



Secretos de
Alacena

*Diseño de portada inspirada
en caracteres de antaño con
ortografía contemporánea.*



Secretos de
Alacena

1998



SECRETOS DE ALACENA

Serie: RAICES Tomo No. 1

EDIECUATORIAL

Av. Amazonas 1429 y Colón, Of. 26-27

Quito, Ecuador

Copyright© 1998 by Museo de la Ciudad de Quito

Calle García Moreno 572 y Rocafuerte

Municipio del Distrito Metropolitano de Quito

Dirección General de Educación de Cultura

Quito, Ecuador

Directora Ejecutiva del Museo de la Ciudad

Patricia von Buchwald

Fotografía

Christoph Hirtz

Eduardo Maldonado

Proyecto Gráfico y Diagramación

María Mercedes Moreno

Selección de Documentos y Textos

Paquita Troya

Patricia von Buchwald

Revisión

Cristina Ulloa

Denise Fonseca

Ligia Sarmiento de León

Patricia von Buchwald

Editores y Textos

Denise Fonseca

Patricia von Buchwald

Edición

Ediecuatorial

Directora de Proyectos Especiales Ediecuatorial

Patricia Ashton Donoso

Auspicio

Fundación El Comercio

Impresión

Editorial Ecuador - Quito

ISBN-9978-40-758-8

Primera Edición Diciembre 1998

Tiraje 1.000 Ejemplares



Colección digital
Patrimonio Cultural Inmaterial
del Ecuador (1998–2018)
www.parolecorp.com.br (Publicações)



QUERIDOS GUARDIANES DEL FUTURO:

A menudo pensamos que la historia se escribe solo en los grandes libros o en los monumentos de piedra. Sin embargo, creemos que lo que realmente sostiene las identidades de nuestra sociedad son los "*sencillos elementos del quehacer cotidiano*". Esas pequeñas acciones que construyen quiénes somos día tras día.

Hoy queremos entregarles una ofrenda: gracias al apoyo de quienes creemos en el valor de nuestra memoria, hemos contribuido a la digitalización de cinco obras publicadas por *Historia y Vida* y sus aliados institucionales, entre 1998 y 2018: *Secretos de Alacena*, 1998; *De la cocina de ... Manabí*, 1999; *Esencia Cuencana*, 1999; *Cien años de Amor a la Vida*, 2006; y *Buen Pago a los Acreedores*, 2018, hoy disponibles libremente para ustedes en: www.parolecorp.com.br (Publicações).

¿Qué es lo que reciben en estas páginas?

Reciben la herencia de nuestras abuelas, bisabuelas; de nuestros más lejanos antepasados. De aquellos hombres y mujeres que mantuvieron las tradiciones vivas, nutriendo a sus familias no solo con alimentos, sino con amor, unión, prosperidad y valores humanos. Ellos, desde sus cocinas y sus quehaceres diarios, nos dieron una nutrición que va más allá de lo físico: nos enseñaron la honradez, la cultura del trabajo y el ingenio para salir adelante ante la adversidad. Sus "escritos femeninos", antes guardados en baúles, son hoy un tesoro que forjó nuestra identidad ecuatoriana.

Esta iniciativa de la editorial *Historia y Vida* se inspira en la visión de la UNESCO sobre el *Patrimonio Cultural Inmaterial*. Este concepto nos enseña que el patrimonio no es algo antiguo y estático, sino una práctica viva que se transmite de generación en generación. Es aquello que nos da un sentimiento de identidad y continuidad.

Al entregarles estos libros digitales, los invitamos a convertirse en los nuevos **Guardianes del Valor de las Herencias e Identidades Culturales del Ecuador**. Les pasamos este legado para que, al conocerlo, puedan protegerlo con orgullo y mantener viva la memoria de quienes nos precedieron.



A menudo, lo que sostiene las grandes obras humanas – sean ellas imponentes edificaciones o sofisticadas construcciones culturales - son las estructuras tradicionales compuestas por los sencillos elementos del quehacer cotidiano de sus constructores.

Denise Fonseca

Historia y Vida (ASTUDILLO & MORENO 2018: 13)

Ecuador, enero de 2026

Con la esperanza puesta en ustedes,
Los Guardianes del Presente

Ana María Avila Loor

Ana María Ruperti Loor

Carlos Salazar Sánchez

Denise Pini Rosalem da Fonseca

Diana Gutiérrez Loor

Eliana Leonor Valencia Vallejo

Gloria Astudillo Loor

José Bolívar Avila Loor

José Patricio Moreno Loor

Juan Pablo Moreno Loor

Lucía Astudillo Loor

Lupe Gutiérrez Loor

Ma. Cristina Avila Loor

Ma. del Carmen Moreno Loor

Ma. del Pilar Moreno Loor

Ma. Dolores Gutiérrez Loor

Ma. Emilia Guarderas Moreno

Ma. José Guarderas Moreno

Ma. Mercedes Moreno Loor

Patrícia von Buchwald

Roque Guarderas Izurieta

Sylvia Vélez Velasco





DEDICATORIA

Las sociedades humanas siempre han sabido reconocer la importancia y el valor de los grandes hechos, y de los grandes hombres, que curiosamente fueron notables justamente por ser distintos de los demás, y estuvo bien.

Por otro lado, la supuesta “normalidad”, con sus reglas intransigentes y castradoras, muy pocas veces es recibida con aprecio y reverencia, aun que por lo general exija actos cotidianos de renuncia y heroísmo.

Este libro va dedicado a nuestras abuelas, mujeres “normales”, que se ocuparon de cumplir con sus papeles y preservaron la memoria de quienes somos, mientras nos hacían felices.



Agradecimientos

Alfonso Aguirre Chiriboga

Alina Ortega

Angela María Restrepo

Carmen Sevilla de Burneo

Fanny Monar de Ulloa

Fausto Bucheli

Laura Acosta de Jarrín

Manolo Ponce

María del Pilar Fernández de Troya

Mireya Salgado de Fernández

Milagros Andrade Heymann

Pilar Pérez de Sevilla

Santiago Andrade



La idea...

Todo comenzó en julio pasado cuando me puse a pensar sobre la idea de identidad que vive en el interior de cada nación.

Al buscar la “Ecuadorianidad” –hija de la síntesis de la magia andina, la abundancia tropical y la formalidad europea con acento moro- estaba segura de haberla visto caminando entre los hombres y mujeres comunes de las calles, campos y selvas de esta nación que a diario va narrando la historia que queremos conocer.

A la pregunta de ¿quiénes somos?, recordé un proverbio oriental que asegura que “somos lo que comemos”. Pensé entonces que deberíamos preguntar a nuestras abuelas, guardianas de la memoria, cómo hemos alimentado nuestro cuerpo y nuestra imaginación alrededor de la mesa de la cocina, en la intimidad de la familia.

Hasta este entonces, un libro de recetas antiguas que incluyera belleza y fantasía, conjugando historia y vida, y que fuera producida con rigor científico, por una institución de respeto, no pasaba de ser una fascinante idea.

La coincidencia...

Al comienzo de septiembre, Pilar invita un grupo de damas diplomáticas a una visita al Museo de la Ciudad para dar a conocer las posibilidades de integración de su labor en las áreas de servicio social y cultural.



Ahí conocí a Patricia y Paquita con sus incontables proyectos de actividades para hacer del museo un centro vivo de formación de conocimiento de historia cotidiana, que contribuyera efectivamente para la construcción de una “Ecuadorianidad”, a la vez una síntesis pluralista.

No sé decir si fue en esta fecha, o poco después, que supe que ellas pensaban sobre culinaria con ideas muy parecidas a las que se me ocurrían. En ese momento, ellas ya contaban con la entusiasta colaboración de las familias Troya Fernández y Fernández Salgado, quienes confiaron al cuidado del museo sus viejos recetarios, los mismos que después se constituyeron en columnas maestras de esta publicación.

La sinergia...

Sería por este mes, a mediados de octubre, cuando un grupo de profesionales de distintas formaciones se reunió para discutir algunas actividades en el área de la educación. Entre ellas se encontraban Laura, del periódico El Comercio; Alina, de la Fundación El Comercio y Patricia, de Ediecuatorial.

Quizás porque éramos todas mujeres –o por obra de un ángel travieso- no tardó mucho en llegar el tema de la herencia cultural sin precedente, que queda guardada en el silencio en los libros de recetas de las mujeres que nos antecedieron.



Cosa de mujeres, pasamos rápidamente de ahí a la pasión por nuestra cultura y su potencial transformador íntegramente por explorar; es así que con la velocidad de un rayo, llegamos a la determinación de llenar de luz este repositorio infinito de secretos que al desnudarse mucho, puede revelar lo que somos y deseamos ser.

El libro Secretos de Alacena empezaba a nacer.

El apoyo...

Regresé al museo a la semana siguiente, como quien regresa al futuro, con la misión de convencer a Patricia –la del museo- de que producir el libro hasta diciembre era posible, y fui recibida por un grupo ampliado de talentos individuales y esperanzas personales.

A manera de una conspiración celestina ahí estaba Carmen, quien se ha convertido a la historia hace más de dos décadas, durante las cuales se dedicó al tema de la culinaria ecuatoriana, por creer en las cosas que yo apenas descubría.

La conversación que siguió agregó valor a las ideas iniciales y se consolidó en el propósito del grupo de conformar un gran proyecto de investigación del museo que, hasta la Navidad del próximo año, entregará a la nación un trabajo sobre la culinaria ecuatoriana que será, además de bello y novedoso, uno de los primeros capítulos de nuestra historia cotidiana.



Los historiadores, no cabe duda, somos ante todo unos soñadores. Pero esta vez teníamos que portarnos bien y mantener nuestros pies bien puestos en la tierra.

La Fundación El Comercio y la editorial nos había brindado un apoyo incondicional y la única forma de expresar nuestro aprecio era produciendo este libro, con pasión y profesionalismo, en el plazo establecido.

Estoy segura de que había legiones de seres iluminados trabajando en todas las dimensiones, para que mantuviéramos las fechas apenas al alcance de las posibilidades. Ejemplo de esto fue, como se supo, de la existencia de otro libro de recetas que podría constituir un nuevo cuerpo documental.

Un par de días antes de esta reunión, Angela María estaba en el museo para trabajar en una producción de videos de presentación de las candidatas a Reina de Quito. En un momento dado, ella esperaba por algo en la sala de Patricia –la del museo–, mientras ésta hablaba por el teléfono, buscando algunos libros antiguos de recetas. Fue imposible no oír, así como fue imposible no comentar que en su familia había uno de estos libros e inmediatamente se puso a hacer llamadas telefónicas para tratar de ubicarlo. Ese día, los esfuerzos resultaron inútiles, pero quedó el registro de la existencia de ese libro.



En la mañana de la reunión, Milagros casualmente visitaba el museo y se quedó para nuestra conversación. Cuando Patricia –la del museo- mencionó el recetario de la familia de Angela María, Milagros supo informar que éste había sido guardado hacia mucho tiempo por un pariente cercano. Así fue como el libro llegó a nuestras manos.

La generosidad...

Era un martes por la tarde y la visita de Alfonso, citada para las cuatro se suponía que debería ser breve. Muy puntual llegó trayendo el libro de recetas de la señora doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena, matrona del final del siglo XIX, que ha dejado un tesoro de informaciones grabadas con letra bien formada y un trato cariñoso de sus conocimientos. Premonitoria, antes de partir ella confió este saber en la manos, igualmente cuidadosas, de su sobrina doña Rosa María Nájera Gómez de la Torre de Aguirre Guarderas, el mismo que está parcialmente reproducido en este libro.

El museo acogió el préstamo con alegría no disfrazada y la pasión por la historia, que respira en cada una de sus salas, contagió a Alfonso. El estuvo ahí algunas horas más de las previstas y dejó a su paso la marca de la generosidad, quizás por haber leído la receta de la “medicina doméstica para vivir cien años en buena salud”, de este libro que llegó a su familia por caminos tan misteriosos como los que al final le trajeron al museo.



La locura...

Estábamos exactamente en el día 12 de noviembre, cuando Patricia –la de Ediecuatorial- nos recibió en la editorial para finalizar los detalles y poner el libro en producción. Disponíamos de sólo un mes para tener los volúmenes saliendo como panes calientes de la gráfica, imagen válida para expresar nuestra ansiedad por el frescor y la calidad del producto final, además de nuestra expectativa de éxito en las ventas.

La locura se instaló.

María Mercedes habrá pasado unas cuantas noches insomnes produciendo en su computadora la belleza gráfica que este libro delicada y orgullosamente exhibe.

Eduardo se dedicó a la psicótica tarea de rescatar imágenes que representaran un discurso histórico sobre los alimentos y la alimentación ecuatoriana, adecuado y suficientemente elocuente; de tal manera que el texto literario pudiera ser omitido para no cansar al lector, pero sin pérdida de información relevante.

Patricia –la del museo-, siempre amparada por Cristina, pasó por graves crisis de regresión a los años de formación en historia, para poner contenido científico en cada una de las muy limitadas palabras permitidas en el comienzo de cada sección y estructurar el libro como un todo, buscando las mejores combinaciones de información, imagen y texto.



Mientras más crecía la obsesión por tener el libro para Navidad, más se acortaban los plazos y Patricia –la de Ediecuatorial- vivía la paranoia de negociar más tiempo con Manolo y Fausto, a la vez que nos aplicaba terapia de choque para hacer que las puntas se juntaran.

Quizás, de hecho todo esto haya sido una gran locura. Muchas veces la línea que traza el límite entre realidad y fantasía es demasiado fina para que se la sienta.

Prefiero creer que la llamada “verdad” no es más que la máscara que mejor nos expresa, porque al final muchas son las caras de cada una de las realidades que compartimos con los otros seres habitantes de este universo.

Si es que hemos creído en una realidad fantásiosa que nos hizo daño, nada mejor que las terapias disponibles en el Hospital San Juan de Dios, que fue el primer hospital de América meridional y hoy abriga en sus recámaras los retazos y fragmentos de la historia de los hombres y mujeres comunes de nuestra nación: el Museo de la Ciudad de Quito.

Pero, si aun así persisten las distorsiones de percepción del incontestable valor de nuestra cultura, entonces no hay más que tomarse el caldo para locos, cuya receta viene al final de este libro.

Denise





NOTA DE LA EDITORA

El libro “Secretos de Alacena” es uno de los tantos sueños que el Museo de la Ciudad vuelve realidad con la ayuda y gracias a la existencia de anónimos constructores.

Mediante esta publicación, queremos llevar a ustedes un libro hermoso que transmita nobles sentimientos humanos a través de uno de sus más sencillos actos cotidianos. Para ello, recogimos manuscritos que varias mujeres ejecutaron amorosamente y que pasaron de una generación a otra, fundiendo viejas tradiciones y aportes de las nuevas épocas.

El recetario de Doña María Virginia Mantilla de Peñaherrera fue legado a su hija Dolores Peñaherrera de Salgado, quien a su vez lo enriqueció para dejarlo a su hija Mireya Salgado de Fernández, que a través de su única hija María del Pilar Fernández de Troya, heredaron cuatro nietas que en su momento, imprimirán en él expresiones de su propio tiempo histórico.

En este libro, queremos ofrecer a todos la posibilidad de incorporar la caligrafía personal de los protagonistas de nuevas pequeñas o grandes historias familiares, mediante la inserción de hojas en blanco.

También enriquecieron esta publicación los recetarios de Doña Clementina Vivanco de Jácome y de Doña Rosa Gómez de la Torre



y Gangotena con un hermoso manuscrito del siglo XIX en el que fue inspirado el formato de este libro.

Cabe mencionar que, la riqueza y diversidad de las recetas y fórmulas encontradas en apenas estos tres recetarios, hizo difícil la tarea de seleccionar las que debían incluirse.

Atendiendo el objetivo de mostrar las persistencias de matriz indígena que se conserva en la culinaria quiteña y su evolución mediante la introducción de técnicas y productos, el segmento de entradas, incluye delicias envueltas en hojas.

La organización del libro lo realizamos de acuerdo al orden en que se presentan los platos en una comida formal. Los postres y dulces que pueden servirse a diferentes horas del día, y las carnes rojas, pollos y pescados, sumamente picantes, aprovechan el ají de yum-bos.

En último lugar, hemos puesto un par de recetas que forman parte de lo que las mujeres consideran también su obligación - la salud familiar-. Los textos que respaldan las imágenes, refuerzan con rigor científico los aspectos históricos del tema tratado.

Patricia

CONTENIDO

Entradas

CHOCLOTANDAS (HUMITAS)	22
CHIGÜILES DE MOTE PELADO	24
TAMAL GUAYAQUILEÑO	26
TAMAL IMPERIAL	28
QUIMBOLITOS DE ARROZ	30

Sopas

MONDONGO	36
LOCRO DE HUEVOS	38
LOCRO CHUPE	40
SOPA DE GARBANZO	42
FANESCA	44

Aves

PERDICES	50
PICHONES EN PAPEL	52
POLLO DORADO	54
POLLOS CON ALCAPARRAS	56
POLLO INGLES	58

Carnes

AJÍ DE CARNE	64
ESTOFADO	66
LOMO DE TERNERA ESTOFADO	68
LOMO DE PUERCO SUDADO	68
PICANTE DE AJO	70

Pescados

PEJE EN ACEITE	76
PICANTE DE PEJE	76
PESCADO A LA BISCAÍNA	78

Chichas

CHICHA DE MOROCHO	84
CHICHA DE JORA	86
CHICHA DE ZARZA	88



Mistelas

MISTELA DE NARANJA	94
MISTELA CARTUJA	96
MISTELA DE LECHE	98

Secretos de sabor, olor y color

CHIRIMOYA FRAPEÉ	104
ROSERO	106
COLADA MORADA	108

...de azúcar y de leche

ROMPOPE	114
LECHES ASADAS	116
OTRAS CUAJADAS	116
LECHE TERCIOPELO	116
TURRÓN ALICANTE	118

...de trigo y de miel

PRISTIÑOS	124
COSTRAS	126
BUÑUELOS	128
BUÑUELOS REALES DE HARINA DE CASTILLA	130
QUESADILLAS	132

Secretos de amor, generosidad y salud

MEDICINA DOMÉSTICA PARA VIVIR CIEN AÑOS EN BUENA SALUD	138
CALDO PARA LA LOCURA	150

<i>Glosario</i>	192
------------------------------	-----

<i>Los Secretos en el Museo</i>	194
--	-----

<i>Bibliografía</i>	200
----------------------------------	-----



Con el asentamiento de los primeros colonos en el territorio quiteño, aparecieron en la mesa de ricos y pobres, indígenas y españoles, comidas novedosas como resultado de la mezcla de ingredientes y técnicas originarias de uno y otro continente, conformando la síntesis gastronómica en el siglo XVI.

Desde antes de su llegada, ya se acostumbraba en la cocina indígena una gran diversidad de preparaciones envueltas en hojas, con pasta de maíz tierno cocido al vapor como las humitas que, asimiladas por los españoles se hicieron dulces o saladas. Su variedad incluye preparaciones envueltas en hojas de achira o plátano y relleno de papa, yuca, o harina de trigo.

Rosario Olivas Weston. 1996.



LA ULTIMA CENA
Miguel de Santiago, S. XVII
Monasterio de San Diego
Quito - Ecuador



Entradas





Choelotandas. sal

Se muele doce onzas de queso fresco, y se bate mucho con una libra de manteca, a esto se le agrega ocho huevos bien batidos y tres libras de choelo pelado y motido (si está muy tierno el choelo se disminuye el huevo) la sal & azúcar se pone al gusto, en las de sal se pone condumir de queso hecho rájas en un ahogado de cebolla, sal y pimienta.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

CHOCLOTANDAS (HUMITAS)

Se muele doce onzas de queso fresco, y se bate mucho con una libra de manteca, a esto se le agrega ocho huevos bien batidos y tres libras de choclo pelado y molido (si está muy tierno el choclo se disminuye el huevo) la sal o la azúcar se pone al gusto, en las de sal se pone condumio de queso hecho rajas en un ahogado de cebolla, sal y pimienta.



Chigüiles de mote pelado

Un plato de mote salado bien lleno se pone en remojo se lava y se quita las cabezas con navaja y se estela en un cazo, se muele con un queso y un poco

de leche, esa masa se mezcla en ocho huevos batidos a entero y 4 yemas, un huevo ó reat de ricota, media libra de manteca batida por separado, se pone un poco de sal motada y se ve que quite en estado de que venga de la cuchara sin dificultad, se queda suelto se pone un poquito de polvo de mote seco. El condimento es de puzardo ó queso en galga guisada con morri-fumento y origano. Se envuelve en hojas de maíz y se cocina al vapor tapándolos bien.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

CHIGÜILES DE MOTE PELADO

Un plato de mote pelado bien lleno se pone en remojo, se lava y se quita las cabezas con navaja y se estila en un cedazo, se muele con un queso y un poco de leche, esa masa se mezcla en ocho huevos batidos, cuatro enteros y cuatro yemas, un medio o real de natas, media libra de manteca batida, por separado se pone un poco de sal molida y se ve que quede en estado de que caiga de la cuchara sin dificultad, si queda suelto se pone un poquito de polvo de mote seco. El condumio es de pescado o queso en salsa guisada con maní, pimienta y orégano. Se envuelve en hojas de maíz y se cocina a vapor tapándolos bien.



Reseta de tamal guayaquileño

Se cocina uno gallino, un pedazo de carne de vaca y otro de puerco, en este caldo se cocina la masa, la que se pre para de la manera siguiente; se muele el tanto de un plato sopero de mote pelado crudo y bien seco y sin cernir se hace la masa. En el caldo que debe estar hirviendo se pone el motivo y se le cocina moviendo con una cuchara de madera hasta que en el asiento de la pasta se forme una cáscara y empiece a desprenderse; entonces se saca la masa y se le pone media libra de manteca poco mas o menos y se le mezcla bien.

Para el condumilo se hace un refrito con pimienta, sal un poco de especerías, un poquito de polvo de mais tostado encurtidos que se hacen de tallos de cebollas, rapas de ají, tres clavos, una rajita de canela, un poquito de azúcar y un poco de vinagre; unas rapas de huevo duro rajitas de aceitunas, almendras, pasas, pedazos de chorizo y tocino cocinados; los pedazos de gallina y las carnes. El caldo debe estar suficientemente salado antes de cocinar la masa para que esta tenga sabor, si el caldo está mucho no se cocina la masa sino en una parte del caldo.

TAMAL GUAYAQUILEÑO

Se cocina una gallina, un pedazo de carne de vaca y otro de puerco, en este caldo se cocina la masa , la que se prepara de la manera siguiente; se muele el tanto de un plato sopero de mote pelado crudo y bien seco y sin cernir se hace la masa, en el caldo que debe estar hirviendo se pone el molido y se le cocina moviendo con una cuchara de madera hasta que en el asiento de la paila se forme una cáscara y empiece a desprenderse; entonces se saca la masa y se le pone media libra de manteca poco más o menos y se mezcla bien.

Para el condumio se hace un refrito con pimienta, sal, un poco de especerías, un poquito de polvo de maíz tostado, (encurtidos que se hacen de tallos de cebollas, rajadas de ají, tres clavos, una rajita de canela, un poquito de azúcar y un poco de vinagre) unas rajadas de huevo duro, rajitas de aceitunas, almendras, pasas, pedazos de chorizo y tocino cocinados; los pedazos de gallina y las carnes, el caldo debe estar suficientemente salado antes de cocinar la masa para que esta tenga sabor, si el caldo está mucho no se cocina la masa sino en una parte del caldo.



Camal Imperial

Una libra de almidon ^{de papas}, otra de azucar, otra de manteca, se

soba muy bien, poco á poco se le echa á esta masa ocho
huevos batido con clara y los demás sin ella, á esto se le
pone una ^{medida} copa de aguardiente bueno. Se ponen en hojas, y
al acomodar en la olla que esta preparada, se tiene cuidado
de poner perpendicularmente sin apretar para evitar que se
chovee ó se aciter. No se debe sobar con la mano sino
con cucharas de palo.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

TAMAL IMPERIAL

Una libra de almidón de papa, otra de azúcar, otra de manteca, se soba muy bien, poco a poco se le hecha a esta masa ocho huevos, cuatro con clara y los demás sin ella, a esto se le pone una media copa de aguardiente bueno, se ponen en hojas, y al acomodar en la olla que está preparada, se tiene cuidado de poner perpendicularmente sin apretar para evitar que se chorree o se aceiten, no se debe sobar con la mano sino con cuchara de palo.



Quimbolitos de arroz.

Se pone por la noche á remojar una libra de arroz en agua tibia; al otro dia se le pone á destilar hasta que se seque se muele bien y se le vuelve á poner al sol hasta que se seque. Se baten 16 huevos, los cinco con claras; una libra de azucar 12 onzas de manteca; mezclado esto se le pone una copa de anisado, ó vino y agua si le falta; se le agrega el polvo, se envuelven en hojas y se cocen en olla al vapor completamente.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

QUIMBOLITOS DE ARROZ

Se pone por la noche a remojar una libra de arroz en agua tibia; al otro día se le pone a destilar hasta que se seque, se mezcla bien y se le vuelve a poner al sol hasta que se seque. Se baten diez y seis huevos, los cinco con claras; una libra de azúcar doce onzas de manteca, mezclado esto se le pone una copa de anisado o vino y agua si le falta; se le agrega el polvo, se envuelven en hojas y se cuecen en olla al vapor completamente.



Durante el siglo XIX, el plato obligado de los quiteños el día domingo era el mondongo. Para suavizar la panza, las pailas hervían desde las cinco de la tarde del sábado y seguían hirviendo hasta las once de la mañana del día siguiente.

Los días domingos, la merienda se hacía alrededor de las cuatro de la tarde y estaba compuesta de tamal de maíz, empanada de morocho, y por loco de cuero de cerdo reventado.

Museo Histórico, 1950.



HOSPITAL DE LA MISERICORDIA

José Cortés y León, 1800

Hospital Eugenio Espejo,

Quito, Ecuador





Sopas





Mondongo

Se toma la parte mas gruesa de la panza del cordero, se la lava muy bien diferentes veces con agua caliente. Se pica el mondongo muy menudo, una ó dos cabezas de cebolla, según la cantidad y se ponen á fír con manteca, un diente de ajo molido, un tomate molido y de pimienta, y un poco muy poco de cominos. Cuando la cebolla se haya ligeramente dorado, se le echan cuatro cucharadas de caldo;

se le hace hervir un poco mas y se le mezcla en cantidad proporcionada, miga de pan desleido en leche, á la que precisamente se mezcla yemas de huevo batidas, un poco de vinagre y aceite. Incorporase á la salsa el picado del mondongo ya cocido, déselo medio hervor, y al servirlo se toma en la caserola mezclasele con un vaso de buena leche.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

MONDONGO

Se toma la parte mas gruesa de la panza del cordero, se la lava muy bien diferentes veces con agua caliente. Se pica el mondongo muy menudo, una o dos cabezas de cebollas, según la cantidad se ponen a freír con manteca, un diente de ajo molido, un ajo molido, un tomate molido, el de pimienta, y un poco muy poco de cominos. Cuando la cebolla se haya ligeramente dorado, se le hechan cuatro cucharadas de caldo; se le hace hervir un poco más y se le mezcla en cantidad proporcionada, miga de pan desleído en leche, a la que previamente se mezcla yemas de huevo batidas, un poco de vinagre y aceite. Incorpórese a la salsa el picado del mondongo ya cocido, désele medio hervor, y al servirlo y todavía en la caserola mézclesele con un vaso de buena leche.



Loero de huevos.

Segun la cantidad que se quiera se pone a hervir agua

con sal; cuando hierva se pone las papas y se
hara hervir a todo fuego; se espuma y cuando las
papas estan medio cocidas se pone la manteca, ceba
lla picada, pimienta molida y color; despues se
pone el queso hecho rajitas rajitas menudas y no se le
menca para que el queso no se vaya al fondo se
seca de la candela y se pone dos huevos batidos en
un poco de leche o solo las dos yemas.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

LOCRO DE HUEVOS

Según la cantidad que se quiera se pone a hervir agua con sal; cuando hierva se pone las papas y se hará hervir a todo fuego, se espuma y cuando las papas están medio cocidas, se pone la manteca, cebolla picada, pimienta molida y color; después se pone el queso hecho rajitas menudas y no se le menea para que el queso no se vaya al fondo. Se saca de la candelera y se pone dos huevos batidos en un poco de leche o solo las dos yemas.



Loero chupe.

Se raja las papas redondas, se pimen á hervir, y en una cazuela se ahoga con un poco de cebolla y manteca, se pone en esto bastante leche, en seguida las papas, ya de que están cocidas, se pone queso, huevos, al verjas habas y chochos cocidos.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

LOCRO CHUPE

Se raja las papas redondas, se pone a hervir, y en una cazuela se ahoga con un poco de cebolla y manteca, se pone en esto bastante leche, enseguida las papas ya de que están cocidas, se pone queso, huevos, alverjas, habas y choclos cocidos.



Sopa de garbanzo

Se remojan los garbanzos el día anterior, se pelan, se cocen, con sal. Se pasan por cedazo, se ponen en una cacerola aceite con cebolla picada y un tomate picado fino, se le añade los garbanzos y la leche necesaria para formar la sopa, se le agregan dos yemas de huevo y se sirve con queso rallado encima.

Doña Dolores Peñaherrera de Salgado

SOPA DE GARBANZO

Se remojan los garbanzos el día anterior, se pelan, se cuecen con sal. Se pasan por cedazo, se ponen en una cacerola aceite con cebolla picada y un tomate picado fino, se le añade los garbanzos y la leche necesaria para formar la sopa, se le agrega dos yemas de huevo y se sirve con queso rallado encima.

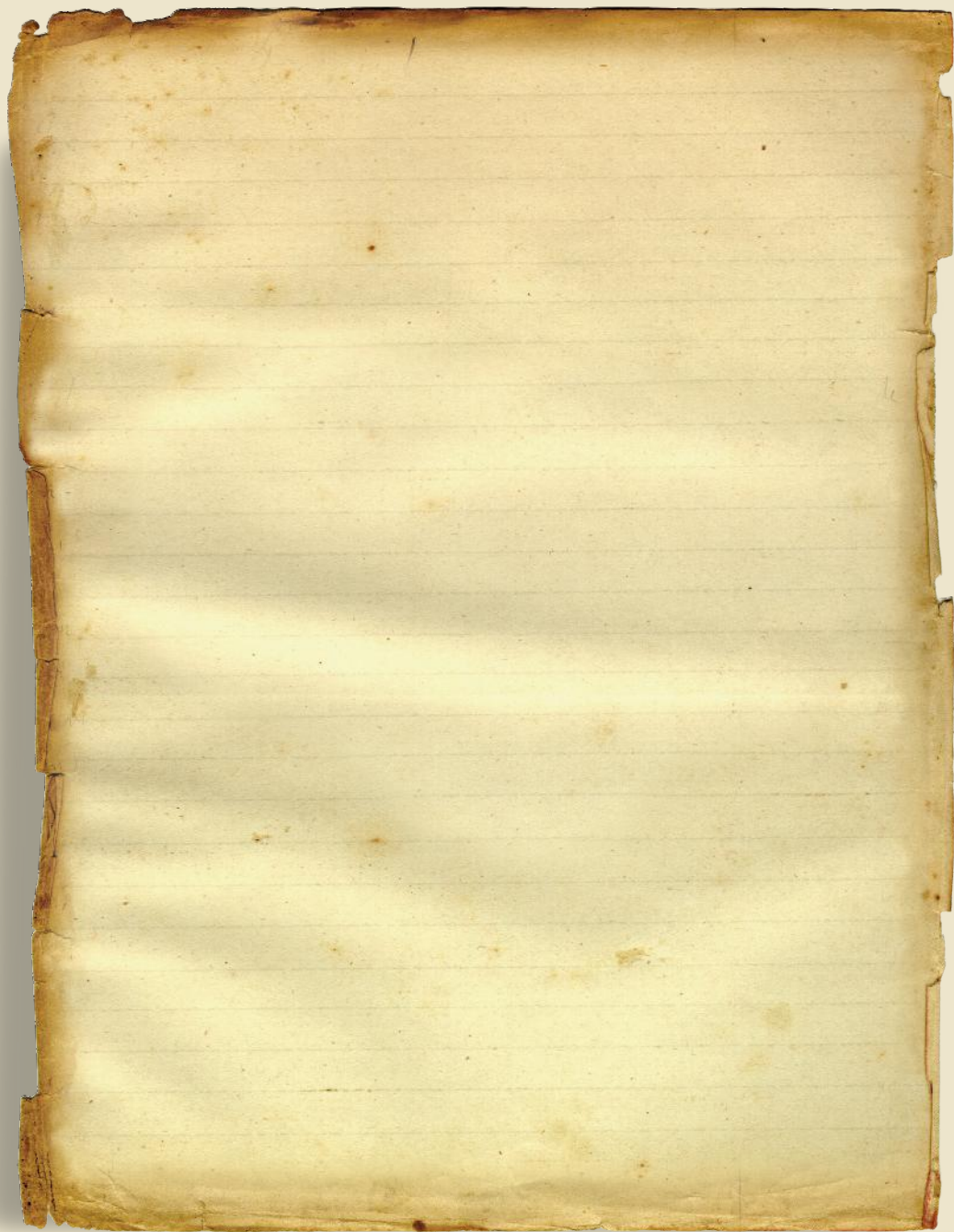
FANESCA

¡Que dolor de uñas!

Desgranando y pelando se iban narrando los contenidos de nuestras tradiciones familiares, las mismas que todos llegamos a conocer.

Por ser única en nuestra cultura, y a la vez muchas - una para cada familia - la receta de la Fanesca no se escribía en los libros.

Las líneas que se siguen son una invitación a incluir la tradición oral de nuestra familia al acervo de documentos de la gran Historia de esta nación.





La añoranza y los incentivos que Carlos V otorgaba a todo aquel que “ sacara fruto nuevo de España ”, hacía que todo aquel que viajara a la península, trajera a su regreso nuevas semillas, plantas y animales que se reprodujeron en tanta abundancia y tamaño que muchos se volvieron silvestres.

Garcilaso de la Vega, 1609

De las aves de corral traídas por los primeros españoles, al poco tiempo las gallinas se habían reproducido en tal volumen que constituían parte del pago que debían realizar los indios a los encomenderos y a los sacerdotes responsables de adoctrinarlos.

Cobo Bernabé, 1653

Para fines del siglo XVI, los animales traídos por los españoles, se habían reproducido en tal magnitud que en la Real Audiencia habían alrededor de ciento cincuenta mil cabras y ovejas, treinta mil reses y doce mil cerdos.

Gonzalo Zaldumbide, 1941.



EL SEGUNDO MANDAMIENTO

Miguel de Santiago, S. XVII

Monasterio de San Francisco

Quito-Ecuador



Aves





Perdices

Se lava y pela las perdices y se las cuece con sal, pimienta y manteca. Después se quita la cáscara de encima se pone una cagueta con agua, pimienta, cominos, clavo sal, manteca y un xx poco de natas. El queso con almendras molidas, un poco de harina frita, sal, un poco de leche, unos granos de pimienta molida, manteca, mayor cantidad de mantiguilla y natas, este guiso debe ser un poco espeso. Se pone encima de las perdices con perejil picado.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

PERDICES

Se lava y pela las perdices y se las cuece con sal y manteca. Después se quita la cáscara de encima y se pone una cazuela con agua con pimienta, cominos, clavo, sal, manteca y un poco de natas. El queso con almendras molidas, un poco de harina frita, sal, un poco de leche, unos granos de pimienta molida, manteca, mayor cantidad de mantequilla y natas, este guiso debe ser un poco espeso. Se pone encima de las perdices con perejil picado.



Pichores en papel

Se les cortan los alones, se les divide á lo largo, se espolvora con sal, despues de un rato se pasan por manteca y cuando estan consistentes se sacan y se ponen en una cagnola con un poco de harina, caldo, ajos y perejil picado, reducida la salsa se pone sobre los pichoros que estarian en una fuente y se los envolverá en papel: se toma el papel necesario para cada pedazo, untado por un lado de manteca ó aceite se ceba pan rallado y se coloca el pedazo se envuelve con el papel, se pone en la tartera se unta por fuera y se mete al horno á que se ase sin foguete

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

PICHONES EN PAPEL

Se les cortan los alones, se les divide a lo largo, se les espolvorea sal, después de un rato se pasan por manteca y cuando están consistentes se sacan y se ponen en una cazuela con un poco de harina, caldo, ajos y perejil picado, reducida la salsa se pone sobre los pichones que estarán en una fuente y se los envolverá en papel: se toma el papel necesario para cada pedazo, untado por un lado de manteca o aceite se echa pan rallado y se coloca el pedazo, se envuelve en el papel, se pone en la tartera, se unta por fuera y se mete al horno a que se ase un poquito.



Pollo dorado.

Se cocina el pollo y se le asa, se pone miga de pan, zalsa seca de cebolla con encurtidos, almendras,

pasas, un poco de vino, se parte el pollo y se pone la zalsa encima con pan y plátano frito.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

POLLO DORADO

Se cocina el pollo y se le asa, se pone miga de pan, la salsa será de cebolla con encurtidos, almendras, pasas, un poco de vino, se parte el pollo y se pone la salsa encima con pan y plátano frito.



Pollos con alcaparras. Sal

Se cocina los pollos junto con chorizos, tajadas de tomate
puro y hojas de jamon, estando esto se dividen los
pollos en cuartos, se frien y en esa misma monteca
con sal y pimienta, se frien ajos, cebolla picada, al-
caparras, tomates cocidos; se pone en ella los chori-
zos el jamon, el lomo cocido, los cuartos del pollo frito
con su caldo y un poco de vinagre, se deja hervir
hasta que espese el caldo y al apartarlo se le pone
montequilla y aceitunas

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

POLLOS CON ALCAPARRAS

Se cocinan los pollos junto con chorizos, tajadas de tomate, puerco y lonjas de jamón, estando esto se dividen los pollos en cuartos, se fríen y esa misma manteca con sal y pimienta, se fríen ajos, cebolla picada, alcaparras, tomates cocidos, se pone en ella los chorizos, el jamón, el lomo cocido, los cuartos del pollo frito con su caldo y un poco de vinagre, se deja hervir hasta que espese el caldo y al apartarlo se le pone mantequilla y aceitunas.



Pollo ingles

Se prepara el pollo, se pica cebolla gruesa redonda, en una olla se pone una cucharada de manteca y otra de manteguilla, una cabeza de ajo y toda la especeria, ya que esté frito la cebolla se pica un tomate estragado un poquito de almendra molida un pedazo de azucar, sal, ya que esté todo frito se pone el pollo se mueve bien, despues se pone aceite vinagre y una ojita de perejil, y para ensima se pica un platanos redondo, y se deja a fuego lento.

Doña Dolores Peñaherrera de Salgado

POLLO INGLES

Se prepara el pollo, se pica cebolla gruesa redonda, en una olla se pone una cucharada de manteca y otra de mantequilla, una cabeza de ajo y toda especería, ya que esté frita la cebolla se pica un tomate extranjero, un poquito de almendra molida, un pedazo de azúcar, sal, ya que esté todo frito se pone el pollo se mueve bien y después se pone el aceite, vino y una hojita de perjil y para encima se pica un plátano redondo y se deja a fuego lento



El visible incremento en el consumo de carnes rojas durante el siglo XVII, desarrollaron en la población quiteña, el gusto por los olores y sabores intensos. Condimentos como la pimienta, comino, orégano y ajos que eran traídos por los españoles para disimular el tufo generado por los procesos de secado y decomposición de la carne.

Estos condimentos, fueron remplazados más tarde por los de la tierra, especialmente el ají de jumbos, del que se decía que; “todos los españoles que pasaban de las Indias a España, lo comían mucho y lo preferían a las especies de las Indias orientales”.

Garcilaso de la Vega, 1609

La “Picantería” era una especie de taberna en la que se servían cosas en extremo fuertes como ají, pimienta, cebollas, y ajos, mezclados en forma de salsa que servían de aderezo para el pescado o la carne.

Gonzalo Zaldumbide, 1941

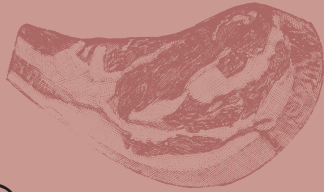


INDIO JUMBO DE LAS INMEDIACIONES DE QUITO

Vicente Albán, S.XVIII

Museo de América

Madrid – España.



Carnes





Aji de carne

Se hace el balle de medio de arroz de leche con un medio de leche; después en una casuela se pica a bollo con toda clase de especerías, es decir pimienta molida, ajos, comino

y color; esto se ahoga y después se pone un cuartillo de maní tostado y muy bien molido, allí se pone el arroz de leche, carne cocida y picada, unos tomatitos de la tierra; bastante nata, perejil picado y después las papas cocidas y peladas

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

AJÍ DE CARNE

Se hace el tanto de medio de arroz de leche con un medio de leche; Después en una cazuela se pica cebolla con toda clase de especerías, es decir pimienta molida, ajos, comino y color esto se ahoga y después se pone un cuartillo de maní tostado muy bien molido, allí se pone el arroz de leche, carne cocida y picada, unos tomatitos de la tierra, bastante nata, perejíl picado y después las papas cocidas y peladas.



Estofado

En una olla se pone la primera capa de
tosino, ensima, carne de vaca, carne de borrego, de puer-
co y gallina, en una carmela podrá ^{agua} ~~agua~~ y vinagre
cosa que ^{piquen} ~~queden~~, dos vasos aguardiente, una rama de
romero, canela, clavo, pimentón comino y ajo en cada capa
se tapa bien esto y se cocina, al sacar se pone un poco de vin.

Doña Clementina Vivanco de Jácome

ESTOFADO

En una olla se pone la primera capa de tocino, encima, carne de vaca, carne de borrego, de puerco y gallina, en una cazuela pondrá agua y vinagre cosa que piquen, dos vasos aguardiente, una rama de romero, canela, clavo, pimienta, comino y ajo en cada capa se tapa bien esto y se cocina, al sacar se pone un poco de vino.



Somo de Cernicea estofado.

En crudo se le introduce picaditos de canela, tocino y clavo, en una cabeza de ajos molida se ponera sal, orégano, vinagre, vino y color y esto también se introduce; luego se pone a cocinar en un olla tapada perfectamente.

Somo de puerco siclado

Crudo se pone en vinagre de un día para otro; después se le echa mas vinagre, sal, bastante manteca, orégano; se pone a cocinar rebullendolo cada rato hasta que esté bien cocadito.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

LOMO DE TERNERA ESTOFADO

En crudo se le introduce pedacitos de canela, tocino y clavo, en una cabeza de ajos molida se pondrá sal, orégano, vinagre, vino y color y esto también se introduce; luego se pone a cocinar en una olla tapada perfectamente.

LOMO DE PUERCO SUDADO

Crudo se pone en vinagre de un día para otro; después se le hecha más vinagre, sal, bastante manteca, orégano; se pone a cocinar rebullendolo cada rato hasta que esté bien doradito.



Picante de ajo

Se cocina bastante cebolla partena, cuando este cocida se pone un trozo de manteguilla, ajos molidos, especerías; se ahoga muy bien, y se va agregando esto bien bueno, se agrega una cucharada de harina destilada en leche y se deja espesar, se pone aceite del mejor y se bate. Los sesos se cocinan aparte, se ponen en agua fria y se tojan redondos, se pone en el guiso. En una fuente se pone rajado de coliflor, alcornoque tiernas, (mejor es petit pois), papa cevolla, rajado de papas frías, todo esto se pone a curtir en buen vinagre la vespera, y tambien unos ajos; y con esto se arregla la fuente adornando con rajado de huevo duro, con tomate ríñon rajado, y encima se pone el guiso ya frío, así adornada la fuente, se pone encima langosta, o macreana, o sardina o cuales quier marisco.

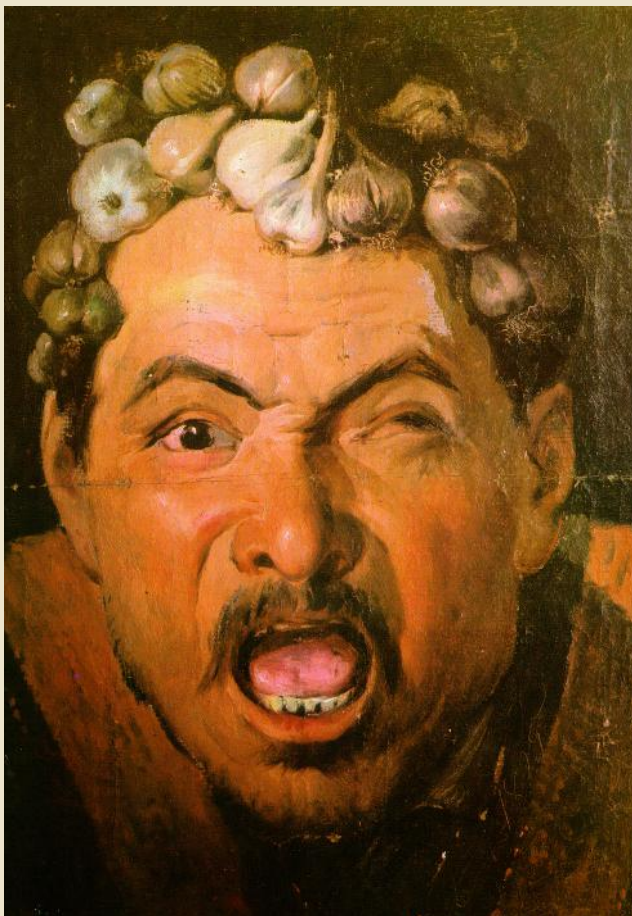
Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

PICANTE DE AJO

Se cocina bastante cebolla paitaña, cuando esté cocida se pone un trozo de mantequilla, ajos molidos, especerías, se ahoga muy bien, y se va agregando caldo bien bueno, se agrega una cucharada de harina desleída en leche y se deja espesar, se pone aceite del mejor y se bate. Los sesos se cocinan aparte, se ponen en agua fría y se taján redondos, se ponen en el guiso. En una fuente se ponen rajás de coliflor, alverjas tiernas (mejor es poner petit pois) papa, cebolla, rajás de papas frías, todo esto se pone a curtir en buen vinagre la víspera, y también unos ajíes, y con esto se arregla la fuente acomodando con rajás de huevo duro, con tomate riñón rallado y encima se pone el guiso ya frío, así adornada la fuente, se pone encima langosta o sardina o cualesquier marisco.

CARAJO (CARA DE AJOS)

*Joaquín Pinto, S. XIX
Museo Municipal Alberto Mena Caamaño
Quito-Ecuador*





La importancia del Quito aborigen se deriva fundamentalmente de su localización estratégica en medio de un centro de intercambio regional asentado en la actual Plaza de San Francisco. De la referencia que hace el acta de cabildo de 1532, se puede verificar el abastecimiento de productos de diferentes zonas climáticas, así como de productos de la costa como: perlas, concha spondylus, mullos y otros. Sin embargo, llama la atención la escasez de recetas que contienen pescados u otros productos del mar en relación a la cantidad de recetas con carnes y aves.

Cristobal Landázuri, 1996.



CENA DE SAN AGUSTIN
Miguel de Santiago, S.XVII
Museo de San Agustín
Quito, Ecuador



Pescados





Peje en aceite

Con la cebolla bien picada y bien fina se fríe en manteca y se pone tomates de comida sermidos, ahí se pone el peje cosinado en leche pimiente y oregano de castilla al sacar el pone matas frescas y aceite de comer bastante.

Picante de peje

Se cocina el peje en leche con otro tanto de agua. Despues se cocina la cebolla paitera en agua y vinagre de la tierra con toda espeseria y azucar se pone el peje en la fuente y se va poniendo tapas del peje de rajas de papapas, aguacate y coliflor, y la cebolla indicada se pone con poco del caldo del encurtido y pimienta molida y huevos duros en rajas.

Doña Clementina Vivanco de Jácome

PEJE EN ACEITE

En la cebolla bien picada y bien fina se fríe en manteca y se pone tomates de comida cernidos, ahí se pone el peje en cocinado en leche pimienta y orégano de castilla al sacar pone natas frescas y aceite de comer bastante.

PICANTE DE PEJE

Se cocina el peje en leche con otro tanto de agua. Después se cocina la cebolla paiteña en agua y vinagre de la tierra con toda especería y azúcar, se pone el peje en la fuente y se van poniendo tapas del peje de rajas de papas, aguacates, coliflor y la cebolla indicada, se pone un poco del caldo del encurtido y pimienta molida y huevos duros en rajas.



Pescado á la biscaina

Se cocina el bacalao despues de remojado; se desmenuza con la mano; se cocina los tomates reñon; se muelen con pimentón, se frien ~~en~~ bastante aceite con un trozo de cebolla que se saca cuando este trozo este frito; cuando ya esta frito la galga se pone un poquito de caldo del mismo pescado; si es que este caldo no está del mal sabor; y si está, se pone un poquito de agua ya que está hirviendo se suelta unas papitas cocinadas, y el bacalao desmenuzado, y para sacarlo se le pone los mirones. Esta galga puede servir para lingua á para patlo ú otra carne.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

PESCADO A LA BISCAÍNA

Se cocina el bacalao después de remojarlo; se desmenuza con la mano, se cocina los tomates riñón; se muelen con pimienta, se fríen en bastante aceite con un trozo de cebolla que se saca cuando este trozo esté frito; cuando ya está frita la salsa se pone un poquito de caldo del mismo pescado, si es que este caldo no está de mal sabor; y si está se pone un poquito de agua, ya que está hirviendo se sueltan unas papitas cocinadas, y el bacalao desmenuzado, y para sacarlo se le pone los morrones. Esta salsa puede servir para lengua , pollo u otra carne.



El consumo de bebidas alcohólicas era un hábito generalizado en la sociedad quiteña del siglo XVIII.

La población indígena prefería la Chicha, sus orígenes se remontan a tiempos anteriores a la llegada de los españoles, y “durante la colonia su mayor diversión parecía girar alrededor de la botija de chicha”.

Los sectores populares urbanos, hacían uso masivo del guarapo, que consistía en un caldo de caña salido de trapiche y fermentado, llama la atención la ausencia de referencia al guarapo en los documentos utilizados.

Jorge Juan y Antonio de Ulloa, 1736.



CONVITE DE INDIOS A TOMAR CHICHA

Juan Agustín Guerrero, S. XIX

Fundación Hallo

Quito-Ecuador



Chichas





Chicha de morocho.

Se hace hervir el morocho hasta que reviente el grano, esto se enfria y se muele mucho con poca agua, este modo se pone en un pordito hasta que fermenta luego se seca y se pone el tanto de agua que se quiera segun el espeso y se cierra. Esto se cocina algunas horas y ya para secar se pone unos ichingos, un poco de canela de Quijos, hojas de na-

ranjo y se pone en un pordito pasando a madurar la cantidad que se quiera que madure.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

CHICHA DE MOROCHO

Se hace hervir el morocho hasta que reviente el grano , esto se enfría y se muele mucho con poco agua, este molido se pone en un pondito hasta que fermente, luego se saca y se pone el tanto de agua que se quiera según el espeso y se cierne; esto se cocina algunas horas y ya para sacar se pone unos ichpingos un poco de canela de quijos, hojas de naranjas y se pone en un pondo, y se pone a madurar la cantidad que se quiera que madure,



Chicha de jora

Se remoja el maiz por cuatro dias y esto se lo lava y se pone en una canasta a que se haga jora se gándole agua todos los dias hasta que este el tanto de una pulgada; esto se muele perfectamente bien y se pone a cocinar con bastante agua por tres o cuatro horas; despues se cocina en un fondo madurados y se deja destapado hasta que se enfie; antes de que se enfie se separa lo que se va a tomar

y se gazona con agua miel. Cuando esta completamente frio se puede tapar.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

CHICHA DE JORA

Se remoja el maíz por cuatro días y se esto se lo lava y se pone en una canasta a que se haga jora regándole agua todos los días hasta que esté el tanto de una pulgada; esto se muele perfectamente bien y se pone a cocinar con bastante agua por tres o cuatro horas; después se cierne en un pondo madurador y se deja destapado hasta que se enfríe; antes de que se enfríe se separa lo que se va tomar y se sazona con agua miel. Cuando está completamente frío se puede tapar.



Chicha de zarza

Una libra de cebada de perla, Dos reales de calabuala bien fino dos reales de raíz de zarza, raíz de anguayo, raíz de ortiga, raíz de fresa, culantrillo del poyo, sus. Gradura de yumbo, una pino, ataco etc. Cuando la cebada está hirviendo se pone las otras cosas hasta que se deshaga la cebada, al sacar se preme la pino y el agua morada del ataco y un puñado de raspadura de La vispera se pone a remojar la zarza.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

CHICHA DE ZARZA

Una libra de cebada de perla, dos reales de calahuala bien fino, dos reales de raíz de anguyuyo, raíz de ortiga, raíz de fresa, culantrillo del pozo, raspadura de yumbo, una piña, ataco. Cuando la cebada está hirviendo se pone las otras cosas hasta que se deshaga la cebada, al sacar se pone la piña y el agua morada del ataco, y un pedazo de raspadura, La víspera se pone a remojar la zarza.



Los gustos y hábitos de consumo, históricamente se relacionan con las condiciones económicas y sociales de los individuos.

La bebida predilecta de quienes contaban con mayor capacidad económica era el ponche, que se servía como refrigerio.

Durante las comidas, ellos consumían también aguardiente mezclado con dulces, olores, vinos y mistelas, servidas con hielo bajado de los nevados.

Gaby Costa, Silvia Larrea, 1989.



DE SOBREMESA
Idelfonso Páez, 1854
Familia Kingman
Quito, Ecuador



Mistelas





Mistela de naranja.

En una botella de alcohol se pone en infusion por tres dias, las cáscaras sin el hollejo de dos naranjas dulces, de una naranja agria, un limon, una raja de canela, ocho clavos y una ramita de toronjil o cedron. Al cuarto dia se quitan las cáscaras y las demas cosas y se mezcla el alcohol con alumbre de azucar refinado, una libra pero que el alumbre no este muy caliente.

Cuando esto esta frio se le pone una clara de huevo bien batida y se trastorna en una espuma, la cual se sacude bien para que se incorpore el huevo se le pone un trocito de alumbre y se le deja por dos o tres dias hasta que se corte el huevo, se quita el alumbre para que no se haga astringente y se le pone en baño de Maria: con esto se corta el huevo y se filtra la mistela con facilidad en bolsa con auna lavada.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

MISTELA DE NARANJA

En una botella de alcohol se pone en infusión por tres días las cascarras sin el hollejo de dos naranjas dulces, de una naranja agria, un limón, una raja de canela, ocho clavos y una ramita de toronjil o cedrón. Al cuarto día se quita las cascarras y demás cosas y se mezcla el alcohol con almíbar de azúcar refinada, una libra, pero que el almíbar no esté muy caliente.

Cuando esto está frío se le pone una clara de huevo bien batida y se trastorna en una poma, la cual se sacude bien para que se incorpore el huevo se le pone un pedacito de alumbre y se le deja por dos o tres días hasta que se corte el huevo, se quita el alumbre para que no se haga astrigente y se le pone en baño de María: con esto se corta el huevo y se filtra la mística con facilidad en bolsa con avena lavada.



Mistela Cartuja

Alcohol 1 litro, toronjil cincuenta gramos, raíz de angélica treinta y cinco gramos, hisopo treinta y cinco gramos, clavo un gramo, canela dos gramos; una nuez rosada. Hecha la infusión y correspondiente destilación en alquitara se añade; azafraín un gramo, vainilla un gramo esencia de carvi ó caravea cinco gotas; luego se filtra y se mezcla con una botella de almíbar.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

MISTELA CARTUJA

Alcohol un litro, toronjil cincuenta gramos, raíz de angélica treinta y cinco gramos, (hisopo) treinta y cinco gramos, clavo un gramo, canela dos gramos, una nuez moscada. Hecha la infusión y correspondiente destilación en alquitara se añade, azafrán un gramo, vainilla un gramo, esencia de carvi o caravea unas gotas; luego se filtra y se mezcla con una botella de almíbar.



Mistela de leche

Das botellas iguales: una de leche y otra de alcohol se echan en una jarra, y allí se pone sin dejar de menear, una libra y medio onzas de azucar; dos limones sutiles, pero que estos sean cortados en rebanaditas muy delgadas con cortejo y todo, un pala de vainilla desmenezado; todo esto se menear junto hasta que la leche se corte; esta operacion de menear se hace todos los dias durante ocho dias, en el octavo dia se pone a destilar cerriendo primero toda la estopa.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

MISTELA DE LECHE

Dos botellas iguales; una de leche y otra de alcohol se echan en una jarra, y allí se pone sin dejar de menear, una libra de cuatro onzas de azúcar, dos limones sutiles, pero que éstos sean cortados en rebanaditas muy delgadas con corteza y todo, un palo de vainilla desmenuzado, todo esto se menea junto hasta que la leche se corte; esta operación de menear se hace todos los días durante ocho días, en el octavo día se pone a destilar cerniendo primero toda la etapa.



“Llapanga”, quiere decir en lengua quichua descalza, y es como se conoce a algunas mujeres que durante la colonia se encontraban “condenadas” a trabajar para vivir. En la alta sociedad las mujeres generalmente no se distinguían unas de otras, sin embargo ellas y las cajoneras representan una clase sencilla, pero coqueta que llenaban todas partes de vida, en una ciudad que parecería muerta.

Alejandro Holinski, 1851.



YAPANGA
Vicente Albán, S. XVIII
Museo de América
Madrid, España



*Secretos de sabor,
olor y color*



Chirimoya Frappée.

Chirimoyas. azúcar en pañitos. jugo de limón
maraschino, o, curacao, maclara de huevo,
jugo de naranja.

Se prepara un almibar claro, de un cuarto
de libra de azúcar, por cada libra de chirimo-
moya. Se pelan cuidadosamente las chirimo-
yas, se les quita las pepas, y se cortan en
pedazos regulares. Conviene ponerles unas
gotas de limón para evitar que se pongan
negras, e inmediatamente se cubren con
almibar que debe estar frío. Se le agrega

una cucharada de maraschino o curacao
por cada kilo de fruta.

Se bate firme una clara de huevo, y tam-
bien se le agrega a la chirimoya, todo bien
revuelto se pone a helar hasta el mo-
mento de servirlo.

Se pone en una ensaladera de cristal
(hasta el momento), y se acompaña de un
jarrito de jugo de naranja del cual cada
invitado se servirá su parte.

CHIRIMOYA FRAPEÉ

Chirimoyas, azúcar en pancitos, jugo de limón, marachino o curacao, una clara de huevo, jugo de naranja.

Se prepara en almíbar claro, de un cuarto de libra de azúcar, por cada libra de chirimoya, se pelan cuidadosamente las chirimoyas, se les quita las pepas y se cortan en pedazos regulares. Conviene ponerles unas gotas de limón para evitar que se pongan negras, e inmediatamente se cubren con almíbar que debe estar frío. Se la agrega una cucharada de marachino o curacao por cada kilo de fruta.

Se bate firme una clara de huevo y también se le agrega a la chirimoya, todo bien revuelto se pone a helar hasta el momento de servirlo.

Se pone en una ensaladera de cristal y se acompaña de un jarrito de jugo de naranja, del cual cada invitado se servirá su parte.



Rosero.

Se pela maiz blanco, se quita las hembrillas y se raja haciendo dos ó tres partes de cada grano, se cuece á fuego lento en una olla á propósito tapando la boca, ya cuando esta bien cocida se le pone media tasa de sumo de limon y se saca del fuego; se hace aparte una mazamorra de maiz blanco líquida y espesa con almidon muy blanco; se raxona esto con almibar de punto de oreja clarificado con bastante limon, se pone los icidos que se quiera, un poco de agua rusa y se le hecha el grano

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

ROSERO

Se pela maíz blanco, se quita las hembrillas, y se raja haciendo dos o tres partes de cada grano, se cuece a fuego lento en una olla a propósito tapando la boca; ya cuando esta bien cocida se le pone media taza de zumo de limón y se saca del fuego; se hace aparte una mazamorra de maíz blanco , líquida y espeza con almidón muy blanca; se sazona esto con almíbar de oreja clarificado con bastante limón, se ponen los ácidos que se quiera, un poco de agua rica y se le hecha el grano ...

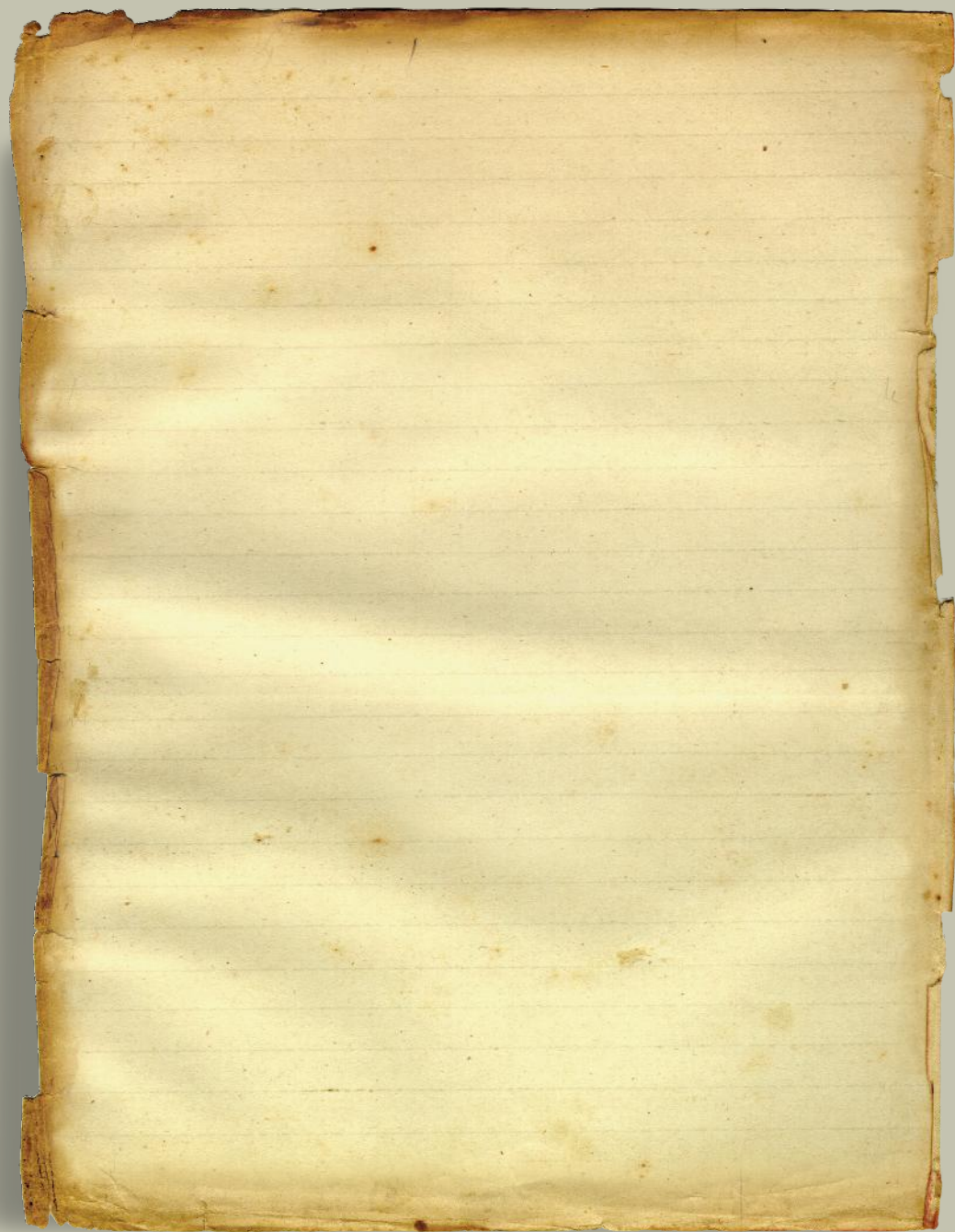
COLADA MORADA

... color que expresa pasión y esperanza;

*... equilibrio mágico de sabores
agrios y dulces;*

*... guaguas que reemplazan a los
que partieron;*

*... rito de celebración de ausencia
y permanencia.*





Durante el siglo XVIII la leche que se consumió era ... “Siempre desmantecada y cocida, por consiguiente ahumada, es de la que se provee la ciudad”.

José de Caldas, 1748



VENDEDORA DE LECHE
Atribuido a Ramón Salas, S. XIX
Museo de la Ciudad de Quito
Quito, Ecuador



...de azúcar y de leche





Romysoje

Para un litro de leche & yemas de huevos media libra de azucar, se hace hervir la leche con canela y clavo, se deja enfriar hasta que este muy fria, con la media libra de azucar se alimbar espeso y tambien se deja enfriar; se baten las yemas hasta que este bien espeso y se mezcla con la leche y el alimbar que deberian estar bien frias; se pone al fuego muy lento y no se deja de mover, cuando esta espeso se saca y se deja mesadamente enfriar, se cuele y se pone esencia de canela, de clavo y de vainilla y alcohol hasta

que quede de buen gusto, las esencias y el alcohol se pone cosa que quede un poco fuerte y fiso como esta se embotella preservando que la botella este bien seca

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

ROMPOPE

Para un litro de leche cinco yemas de huevo, media libra de azúcar, se hace hervir la leche con canela y clavo, se deja enfriar hasta que esté muy fría, con la media libra de azúcar se almíba espeso y también se deja enfriar; se baten las yemas hasta que esté bien espeso y se mezcla con la leche y el almíbar que deberán estar bien frías; se pone al fuego muy lento y no se deja de mover, cuando está espeso se saca y se deja nuevamente enfriar, se cuela y se pones esencia de canela, de clavo y de vainilla y alcohol hasta (que quede bien gusto, y en una botella bien seca)



Leches azuadas.

Hervida la leche con azúcar cosa que quede bien dulce, claro y canela, se sacará afuera, ya de que esté fría, se mezclara con dos yemas y un vaso de vino, se pondrá en una fuente honda, esta se pondrá en la boca de una olla de agua hervida, se tapará con un lienzo nuevo con candela encima, ya que está toda se regará con canela. —

Otras Cuajadas.

Se hará hervir la leche con claro y canela, se pone en una fuente, se toman un poco del polvo de la cascara de la molleja de gallina, se pone en un poco de agua fría y vino y se mezcla con la leche.

Leche terciopelo.

Se hace hervir medio de leche, con bastante azúcar hasta que espese, se pone un cogollo de durazno y se saca afuera: ya que esté fría, se le echa diez y seis claras de huevo bien batidas hasta que no quede ni una gota de aceite, se da un hervor, se saca y se pone en la fuente.

Doña Virginia Mantilla de Peñaherrera

LECHES ASADAS

Hervida la leche con azúcar cosa que quede bien dulce, clavo y canela se sacará afuera, ya de que esté tibia, se mezclará con dos yemas y un vaso de vino , se pondrá en una fuente honda esta se pondrá en la boca de una olla de agua hervida, se tapaná con tiesto nuevo con candela encima ya que esta tostada se regará canela.

OTRAS CUAJADAS

Se hace hervir la leche con azúcar y canela, clavo y anís, se la deja reposar y , aparte en un poco de agua tibia o caliente se deslíe una pastilla de cuajo poco mas o menos según el tanto de la leche y esta agua se mezcla con la leche tibia , se lo revuelve bien en una ponchera. Después de un rato está cuajada.

LECHE TERCIOPELO

Se hace hervir medio de leche, con bastante azúcar hasta que especie se pone un cogollo de durazno y saca afuera: ya que este fría se le echa diez y seis claras de huevo bien batidas hasta que no quede ni una gota de aceite, se da un hervor se saca y se pone en la fuente



motivo.

Currión alicante

Para dos libras de azucar, media ~~libra~~ botella de miel de abeja, 16 claras bien batidas y 2 libras de mani, almendras o nueces; se pone a hacer el almibar con poca agua y se le echa la miel de abeja, y se deja el almibar al punto de ~~un~~ caramelo; se saca la paila a que se enfrie el almibar y se va echando poco a poco las claras bien batidas y dándole vuelta con una cuchara de palo hasta que quede blanco como espuma a fuerza de moverlo y afuera de la candela, de que está blanco se pone a tomar punto a fuego lento, para que no se ponga negro y sin dejar de mover ni un momento; se trasta el mani o almendras o nueces, se pelan y se mezcla todo, y se deja tomar punto subido, y está el alicante; se le pone hostia y se dividen en pedazos cuadrados

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

TURRÓN ALICANTE

Para dos libras de azúcar, media botella de miel de abeja, diez y seis claras bien batidas y dos libras de maní, almendras o nueces, se pone a hacer el almíbar con poco agua y se le echa la miel de abeja, y se deja el almíbar en punto de caramelo, se saca la paila a que se enfríe el almíbar y se va hechando poco a poco las claras bien batidas y dándole vuelta con una cuchara de palo hasta que quede blanco como espumilla a fuerza de moverlo y afuera de la candela, de que está blanco se pone a tomar punto a fuego lento, para que no se ponga negro y sin dejar de mover ni un momento, se tuesta el maní, almendras o nueces, se pela y se mezcla todo, y se deja tomar punto subido y está el alicante, se le pone hostia y se dividen en pedazos cuadrados.



EL MELCOCHERO.
Anónimo, S. XIX
Museo de la Ciudad,
Quito-Ecuador



En 1536, en una pequeña parcela asentada sobre el antiguo mercado indígena conocido como el tianguetz, y actual Plaza de San Francisco, el sacerdote flamenco Jodoco Rike, sembró el primer trigo en la Real Audiencia. Las semillas llegaron en un cantarillo de barro que fue celosamente conservado por los frailes hasta el siglo XIX, cuando el prior de la orden se lo obsequio a Juan José Flores, ultimo destino del que se tiene conocimiento.



BAUTIZO DE INDIGENAS (PRIMER TRIGO)
Antonio Astudillo
Cuadro de Fray Jodoco Rike, 17
Convento de San Francisco (portería), Quito-Ecuador





...de trigo y de miel





Pristinos

Se tomaran 30 huevos 20 con solo yemas y los 10 con solo claras, este se bate bien hasta que espese, en este batido se le echa bastante vino, agua de abajar, un poquito de aguardiente, cuatro onzas de manteca tibia, media libra de azucar melido seco y floreado, una maragada de sal, unos granos de anis, todo esto se revuelve bien en el batido de huevo, y se va poniendo la harina necesaria, y otro poco de harina de maiz que este bien seco y floreado; esto bien amasado, se hacen los pristinos y se les da tres hervores, se les saca breves sin que les de el aire y se va poniendo en una vasija bien amasados con una servilleta; luego que hayan reposado bien se va friyendo. El alambicar hade ser bien echo con todo lo necesario.

Doña Maria Virginia Mantilla de Peñaherrera

PRISTIÑOS

Se tomarán treinta huevos, veinte con solo yemas y los diez con solo claras, esto se bate bien hasta que espese, en este batido se le mezcla bastante vino agua de azahar, un poquito de aguardiente, cuatro onzas de manteca tibia media libra de azúcar molido seco y floreado, una narigada de sal, unos granos de anís, todo esto se revuelve bien en el batido de huevo y va poniéndolo, la harina necesaria y otro poco de harina de maíz que este bien seco y floreado, esto bien amasado, se harán los pristiños y se les da tres hervores, se les saca breve sin que les de el aire y se va poniendo en una vasija bien tapada con una servilleta, luego que hayan reposado bien se va friendo, El almíbar ha de ser hecho con todo lo necesario.



Costeas

Se hace la levadura a las once del día y se embuelve a las 6 de la noche; de este modo: en cada 30 huevos bien batidos libra y media de azucar ambas manos 11 onzas de levadura, una mano de manteca, real y medio de vino. Bien resuelto todo ~~toda~~ que quede bien dulce la masa; se hacen las costeas y se deja hasta el otro día en que se mete al horno no muy fuerte.

Doña Maria Virginia Mantilla de Peñaherrera

COSTRAS

Se hace la levadura a las once del día y se envuelve a las ocho de la noche; de este modo: en cada treinta huevos bien batidos libra y media de azúcar ambas manos llenas de levadura una mano de manteca, real y medio de vino. Bien revuelto todo cosa que quede bien dura la masa, se hacen las costras se deja hasta el otro día en que se mete al otro horno no muy fuerte.



Buñuelos

En una olla ^{pequeña} se pone agua mas abajo de la mitad de la olla, en seguida se pone una copa de mayonesa 4 onzas de mantequilla un poquito de miel mascada rollada se tapa la olla para que hierba, cuando ya esté hirviendo se pone $\frac{1}{2}$ lb de harina de castilla en la olla espit revolviendole y se le tapa que hierva. Después de un cuarto de hora se le mezcla con una cucharada de palo, después de mezclado se le saca la masa de la olla y se le pone en una batea y con una cuchara de palo se le ~~hace~~ ^{hace} la masa hasta que se enfríe, cuando esté frío se quiebra 18 huevos de uno en uno y se va batiendo con la mano bien y golpeándole cuando ya esté se le va poniendo en la manteca que no esté fuerte.

Doña Dolores Peñaherrera de Salgado

BUÑUELOS

En una olla o paila pequeña se pone agua más abajo de la mitad de la olla, enseguida se pone una capa de mayorca, 4 onzas de mantequilla, un poquito de nuez moscada rallada, se tapa la olla para que hierva, cuando ya esté hirviendo se pone una libra de harina de castilla en la olla espolvoreándose y se le tapa que hierva. Después de un cuarto de hora se le mece con una cuchara de palo, después de mecido se le saca la masa de la olla y se le pone en una batea y con una cuchara de palo se le estira la masa hasta que se enfríe, cuando esté frío se quiebra 18 huevos de uno en uno y se va batiendo con la mano bien y golpeándole, cuando ya esté se le va poniendo la manteca que no esté fuerte.

Bañuelos reales de harina de castilla
~~Se~~ Una pailita se pone al fuego con un vaso co-
rriente, ni muy grande, ni chico, con agua, junto con u-
na cucharada de las de sopa de mantequilla, no muy
llena sino rayada, una pizca de sal y otra de azu-
car; cuando empieza a hervir se espolvorea cubiert
onzas de harina y se cocina la masa como para
tamales, mas o menos, diez a quince minutos, la
masa está cocida cuando no se pega a la ma-
no al revés. Esta masa se pone en una batista
o una cacerola, abriéndola para que se enfrie, se
va quebrando cuatro huevos, uno por uno, has-
ta que cada huevo se mezcle bien. En una cace-
rola se pone una libra de manteca hasta que
se haga fuerte, y cuando deja de sonar, entonces
se saca a un lado, y se pone la masa con la
punta de una cuchara del tamaño de una nuez
y se resbala con otra cuchara; si está muy fuerte la
manteca y se empiezan a amarillar, se saca y se
tapa, cuando están de un tamaño corriente se les
golpea con un palito o carricito para que espon-
gen, y se le vuelve a poner al fuego. Se advierte

que no se deja de batir la masa cada vez que se
pone a freír.

BUÑUELOS REALES DE CASTILLA

Una pailita se pone al fuego con un vaso corriente, ni muy grande, ni muy chico, con agua, junto con una cucharada de las de sopa de mantequilla, no muy llena sino rayada, una pizca de sal y otra de azúcar, cuando empieza a hervir se espolvorea cuatro onzas de harina y se cocina la masa como para tamales, mas o menos diez o quince minutos, la masa está cocida cuando no se pega a la mano al revés. Esta masa se pone en una bateita o una cacerola, abriéndola para que se enfríe, e va quebrando cuatro huevos, uno por uno, hasta que cada huevo se mezcle bien. En una cacerola se pone una libra de manteca hasta que se haga fuerte, y cuando deja de sonar, entonces se saca a un lado, y se pone la masa con la punta de una cuchara del tamaño de una nuez y se resbala con otra cuchara; si está muy fuerte la manteca y se empieza a amarillear, se saca y se tapa, cuando están de un tamañito corriente se les golpea con un palito o carricito para que esponjen, y se le vuelve a poner al fuego. Se advierte que no deja de batir la masa cada vez que se pone a freir.



ponen en el horno.

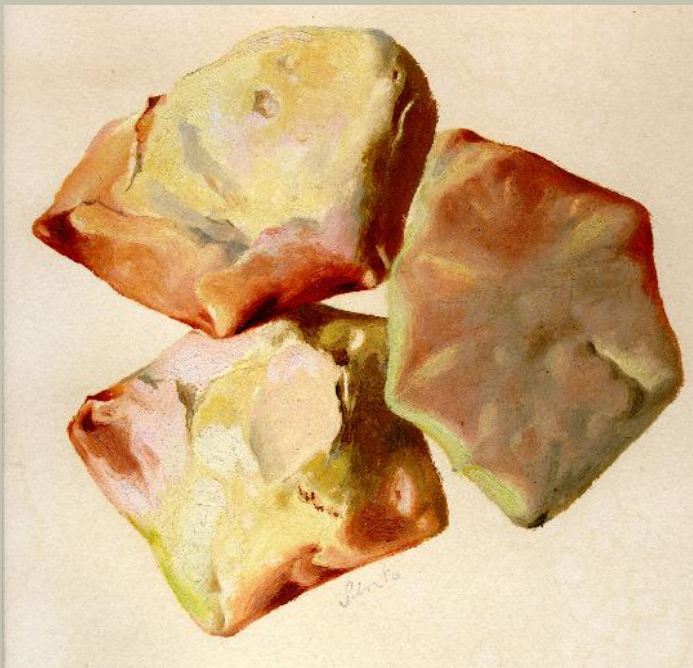
Lusadillas.

Se toma diez y ocho huevos con solo los claros, se bate bien con una libra de queso bien desaguado y molido, una libra dos onzas de azúcar, ya que está esto bien batido se pone seis onzas de almidón, tres de harina bien blanca, se mezcla a water hasta que se ponga bien blanca, y se espera. La pasta se hará con dos posillos de agua fría, dos onzas de manteca, una de azúcar, todo esto bien batido con unas gotas de naranja agria, se pone harina bien blanca hasta queda la masa suelta. y se hacen las telas, el condumio se pone de la anterior y luego al horno templado. Mas

Doña Maria Virginia Mantilla de Peñaherrera

QUESADILLAS

Se toma dieciocho huevos con solo tres claras se bate bien con una libra de queso bien desaguado y molido, una libra dos onzas de azúcar, ya que esta todo bien batido se pone seis onzas de almidón, tres de harina bien blanca, se vuelve a batir hasta que se ponga bien blanca y se espera. La pasta se hará con dos pocillos de agua bien fría, dos onzas de manteca, una de azúcar, todo esto bien batido con una gota de naranja agria, se pone harina bien blanca hasta quede la masa suelta. Y se hacen las filas, el condumio se pone de la anterior y luego al horno templado.



*QUESADILLAS
Joaquín Pinto, S.XIX
Museo de la Ciudad
Quito, Ecuador*



Criadas en casas y fincas, las pequeñas aves caseras como perdices y pichones se incorporaron a la culinaria local.

De la representación europea de San Nicolás de Tolentino, voces populares interpretan que; por su quebrantada salud, el prior ordenó que el santo se alimentase de carne de pichón. Al bendecir sus alimentos antes de comerlos, los pichones asados se transforman en vivas palomas que vuelan del plato devolviéndole la salud.

(Tradición oral)





MUERTE DE SAN NICOLAS DE TOLENTINO
Miguel de Santiago, 1672
Convento de San Agustín



*Secretos de amor,
generosidad y salud*



Medicina doméstica Publicación de un
 secreto que encierra el arte de curar muchas
 enfermedades y dolencias, y precaverse de
 otras á que está sujeto el cuerpo huma-
 no Por un sujeto amante del bien de sus
 semejantes, y que debe su salud á este secreto

Con esta mi recetita
 Tus dolencias curarás
 Y si vitas los excesos
 A cien años llegarás

Un sujeto amante del bien público que posee
 el secreto del específico lo expone para el alivio de
 sus conciudadanos, después de muchas experiencias
 y la aprobación de los mejores facultativos. Este para-
 be lo trajo de Calabria un viajero instruido que
 habiéndose alojado en una casa particular, para
 donde llevaba recomendaciones, halló que el dueño
 era un señor de demasiada edad, que tenía una
 robustez y salud enal si fuera de 30 años. Pregun-
 taro su modo de vivir; dijo que se había man-
 tenido en aquel estado con el uso de un parabe,
 (que es el que se expone) y todos aquellos que lo
 usan, no habiendo hecho algunos excesos, perman-
 eian hasta una vejez poco común hasta el últi-
 mo instante sin los achaques de una edad

MEDICINA DOMÉSTICA PARA VIVIR CIEN AÑOS EN BUENA SALUD

Publicación de un secreto que encierra el arte de curar muchas enfermedades y dolencias y precaverse de otras a que está sujeto el cuerpo humano. Por un sujeto amante del bien de sus semejantes y que debe salud a este secreto.

*Con esta mi recetita
Tus dolencias curarás
Y si evitas los excesos
A cien años llegarás*

Un sujeto amante del bien público que posee el secreto del específico lo expone para el alivio de sus conciudadanos, después de muchas experiencias y la aprobación de los mejores facultativos. Este jarabe lo trajo de Calabria un viajero instruido que habiéndose alojado en una casa particular para donde llevaba recomendaciones, halló que el dueño era un señor de demasiada edad que tenía una robustez y salud cual si fuera de cincuenta años. Preguntado su modo de vivir, dijo que se había mantenido en aquel estado con el uso de un jarabe (que es el que se expresa) y todos aquellos que lo usan, no habiendo hecho algunos excesos, permanecían hasta una vejez poco común hasta el último instante sin los achaques de una edad avanzada.

avanzada. En efecto conozco otros cuatro sujetos, que
pasaban de cien años usaban de este jarabe. La
experiencia que hizo después sobre su persona, como
otras á quienes lo dió le convenció y confirmó su
virtud. Continuando en sus viajes, curó con este
específico al Duque de Embury, que yacía enfermo
quince años sin que los facultativos hubiesen ha-
llado remedio á sus dolencias; al Elector de Ba-
viera desahuciado de todos los médicos de Ale-
mania, á la Duquesa de Brandemburgo para-
lítica de cinco años, á la Duquesa de Sinspreng ^{qu. se hallaba} malta
de sobrepeso etc. y por no cansar, parece increíble
los buenos efectos del uso de este remedio, si la
experiencia no lo hubiese acreditado y acreditara.
Mercede, dice entre otras cosas curiosas, al publicar
esta receta: "yo la conservo con gran recato dando el
remedio gratuitamente, pero jamás su composición
por el gusto de verme llamado de tantas gentes
que esperaban la salud de mi mano y que me
llenaban de bendiciones; pero hallandome ya en
la edad de 99 años y no teniendo herederos forzo-
sos, me ha parecido despreciar esta vana gloria
y comunicar mi tesoro que á mi vez es mas pre-
cioso que don alguno, cual es vivir largo tiempo
con salud."

En efecto conozco otros cuatro sujetos, que pasaban de cien años que usaban de este jara-be. La experiencia que hizo después sobre su persona, como otras a quienes lo dio le convenió y confirmó su virtud continuando con sus viajes curó con éste específico al Conde de Embruz que yacía enfermo quince años antes sin que los facultativos hubiesen hallado remedio a sus dolencias al Elector de Baviera desahuciado de todos los médicos de Alemania, a la Duquesa de Brandemburgo paralítica de cinco años, a la Duquesa de Inzpruz mala de sobre parto etc, y por no cansar, parece increíble los buenos efectos del uso de este remedio, si la experiencia no lo hubiese acreditado y acreditara, Merede dice entre otras cosas curiosas, al publicar esta receta “ yo la conservo con gran recato dando el remedio gratuitamente, pero jamás su composición por el gusto de verme llamado de tantas gentes que esperaban la salud de mi mano y que me llenaban de bendiciones, pero hallándome ya en la edad de noventa y nueve años y no teniendo herederos forzosos, me ha parecido despreciar esta vana gloria y comunicar mi tesoro que a mi ver es más precioso que don alguno, cual es vivir largo tiempo con salud ”

Composicion

- 2 onzas de raíz de jenciana
- 4 idem Lirio de Florencia
- 2 dracmas de ruibarbo
- 2 idem de Sem escogidas

Los tres primeros ingredientes se cortarán en pedacitos muy menudos, y se pondrá con el sem en una redoma de vidrio grueso y se le echará dentro un azumbre de vino blanco, seco, del mejor que se halla, y se le dejará en infusión por 24 horas sobre ceniza caliente, ó 48 horas al sol, meneándolo cuatro ó cinco veces para que saque bien la tintura. Se supone que ha de estar perfectamente tapado, para evitar que se evapore. Pásase después esta infusión por un paño ó mejor filtrase por la manguera; en segunda póngase otra vez en la redoma añadiendo lo siguiente.

Una libra del zumo de la yerba mercurial, paridonia ó yerba del sapo que se encuentra en las paúdes

Otra libra del zumo de la de buglosa ó lengua de vaca, otra de la de borraja, y seis libras de miel blanca de la mejor

Mézclase todo muy bien meneando la redoma; tome se un tarro bien limpio y póngase sobre una hornilla bien encendida, y en él se echará la composi-

Composición

*Dos onzas de raíz de jenciana
Cuatro iden de Lirio de Florencia
Dos dracmas de ruibarbo
Dos iden de sem escojidas.*

Los tres primeros ingredientes se cortarán en pedacitos muy menudos, y se pondrá con el sem en una redoma de vidrio grueso y se le hechará dentro un azumbre de vino blanco, seco, del mejor que se halle, y se le dejará en infusión por veinte y cuatro horas sobre ceniza caliente, o cuarenta y ocho horas al sol, meneándolo cuatro o cinco veces para que saque bien la tintura. Se supone que ha de estar perfectamente tapado para evitar que se evapore. Pásese después esta infusión por un paño o mejor filtro por la manguera, enseguida póngase otra vez en la redoma añadiendo lo siguiente.

*Una libra del zumo mercurial
Paredonia o yerba del sapo que se encuentra en las paredes
Otra libra del zumo de la beglosa o lengua de vaca, otra de la borraja, y
Seis libras de miel blanca de la mejor.
Mézclase todo muy bien meneando la redoma; tómese un tarro bien limpio y póngase sobre una hornilla encendida, y en el se hechará la composición.*

siuion y se hará hervir, teniendo cuidado de espumar bien mientras crece. Despues se le pasa por la manguera, para clarificarlo, se volverá lo colado al fuego para que tome la consistencia de jarabe, y en este estado se sacará y se dejará enfriar, pasándolo á botellas para conservarlas para el uso; y estando bien tapado subsistirá por largo tiempo, teniendo, así mismo cuidado de colocarlo en paraje templado. Para conocer si el jarabe está en sazón se observará que de toda la composición, solo debe quedar, concluida la cocción, de 75 á 80 onzas del jarabe.

Su uso. Se tomará por la mañana en ayunas una buena cucharada que haga como una onza, y no se comerá ni beberá hasta pasadas dos ó tres horas para darle tiempo de digerirse y mezclarse con la sangre; se sutaliza y purifica distribuyéndose se por todas las partes del cuerpo. Conviene tomar este jarabe por espacio de seis meses ó un año para las enfermedades interiores, pues sería irracional el creer curar instantaneamente las dolencias, particularmente las que se padecen interiormente y por muchos años. Conviene tomar este jarabe cuando el sujeto esté bien curado de tiempo en tiempo, para corroborar la salud e impedir la recidiva; los que están buenos podrían tomarlo

y se hace hervir, teniendo cuidado de esfumar bien mientras crece después se le pasa por la manguera, para clarificarlo, se volverá lo colado al fuego para que tome la consistencia de jarabe, y en este estado se sacará y dejará enfriar, pasando a botellas para conservarlo para el uso; y estando bien tapado subsistirá por largo tiempo, teniendo así mismo cuidado de colocarlo en paraje templado. Para conocer si el jarabe está en sazón se observará que de toda la composición , solo debe quedar concluída la cocción de 75 a 80 onzas del jarabe.

Su uso; se tomará por la mañana en ayunas una buena cucharada que haga como una onza y no se comerá ni beberá hasta pasadas dos o tres horas para darle tiempo de digerirse y mezclarse con la sangre , se sutiliza y purifica distribuyéndose por todas las partes del cuerpo. Conviene tomar este jarabe por espacio de seis meses o un año para las enfermedades interiores; pues sería irracional el creer curar instantáneamente las dolencias, particularmente las que se padecen interiormente y por muchos años. Conviene tomar este jarabe cuando el sujeto este bien curado de tiempo en tiempo para corroborar la salud e impedir la recaída, los que están buenos podrán tomarlo ...

por 15 Dias ó un mes para precaverse de las enfermedades; en la primavera y otoño ó en cualquier tiempo si se siente incomodado

Sus efectos — Siendo de drogas generalmente buenas, no puede ser jamás tanoto su uso. Lo 1.º fortifica el estomago: lo 2.º purga el cerebro: lo 3.º desobstruye el hígado ó bazo: lo 4.º es bueno para los pulmones los cura de lo que pudieran tener de daño conservando lo demás sano: lo 5.º cura radicalmente el asma; y finalmente 6.º rinde ó suelta la libertad á los nervios y disuelve, cuando le es extraño como la ictericia, los vertigos ó vaticos, las jaquecas; cura generalmente todas las enfermedades interiores; no sufre ninguna corrupción ni mal humor evacuándose suavemente por la cámara ó la orina, hace sentir su acción en todas las partes del cuerpo; colicos, esticticos y picazones ya á un lado ya en otro, á veces en el puño, y sucesivamente en donde encuentra ^{material} que purgar ó purificar; libra de tercianas quartanas y fiebres continuas

La experiencia de todos esos efectos está bien conocida y probada, y para que no se asusten ni conmuevan ó dejen de proseguir el remedio se advierte los citados síntomas No piden otro régimen mientras se usa este medicamento que no co

por quince días o un mes para precaverse de las enfermedades; en la primavera y otoño o en cualquiera tiempo si se sienta incomodado.

Sus efectos – siendo de drogas generalmente buenas, no puede jamás ser dañoso su uso. Lo primero fortifica el estómago, lo segundo purga el cerebro, lo tercero desostruye el hígado o bazo, lo cuarto es bueno para los pulmones los cura de lo que pudiera tener de dañoso conservándolo lo demás sano, lo sexto cura radicalmente el asma, y finalmente revive o vuelve la libertad a los nervios y disuelve cuanto le es extraño. Cura la ictericia, los vértigos o vahídos, las jaquecas, cura generalmente todas las enfermedades interiores, no sufre ninguna corrupción ni mal humor evacuan todo suavemente por la cámara a la orina, hace sentir su acción en todas las partes del cuerpo, cotoses, estectores y picazones, ya a un lado ya en otro, a veces en el puño, y sucesivamente encuentra material que purgar o purificar; libra de tercianas, cuartanas y fiebres continuas.

La experiencia de todos esos efectos está bien conocida y probada, y para que no se asusten ni conmuevan o dejen de proseguir, el remedio se advierte los citados síntomas, no piden otro régimen mientras se usa este medicamento, que no co...



ni frutas ácidas ni escaldadas ácidas, ni nada
picante ni muy salado. Además de lo referido
tiene la propiedad este jarabe de abrir el apetito
y hacer dormir. Entiendo asegurar con este medi-
camento, no se gastará mucho en médicos y lo
mejor pues mantiene el cuerpo sano y bueno.
El azumbre equivale á tres botellas.
La libra de sumo equivale á media botella ó
á un vaso.

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

mer frutas ni ensaladas ácidas, ni nada picante ni muy salado. Además de lo referido tiene la propiedad este jarabe de abrir el apetito y hacer dormir pudiendo asegurar con este medicamento, no se gastará mucho en médicos boticas, pues mantiene el cuerpo sano y bueno. El azumbre equivale a tres botellas, la libra de zumo a media botella o a un vaso.



^{no} Receta de caldo para la locura
En dos baldes de agua fría se pone un chiqui-
ango, una picata de res, un cogote de bouego, una
mano de morocho, una polla ronca, Dos puicho-
nes, un eijy, unos enates gorioues, sesos de deses
pan de huevo, un real de goma arábica; todo esto
bien golpeado se pone en el agua fría y se lo
deja dos horas, después se pone al fuego en una
olla que tenga tapa para que no se evapore,
teniendo cuidado de moverle para que no se
queme; todo se le cocina hasta que se deshagan
las carnes; esto se cieme y se pone en un tras-
to en una parte fría para que no se dañe.
A prevención se tiene un perrito tierno bien
petado; en ese caldo que ya está preparado se
le pone la tercera parte del perrito, de modo que
de un perrito se saca para tres días, poniendo unas

CALDO PARA LA LOCURA

En dos baldes de agua fría se pone un chiquiango, una pata de res, un cogote de borrego, una mano de morocho, una polla ronca, dos pichones, un cuy, unos cuatro gorriones, sesos de res, pan de huevo, un real de goma arábica; todo esto bien golpeado se pone en el agua fría y se lo deja dos horas, después se lo pone al fuego en una olla que tenga tapa para que no se evapore y teniendo cuidado de mecerle para que no se quemé; todo se lo cocina hasta que se deshagan las carnes; esto se cierne y se pone en un trasto en una parte fría para que no se dañe.

A prevención se tiene un perrito tierno bien pelado; en ese caldo que ya está preparado se le pone la tercera parte del perrito, de modo que de un perrito se saca para tres días, poniendo unas...



cuatro tazas que queden en tres, el perrito que es
te bien golpeado, esto se vuelve á cocinar tres
horas, en este caldo se mezcla un poco de vino
puro y se dá al enfermo las veces que se pue-
da.

Esto es una formula, pero se puede hacer
media formula con la mitad de las cosas que
se expresan

Doña Rosa Gómez de la Torre y Gangotena

... cuatro tazas que quedan en tres; el perrito que esté bien golpeado, esto se vuelve o cocinar tres horas, en este caldo se mezcla un poco de vino puro y se da al enfermo las veces que se pueda.

Esto es una formula; pero se puede hacer media formula con la mitad de las cosas que se expresan...



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 20 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that fill the central portion of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 20 evenly spaced lines.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 20 evenly spaced lines.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 20 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 20 evenly spaced lines.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, spanning the width of the page.



A series of horizontal lines for writing, consisting of 25 evenly spaced lines that span the width of the page.

GLOSARIO

Alquitara. Alamabique

Artesa. Pieza o vaso de madera prolongado, en cuyo fondo se amasa y en sus cabeceras que son planas se forma el pan.

Azumbre. Medida de cosas líquidas y es la octava de una arroba.

Bolillos. Unos palillos largos de masa dulce que hacen los confiteros.

Cogollo. Parte interior y más apretada de la lechuga, la berza y otras hortalizas. Brote que arrojan los árboles y otras plantas. Lo más interior y apretado de la lechuga, berza y otras hortalizas. En los árboles se llama así cada uno de los renuevos que arrojan.

Cogote. Parte superior y posterior del cuello. La parte exterior de la cabeza, entre el cerebro y la nuca.

Chicha. Bebida alcohólica que resulta de la fermentación del maíz, uvas u otros frutos, en agua azucarada, y que se usa en América.

Chocolatera. Vasija que sirve para hacer y servir el chocolate en la mesa. Vasija comúnmente de cobre, estañada por dentro, que sirve para hacer el chocolate.

Dracmas. Cierta o peso o medida que contiene tres escrúpulos y está reputada por la octava parte de una onza. Especie de un moneda, que entre los romanos era de plata y valía cuatro certecios.

Goma Arábica. La que producen ciertas Acacias abundantes en Arabia. Licor aquileo viscoso que procede naturalmente de las plantas, o por incisión artificial; y se endurece con el calor del sol.

Lirio de Florencia. Flores blancas cuyo rizoma es en perfumería para la fabricación de dentífrico.

Mazamorra. Comida de harina de maíz con azúcar o miel. Cierta comida dispuesta de harina de maíz con azúcar o miel, semejante a las poleadas, de que se usa mucho en el reino del Perú.

Molinillo. El instrumento pequeño para moler. Dícese de cualquier molino, por especialidad de nuestra lengua, que se usa de estos diminutivos muchas veces en lugar de los positivos. El instrumento que sirve para batir y desleir el chocolate, formado de una bola cavada ó dentada y un astil, que se mueve, estre-gándole con ambas manos a un lado y otro.

Morteros. Instrumento redondo y hueco de piedra, o madera que sirve para machacar en él especias, semillas o drogas. Algunos se hacen muy grandes y de piedra poderosa para pasar o sacar por ellos el agua, para sutilizarla, o purificarla.

Narigada. Polvo o pulgarada de tabaco que se agarra con dos dedos a finde aspirarlo por la nariz de una sola vez.

Pailas. Vasija grande de metal, redonda y poco profunda

Pomas. Vasija de metal con su cubierta, que tiene varios agujeros, dentro de la cual se meten algunas confecciones olorosas; y puestas sobre el fuego, sirve de perfumar las piezas, ó aposentos. Pieza hueca de plata, u oro llena de agujeros, dentro de la cual se suelen traer algunas confecciones olorosas y medicinales. Llamase también pomo confección de diversos aromas, hecha en forma de globo, que se suele traer en la mano para preservarse de los contagios.

Ruibarbo. Nombre común de diversas plantas herbáceas o arbustivas. Raíz de las plantas. Planta que hecha las hojas grandes, anchas y casi redondas, espesas y de un verde obscuro, alrededor de sus vástagos, en lo alto de lo cuales arroja flores blancas en forma de campanillas. Su simiente es grande, triangular y de color castaño lustroso. Su raíz es gruesa y pesada, obscura por afuera y amarilla por adentro, de gusto, o sabor amargo y áspero, y un olor suave. Viene de la China casi siempre, y es muy medicinal y usado en la Europa.

Sen. Arbusto de la familia de las leguminosas, parecido a la casia cuyas hojas se usan en infusión como purgantes. Planta que produce un tallo como de un codo, del cual nacen muchos ramillos: las hojas casi como las de la regaliza; aunque más anchas y romas, y algún tanto grasas: la flor es amarilla, olorosa como la de las habas, y llena de unas venillas rojas, y muy sutiles.

Tiesto. Vasija de barro muy plana y delgada con bordes usados para cocer alimentos, especialmente masas.

Ungüento. Todo aquello que sirve para ungir o untar. Medicamento tópico de diversa consistencia y elaborado principalmente a base de ceras y resinas. Todo aquello que sirve para ungir o untar . particularmente se toma por la confección crasa y blanda, compuesta de varios simples medicinales, tomando el nombre del simple más especial, o del inventor. Confección de simples olorosos y fragantes, que usaban muchos los antiguos, y hoy se usa para embalsamar los cadáveres. Qualquier cosa que suaviza y ablanda el ánimo, o la voluntad y la atrae a lo que se desea conseguir.



Secretos en el Museo



La vida cotidiana de los indígenas quiteños durante la colonia temprana, combinan los productos originales de la tierra, con algunos de los que ingresan con los primeros colonos, entre los que se destacan los huevos de gallina y los conejos.





BOHÍO
Vivienda Indígena, Siglo XVI
Museo de la Ciudad
Quito, Ecuador



La importancia de los productos de la tierra en la composición alimenticia y vida cotidiana de los primeros colonos españoles es fundamental, puesto que los traídos de la península llegaban con mucha dificultad.



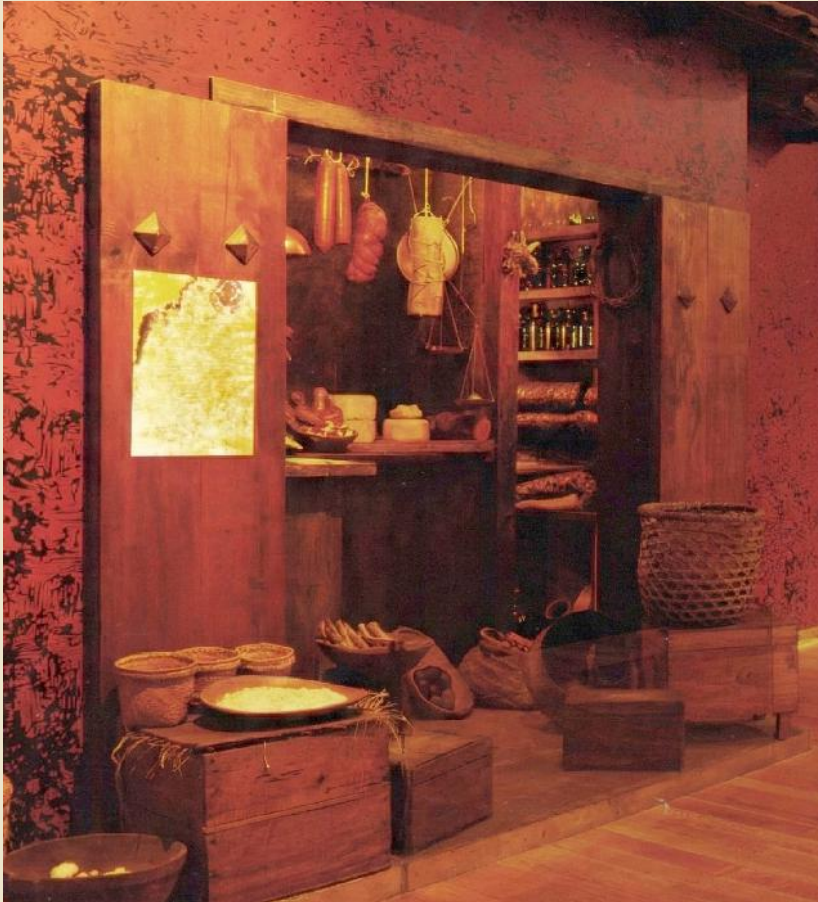


FRAGMENTO DE LA CASA ESPAÑOLA – COCINA
Vivienda de españoles en América
Museo de la Ciudad, sala Siglo XVI
Quito, Ecuador



La pulpería es uno de los espacios más importantes de la vida urbana en el siglo XVII, puesto que proveía de aquellos productos que antes del aparecimiento de los modernos supermercados abastecían las tiendas de abarrotes.





PULPERÍA
Museo de la Ciudad, sala Siglo XVII
Quito, Ecuador



Espacio de trabajo doméstico en el que se cocinaban todas las recetas al horno y se calentaban las planchas para asentar la ropa.





CUARTO DE HORNOS
Museo de la Ciudad, sala Siglo XVIII
Quito, Ecuador

BIBLIOGRAFÍA

DOCUMENTOS MANUSCRITOS

Gómez de la Torre y Gangotena, Rosa. Recetario. Quito, c.1900.

Mantilla de Peñaherrera, María Virginia. Recetario. Quito, c. XIX.

Vivanco de Jácome, Clementina. Recetario. Quito, 1897.

DOCUMENTOS IMPRESOS

Arte Ecuatoriano. Tomo I-II. Barcelona: Salvat Editores, 1976.

CARRILLO, MARÍA CRISTINA. El sabor de la tradición. Quito: Ediciones Abya Yala, 1996.

BERNABE COBO(1656): en Olivas Weston, Rosario. La Cocina en el Virreinato del Perú. Barcelona: 1996.

FERNÁNDEZ RUEDA, SONIA. “La Procepción de Corpus Christi” en Investigación del Taller de Estudios Históricos, TEHIS, Quito: 1996.

GARCILAZO DE LA VEGA , INCA. Comentarios reales de los Incas. Lima:Fondo de Cultura Económica S.A., 1991.

GARCILAZO DE LA VEGA, INCA (1609): en Olivas Weston, Rosario, La Cocina en el Virreinato del Perú,Barcelona: 1996.

Guaman Poma de Ayala, Felipe. Nueva Coronica y Buen Gobierno. Venezuela: Biblioteca Ayacucho, 1980.

JUAN JORGE Y DE ULLOA ANTONIO. Noticias secretas de América. en Gómez Luis J. (ed.) Noticias secretas de América. Colección crónicas de América No. 63. Madrid: Hispasat S.A, 1990.

LAFOND, GABRIEL. Voyages autour du monde et naufrages célèbres: en Relaciones de viajeros. vol. II, traducción de Ernesto More, prólogo, recopilación y selección de Estuardo Núñez. Lima: Comisión Nacional del Sesquicentenario de la Independencia del Perú, Colección Documental de la Independencia, 1971.

LANDAZURI, CRISTOBAL. “Tianguéz” en Investigación del Instituto de Historia y Antropología Andina, MARKA, Quito: 1996.



OLIVAS WESTON, ROSARIO. La Cocina en el Virreinato del Perú.
Barcelona:1996.

PINTO, JOAQUÍN. Exposición Antológica. Quito: Museo del Banco
Central del Ecuador, 1983-1984.

RAMON GALO. Serie Quito. Quito: Municipio Metropolitano de Quito,
Junta de Andalucía y Ministerio de Asuntos Exteriores de España,
España: 1992.

TERÁN NAJAS, ROSEMARIE. “La Rebelión de los Barrios de Quito.
1765” en Investigación del Taller de Estudios Históricos,
TEHIS, Quito: 1996.

ZALDUMBIDE , GONZALO. RevistaVida. l No. 37, Bogotá: 1941.

-----, El Ecuador visto por los extranjeros (viajeros de los siglos XVIII y
XIX). Biblioteca Ecuatoriana Clásica, Quito: Corporación de
Estudios y Publicaciones, 1989.

-----, “Calé de Tamales” en Museo Histórico. Organó del Museo de
Historia de la Ciudad de Quito. Quito: Imprenta Municipal,
1950.

-----, Santiago y América. Madrid:Galicia Editorial, 1993.

-----, 100 artistas del Ecuador. Quito: Dinediciones, 1992.

OBRAS DE REFERENCIA

ESTUPIÑÁN VITERI, TAMARA. Diccionario básico del comercio colo-
nial quiteño. Quito: Ediciones del Banco Central del Ecuador,
1997.

NAVARRO, JOSÉ GABRIEL. La Pintura en el Ecuador del siglo XVI al
XIX. Quito: Dinediciones, 1991.

ROIG, JUAN FERRANDO. Iconografía de los Santos. Barcelona:
Ediciones OMEGA, 1950.



NOTA EDITORIAL

La presente versión digital de *Secretos de Alacena* se publica veintisiete años después de su primera y única edición impresa, realizada en diciembre de 1998 en Quito, Ecuador. Su digitalización busca preservar y ampliar el acceso a un libro que, desde su origen, dialoga con la memoria culinaria, doméstica y simbólica de las mujeres quiteñas del siglo XIX.

Se han mantenido y actualizado - lo mejor posible - las ilustraciones y el diseño gráfico de la edición original. Al mismo tiempo, fueron retocadas las ilustraciones en facsímil de fragmentos de cuadernos de recetas de señoras quiteñas del siglo XIX, con el propósito de conservar la textura material y el espíritu íntimo de esos manuscritos.

En la página 121 hemos optado por reproducir la ampliación del fragmento “vaso en que se trajo el primer trigo” (Fray Jodoco Rike, 17), de la obra *Bautizo de Indígenas*, que indebidamente no se publicó en la versión impresa.

Por último, añadimos el dibujo *Tianguez* (Museo de la Ciudad), que ilustra la vida cotidiana en los mercados de alimentos de Quito en el siglo XVI, subrayando la vitalidad de los intercambios y de las prácticas alimentarias en el periodo colonial.



TIANGUEZ

*Reproducción del mercado prehispanico que se asentó en lo
que hoy es la Plaza de San Francisco de Quito
Museo de la Ciudad
Quito, Ecuador*

SERIE



RAICES



MUSEO DE LA CIUDAD
QUITO - ECUADOR



Fundación
EL COMERCIO



edi
ecuatorial