

HISTORIA Y CULTURA DE ECUADOR

LOS SABORES DE ECUADOR

OBJETIVOS: favorecer el aprendizaje de la historia y la cultura de Ecuador a través de la gastronomía tradicional.

DESTINATARIO: todos los alumnos.

CURSOS: todos los cursos de Educación Primaria.



INTRODUCCIÓN A LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA



La gastronomía ecuatoriana es muy variada debido a su división en cuatro zonas:

En la zona costeña, es tradicional cocinar con pescados, mariscos, coco y plátano. Con ellos se cocinan platos típicos como el encebollado, los ceviches, el corviche, los cangrejos criollos, el arroz marinero, la sopa marinera, la corvina frita, etc.

En la zona andina, se suele cocinar con maíz, papa y carnes. De este modo, encontramos platos como el hornado pastuso, la fritada imbabureña, el locro de papa, las chugchucaras, etc.

En la zona amazónica, se cocina habitualmente con animales del Amazonas, frutas, bayas y raíces de la zona, mandioca, frijoles y pescados. Los platos tradicionales son uchumanka, tamal, ayampaco, maito de pescado, etc.

En las Islas Galápagos, es tradicional la langosta, el pescado, el bacalao con papas, el ceviche de canchalagua, etc.

