional)	1 taza	0,120	Kg
Leche	2 tazas	0,250	Lt
Comino	C/N		
Pimienta	C/N		
Sal	C/N		Kg
Cilantro	C/N		
Arroz cocinado	3 tazas		

PROCEDIMIENTO:

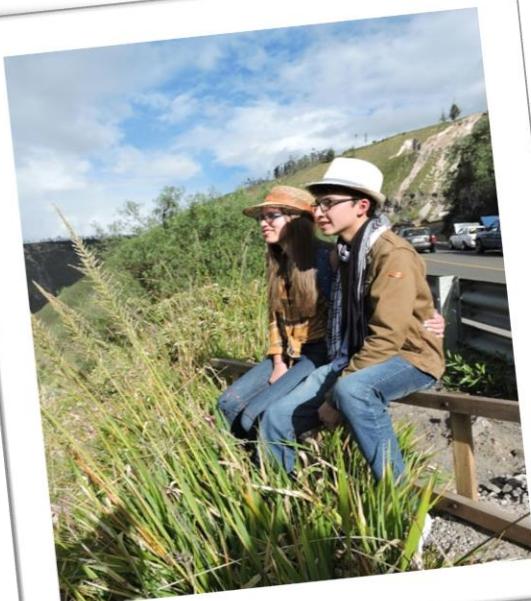
1. Lavar muy bien las vísceras, incluso se puede realizar una cocción previa eliminando el agua con la que se le hizo
2. Cocinar las vísceras con agua cebolla, ajo y los tallos de las hierbas. Hasta que estén suaves, retirarlas del líquido y cortarles finamente, reservar una parte del caldo de la cocción
3. Realizar un refrito con ajo, cebolla y los pimientos cortados muy finamente aumentar las vísceras cocinadas, las papas cortadas en cuadros de 2 centímetros el reservado del caldo y agua hasta que los cubra. Y dejar cocinar hasta que las papas ablanden.
4. se licua el maní y la leche se le aumenta se deja hervir se rectifica y se sirve acompañado de arroz y en algunos casos de mote

NOTA: en Loja no se realiza este último proceso, sino que se mezcla el arroz con la preparación sin añadir la leche con el maní. Y se sirve con huevo cocinado

Plato	Proteínas	Grasas	Carbohidratos	Kcal
Chanfaina	41	14	113	757

CAPÍTULO IV

Turismo en Macará



4.1. Investigación exploratoria del turismo

La actividad turística en los actuales momentos vive un marcado cambio en lo referente a las preferencias al momento de visitar un determinado país, puesto que se está dejando de lado los tradicionales destinos turísticos como las grandes ciudades y monumentos, y más bien se concentra en sitios que ofrezcan contacto con la naturaleza y la oportunidad de relacionarse con las comunidades para así vivir una experiencia que les permita conocer otra clase de culturas, en otras palabras aprovechar el turismo comunitario.

Macará cuenta con diversos lugares turísticos que pueden ser visitados, según el inventario del Instituto Nacional de Patrimonio Cultural INPC, en el cantón se registran 26 yacimientos arqueológicos entre los que se destacan la presencia de petroglifos en las parroquias Numbiaranga y Hornillos (Ordóñez, 2016).

Atractivos turísticos de Macará

Macará cuenta con diferentes atractivos turísticos que pueden ser visitados por propios y extraños, entre los atractivos se destacan los siguientes:

- Balneario La Lajilla
- Balneario Fondos Azules
- Reserva Natural Laipuna
- Reserva Jorupe
- Bosque Protector Cardo Palto
- Bosque Protector Jatumpamba Jorupe
- Parque Amazonas
- Parque Lineal Santa Marianita
- Templo María Auxiliadora

- Río Macará
- Puente Internacional
- Petroglifos de Numbiaranga
- Petroglifos de Jorupe
- Mirador de San Antonio

4.1.1.1. Reserva Natural Laipuna

En este lugar se puede practicar el aviturismo² ya que se pueden observar más de 120 especies de aves entre ellas la perdiz, pacharaca, gallinazo blanco, perico macareño, pericos cabeza roja; además 8 especies de colibríes, 39 especies de aves endémicas (es decir solo existen en los bosques secos de Ecuador y Perú) y finalmente 13 especies que se encuentran en especie de extinción. Cabe recalcar que la fundación Naturaleza y Vida es la encargada del cuidado de esta reserva, esto con el afán de preservar las especies de aves (Bravo, 2010).



Fuente: Iwanatrip (2024)

² Actividad turística centrada en la observación de aves silvestres.

4.1.1.2. La Lajilla

Se encuentra ubicado a 3 Km. del cantón y es el balneario natural más concurrido por los turistas especialmente en las fechas de carnaval ya que se encuentra en las riberas del río Macará por el sector llamado La Lajilla; de allí proviene su nombre. En este sitio las personas preparan platos típicos para el deleite de los visitantes; especialmente el ceviche de carne y seco de chivo. En el año 2015 la actual administración municipal desarrollo un proyecto de implementación de infraestructuras en el atractivo turístico (Armijos & Muñoz, 2022).



4.1.1.3. Reserva Jorupe

La reserva es protegida y administrada por la Fundación de Conservación Jocotoco, posee tres tipos de bosque debido a su altitud, la parte alta está cubierta de neblina que mantiene al bosque siempre verde, mientras que en la parte media y baja se caracteriza por la presencia de árboles como el pasallo y el gualtaco (Ecuador Lives, 2024).



4.1.1.4. Fondos Azules

Se encuentra ubicado en el barrio Laguar, es un lugar de cascadas naturales bajo un paradisiaco entorno de impresionante belleza natural, que emerge a la superficie de un conjunto de rocas de origen volcánico, que componen una serie de saltos de agua, en sucesivas represas o cascadas naturales.



4.1.1.5. El Resbalón

Se encuentra ubicado en la vía panamericana a 5.5 Km. de la ciudad de Macará, vía a Catacocha. Este sector se caracteriza por presentar o simular un resbalón con agua el mismo que es de piedra sólida y que brinda a quien disfruta de lo natural, una experiencia única.



4.1.1.6. Parque Amazonas

Es un parque temático dedicado al concepto ecológico, en este lugar predominan las áreas verdes y la presencia de agua en las diferentes piletas. Este es un parque ideal para la reunión de amigos y familias (GAD Municipal del Cantón Macará, 2024).



4.1.1.7. Parque lineal Santa Marianita

Es un parque temático compuesto por una cancha sintética de uso múltiple, área que está destinada a los jóvenes. Además, tiene un área especializada con implementación para ejercitarse a personas de la tercera edad, tiene un área de juegos infantiles para los niños y niñas.



4.1.1.8. Templo María Auxiliadora

Se denomina así por ser una moderna Capilla al aire libre con una espectacular vista panorámica en honor a la Santísima Virgen María Auxiliadora; es un lugar encantador rodeado de un paisaje llamativo por un lado se encuentra la ciudad de Macará y en la parte posterior se puede apreciar un segmento de bosque seco.



4.1.1.9. Puente Internacional

Este puente es un medio para el intercambio comercial, cultural y turístico entre el vecino país Perú y el cantón Macará, este atractivo turístico es muy visitado por turistas especialmente para tomarse fotografías y observar el río Macará. En el año 2012 con el objetivo de mejorar los procesos de integración fronteriza se llevó a cabo la construcción del nuevo puente internacional de Macará



Investigación exploratoria del folklore

El folklore recoge y compara los restos de antiguos pueblos, las supersticiones e historias que sobreviven, las ideas que viven en nuestros tiempos, pero no son de nuestros tiempos. (Bonté & Izard, 1996) Macará cuenta con un importante patrimonio intangible que se basa en sus costumbres y tradiciones, la gastronomía, sus fiestas religiosas y comerciales, su feria internacional, cultura, arte y música; todo esto hacen de esta una ciudad identificada con un gran valor. (Briceño Salas, 2010)

Las principales festividades que se celebran es la cantonización de Macará el 22 de Septiembre de cada año, mientras que la Feria Comercial de integración Fronteriza se lleva a cabo anualmente el 10 de Agosto. En estas ocasiones los turistas pueden disfrutar y

observar los diferentes actos que se llevan a cabo en los alrededores de la ciudad, pues se organizan bailes populares, desfiles folklóricos donde participan autoridades e instituciones educativas recorriendo las principales avenidas del cantón, donde con la vestimenta confeccionada propia para la ocasión al compás de la música danzan y alegran a los visitantes. (Ramón, 2002)

En lo referente a las celebraciones religiosas los habitantes macareños se caracterizan por ser muy católicos y sus fiestas son organizadas por los priostes (personas designadas por un determinado grupo de personas) durante la celebración de semana santa algunos devotos se disfrazan de almas santas vistiendo sábanas blancas y van alrededor del sepulcro en procesión, cuando celebran el día de un santo también realizan procesiones sacando a éstos a recorrer las calles y al finalizar este acto acuden a las afueras de alguna plazoleta para realizar las corridas de las vacas locas(un esqueleto en madera de una vaca llena de luces pirotécnicas que lo carga una persona) esta acción genera diversión a los presentes.

En este cantón es muy común el observar aun en las celebraciones la quema de castillos, y la práctica de juegos tradicionales como el palo encebado, la rayuela, la organización de kermeses y bazares que son donaciones de alimentos y amínales para exhibir en una mesa y venderlas a quien ofrezca mayor cantidad de dinero.

4.2. Fiestas tradicionales de Macará

A través de la historia, el cantón Macará se ha caracterizado por tener una población muy alegre, lo que predomina en las diversas festividades que se llevan a efecto tanto en la cabecera cantonal como en sus parroquias. Son reconocidas principalmente las

festividades del mes de agosto en la que se lleva a cabo la Feria de Integración Fronteriza y en esta se realizan actividades como coronación de reina, presentación de artistas, desfiles cívicos, ferias agropecuarias, festivales gastronómicos, entre otras actividades donde participan delegaciones del vecino país Perú.

En el mes de Septiembre se celebran las fiestas de Aniversario de Cantonización en donde, para el desarrollo de este importante acontecimiento las autoridades organizan el pregón de fiestas por ello las entidades educativas y demás organizaciones rinden homenaje a su tierra en el recorrido y danzas que realizan por las principales calles del cantón, además el público puede disfrutar de actividades como el rally automovilístico, concurso de periódicos murales, oratoria, y en la noche bailes alusivos a la fecha.

Las festividades de Macará, Ecuador son una muestra vibrante de la cultura y tradiciones de esta hermosa ciudad. A lo largo del año, Macará acoge numerosas celebraciones llenas de música, baile, gastronomía y alegría. A continuación, te presentamos una lista completa de las festividades más importantes de Macará, Ecuador

Carnaval de Macará

El Carnaval de Macará, Ecuador es una fiesta que no te puedes perder. Durante cuatro días, las calles se llenan de comparsas, carros alegóricos y música. Esta festividad es conocida por su alegría contagiosa y por la colorida batalla de agua y espuma que se lleva a cabo.

Semana Santa

La Semana Santa de Macará, Ecuador, es una celebración religiosa muy importante para los habitantes de la ciudad. Durante

esta festividad, se realizan diferentes actividades como procesiones, misas y representaciones teatrales que recrean los últimos días de Jesús. Además, podrás degustar deliciosos platos típicos de la región.

Fiestas de Macará

Las Fiestas de Macará, Ecuador, son una fecha especial para conmemorar la fundación de la ciudad. Durante estos días, se organizan eventos deportivos, conciertos, ferias artesanales y desfiles. También podrás disfrutar de la comida típica de la región y conocer más sobre su historia y tradiciones.

Fiesta de la Virgen de las Mercedes

La Fiesta de la Virgen de las Mercedes es una de las festividades más importantes de Macará, Ecuador. Durante esta celebración religiosa, se realizan procesiones y actividades en honor a la virgen. Además, se lleva a cabo una feria popular donde podrás encontrar todo tipo de productos artesanales.

Festival del maíz

El Festival del maíz de Macará, Ecuador, es una fiesta dedicada a uno de los productos más importantes de la región. Durante esta festividad, se realizan concursos de gastronomía, exposiciones de maíz y actividades culturales. Podrás degustar deliciosos platos elaborados a base de maíz y conocer más sobre su importancia en la cultura local.

Fiesta cultural con el festival de danza binacional

Uno de los festivales llenos de color en Macara, cada año se busca aportar con el lenguaje de integración la cultura latinoamericana y ecuatoriana expuesta a través de la magia de la danza.

Feria de Integración Fronteriza de Macará

La amabilidad y hospitalidad de los habitantes de macará los ha distinguido como anfitriones excepcionales; la feria de Integración Fronteriza que se celebra anualmente del 2 al 12 de agosto en conmemoración del Primer Grito de Independencia atrae a muchos visitantes que acuden a este cantón para disfrutar y participar en una de las festividades más destacadas del país.

Durante el desarrollo de esta feria se llevan a cabo exposiciones agrícolas y pecuarias, tecnológicas, empresariales y comerciales en instalaciones de instituciones de educación básica y superior. Además de ello, se organizan actividades deportivas, así también carreras de karting y los tradicionales coches de madera.

Festividades Septembrinas.

Del 15 al 24 de septiembre se desarrollarán varias actividades sociales, culturales, religiosas y de emprendimiento, encaminadas a celebrar los años de cantonización de Macará.

- **22 de septiembre**

La cantonización de Macará.

- **27 de septiembre**

Parroquialización del Cantón Macara desde 1902.

4.3. Calendario de fiestas tradicionales cantón Macará

CELEBRACIÓN	FECHA
Fiesta de la Cruz La Victoria	3 de mayo
Fiesta de San Antonio	13 de Junio
Fiestas de Parroquias	20 al 22 de julio
Feria de integración fronteriza	10 de agosto
Fiesta de Cantonización de Macará	18 al 22 de septiembre
Fiesta de parroquialización La Victoria	24 de septiembre
Fundación de Macará	1 al 4 de octubre
Fiesta de la fundación de Macará	26 de octubre

Bibliografía

- Alcaldía de Macará. (2021). *Plan de Desarrollo Turístico del Cantón Macará*. Loja: AME. Obtenido de <https://amevirtual.gob.ec/wp-content/uploads/2021>
- Armijos, M., & Muñoz, C. (2022). *Diagnóstico del sistema turístico para el desarrollo de la actividad turística del cantón Macará*. ESPE, Quito, Ecuador. Obtenido de <https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/32041/1/T-ESPE-052439.pdf>
- Bravo, A. (2010). *Investigación y puesta en valor de los recursos gastronómicos del Ecuador. Provincia de Loja-Cantón Macará*. Universidad Técnica Particular de Loja, Loja. Obtenido de <https://dspace.utpl.edu.ec/bitstream/123456789/2431/1/640X276.pdf>
- Cabrera, S. (s.f.). *Proyecto de factibilidad para la implementación de una Agencia de Viajes en el Cantón Macará*. Universidad Nacional de Loja, Loja, Ecuador. Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/1072/1/tesis>
- Chalán, A. (2011). *La vuelta de los tiempos*. (A. Chalán, Ed.) Saraguro, Loja, Ecuador: Angel Chalán. doi:978-9942-03-500-4
- Ecuador Lives. (25 de abril de 2024). *ecuadors.live*. Obtenido de Cantón Macará: <https://ecuadors.live/provincia-de-morona-santiago/canton-macara/>

GAD Municipal del Cantón Macará. (25 de marzo de 2024). *GAD Macará*. Obtenido de <https://www.municipiomacara.gob.ec/gadmacara>

Ministerio de Turismo. (25 de febrero de 2021). *MINTUR*. Obtenido de <https://www.turismo.gob.ec/la-horchata-bebida-medicinal-lojana/>

Ordóñez, J. (2016). *Ruta Turística del Cantón Macará Provincia de Loja*. Universidad Nacional de Loja, Loja, Ecuador. Obtenido de <https://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/10103/1/JESSICA%20ORDO%C3%91EZ>

Peñaherrera, P., & Alfredo, C. (1980). *Otamendi: El Centauro de Ébano*. Ecuador: Xerox. Obtenido de <https://www.bing.com/search?q=Piedad+y+Alfredo+Costales.-+Otamendi>

Radio Urbemix. (15 de febrero de 2024). *Urbemix*. Obtenido de <https://www.urbemixradio.com/macara>

Serrano, K. (2019). *Análisis de los platos más representativos del cantón Loja en sus parroquias urbanas para la elaboración de una Ruta Gastronómica de Restaurantes*. Universidad Técnica Particular de Loja, Loja, Ecuador. Obtenido de <https://dspace.utpl.edu.ec/bitstream/20.500.11962/23731/1/Serrano>

UNIVERSIDAD DE ESPECIALIDADES TURÍSTICAS “UDET”
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN

REVISIÓN EXTERNO DE EVALUADORES DE PARES ACADÉMICOS

Fecha recibida. 20 de abril de 2024

Fecha entrega. 20 de mayo de 2024

Nombre y apellidos del evaluador: Sánchez Ramírez Verónica Beatriz

Grado académico: Magister en gestión empresarial

Institución donde labora: Instituto Superior Tecnológico Tsa'chila

Cargo o función que desempeña: Vicerrector Académico

Título del libro: “DELICIAS GASTRONÓMICAS TRADICIONALES DE MACARÁ”

Capítulo/s del libro.	
Libro completo.	x

1.- REVISIÓN GENERAL

Criterio	Mal	Regular	Bien	Excelente
1. El título es adecuado				x
2. El tema es de actualidad y aporta a la disciplina que aborda.			x	
3. El análisis teórico es actualizado (más del 50% de las referencias son de los últimos cinco años)			x	
4. Está bien fundamentada la teoría incluida en el libro			x	
5. Se evidencia objetividad en los temas tratados			x	
6. Aborda las corrientes principales de la ciencia específica			x	
7. Los datos abordados en el libro se encuentran validados por métodos que lo fundamentan.			x	
8. La redacción y ortografía son buenas.			x	
9. Existe relación entre el título y los aspectos abordados en el libro.			x	
10. Los cuadros, tablas y figuras tienen buena calidad.			x	

2.- COMENTARIOS ADICIONALES.

Comente los siguientes elementos relacionados con el libro.

- a) Actualidad e importancia del libro.
- b) Aporte al estudio de la ciencia específica que trata.
- c) Objetividad de la información presentada
- d) Actualidad de las citas y referencias bibliográficas.
- e) Validez de los datos incluidos en el libro.

La redacción del texto es clara y guarda directa relación con el título del libro. El tema se aborda con solidez en los argumentos, en la información y datos correspondientes.

Se evidencia el aporte fundamental del libro, al resaltar la importancia de la difusión de los saberes ancestrales y la cultura de la localidad.

Los capítulos demuestran objetividad, coherencia, claridad, aspectos que facilitan la comprensión, análisis y disfrute del texto elaborado a pesar la complejidad de la naturaleza misma de los temas (gastronomía, turismo, cultura, ancestralidad). **De cualquier modo, se sugiere una nueva revisión a aspectos relacionados con la calidad de las cuadros, tablas y figuras en algunos casos.**

Las fuentes citadas son pertinentes sin embargo **se sugiere, revisar la actualidad de la bibliografía en los casos que lo ameriten.**

La calidad científica y metodológica del libro se ajusta a los requerimientos actuales, se evidencia dominio, conocimiento y la experiencia de autores la temática abordada.

La información expuesta en el texto ha sido recabada detalladamente por los autores, lo que amerita un reconocimiento esta labor, tanto por el aporte metodológico como práctico. Por tanto, se valida la propuesta para que sea considerado en las actividades de docencia de pre y post grado, luego de que se realicen las correcciones sugeridas.

3.- INDICACIONES Y SUGERENCIAS A LOS AUTORES QUE CONSIDERE NECESARIOS PARA MEJORAR LA OBRA.

Finalmente marque con una X su criterio general sobre la obra analizada

Publicar sin modificaciones	
Publicar con modificaciones menores	X
No publicar	



Sánchez Ramírez Verónica Beatriz



UNIVERSIDAD DE ESPECIALIDADES TURÍSTICAS “UDET”
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN

REVISIÓN EXTERNO DE EVALUADORES DE PARES ACADÉMICOS

Fecha recibida. 20 de abril de 2024	Fecha entrega. 20 de mayo de 2024
--	--

Nombre y apellidos del evaluador: Digna Elizabeth Sánchez Trávez

Grado académico: Máster en Planificación del Turismo y Salud

Institución donde labora: Instituto Tecnológico Superior Tsa'chila

Cargo o función que desempeña: Coordinadora de la Carrera de Gastronomía

Título del libro: “DELICIAS GASTRONÓMICAS TRADICIONALES DE MACARÁ”.

Capítulo/s del libro.	
Libro completo.	X

1.- REVISIÓN GENERAL

Criterio	Mal	Regular	Bien	Excelente
1. El título es adecuado				X
2. El tema es de actualidad y aporta a la disciplina que aborda.			X	
3. El análisis teórico es actualizado (más del 50% de las referencias son de los últimos cinco años)			X	
4. Está bien fundamentada la teoría incluida en el libro			X	
5. Se evidencia objetividad en los temas tratados			X	
6. Aborda las corrientes principales de la ciencia específica			X	
7. Los datos abordados en el libro se encuentran validados por métodos que lo fundamentan.			X	
8. La redacción y ortografía son buenas.			X	
9. Existe relación entre el título y los aspectos abordados en el libro.			X	
10. Los cuadros, tablas y figuras tienen buena calidad.		X		

2.- COMENTARIOS ADICIONALES.

Comente los siguientes elementos relacionados con el libro.

- a) Actualidad e importancia del libro.
- b) Aporte al estudio de la ciencia específica que trata.
- c) Objetividad de la información presentada
- d) Actualidad de las citas y referencias bibliográficas.
- e) Validez de los datos incluidos en el libro.

La redacción del texto es adecuada y coherente con el título declarado. Se evidencia dominio del tema por parte de los autores en los temas referidos al turismo y otros afines, como el gastronómico. Este elemento constituye el aporte fundamental del libro, al resaltar la importancia de la gastronomía como saber tradicional.

Se reconoce en la escritura de los capítulos la objetividad y el lenguaje claro, este elemento permite a los lectores un completo entendimiento del tema tratado, de por sí complejo, al ser el turismo un elemento en el que intervienen diferentes aristas. **De igual forma esta revisora sugiere una nueva revisión de estilo y en algunos casos la ortografía.**

Las fuentes citadas son adecuadas y con un elevado grado de actualidad, **sin embargo, es necesario revisar la bibliografía actualizando a los últimos años.**

La calidad científica y metodológica del libro está acorde con los requerimientos actuales, en él se evidencia la experticia de los autores y la experiencia práctica en los elementos tratados.

La información ofrecida ha sido recopilada minuciosamente por los autores, elemento a destacar ya que no solo otorga carácter metodológico sino, además, práctico. Este elemento valida la propuesta a que sea considerado para la docencia de pre y post grado, una vez que se realicen los arreglos sugeridos.

3.- INDICACIONES Y SUGERENCIAS A LOS AUTORES QUE CONSIDERE NECESARIOS PARA MEJORAR LA OBRA.

Finalmente marque con una X su criterio general sobre la obra analizada

Publicar sin modificaciones	
Publicar con modificaciones menores	X
No publicar	



Ing. Digna Elizabeth Sánchez Trávez Mtr.
CI: 0503063315



FICHA REGISTRO DE ISBN
INTERNATIONAL STANDARD BOOK NUMBER

Agencia ISBN Ecuador
Cámara Ecuatoriana del Libro
Eloy Alfaro N29-61 e Inglaterra, 9° Piso.
<http://www.celibro.org.ec>

No Radicación 175499

Fecha de asignación: 2025-05-14

Tipo de Obra	Información del Título
ISBN Obra independiente: 978-9942-929-27-3	Título: Delicias gastronómicas tradicionales de Macará
ISBN Volumen:	Título:
ISBN Obra Completa:	Título:
Sello editorial: Universidad de Especialidades Turísticas -UDET (978-9942-929)	

Subtítulo
Subtítulo Obra Independiente:
Subtítulo Obra Volumen:
Subtítulo Obra Completa:

Tema
Materia: 641.59 - Cocina característica de medioambientes geográficos específicos Étnica
Tipo de Contenido: Otro
CLASIFICACIÓN TEMA
WBN - Cocina nacional y regional
Colección: Colección Institucional
No colección:
Serie:
Público objetivo: General
IDIOMAS
Español

Colaboradores y Autor(es)		
Nombre	Nacionalidad	Rol
Zapater Dávila, Jessica Daniela	Ecuador	Autor
Garzón Mosquera, Fausto Fabricio	Ecuador	Autor
González Amagua, Jaime Estuardo	Ecuador	Autor
Salas Álvarez, Wilson Teodomiro	Ecuador	Autor

Traducción			
Traducción: No	Del:	Al:	Idioma Original:
Título Original:			

Información de Edición			
No de Edición: 1 Ciudad de Edición: Quito Departamento, Estado o Provincia: Pichincha Fecha de aparición: 2025-04-30			
Coedición: No	Coeditor:		

Comercializable	
No de ejemplares oferta nacional: 100 Precio en moneda local: 20	
No de ejemplares oferta externa: 100	Precio en dólares: 20
Oferta total: 200	
Disponibilidad: Disponible bajo pedido especial	Estatus en el catálogo: Próxima aparición

Descripción física - Impresión en papel			
Descripción física: No páginas: Tipo de impresión: No tintas:			
Tipo de encuadernación:	Tipo papel:		Gramaje:
Tamaño:	Peso:		

Descripción física - Medio electrónico o digital		
Tipo de soporte: Libro digital descargable Formato: Pdf (.pdf) Tipo de contenido: Texto (legible a simple vista)		
Medio electrónico o digital:	Protección técnica: DRM	Permiso de uso: No permitido
Tipo de restricción de uso:	Tipos de acceso: Digital: descarga y online	Tamaño: 4.924Kb

Editorial: Universidad de Especialidades Turísticas - UDET
--



FICHA REGISTRO DE ISBN
INTERNATIONAL STANDARD BOOK NUMBER

Agencia ISBN Ecuador

Cámara Ecuatoriana del Libro

Eloy Alfaro N29-61 e Inglaterra, 9° Piso.

<http://www.celibro.org.ec>

No Radicación 175499

Fecha de asignación: 2025-05-14

Número de identificación tributaria o de ciudadanía : 1791745655001	Teléfono: 02490578	
Representante legal: Wilson Teodomiro Salas Alvarez		
Responsable ISBN: Nataly Andrea Cáceres Santacruz	e-mail: ncaceres@udet.edu.ec	Teléfono: 02-490-578

Control de Agencia