

DE COMPRAS AL MERCADO



Mercado de Santa Clara. Quito Informa.
<https://www.quitoinforma.gob.ec/2021/02/13/mercado-de-santa-clara-tiene-11-giros-de-negocio/>

El valle de Quito fue y es un espacio clave del comercio regional. En tiempos ancestrales, además de una serie de puentes colgantes sobre ríos caudalosos, existía una red de caminos que conectaba a los yumbos con la región de lo que hoy es nuestra ciudad. Son rutas que hoy usamos para desplazarnos evitando los páramos altos y de temperaturas extremas, para acceder a las comunidades marítimas, como las de Manabí. En la actualidad, los sistemas alimentarios de Quito son fundamentales para nutrirnos. Los mercados y las ferias forman parte de estos sistemas, con más de 14 000 comerciantes. De ellos, más de 8000 venden alimentos frescos de origen vegetal y animal. Por desgracia, desde 1990 los supermercados han crecido a ritmo acelerado: 2001 es el año en el que por primera vez se registraron más supermercados que mercados públicos. En el presente, el cantón Quito tiene cerca de 56 mercados y 103 supermercados. Somos parte del comercio en Iñaquito, en Santa Clara, en San Roque; comemos los hornados de San Carlos, la tripa mishqui de la Y, los churros de La Magdalena; nos curamos del espanto, compramos cola de caballo, llantén, un poco de flores, pescado, una sillita de mimbre... y conversamos entre vecinos. Más allá de ver lo que hemos anotado, ¿a qué huele?, ¿qué experiencias te evoca?, ¿qué propondrías para mejorar los mercados de Quito?



VIDEO

Las primeras hierbateras

HAZ CLICK AQUÍ

LAS HIERBATERAS

- Las hierbateras ejercen un oficio tradicional para el que se necesita tener una gran cantidad de conocimientos acerca de los usos que se les pueden dar a infinidad de plantas medicinales.
- Las hierbateras de Quito son las guardianas de saberes ancestrales. De no haber sido por ellas, toda esta información valiosa se habría perdido hace tiempo. Sus conocimientos, por lo general, se transmiten de generación en generación.
- Las hierbateras no solo conocen para qué sirven las plantas, sino también en qué lugares encontrarlas, cómo sembrarlas y en qué época se las debe cosechar. Algunas de ellas solo se pueden cultivar en ciertos cerros y quebradas de Quito.
- Los servicios ofrecidos por las hierbateras son una opción ante la medicina tradicional y son muy populares entre quiteños y quiteñas. Además, las tradicionales limpias energéticas y baños que ofertan sirven para tratar males como el espanto, el mal de ojo o el mal aire, que no suelen ser reconocidos por la medicina occidental.



Hierbatera. Quito Informa.
<https://www.quitoinforma.gob.ec/2021/10/07/territorios-que-sanan-un-micro-documental-para-conocer-a-las-hierbateras/>

UN FESTÍN EN EL MERCADO

- Los mercados de Quito tienen una oferta gastronómica enorme que resalta sabores y tradiciones únicas.
- Los puestos de comida y jugos de cada mercado conservan intactas recetas que incluyen ingredientes ancestrales y que en muchos casos tienen siglos de existencia.
- Los puestos de comida de los mercados son evaluados continuamente para que se mantengan las condiciones higiénicas adecuadas.
- Personas nacionales o extranjeras pueden acercarse a disfrutar de las 180 especialidades culinarias que se ofrecen en los mercados de Quito, entre las que destacan el hornado, el pargo frito, el come y bebe y el seco de chivo.
- Los mercados ofrecen otros platillos mucho menos conocidos como el caldo de huagrasinga, el caldo de ville o el ají de pata.
- En los últimos años se han organizado competencias gastronómicas entre los mercados para elegir a "la mejor hueca", cada una con su especialidad. El Mercado del Comité del Pueblo, por ejemplo, se ha hecho acreedor al premio del mejor hornado en dos ocasiones.



Hornado. Quito Informa.
<https://www.quitoinforma.gob.ec/2019/07/18/25-huecas-presentan-lo-mejor-de-la-comida-ecuatoriana/>



IMPRIME Y PINTA

De compras al mercado.
Ilustración original por Miti Miti.

HAZ CLICK AQUÍ

BIBLIO Y ENLACES PARA PROFES

FUENTES IMPRESAS

- Salomon, F. (1997). *Los Yumbos, Niguas y Tsatchila o "Colorados" durante la colonia española: etnohistoria del Noroccidente de Pichincha, Ecuador*. Editorial Abya Yala.
- Hollenstein, P. (2019). *Aprovisionamiento de Alimentos, Economías Populares y La Organización Del Espacio Público Urbano de Quito*. Friedrich-Ebert-Stiftung (FESILDIS) Ecuador.
- Kingman E. y Bedón, E. (2022) *Ferias, plazas y mercados: otra memoria posible*. Instituto Metropolitano de Patrimonio.

FUENTES DIGITALES

- Fundación Museos de Quito. "Territorios que sanan: Al encuentro con las hierbateras".
<https://fundacionmuseosquito.gob.ec/territorios-que-sanan-al-encuentro-de-las-hierbateras/>
- Narraquito. "Mi padre construyó el mercado Iñaquito".
https://narraquito.com/historias_/mi-padre-construyo-el-mercado-inaquito/
- Otros mapas. "Hierbateras, guardianas de los ecosistemas".
<https://otrosmapas.org/hierbateras/>