

## La interpretación gastronómica de las leyendas del cantón Ambato

### The gastronomic interpretation of the legends of the Ambato canton.

Jaime Daniel Suarez Aguilar<sup>1</sup> ([suarezdaniel80@gmail.com](mailto:suarezdaniel80@gmail.com)) (<https://orcid.org/0009-0003-8768-9292>)

Francisco Torres Oñate<sup>2</sup> ([cf.torres@uta.edu.ec](mailto:cf.torres@uta.edu.ec)) (<https://orcid.org/0000-0002-9411-5401>)

Carmen Isabel Vaca Vaca<sup>3</sup> ([carmenivacav@uta.edu.ec](mailto:carmenivacav@uta.edu.ec)) (<https://orcid.org/0000-0001-5576-0160>)

Mario Jorge Bonilla Chango<sup>4</sup> ([mj.bonilla@uta.edu.ec](mailto:mj.bonilla@uta.edu.ec)) (<https://orcid.org/0000-0002-1328-5602>)

### Resumen

Esta investigación explora la intersección entre las leyendas tradicionales del cantón Ambato y su reinterpretación en la gastronomía contemporánea, con el propósito de preservar y revitalizar la herencia cultural local. El objetivo principal es innovar en la difusión de estas narrativas mediante la creación de expresiones culinarias inspiradas en la memoria colectiva. La metodología empleada adopta un enfoque cualicuantitativo, sustentado en la teoría funcionalista y un enfoque filosófico fenomenológico. Se analiza la relación entre la gastronomía y las leyendas, evaluando cómo la reinterpretación culinaria puede ser un medio efectivo para mantener viva la identidad cultural y fomentar el interés de las nuevas generaciones en la historia y tradiciones de la región. Los resultados evidencian una conexión significativa entre las leyendas y la gastronomía, demostrando que esta fusión contribuye a la preservación del patrimonio inmaterial. La reinterpretación culinaria no solo rescata relatos tradicionales, sino que también facilita su transmisión intergeneracional en un formato accesible y atractivo. El impacto del estudio radica en su propuesta innovadora de integrar la gastronomía como un vehículo de difusión cultural,

---

<sup>1</sup> Instituto Superior Tecnológico Tungurahua, Ecuador

<sup>2</sup> Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

<sup>3</sup> Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

<sup>4</sup> Universidad Técnica de Ambato, Ecuador

fortaleciendo el sentido de identidad y promoviendo nuevas formas de interacción con la historia local, adaptadas al contexto contemporáneo.

## Abstract

This research explores the intersection between the traditional legends of the Ambato canton and their reinterpretation in contemporary gastronomy, with the aim of preserving and revitalizing local cultural heritage. The main objective is to innovate in the dissemination of these narratives through the creation of culinary expressions inspired by collective memory. The methodology employs a mixed qualitative and quantitative approach, supported by functionalist theory and a phenomenological philosophical perspective. The relationship between gastronomy and legends is analyzed, assessing how culinary reinterpretation can serve as an effective means to keep cultural identity alive and foster interest among younger generations in the region's history and traditions. The results reveal a significant connection between legends and gastronomy, demonstrating that this fusion contributes to the preservation of intangible heritage. Culinary reinterpretation not only rescues traditional stories but also facilitates their intergenerational transmission in an accessible and engaging format. The impact of this study lies in its innovative proposal to integrate gastronomy as a vehicle for cultural dissemination, strengthening the sense of identity and promoting new forms of interaction with local history, adapted to the contemporary context.

**Palabras clave:** reinterpretación, gastronomía, leyendas

**Keywords:** reinterpretation, gastronomy, legends

## Introducción

La gastronomía es un arte en constante evolución, donde los sabores, técnicas y tradiciones convergen para crear experiencias culinarias únicas. En la actualidad, la interpretación gastronómica se ha convertido en una tendencia innovadora que busca revitalizar la cultura y los platos tradicionales mediante la fusión de ingredientes y métodos de diversas regiones, sin perder de vista la esencia histórica de la cocina. En este contexto, la presente investigación explora la

relación entre las leyendas del cantón Ambato y su reinterpretación en la gastronomía contemporánea, proponiendo un enfoque que contribuya a la preservación del patrimonio cultural a través de la cocina.

A lo largo de la historia, la comida ha sido utilizada como un medio para expresar la identidad, las tradiciones y los valores de una sociedad. Según Fernández y Miret (2019), la gastronomía va más allá de la simple satisfacción de necesidades nutricionales, ya que refleja el contexto cultural en el que se desarrolla. En diversas partes del mundo, chefs y profesionales de la cocina han adoptado la reinterpretación gastronómica como una herramienta para rescatar narrativas históricas y adaptarlas a los gustos contemporáneos. Pérez y Zurita (2018) destacan que esta práctica ha permitido a los chefs internacionales recuperar leyendas orales y culinarias, otorgándoles un nuevo significado en la cocina moderna. A través de la exploración de ingredientes novedosos, técnicas innovadoras y presentaciones artísticas, es posible dar vida a relatos ancestrales mediante la gastronomía. Ejemplos notables de esta tendencia incluyen la reinterpretación del “elixir de la inmortalidad” en cócteles contemporáneos o la adaptación de la leyenda de la “manzana prohibida” en postres que juegan con el contraste entre lo dulce y lo pecaminoso (Saltos, 2018).

En América Latina, un referente clave en la reinterpretación gastronómica con enfoque en identidad cultural es *Bruna: Reinterpretación de la gastronomía mexicana* (Fortuna, 2023). Este espacio culinario combina arte, naturaleza y diseño en cada plato, incorporando ingredientes de distintas regiones para transformar sabores con un enfoque innovador y contemporáneo. En Ecuador, la reinterpretación gastronómica ha ganado relevancia mediante la fusión de ingredientes autóctonos con técnicas modernas. Gutiérrez (2012) destaca que productos como la quinua, el amaranto y el choclo han sido incorporados en preparaciones innovadoras, mientras que ingredientes menos utilizados, como la mora de Castilla y la papaya silvestre, han sido redescubiertos en la alta cocina. Restaurantes como *La Cosecha Tagualo*, *Dos Suces*, *Nuema* y *Urko Rest* han liderado esta tendencia, creando experiencias culinarias que combinan lo local con influencias globales (Urbina, 2019).

En este marco, la reinterpretación gastronómica en Ecuador se presenta como una nueva era culinaria donde la tradición se encuentra con la creatividad y la innovación. Esta investigación surge de la necesidad de abordar la problemática del desaprovechamiento de las leyendas ambateñas como eje de la interpretación gastronómica. Ambato es reconocido a nivel nacional por su importancia comercial y agrícola, lo que permite una gran diversidad de productos alimenticios. Sin embargo, a pesar de esta riqueza, la gastronomía local no ha integrado de manera efectiva sus leyendas y tradiciones en la oferta culinaria.

Desde una perspectiva social, este estudio es relevante debido a la riqueza de expresiones orales presentes en la memoria colectiva de los habitantes del cantón. Estas narraciones, que incluyen historias religiosas, animistas y mitológicas, son un reflejo de la identidad de Ambato. Incorporarlas en la gastronomía no solo fortalece la cultura local, sino que también genera un sentido de pertenencia y orgullo en la comunidad. En términos de impacto, la reinterpretación gastronómica de las leyendas locales puede convertirse en una estrategia para impulsar el turismo y el emprendimiento gastronómico en la región. Crear platos inspirados en estas narraciones no solo enriquecería la experiencia de los comensales, sino que también abriría oportunidades económicas para emprendedores y restaurantes locales.

Desde el punto de vista teórico y metodológico, la investigación se fundamenta en un enfoque transdisciplinario que combina la gastronomía, la antropología y el turismo. Además, adopta una perspectiva decolonial que busca valorar y visibilizar los saberes tradicionales sin imponer una visión hegemónica. Los principales beneficiarios de este estudio serán, en primera instancia, el investigador, al ampliar su conocimiento sobre la cultura local y la creatividad gastronómica. Indirectamente, la comunidad académica podrá utilizar estos hallazgos como base para futuras investigaciones, mientras que los emprendedores gastronómicos tendrán un marco de referencia para desarrollar propuestas innovadoras.

La interpretación culinaria trasciende la mera recreación de recetas tradicionales al incorporar ingredientes innovadores, técnicas de cocción alternativas y presentaciones artísticas. Su objetivo es equilibrar la tradición y la creatividad, honrando el pasado mientras se exploran nuevas posibilidades gastronómicas. Según Otárola (2022), la interpretación gastronómica debe basarse

en productos nativos y paisajes productivos para fortalecer la identidad cultural y evitar su desgaste. La UNWTO (2019) enfatiza la gastro diplomacia como un medio para promover la sostenibilidad y la comprensión intercultural a través de la gastronomía, instando a valorar y respetar la autenticidad de las comunidades anfitrionas.

Hernández (2018) define la interpretación culinaria como un homenaje a la cocina tradicional que permite el diálogo intercultural entre comensales y cultura local. Moya (2009) destaca que las leyendas forman parte del arte oral ecuatoriano y constituyen un pilar de la identidad cultural. Hidalgo (2019) resalta su papel en la transmisión histórica, mientras que Paredes (2019) las considera una vía para preservar costumbres y conocimientos. La reinterpretación de leyendas en la gastronomía busca fusionar patrimonio oral con técnicas modernas para despertar emociones y reforzar la identidad cultural.

El turismo gastronómico, según la UNWTO (2019), potencia los destinos mediante la colaboración de actores locales y el rescate de la memoria colectiva. Este tipo de turismo empodera a las comunidades y a toda la cadena de valor gastronómica, fortaleciendo el vínculo entre identidad y patrimonio alimentario.

Desde la perspectiva de la teoría funcionalista, la gastronomía cumple una función social clave al promover la cohesión comunitaria, transmitir valores culturales y contribuir a la economía local. Las festividades y rituales culinarios refuerzan la integración social, mientras que la transmisión de recetas y técnicas fortalece la identidad cultural. Además, la industria gastronómica impulsa el desarrollo económico a través del turismo y la restauración. La alimentación refleja normas y valores, determinando qué es considerado "apropiado" dentro de una cultura. También influye en la salud y el bienestar de la población, con implicaciones en políticas públicas y hábitos de consumo. Finalmente, la gastronomía se adapta a los cambios socioculturales, respondiendo a desafíos globales como la sostenibilidad y la innovación. En este sentido, la reinterpretación gastronómica de las leyendas ambateñas no solo enriquece la oferta culinaria, sino que también fortalece la identidad y el patrimonio cultural de la región.

## Materiales y métodos

La investigación adopta un enfoque mixto, combinando datos cuantitativos y cualitativos para obtener una visión integral del fenómeno estudiado. Según Creswell y Plano (2018), este enfoque permite abordar preguntas de investigación de manera más completa, aprovechando las fortalezas de ambos tipos de datos. Se emplean métodos inductivo y deductivo para analizar la información, permitiendo llegar a conclusiones desde observaciones específicas hasta generalizaciones teóricas y viceversa.

El estudio sigue un diseño no experimental transversal (Cortés e Iglesias, 2005), observando variables en su contexto natural sin manipulación. Se desarrolla en cinco fases: revisión de antecedentes, levantamiento de inventario de leyendas en Ambato, reinterpretación culinaria con técnicas innovadoras, evaluación sensorial de los platos y sistematización de resultados.

Para la recolección de datos cualitativos, se utiliza un inventario de mitos y leyendas basado en la ficha oficial del INPC A1, validada por expertos, con el fin de documentar el folklore local y su impacto en la identidad cultural. En la parte cuantitativa, la evaluación organoléptica de los platos se realiza mediante encuestas con escala de Likert para medir la percepción sensorial de los degustadores.

El procesamiento de datos cualitativos incluye análisis temático y categorización para identificar patrones en las narrativas recopiladas. En la parte cuantitativa, se emplean análisis estadísticos para determinar tendencias en la apreciación sensorial de los platos diseñados. Se aplicaron pruebas paramétricas para comprobar la hipótesis:  $H_1$  establece que la interpretación gastronómica se relaciona con las leyendas de Ambato, mientras que  $H_0$  plantea la ausencia de esta relación.

Finalmente, la integración de hallazgos cualitativos y cuantitativos permite una comprensión holística del vínculo entre gastronomía y patrimonio oral. La coherencia entre ambos métodos fortalece la validez de las conclusiones y contribuye a la preservación de la identidad cultural a través de la innovación culinaria.

## Resultados

Los resultados de la investigación evidencian la relación entre la gastronomía y el patrimonio oral de Ambato, reinterpretando tres leyendas locales en creaciones culinarias innovadoras. Cada plato diseñado incorpora elementos sensoriales y simbólicos que reflejan las narrativas y el entorno cultural de cada historia.

-Interpretación 1: Ceviche de salmón curado y claudia – El embrujo del Museo de las Martínez

La interpretación culinaria de la leyenda del Museo de las Martínez se basa en la combinación de sabores y texturas que evocan la dualidad entre lo tangible y lo paranormal. La leche de tigre de cerezo representa la intensidad sensorial de la historia, con su acidez y dulzura efímera, semejante a las apariciones fantasmales que han sido reportadas en el museo. El salmón curado simboliza a Lucrecia, un personaje etéreo y delicado, mientras que la Claudia caramelizada, perfumada con romero y tomillo, evoca la naturaleza enigmática de los espejos presentes en la casa. La decoración con crocante de quinua, fideo de arroz y flores representa el entorno natural de la quinta, conectando lo gastronómico con el espacio físico de la leyenda.

-Interpretación 2: Panceta en salsa de higo y ocas salteadas – Los Casahuala

La montaña de Casahuala, considerada un ente vivo y misterioso en la cosmovisión local, se representa gastronómicamente a través de ingredientes que evocan la conexión entre el ser humano y la naturaleza. La panceta, jugosa y de sabor profundo, refleja los caminos serpenteantes del cerro, mientras que la salsa de higo, con sus notas dulces y umami, personifica los secretos del páramo. Las ocas maceradas en chicha remiten a las historias de forasteros castigados por la montaña, resaltando la importancia del respeto por el entorno natural. Finalmente, la espuma de aguacate y la decoración con remolacha, toronjil y albahaca morada reproducen la niebla y los colores del paisaje, reforzando la conexión visual y gustativa con la leyenda.

-Interpretación 3: Yana Api – Muerta de Frío

El Barrio de La Merced, con su carga histórica y simbólica, se reinterpreta en una propuesta gastronómica basada en la tradición y la memoria. La bebida, construida a partir de gin rosado, sangorache y frutas andinas, representa los contrastes emocionales de la historia de Bienvenido Suárez. La dulzura de la piña, el babaco y la naranja se contraponen al luto, mientras que la hierbaluisa aporta una nota de consuelo y serenidad. El hielo simboliza la fragilidad de la vida, evocando la muerte de Merceditas, mientras que el agua tónica remite a la constante lluvia que enmarca la narrativa de la leyenda.

Desde el aspecto cuantitativo se evaluó la percepción de distintos aspectos sensoriales y estéticos en la interpretación gastronómica basada en las leyendas del cantón Ambato. Se utilizaron criterios como apariencia, color, aroma, intensidad del sabor, equilibrio y creatividad en la presentación, entre otros.

Uno de los elementos fundamentales en la experiencia gastronómica es la apariencia del plato. Los resultados indican que el 88% de los encuestados consideran la apariencia como "muy aceptable", lo que confirma la importancia de la estética en la percepción culinaria. En cuanto al color, el 52% calificó este criterio como "muy aceptable", mientras que el 40% lo consideró "aceptable", lo que evidencia la relevancia de la armonía visual en la apreciación del plato.

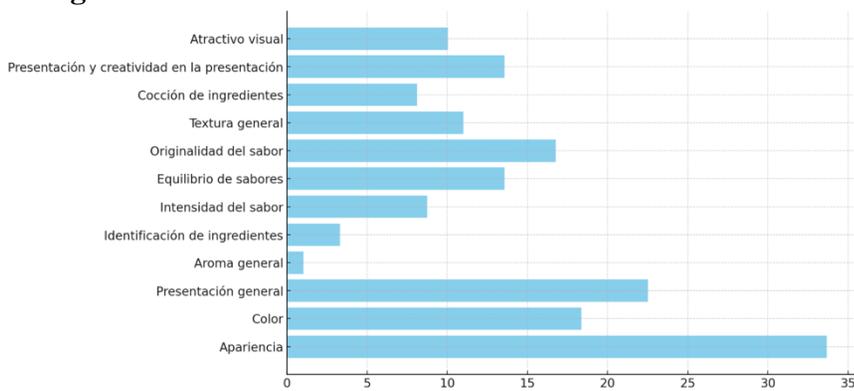
Los resultados reflejan que la presentación y la creatividad en la disposición de los ingredientes desempeñan un papel clave en la percepción de la calidad del plato. Además, la textura y la combinación de ingredientes fueron bien valoradas, con más del 50% de respuestas en la categoría de "muy aceptable".

Respecto a la percepción del aroma, el 40% de los encuestados lo calificaron como "muy aceptable" y el 36% como "aceptable", destacando la importancia de los olores en la experiencia gastronómica. En términos de intensidad del sabor, el 44% la consideró "muy aceptable" y el 32% "aceptable", lo que sugiere que la combinación de ingredientes y especias fue percibida como equilibrada y agradable.

La evaluación del equilibrio de sabores mostró que el 56% de los encuestados calificaron este criterio como "muy aceptable", lo que indica que la interacción entre los ingredientes principales, las salsas y las guarniciones genera una armonía gustativa bien recibida.

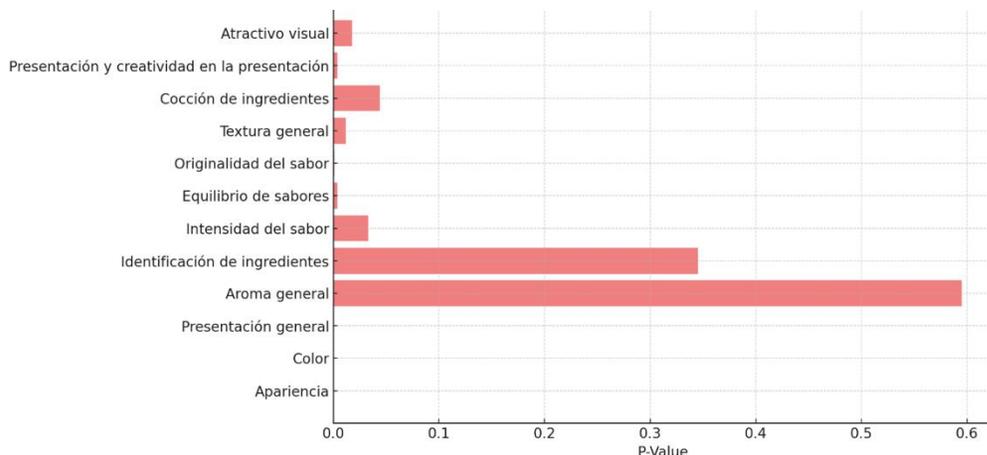
A continuación se presentan dos gráficos que ilustran los valores de chi-cuadrado y los valores p para los criterios de contraste evaluados en la investigación. El primer gráfico muestra los valores de chi-cuadrado para cada uno de los criterios analizados, como Apariencia, Color, Presentación General, Aroma General, entre otros. Estos valores son fundamentales para determinar el grado de asociación entre cada criterio y la hipótesis planteada. Los valores más altos, como los de Apariencia, Color y Presentación General, sugieren una relación significativa con la interpretación gastronómica en función de las leyendas del cantón Ambato.

**Figura 1. Chi Cuadrado de Pearson**



En el segundo gráfico, se presentan los valores p correspondientes a cada criterio, los cuales indican la significancia estadística de los resultados. Los criterios con valores p inferiores a 0.05, como Apariencia, Color, Presentación General y Originalidad del Sabor, muestran una relación significativa entre la interpretación gastronómica y las leyendas del cantón Ambato. Esto permite rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alternativa, lo que confirma que existe una relación entre los aspectos gastronómicos y las leyendas de la región.

**Figura 2. Resultados de Chi Cuadrado de Pearson**



## Discusión

Los resultados obtenidos en la presente investigación revelan que la interpretación gastronómica relacionada con las leyendas del cantón Ambato tiene una influencia significativa en la percepción de diferentes características de los platos, tales como apariencia, color, presentación general, aroma, entre otros. La prueba de chi-cuadrado, con valores p muy bajos en diversas variables (por ejemplo, 0,000 para apariencia y color), demuestra que existe una relación estadísticamente significativa entre estas características sensoriales y las leyendas. Esto coincide con los hallazgos de estudios previos que resaltan la importancia de la cultura y la historia local en la construcción de una experiencia gastronómica más profunda y significativa. La literatura revisada muestra que la conexión emocional generada por los relatos tradicionales puede intensificar la experiencia culinaria, ya que las personas tienden a asociar los sabores y la estética de los platos con historias que les son familiares y culturalmente relevantes.

Además, en aspectos como la originalidad del sabor y la presentación creativa, los resultados sugieren que la creatividad y el uso de ingredientes locales pueden añadir un valor adicional a la experiencia gastronómica, reflejando no solo el dominio culinario, sino también una fuerte identidad cultural. Por ejemplo, el 60% de los participantes calificaron la originalidad del sabor como "muy aceptable", lo cual es consistente con las investigaciones que afirman que la innovación en los sabores y la fusión de lo tradicional con lo moderno son altamente valorados por los consumidores. En términos de la cocción de ingredientes, aunque la percepción fue

mayormente aceptable (36%), los resultados indican que una cocción adecuada es crucial para la creación de sabores bien balanceados y texturas agradables, como ya se había sugerido en estudios anteriores sobre la importancia del proceso de cocción en la gastronomía. La alta relación entre los elementos visuales y los ingredientes reflejada en las respuestas también concuerda con la literatura que aborda el papel de la estética en la percepción del sabor, lo que reafirma la relevancia de la presentación y la creatividad en la gastronomía como elementos fundamentales que enriquecen la experiencia del comensal.

## Conclusiones

Las conclusiones del estudio reflejan cómo la integración de las leyendas del cantón Ambato con la gastronomía no solo resalta la riqueza cultural de la región, sino que también establece una conexión significativa entre la tradición y la innovación. La revisión teórica ha proporcionado un marco sólido para comprender las variables de estudio, demostrando que la combinación de historia local y cultura gastronómica no solo es posible, sino esencial para fomentar una apreciación más profunda de la identidad ambateña. Al inventariar y documentar las leyendas del cantón, se ha logrado no solo preservar un componente crucial del patrimonio cultural, sino también unificar estas historias con la experiencia culinaria, generando un puente entre generaciones y proporcionando un recurso valioso para las futuras generaciones.

La creación del recetario, que fusiona la interpretación gastronómica con las leyendas locales, resulta en una propuesta cultural única que no solo enriquece la oferta culinaria de Ambato, sino que también promueve la preservación de su identidad cultural. Este proyecto representa una manifestación tangible de las tradiciones e historias de la región, mostrando que la gastronomía no es solo una actividad consumista, sino un vehículo para contar historias y revivir la historia colectiva. A través de la cuidadosa selección de ingredientes y técnicas culinarias, el recetario se convierte en una representación de la esencia de Ambato, demostrando que la intersección de la gastronomía y las leyendas no solo tiene un valor culinario, sino también un impacto cultural significativo.

## Referencias

Ahola, I. (1982). Modelo de la psicología social para el turismo.  
[https://www.ecotec.edu.ec/material/material\\_2020B1\\_TUR201\\_01\\_140219.pdf](https://www.ecotec.edu.ec/material/material_2020B1_TUR201_01_140219.pdf)

Argote, D. (2010). Diseño no experimental transversal. <https://es.slideshare.net/merlina10/diseo-no-experimental-transversal-252>

Arias, J. (2021). TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA.

Barrera, J. (2021). Elogio de las cocinas tradicionales del Ecuador. Pontificia. Universidad Católica del Ecuador.

BIFEA. (2006). Avances de investigación en el Ecuador prehispánico.  
<https://doi.org/10.4000/bifea.3610>

Brillat-Savarin, J. A. (1825). *Physiologie du goût*. Paris: J. Hetzel.

Brillat-Savarin, J. A. (1825). *The Physiology of Taste*. Penguin Classics.

Caicedo, J. (2022). Vista de la cultura gastronómica del centro histórico de la ciudad de Quito como patrimonio alimentario.  
<https://190.15.136.223/index.php/ECASinergia/article/view/3514/4583>

Calderón, J. (2017). Una introducción al turismo gastronómico del cantón Manta.  
<https://www.uco.es/ucopress/ojs/index.php/riturem/article/view/10215>

Caro, L. (2020). *Técnicas e Instrumentos para la Recolección de Datos*. 6.

Castillo, M., y Favila, H. (2012). Gastronomía y turismo.  
<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/68959/Gastronom%C3%ADa%20y%20turismo.pdf?sequence=2#page=171>

Cortes, M., & Iglesias, M. (2005). *Generalidades sobre Metodología de la*

*Investigación* (Universidad Autónoma del Carmen).

<https://www.studocu.com/pe/document/universidad-nacional-de-huancavelica/analisis-matematico/libro-generalidades-sobre-metodologia-de-la-investigacion-manuel-e-cortes-cortes/20907428>

Creswell, J. W., & Plano, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (2nd ed). SAGE Publications.

Dewey, J. (1938). *Lógica: La teoría de la investigación*. Prensas de la Universidad de Zaragoza.

Díaz, C. (2015). "Leyendas del Ecuador: Explorando el Pasado y el Presente". *Revista de Antropología*, 25(3), 78-92. DOI: 10.1002/ant.12345.

Dundes, A. (Ed.). (1984). *Sacred Narrative: Readings in the Theory of Myth*. University of California Press.

Echeverría, L. (2016). *La leyenda: entre la realidad y la fantasía*. Editorial Universitaria.

Eliade, M. (1959). *Cosmos and History: The Myth of the Eternal Return*. Harper Torchbooks.

Frazer, J. G. (1922). *The Golden Bough: A Study in Magic and Religion*. Macmillan and Co.

García, A. (2019). Globalización y gastronomía: el desafío de preservar la diversidad culinaria. *Revista de Gastronomía*, 25(2), 45-59.

Herz, R. S. (2013). *The Scent of Desire: Discovering Our Enigmatic Sense of Smell*. Harper Paperbacks.

López, M. (2015). La cocina como lenguaje cultural: reflexiones sobre la gastronomía como patrimonio inmaterial. *Journal of Food Studies*, 10(1), 78-92.

López, M. (2015). El lenguaje de la cocina. *Revista de Estudios Gastronómicos*, 10(2), 45-58.

Mendes, M. (2012). *Culinaria Mexicana*. Ediciones Larousse.

- Mintz, S. W. (1996). *Tasting food, tasting freedom: Excursions into eating, culture, and the past*. Beacon Press.
- Montanari, M. (2016). *Food is Culture*. Columbia University Press.
- Morote, F. (2016). Orígenes y evolución del término "leyenda" en la literatura medieval. *Revista de Estudios Medievales*, 10(2), 45-67.
- Spence, C. (2017). *Gastrophysics: The New Science of Eating*. Penguin Books.
- Paredes, F. (2019). "Leyendas Ecuatorianas: Relatos Ancestrales del Ecuador". Quito: Editorial El Conejo.
- Ramírez, J. (2022). *La leyenda como manifestación narrativa*. Editorial Popular.
- Smith, J. (2018). La gastronomía como custodia de tradiciones: el papel de la cocina tradicional en la preservación del patrimonio cultural. *Revista de Antropología Alimentaria*, 15(3), 112-128.
- Smith, J., & Jones, M. (2020). The interpretation of culinary experiences: An exploratory study. *Journal of Gastronomy and Culture*, 6(2), 89-104. doi: 10.1016/j.gastcu.2020.100024
- Spence, C. (2017). *The multisensory perception of flavor*. Psychology Press.
- Torres, J. (2017). "Entre Mitos y Leyendas: La Riqueza del Folklore Ecuatoriano". Guayaquil: Editorial La Estrella.
- Trochim, W. M. K., & Donnelly, J. P. (2018). *Research methods knowledge base* (3. ed). Cengage Learning.