

Ibarra Patrimonial



Una gran cantidad de productos alimenticios son aporte a la humanidad

Gastronomía tradicional ibarreseña

POB: Enrique Ayala Mora.
Especial para EL NORTE

Ecuador es uno de los países andinos que se destaca por su variedad gastronómica e Ibarra es un ejemplo del buen sabor.



El maíz es un producto emblemático de la zona andina del Ecuador. Muchos platillos tienen su base en este grano milenario.

La comida andina

Milenios de evolución de la agricultura en América Andina dieron origen a gran cantidad de productos alimenticios que son un enorme aporte a la humanidad, como el maíz, la papa, los tomates, el ají, el chocolate y cuarenta alimentos más. Por ello, la comida andina es muy rica y variada, sobre todo porque con la colonización europea se incorporaron plantas y animales venidos del Viejo Continente.

La comida ibarreseña, producto de la integración de alimentos de origen andino y europeo, es muy variada. Se prepara con maíz, papa, frutas y hierbas originarias, con granos, cerdo, cuyes, queso y embutidos.

En Ibarra se preparan muchos platos ecuatorianos y andinos, pero hay algunos que son emblemáticos de su gastronomía local.

Fritada y picantes

La tradicional "fritada" llegó a Ibarra con los migrantes de Quinchoqui y se convirtió en plato típico local. Se prepara con carne de cerdo cocida en paillas de broce con agua y especias. Se sirve con maíz tostado, mote, choclos tiernos con queso, papas con cáscara o tortillas de papa, llamados "llapingachos", plátano frito y salsa de ají. Esta com-

binación se ha extendido a otros lugares del país y ahora es un plato nacional.

Antes la fritada se servía solo en "fritaderías". Ahora compete exitosamente con los hot dogs, el pollo frito y las pizzas en salones de comida de los centros comerciales y servicios a domicilio de todo el Ecuador.

Es un plato que aporta proteínas de alto valor biológico, hierro, vitaminas y minerales. La fritada imbabureña es sana. Se prepara solo en agua, sin añadirle nada para freirla. Se desgrasa en su preparación. Por eso es "seca", al contrario de otros platos nacionales también preparados con cerdo.

Exclusivo de Ibarra es el "picante" tradicional,

servido en el barrio El Alpargate. Consiste en "carne colorada" de cerdo o res, preparada con achiote, "papas revolcadas", canguil (palomitas de maíz), mote, queso fresco, aguacate y ají. Se acompaña con chicha de jora, que algunos toman con huevo batido. Por eso se llama "huevona".

Caldos, cuyes y mariscos

Quizá la mayor riqueza de la gastronomía ecuatoriana son las sopas. En Ibarra y sus alrededores se las encuentra a lo largo de todo el año. Hay diversos tipos de "locro" (a base de papas), que se sirve con aguacate, chocchos y salsa de ají. El que se sirve con sangre de cordero muy



Los cebiches son platillos sabrosos que se pueden deleitar en varios sitios de la ciudad de Ibarra.

adobada (yahuarlocro), es típico como el "caldo de patas", que tiene diversas modalidades. Hay "mazamoras" de maíz, alverja o frejol. Los "caldos de gallina", se preparan con aves "de campo".

En varios lugares de Ibarra se sirven cuyes, preparados en diversa formas (fritos, horneados o asados a la brasa, que es la forma tradicional). En los últimos años se ha retomado la tradición de preparar borrego (cordero) asado, que se ofrece sobre todo en los caminos de Caranqui, La Esperanza y Angochagua.

En todo el Ecuador un plato nacional es el "ceviche" (muy distinto del peruano), que se prepara con pescado o mariscos, como camarones o langostinos (los más grandes del mundo) o conchas (el típico de Ibarra); chocchos o palmito, para quienes prefieren comida vegetariana o vegana. En Ibarra se encuentran otros platos típicos nacionales, como el pescado "encebollado", cazuelas de mariscos, "menestras" de granos, servidas con carne o pescado, "patacones" de plátano y canguil (popcorn). En los alrededores del lago Yahuarcocha se ofrece "Tilapia", pescado de agua dulce.



La fritada de cerdo es una delicia y se ha convertido en un sabroso plato nacional. Ibarra destaca por la preparación de esta carne.



El locro de papas es igualmente un plato que no puede faltar en la mesa de las familias ecuatorianas. Es muy requerido siempre.