



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO

**CARRERA DE GASTRONOMÍA CON MENCIÓN EN
COCINA PROFESIONAL.**

TEMA:

***DISEÑO DE ELABORACIONES GASTRONÓMICAS DE VANGUARDIA,
BASADAS EN PLATOS FUERTES TÍPICOS DE CUENCA.***

**TRABAJO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE
“TECNÓLOGO/A EN GASTRONOMÍA CON MENCIÓN EN COCINA
PROFESIONAL.”**

AUTORES:

ALVARADO BERMEO CINTHYA DEL ROSARIO.

PACHECO GARCÍA JOSÉ LUIS.

TUTORES:

LCDO. GÓMEZ MARCO.

LCDO. TOLEDO DANIEL.

Cuenca, Azuay, Ecuador.


2019.

DICTAMEN DE ACEPTACIÓN.**CARRERA DE GASTRONOMÍA CON MENCIÓN EN COCINA
PROFESIONAL****COMITÉ TÉCNICO MULTIDISCIPLINARIO****Certificación de Aprobación del Trabajo de Titulación**

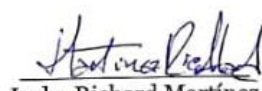
Damos fe que el trabajo desarrollado por los estudiantes: ALVARADO BERMEO CINTHYA DEL ROSARIO Y PACHECO GARCÍA JOSÉ LUIS, con el título: “Diseño de elaboraciones Gastronómicas de Vanguardia, basadas en Platos fuertes Típicos de la ciudad de Cuenca”, cumple con las exigencias metodológicas y técnicas.

Por lo antes mencionado, los TUTORES asignados del COMITÉ TÉCNICO MULTIDISCIPLINARIO resuelve APROBAR el Trabajo de Titulación.


Atentamente,



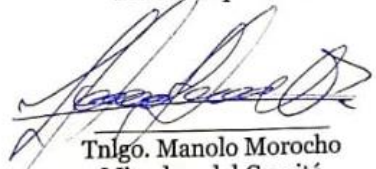
Lcdo. Marco Gómez
Miembro del Comité
Multidisciplinario




Lcdo. Richard Martínez
Miembro del Comité
Multidisciplinario



Lcdo. Daniel Toledo
Miembro del Comité
Multidisciplinario



Tnlgo. Manolo Morocho
Miembro del Comité
Multidisciplinario



Lcda. Fernanda Padilla
Miembro del Comité
Multidisciplinario

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO.

Nosotros, **Alvarado Bermeo Cinthya del Rosario y Pacheco García José Luis**, estudiante del **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** de la ciudad de Cuenca - Ecuador, que cursó la Tecnología en GASTRONOMIA CON MENCIÓN EN COCINA PROFESIONAL, declaramos en forma libre y voluntaria que la presente investigación que versa sobre “Diseño de elaboraciones Gastronómicas de Vanguardia, basadas en Platos fuertes Típicos de la ciudad de Cuenca”. Así como las expresiones vertidas en la misma, son autoría de los comparecientes, quienes ha realizado en base a recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo.

En consecuencia, asumo la responsabilidad de la originalidad de la misma y el cuidado al remitirme a las fuentes bibliográficas respectivas para fundamentar el contenido expuesto.

Atentamente,



Pacheco García José Luis.
Cédula: 0104696406



Alvarado Bermeo Cinthya
del Rosario
Cédula: 0106094378

DERECHOS DE AUTOR.

Los derechos de esta obra son irrenunciables y corresponden a su **AUTOR**, incluido sus derechos patrimoniales. El **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** tiene licencia gratuita e intransferible sobre esta obra para uso no comercial, de necesitar uso comercial requiere autorización de su titular.

RESUMEN.

La presente tesis, tiene como objetivo de estudio la aplicación y comprobación de un modelo creativo gastronómico sobre una propuesta de platos fuertes tradicionales de la provincia del Azuay, con este fin se hace la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo comprobar la factibilidad de la aplicación de un modelo de técnicas creativas, al diseñar una propuesta gastronómica basada en elaboraciones típicas de la provincia del Azuay? Para la satisfacción de esta pregunta, se desarrollan una serie de procesos, que conllevan la aplicación de varias técnicas vanguardistas y al rediseño del plato tradicional, representándolo de una manera distinta, mas, sin embargo, tratando de mantener la esencia original de la elaboración.

La metodología de este proyecto, se adapta a una investigación de campo de diseño exploratoria, de enfoque del proyecto mixto, además de utilizar el método analítico-inductivo como instrumento de este trabajo. Las técnicas de recolección de e información, son documentales, de campo, y de laboratorio.

Las elaboraciones de la propuesta gastronómica de este trabajo de titulación, fueron seleccionadas de forma perceptiva, buscando las más representativas de la ciudad de Cuenca como “cuy asado”, “estofado de gallina criolla” y “hornado”, pero también se trató de rescatar recetas que a lo largo de los años fueron perdiendo su valor, para ello, se utilizó el libro “Ashanga” como material de apoyo, en donde se incluyeron a la propuesta platillos como “pierna de borrego asada”, “lengua con pepa” y “estofado de conejo”, siendo un total de seis elaboraciones.

Para la sustentación de todo lo antes expuesto, se realizó una investigación detallada de aspectos importantes como datos bibliográficos, además de recopilar información mediante entrevistas a expertos en el área como los chefs Diego Gutiérrez del restaurante “La Caleta” y Daniel Contreras del restaurante “Dos Suces”. De igual forma se realizaron encuestas a un grupo de estudiantes de la carrera de gastronomía, población que se determinó mediante una fórmula estadística; y a un grupo de expertos en el área gastronómica y representantes de restaurantes importantes de la Ciudad.

Adjuntamente con la recopilación de información obtenida, se realizaron bitácoras gastronómicas, para detallar el proceso de elaboración y avance de cada plato, también se utilizaron bitácoras gastronómicas, en donde se plasmó el resultado final y costo de cada elaboración.

Los resultados obtenidos de esta propuesta gastronómica, fueron dados por un grupo focal conformado por expertos en el área de la gastronomía, en donde se comprobó que el 90% de la propuesta tuvo éxito, con estos resultados.

Se pudo comprobar que gran parte de la aplicación de este modelo tuvo factibilidad al aplicarlo en una propuesta basada en elaboraciones tradicionales, satisfaciendo así, los objetivos y la problemática de este trabajo de titulación.

PALABRAS CLAVE.

Vanguardia, propuesta gastronómica, modelo creativo, cocina tradicional

ABSTRACT.

The following thesis's objective is to study the use and validation of a creative gastronomic model compared to a traditional main course dish from Azuay and with this as our goal we formulated the following question of investigation: How to validate the feasibility of the application of a model based on creative techniques to design a gastronomic idea based on the traditional dishes from Azuay? To the satisfaction of this question, a series of processes will be developed that include the application of various avant-garde techniques, nevertheless attempting to maintain the essence of the original elaboration.

The methodology used in this project is adapted to an exploratory research design with the focus of a mixed project, in addition to using an inductive approach as an instrument in this project. The techniques used to collect information are from documentaries, fields and laboratories.

The elaborations of the gastronomic idea of this degree work were selected from a perspective point of view, looking for the most well-known traditional dishes from Cuenca, such as 'cuy asado', 'estofado de gallina criolla' and 'hornado', but we also attempted to rescue other traditional dishes that have lost popularity over the past decades and for that we utilized the book 'Ashanga' as support material, which included many proposed dishes such as 'pierna de borrego asada', 'lengua con pepa' and 'estofado de conejo', resulting to a total of 6 elaborations.

To validate everything expressed previously a detailed investigation with important aspects such as bibliographic information was carried out, in

addition to collecting information from interviews from experts in this field such as chefs like Diego Gutierrez from the restaurant ‘‘La Caleta’’ and Daniel Contreras from the restaurant ‘‘Dos Suces’’. In the same way that the surveys were carried out by a group of students from the gastronomy career, the population was determined from a group of experts in the gastronomic field and from representatives from the most important restaurants in Cuenca by a statistical formula.

The results obtained from this gastronomic proposal were given by a focal group made up by experts in the gastronomic field which demonstrated that the proposal was successful with a 90% with these results.

The results from this demonstrated that the majority of the application of this model was feasible and applicable in a proposal based on a traditional elaboration, satisfying the objectives and goal of this degree work.

KEY WORDS.

Vanguard, gastronomic proposal, creative model, traditional cuisine.

DEDICATORIAS.

Quiero dedicar este logro, con todo el amor del mundo a mi madre, Flora Angelina Bermeo, quien ha sido el pilar fundamental en mi vida, mi soporte, mi impulso, mi mayor ejemplo y mi guía, y a quien quiero agradecerle todo lo que hace por mí, y por todo lo que soy y seré algún día.

A mis hermanos José Damián y María del Cisne, quienes son la razón de querer ser mejor y a quienes adoro con todo el corazón.

A mi otra madre, Cumandá, mi tía querida a quien le debo muchas cosas en esta vida, agradecerle por todo el cariño, los consejos y el apoyo que he recibido desde niña.

A mi compañero de muchas circunstancias José Luis, con quien crezco y me supero cada día.

A mi Luz del cielo, la que me guía y acompaña cada uno de mis pasos, la que me inspira a hacer las cosas bien en la vida.

A todos ustedes muchas gracias por todo y, por tanto, espero con esto que se sientan orgullosos de lo que apenas estoy comenzando.

Con mucho cariño, Cinthya.

Este trabajo de titulación va dedicado a Dios y a mis padres, quienes han sido el pilar fundamental durante toda mi vida, a mis hermanas y hermano que siempre me han mostrado su apoyo incondicional en todas mis decisiones, en especial a mi novia, quien es mi motor, mi mano derecha, mi mejor amiga. Y a mí Luz, quien guía mi camino.

Atentamente.

José Luis.

ÍNDICE GENERAL

DICTAMEN DE ACEPTACIÓN.	I
DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO.....	II
DERECHOS DE AUTOR.....	III
RESUMEN.....	IV
PALABRAS CLAVE.	V
ABSTRACT.....	VI
KEY WORDS.	VII
DEDICATORIAS.....	VIII
INTRODUCCIÓN.....	1
OBJETIVOS.....	3
Objetivo general.	3
Objetivos específicos.	3
PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN.....	4
Pregunta general.	4
Preguntas específicas.	4
JUSTIFICACIÓN.....	6
CAPITULO I.....	7
1.1. PROBLEMÁTICA.....	7
CAPITULO II.....	8
2.1. MARCO REFERENCIAL.	8
2.2. MARCO TEÓRICO.....	9

2.2.1.	La cocina aborígen antes de la conquista.....	9
2.2.1.1.	Productos que consumían los aborígenes.	9
2.2.1.2.	Utensilios prehispánicos.	11
2.2.1.3.	Métodos de cocción prehispánicas.	12
2.2.1.4.	Técnicas que se empleaban para la preparación de los alimentos 12	
2.2.1.5.	Métodos de conservación de los alimentos de los aborígenes. ...	13
2.2.2.	Cocina después de la conquista española.....	14
2.2.2.1.	Animales introducidos por los europeos a América.	15
2.2.2.2.	Alimentos y plantas introducidas por los españoles a América. .	16
2.2.2.3.	Técnicas culinarias de los españoles que trajeron a américa.	16
2.2.3.	Mestizaje Culinario en Ecuador.	17
2.2.4.	Provincia del Azuay.....	18
2.2.4.1.	Santa Ana de los cuatro Ríos de Cuenca.	19
2.2.5.	Historia de la Gastronomía Azuaya.....	20
2.2.6.	Productos que forman parte de la alimentación en la Ciudad de Cuenca. 21	
2.2.7.	Platos típicos de Cuenca.	22
2.2.8.	Fundamentos generales de la cocina moderna.	23
2.2.9.	Cocina moderna.....	24
2.2.10.	Cocina de Autor.	24
2.2.11.	Cocina tradicional.	25

2.2.12.	Deconstrucción.	26
2.2.13.	Cocina de vanguardia.	27
2.2.14.	Cocción al vacío /bajas temperaturas.	27
2.2.14.1.	Confitura en sous-vide.	28
2.2.14.2.	Temperaturas de cocción al vacío.	29
2.2.15.	Curado.	29
2.2.15.1.	Composición del curado.	30
2.2.15.2.	Especificaciones para el curado.	30
2.2.16.	Ahumado.	31
2.2.16.1.	Tipos de ahumado.....	32
2.2.17.	Deshidratado.	33
2.2.17.1.	Tiempo y temperatura de deshidratación.....	33
2.2.18.	Encurtido.	34
2.2.19.	Fermentado.	34
2.2.19.1.	Temperatura y tiempo de fermentación para el choucroute.....	35
2.2.20.	Introducción de la Cocina de Vanguardia en la ciudad de Cuenca.	36
CAPITULO III		38
3.1.	METODOLOGÍA.....	38
CAPÍTULO IV.....		40
4.1.	ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE INFORMACIÓN.....	40
CAPÍTULO V.....		43
5.1.	PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN.....	43

5.1.1. Cuy asado.....	43
5.1.1.1. Historia del Cuy.....	43
5.1.1.2. Preparación del cuy asado en Cuenca.....	44
5.1.1.3. Comparación de técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Cuy con Papas.....	45
5.1.2. Estofado de Gallina Criolla.....	46
5.1.2.1. Origen de la Gallina Estofada.....	46
5.1.2.2. Preparación del estofado de gallina.....	47
5.1.2.3. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas, aplicadas en el Estofado de Gallina.....	47
5.1.3. Hornado.....	48
5.1.3.1. Historia del Hornado.....	48
5.1.3.3. Preparación del Hornado.....	49
5.1.3.4. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas, aplicadas en el Hornado.....	49
5.1.3. Borrego asado.....	50
5.1.3.1. Historia del borrego asado.....	50
5.1.3.2. Preparación del borrego asado.....	51
5.1.3.3. Comparación de Técnicas Vanguardistas y Tradicionales aplicadas en el Borrego Asado.....	51
5.1.4. Estofado de Conejo.....	52
5.1.4.1. Historia del conejo.....	52

5.1.4.2.	Preparación del estofado de conejo.	52
5.1.4.3.	Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Estofado de Conejo.	53
5.1.5.	Lengua con pepa.	54
5.1.5.1.	Historia de la lengua.	54
5.1.5.2.	Preparación de la lengua con pepa.	54
5.1.5.3.	Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en la Lengua con pepa	55
5.2.	Aplicación de Técnicas de Vanguardia para la propuesta Gastronómica. 56	
5.2.1.	Cuy asado	56
5.2.2.	Estofado de Gallina runa.	57
5.2.3.	Hornado.	58
5.2.4.	Borrego asado.	59
5.2.5.	Estofado de conejo.	59
5.2.6.	Lengua con pepa.	60
5.3.	BITÁCORAS GASTRONÓMICAS.	62
5.3.1.	CUY ASADO.	64
	• Bitácora N° 1: Cuy curado y ahumado	64
	• Bitácora N° 2: Cuy curado y ahumado	65
	• Bitácora N°1: Papas carbón.	66
	• Bitácoras N°2: Papas carbón.	67

• Bitácoras N°3: Papas carbón.	68
• Bitácora N°1: Sirope picante de tomate.	69
• Bitácora N°1: Chalotas encurtidas,	70
• Bitácora N°1: Tomates deshidratados.	71
• Bitácora N°2: Tomates deshidratados.	72
• Bitácora N°1: Yema curadas.	73
• Bitácora N°1: Huevos de codorniz hervido.	74
5.3.2. ESTOFADO DE GALLINA CRIOLLA.	75
• Bitácora N°1: Gallina runa cocida al vacío.	75
• Bitácora N°2: Gallina criolla cocida al vacío.	76
• Bitácora N°1: Fondo de Gallina.	78
• Bitácoras N°1: Papas chauchas rostizadas al horno con manteca de cerdo.	79
• Bitácora N°1: Vegetales avellanados.	80
• Bitácora N°1: Arroz caldoso con tocte.	81
• Bitácora N°2: Arroz Caldoso con Tocte.	82
• Bitácora N°3: Arroz Caldoso con Tocte.	83
• Bitácora N°1: Crocante de mote.	84
• Bitácora N°2: Crocante de mote.	85
• Bitácora N°1: Salsa de fondo de gallina.	86
• Bitácora N°2: Salsa de fondo de gallina.	87

• Bitácora N°1: Coliflor frita.....	88
• Bitácora N°1: Rabanitos encurtidos.....	89
5.3.3. HORNADO.....	90
• Bitácora N°1: Panceta de cerdo al vacío	90
• Bitácora N°2: Panceta de cerdo al vacío	91
• Bitácora N°1: Llapingachos	92
• Bitácora N°1: Agrio	93
• Bitácora N°1: Cremoso de morocho	94
• Bitácora N°2: Cremoso de morocho	95
• Bitácora N°1: Ají.	96
5.3.4. BORREGO ASADO.	97
• Bitácora N°1: Ossobuco al vacío	97
• Bitácora N°2: Ossobuco al vacío	98
• Bitácora N°1: Arroz a la Cerveza.	99
• Bitácora N°1: Col encurtida	100
• Bitácora N°1: Salsa de Cerveza de malta.	101
• Bitácora N°1: Gel de aguacate.....	102
• Bitácora N°1: Tortillas de plátano.	103
• Bitácora N°2: Puré de maduro con quesillo	104
5.3.5. ESTOFADO DE CONEJO.	105

• Bitácora N°1: Galantina de conejo rebozada en finas hierbas y maíz chulpi.....	105
• Bitácora N°1: Demi-glace de conejo.....	107
• Bitácora N°1: Fondo de conejo.....	108
• Bitácora N°1: Papas Parisien ahogadas.....	109
• Bitácora N°1: Remolacha asada	110
• Bitácora N°1: Tallos de apio encurtidos	112
• Bitácora N°1: Falsos caviars de mostaza.....	113
• Bitácora N°1: Huevo pochado	114
• Bitácora N°1: Pétalos de tomate crocantes.....	115
5.3.6. LENGUA CON PEPA.....	116
• Bitácora N°1: Lengua confitada al vacío con aceite de maní.....	116
• Bitácora N°1: Pepucho.....	117
• Bitácora N°1: Puré de camote amarillo aromatizado.....	118
• Bitácora N°1: Vainitas encurtidas.....	119
• Bitácora N°1: Antipasto de morrón.	120
• Bitácora N°1: Arroz moro	121
• Bitácora N°1: Pajitas de puerro	122
5.4. FICHAS ESTANDARIZADAS.	123
5.5. BASE DE DATOS.....	124
5.5.1. Base de Datos utilizada para el presente Proyecto.....	126

5.6.	HOJA DE RUTA.....	127
5.6.1.	CUY ASADO.....	127
•	Cuy Curado y Ahumado.....	128
•	Papas Carbón.....	129
•	Sirope picante de Tomate.....	130
•	Chalotas Encurtidas.....	131
•	Tomates Deshidratados.....	132
•	Huevos de Codorniz Hervidos.....	133
5.6.2.	ESTOFADO DE GALLINA CRIOLLA.....	134
•	Gallina Criolla cocida al Vacío.....	135
•	Fondo de Gallina.....	136
•	Papas Chauchas Rostizadas.....	137
•	Vegetales Avellanados.....	138
•	Arroz caldoso con Tocte.....	139
•	Crocante de Mote.....	140
•	Salsa de Fondo de Gallina.....	141
•	Rábanos encurtidos.....	142
5.6.3.	HORNADO.....	143
•	Panceta de cerdo al vacío.....	144
•	Llapingachos.....	145
•	Agrio.....	146

• Cremoso de morocho.	147
• Ají.....	148
5.6.4. BORREGO ASADO.	149
• Ossobuco al vacío.	150
• Arroz a la Cerveza.....	151
• Col Encurtida.	152
• Salsa de Cerveza de Malta.	153
• Gel de Aguacate.....	154
• Puré de Maduro con Quesillo.	155
5.6.5. ESTOFADO DE CONEJO.	156
• Galantina de Conejo.....	157
• Demi-Glace de Conejo.	158
• Fondo de Conejo.	159
• Papas Parisien ahogadas.....	160
• Remolacha Asada.....	161
• Tallos de Apio encurtidos.....	162
• Falsos caviares de Mostaza.....	163
• Huevo hervido.....	164
• Pétalos de Tomate Crocantes.....	165
5.6.6. LENGUA PEPA.....	166
• Lengua Confitada al vacío con aceite de Maní.....	167

• Pepucho.	168
• Puré de Camote amarillo Aromatizado.	169
• Vainitas Encurtidas.	170
• Antipasto de Morrón.	171
• Arroz Moro.	172
• Pajitas de Puerro.	173
5.7. HOJA DE GRAMAJES Y COSTOS.	174
5.7.1. CUY ASADO.	174
• Cuy Curado y Ahumado.	174
• Papas Carbón.	175
• Sirope picante de Tomate.	175
• Chalotas Encurtidas.	175
• Tomates Deshidratados.	176
• Huevos de Codorniz Hervidos.	176
5.7.2. ESTOFADO DE GALLINA.	176
• Gallina criolla cocida al vacío.	177
• Fondo de Gallina.	177
• Papas Chauchas Rostizadas.	177
• Vegetales Avellanados.	178
• Arroz Caldoso con Tocte.	178
• Crocante de Mote.	178

• Salsa de fondo de Gallina.....	179
• Rábanos Encurtidos.....	179
5.7.3. HORNADO.....	179
• Panceta de Cerdo al vacío.....	180
• Llapingachos.....	180
• Agrio.....	180
• Cremoso de Morocho.....	181
• Ají.....	181
5.7.4. BORREGO ASADO.....	182
• Ossobuco al vacío.....	182
• Arroz a la Cerveza.....	183
• Col Encurtida.....	183
• Salsa de Cerveza de Malta.....	183
• Gel de Aguacate.....	184
• Puré de Maduro con Quesillo.....	184
5.7.5. ESTOFADO DE CONEJO.....	184
• Galantina de Conejo.....	185
• Demi-glace de Conejo.....	185
• Fondo de Conejo.....	185
• Papas Parisien Ahogadas.....	186
• Remolacha Asada.....	186

• Tallos de Apio Encurtidos.....	186
• Falsos Caviares de Mostaza.....	187
• Huevo Hervido.....	187
• Pétalos de Tomate Crocantes.....	187
5.7.6. LENGUA CON PEPA.....	188
• Lengua Confitada al vacío con aceite de Maní.....	188
• Pepucho.....	188
• Puré de Camote amarillo aromatizado.....	189
• Vainitas Encurtidas.....	189
• Antipasto de Morrón.....	189
• Arroz Moro.....	190
• Pajitas de Puerro.....	190
5.8. FIJACIÓN DE PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO SUGERIDO....	191
5.8.1. Estrategia de precios por descremado.....	191
5.8.2. Método de fijación de precios.....	191
5.8.2.1. Multiplicador por 3.....	191
5.9. ESTRUCTURACIÓN DE P.V.P. SUGERIDO.....	192
5.10. CUADRO DE PRINCIPALES MATERIAS PRIMAS UTILIZADAS	
193	
5.11. CUADRO DE TÉCNICAS Y MÉTODOS GASTRONÓMICOS	
APLICADOS.....	194

6.	CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.....	196
7.	CONCLUSIONES.....	197
8.	RECOMENDACIONES	198
9.	BIBLIOGRAFÍA.	199
10.	ANEXOS.....	207

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES.

Ilustración 1. Utensilios Prehispánicos.....	11
Ilustración 2. Mapa Político del Azuay.....	19
Ilustración 3. Mestizaje y Sincretismo Cultural.....	20
Ilustración 4. Curado del Cuy.....	31
Ilustración 5. Cuy asado Tradicional.....	46
Ilustración 6. Cuy con Papas de Autor.....	46
Ilustración 7. Estofado de Galinina Tradicional.....	48
Ilustración 8. Estofado Gallina de Autor.....	48
Ilustración 9. Hornado Tradicional.....	50
Ilustración 10. Hornado de Autor.....	50
Ilustración 11. Borrego asado Tradicional.....	52
Ilustración 12. Borrego asado de Autor.....	52
Ilustración 13. Estofado de Conejo, por Sra. Nidia Vázquez.....	54
Ilustración 14. Estofado de Conejo de autor.....	54
Ilustración 15. Lengua con Pepa Tradicional.....	56
Ilustración 16. Lengua con Pepa de Autor.....	56
Ilustración 17. Modelo de Bitácora.....	63
Ilustración 18. Modelo de Hoja de Ruta.....	123
Ilustración 19. Modelo de Fichas de Costos.....	124
Ilustración 20. Modelo de Base de Datos.....	124

ÍNDICE DE TABLAS.

Tabla 1. Métodos de Cocción Prehispánicos.	12
Tabla 2. Técnicas Prehispánicas para la Preparación de Alimentos.....	12
Tabla 3. Métodos de Conservación Prehispánicos.	13
Tabla 4. Animales introducidos a América durante la Colonia.	15
Tabla 5. Técnicas Culinarias introducidas a América durante la Colonia.	17
Tabla 6. Componentes de la cocina tradicional.....	26
Tabla 7. Temperaturas de Cocción al Vacío.	29
Tabla 8. Componentes del curado.	30
Tabla 9. Especificaciones para el curado.	30
Tabla 10. Tipos de ahumado.	32
Tabla 11. Temperaturas y tiempos de deshidratación.....	33
Tabla 12. Temperatura y Tiempo de Fermentación para la elaboración del Choucroute.	35
Tabla 13. Comparación de Técnicas tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Cuy con Papas	45
Tabla 14. Antes y después de la elaboración: Cuy Asado.	46
Tabla 15. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas, aplicadas en el Estofado de Gallina.	47
Tabla 16. Antes y Después de la elaboración: Estofado de Gallina Criolla.	48
Tabla 17. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas, aplicadas en el Hornado.	49
Tabla 18. Antes y Después de la elaboración: Hornado.	50
Tabla 19. Comparación de Técnicas Vanguardistas y Tradicionales aplicadas en el Borrego Asado.	51

Tabla 20. Antes y Después de la elaboración: Borrego Asado.	52
Tabla 21. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Estofado de Conejo.	53
Tabla 22. Antes y Después de la elaboración: Estofado de Conejo.	54
Tabla 23. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Estofado de Conejo.	55
Tabla 24. Antes y Después de la elaboración: Estofado de Conejo.	56
Tabla 25. Descripción de los elementos de la Base de datos.	125
Tabla 26. Tabla de P.V.P de la propuesta gastronómica.	192
Tabla 27. Cuadro de principales materias primas utilizadas.....	193
Tabla 28. Cuadro de técnicas y métodos gastronómicos aplicados.....	195
Tabla 29. Cronograma de actividades.....	196

ÍNDICE DE ANEXOS.

Anexo A. Encuesta aplicada a la población de estudiantes de la carrera de gastronomía del Instituto Sudamericano.....	207
Anexo B. Encuesta aplicada a un grupo Focal, conformado por profesionales en el área de Gastronomía.	212
Anexo C. Dictamen de aceptación.	215
Anexo D. Declaración de autoría del Trabajo.....	216

INTRODUCCIÓN.

El presente trabajo denominado “Diseño de elaboraciones gastronómicas de vanguardia, basados en platos fuertes típicos del Azuay”, está proyectada hacia la adaptabilidad que tiene la cocina tradicional local dentro de la cocina actual. Para esto, se buscará proponer, elaboraciones que destaquen dentro de la cultura gastronómica que tiene la Ciudad de Cuenca, además de realizar entrevistas a personas conocedoras sobre la cocina tradicional Austral, esto con el fin de conocer más acerca la historia, tradición, métodos de preparación y esencia de cada elaboración planteada.

La aplicación de técnicas de vanguardia permite desarrollar nuevas percepciones de la cocina tradicional, a la vez que revaloriza productos propios, que, con el paso del tiempo, pierden relevancia en la evolución de la cocina, es por ello que, para el desarrollo de este proyecto, se tomarán en cuenta todas las técnicas necesarias, con el afán de darle una proyección distinta a cada elaboración, y con la espera de que estos obtengan buenos resultados.

En el Capítulo I, se detallará la Problemática, en donde, luego de un breve análisis, se planteará una pregunta que dé solución al problema que se genera al momento de iniciar con el desarrollo de este trabajo de titulación.

El Capítulo II, se referirá al Marco referencial y Marco Teórico, en esta parte, se explicará que este trabajo de titulación, forma parte de un proyecto, que tiene con fin demostrar la factibilidad de un modelo creativo, cuando se aplique a la propuesta gastronómica plateada; también, se abordará la parte teórica, sustentando bibliográficamente la historia desde la parte del mestizaje,

hasta lo que hoy se conoce como “cocina morlaca”, además de detallar conceptos de técnicas y métodos culinarios tanto tradicionales, como vanguardistas.

Dentro del Capítulo III, se introducirá la Metodología que se requiere para desarrollar el proyecto, presentando los enfoques, métodos y técnicas que dan soporte a la información presentada a lo largo del proyecto.

En el Capítulo VI, se establecerá el Análisis e Interpretación de Información y de los resultados obtenidos, los que serán proporcionados mediante la aplicación de encuestas y con el desarrollo de la elaboración y presentación de la propuesta gastronómica.

En el V Capítulo, se expondrá los procesos de elaboración de la propuesta, mediante el uso de secciones como bitácoras gastronómicas, fichas gastronómicas, dentro de éstas las hojas de ruta y de costos, además en este capítulo se establecerán los PVP de cada uno de los platos,

Finalmente, se desarrollarán las conclusiones, que se establecerán luego de haber culminado este proyecto, en donde se concluirá si se cumplieron o no los objetivos principale

OBJETIVOS.

Objetivo general.

- Aplicar un modelo creativo gastronómico sobre una propuesta de platos fuertes tradicionales de la provincia del Azuay.

Objetivos específicos.

- Realizar una investigación de campo y bibliográfica, que permitan estar al tanto de la cultura historia y tradiciones de las elaboraciones azuayas
- Diseñar una propuesta gastronómica creativa, basado en la cocina cuencana.
- Elaborar y ejecutar mediante pruebas, bitácoras, fichaje, etc. el proceso de desarrollo de los platos propuestos
- Demostrar que el diseño de la propuesta gastronómica, tenga como resultado un efecto positivo o negativo, dentro del proyecto.

PREGUNTAS DE INVESTIGACIÓN.

Para la comprobación del “modelo de proceso creativo gastronómico para propuestas culinarias basadas en elaboraciones tradicionales”, es necesario aplicar una serie de procesos, que cuando lleguen a su ciclo final, se pueda determinar si el resultado es positivo o no al efectuarlos.

Para ello, lo indispensable es diseñar una nueva propuesta gastronómica vanguardista, considerando las elaboraciones de platos fuertes tradicionales del Azuay. Provincia extensa en cuanto a sabores, aromas, técnicas, ingredientes, métodos, etc.

Basándose en los resultados, al obtener una respuesta concreta, se puede abrir camino a la posibilidad de la rectificación o mejoramiento del modelo.

Pregunta general.

¿Cómo comprobar la factibilidad de una propuesta gastronómica de autor diseñada según un modelo de proceso creativo para propuestas culinarias?

Preguntas específicas.

1) ¿Se puede segmentar a un grupo de estudiantes de distintos institutos culinarios, de último semestre, para que se compruebe la factibilidad de una propuesta de autor?

2) ¿Se puede usar el diseño de vanguardia propuesto para el presente proyecto, como instrumento para posterior uso o mejoramiento del mismo?

3) ¿Se puede usar el modelo de proceso creativo, para modificar o dar un enfoque distinto a elaboraciones tradicionales de la cocina azuaya?

Por factibilidad de procesos dentro del proyecto, la pregunta específica con la que se intentará resolver la problemática planteada será la tercera pregunta, con la cual se va utilizar un modelo creativo para diseñar una propuesta basada en seis platos tradicionales de la cocina tradicional cuencana, la misma que se utilizará para comprobar la efectividad de la propuesta.

JUSTIFICACIÓN.

La presente investigación se enfoca en la aplicación de un modelo creativo sobre una propuesta gastronómica basada en elaboraciones tradicionales de la provincia del Azuay, específicamente, sobre cinco platos fuertes.

A través de esto, comprobar si las directrices metodológicas son factibles o no y las cuales faciliten el proceso de creación de platillos de autor, inspirados en la extensa tradición culinaria del austro ecuatoriano.

La proyección de este trabajo, va encaminado hacia estudiantes y expertos en la rama gastronómica, que a la vez posean fines innovadores y creativos, además de servir como guía para todos quienes consideren este proyecto como un elemento del cual se pueda obtener posibles ideas futuras.

Todo esto con la finalidad de que la cocina azuaya, cultura, creencias, tradiciones y raíces, se vean revalorizadas, a la vez que consienta plasmar todo lo tradicional de esta cocina con un estilo atípico de ideas vanguardistas.

CAPITULO I.

1.1. PROBLEMÁTICA.

La necesidad de innovar, evolucionar y crear nuevas sensaciones, dentro del ámbito culinario, son uno de los factores más importantes para alcanzar el éxito y destacar en este campo; el fomentar el rescate de los sabores y productos tradicionales del Ecuador se ha vuelto una nueva tendencia para engrandecer la gastronomía local. “Tenemos que sentirnos orgullosos de quienes somos y de lo que tenemos para poder proyectar a futuro nuestra cocina”. (Gallardo, 2013)

Luego de un breve análisis, donde se constata que existe la necesidad de revalorizar y mostrar de una manera distinta preparaciones típicas del Azuay, sin que estas pierdan su esencia; para esto se estudiará la historia, tradiciones, cultura, y datos más relevantes que permitan conocer más a fondo la cultura gastronómica de esta provincia, por lo cual se plantea la siguiente pregunta:

¿Cómo comprobar la factibilidad de la aplicación de un modelo de técnicas creativas, al diseñar una propuesta gastronómica basada en elaboraciones típicas de la provincia del Azuay?

CAPITULO II.

2.1. MARCO REFERENCIAL.

El presente trabajo de titulación, forma parte de una colaboración para un proyecto mayor de carácter exploratorio realizado por un equipo conformado por entidades, docentes y expertos pertenecientes a la rama de Gastronomía del Instituto tecnológico Sudamericano, el cual tiene como tema “Modelo de proceso Creativo Gastronómico para propuestas culinarias basadas en elaboraciones tradicionales”.

El eje fundamental del proyecto es verificar si el sistema permite reflejar la variabilidad y adaptabilidad de la cultura culinaria local ligadas a las percepciones y destrezas creativas de la cocina profesional actual. Además de comprobar si los resultados son factibles, a la vez que permita obtener un modelo generador de propuestas que reflejan la nueva visión de la cultura gastronómica ecuatoriana.

Este proyecto, se basará fundamentalmente en elaboraciones típicas de la provincia del Azuay, concretamente del cantón Cuenca, y tomará un lapso de tiempo de tres meses para concluirlo.

2.2. MARCO TEÓRICO.

2.2.1. La cocina aborígen antes de la conquista.

La colonización, es un hecho que se relaciona con el arrebato de las tradiciones, hacia los aborígenes, aproximadamente en el siglo XVI, generando una gran secuela a estas comunidades, quienes sobrevivían de la caza, recolección y la práctica de una agricultura simple.

“La Cocina Prehispánica tendría su origen en los años 1000 a. C a 1533 d. C y contempla la inclusión de alimentos precolombinos e incaicos; la chuchuca, el catso (escarabajo), la humita cocinada en el rescoldo de la brasa, el conejo, las tortillas de maíz cocidas en piedra son algunos de los alimentos y platos emblemáticos del período. El ají fue un alimento imprescindible en la dieta de los pueblos quitus. Restos arqueológicos dan cuenta de ello. Los frutos propios de la ciudad de Quito desde épocas prehispánicas son el taxo, la guaba, la chirimoya, el capulí, la uvilla, etc.” (PAZOS, 2014)

Hasta antes de la conquista, los aborígenes mantenían un sistema para asegurar sus bienes y alimentos, mediante la reciprocidad y redistribución, sistemas que consistían en la ayuda mutua y solidaridad (reciprocidad), y el cobro de fuertes impuestos por los productos (redistribución).

2.2.1.1. Productos que consumían los aborígenes.

En América, la base alimenticia era vegetariana, se basaba principalmente en el consumo de maíz, yuca, papa, y poroto; las proteínas eran escasas, consumían esporádicamente de algún tipo de carne, pescado, conejos, cuyes, insectos, larvas, lagartijas, ratas, además consumían aves como el pavo domesticado por los indígenas.

En el área inca, en las zonas altas, las papas y la quínoa fueron los alimentos básicos. En la costa y en los valles menos elevados el cultivo principal fue el maíz, que se combina con la batata, el ají, la calabaza, el maní, el cacao, el aguacate, los frijoles, la mandioca, los tomates, etc.

La comida indígena era muy sobria, basada principalmente en granos, tubérculos, raíces y animales que provenían mayormente de la caza y en menor parte de la ganadería, entre ellos: cuy, venado, llama (carne utilizada para hacer el charqui) guanacos (de la familia camelidae), conejos, tórtolas, perdices, codornices, garzas y patos. (MUÑOZ M. C., 2018)

“Un ejemplo de la dieta diaria de nuestros ancestros es una frugal colada de granos tiernos, como la uchucuta abuela de la fanesca o el lokru padre del locro actual, envueltos y tandas, cuyes asados y carnes secas, ahumadas y servidas, como el caso del charqui andino, termina la mejor parte de la cocina natural ecuatoriana para el año 1530, con la llegada de la colonia, sus productos y preparaciones importadas, que son parte de la cocina colonial barroca, ni mencionamos la cocina Inka, ya que en los escasos 50 años de su conquista en nuestro territorio no tuvieron tiempo de influir directamente en nuestras costumbres culinarias, por lo que de cocina peruana nosotros los ecuatorianos no tenemos nada.” (GALLARDO, 2016)

2.2.1.2. Utensilios prehispánicos.

Los habitantes de la época aborígen en el Ecuador emplearon variedad de utensilios para el almacenamiento y procesamiento de alimentos, que permitieron el crecimiento y la subsistencia de la población. Dentro de los contextos arqueológicos se han descubierto objetos a los que se les asocia con la elaboración de alimentos.

Sus utensilios básicos eran, el metate y mano que utilizaban para moler productos, el mortero y pistilo al que usaban para machacar plantas y granos, ambos de piedra; insumos de barro como ollas, cántaros, jarros, tiestos; recipientes de cerámica los cuales usaban para almacenar ciertos alimentos como verduras y frutas, además a partir de esta fabricaban coladores y cucharones; la calabaza seca en donde colocaban líquidos como la chicha; cuchillos hechos a base de cobre y piedra; además contaban con un brasero hecho con piedras, donde cocían sus alimentos.

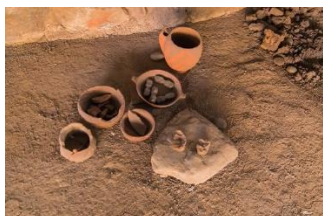


Ilustración 1. Utensilios Prehispánicos.

(R. Antonio, 2016)

2.2.1.3. Métodos de cocción prehispánicas.

Para estos métodos se empleaba el uso de la leña y el carbón.

Hervido	Este método consistía en colocar una olla con líquido sobre el fogón de leña y dónde cocían cualquier género alimenticio.
Asado	Entre los asados ancestrales, que se pueden citar, se encuentran, el asado en brasa, el asado en ceniza y el asado a la parrilla o barbacoa.
Horneado	Esta técnica ancestral, se desarrolló con el uso de la leña, piedras, tierra y hojas, aplicando el calor seco para la cocción de distintos alimentos, este método permanece en la actualidad “Huatia” (horno de tierra) y “Pachamanca” (olla de tierra).

Tabla 1. Métodos de Cocción Prehispánicos.

2.2.1.4. Técnicas que se empleaban para la preparación de los alimentos

Envueltos en hojas	Esta técnica es nativa de América y se elaboraba envolviendo en hojas de maíz, achira, bijao y plátano, géneros como carnes, pescados o masas que se cocinan lentamente a vapor o carbón y su sabor es intenso.
Fermentación	Esta técnica prehispánica es empleada para la elaboración la “aqha” o “aswa” (chicha del maíz), bebida que era consumida por los incas para saciar su sed, esta bebida se fermentaba en cántaros. Se obtuvo de la fermentación de la papa o el maíz “tocosh”.

Tabla 2. Técnicas Prehispánicas para la Preparación de Alimentos.

2.2.1.5. Métodos de conservación de los alimentos de los aborígenes.

Asoleado	Consistía en exponer al sol a los alimentos, para que tengan un proceso de deshidratación y se conserven.
Salado-Asoleo (Charqui)	Era una práctica popular en los Andes y que consistía en aplicar sal un poco molida sobre la superficie de la carne, para posteriormente colgarla en una cuerda y exponerla al calor del sol por varios días (Charqui). Servía para largos viajes.
Tostado-molido.	Este proceso se empleaba para preparar el maíz, el maí y el fréjol tostado. Además de tostar, la quinua, semillas de calabaza y zapallo, esto permitió aprovechar las semillas de los alimentos y consumirlas como alimento, ya que eran ricas en proteínas. (NONAJULCA, 2009) Luego de tostado, se molían y se almacenaban en forma de harinas, la harina de maíz tostado se conocía como “mashca”.
Congelado.	Este método se utilizaba para conservar las papas, se conocía como el “chuño fresco”, consistía en desparramar papas sobre un terreno cubierto de paja en las noches hasta que estén completamente congeladas, luego se exprimía todo el líquido se les colocaba en agua, para finalmente ser consumidas. También se empleaba en las carnes, las cuales se exponían directamente sobre el hielo, luego se exponían al sol.

Tabla 3. Métodos de Conservación Prehispánicos.

2.2.2. Cocina después de la conquista española.

España está situada geográficamente entre el Mediterráneo y el océano Atlántico, limita con África y lo que resta de Europa. Históricamente por el comercio e invasiones, España recibió el aporte cultural de los países de las riberas mediterráneas, así por ejemplo los “Fenicios” llevaron las gallinas, los “romanos” los olivos y la vid entre un gran número de especias y aromas, y recibió también la influencia por la invasión árabe, quienes enseñaron innovadoras formas de cultivo y llevaron productos como el arroz, el azúcar, los cítricos y el café. (AZCOYTIA, 2013)

Así entonces los españoles que participaron de la conquista del Imperio Inca, al llegar a tierras ecuatorianas, no llegaron solos, si no trajeron consigo un gran número de personas de distintos lugares del mundo, entre ellos los “negros” de África, “moriscos” descendientes musulmanes y gente de varios lugares de Europa, griegos mercaderes, e indios centroamericanos de Guatemala, Nicaragua y Panamá.

Los conquistadores, trajeron a sus esposas, madres, hijas y hermanas, quienes a la vez trajeron consigo sus propias cocinas, sus propios ingredientes, sus propias recetas y sus propias técnicas para poder subsistir durante el período que duraba la conquista, preconciendo que tendrían que adoptar ciertas modificaciones gastronómicas que las nuevas tierras iban a imponer.

La dieta de los españoles se basaba principalmente en trigo, cerdo, vaca, oveja y gallina, antes de la conquista; consumían muy poca fruta y verduras; además el pescado se reservaba para los días de abstinencia.

Cuando los españoles llegaron a este territorio, encontraron una gran variedad de productos, los cuales incorporaron a su dieta, así también trajeron consigo muchos productos y animales, que al adaptarlos se convirtieron en animales domésticos, entre ellos: chancho, ganado vacuno, gallinas y ovejas. (MUÑOZ M. C., 2018)

2.2.2.1. Animales introducidos por los europeos a América.

Cerdos	Los cerdos formaban parte fundamental de la dieta de los españoles, por este motivo, trajeron consigo grandes cantidades de cerdo para domesticarlos.
Vacas, chivos y ovejas	Estos animales fueron introducidos, principalmente para la alimentación con la obtención de su leche, carne y lana.
Caballos, mulas, burros y bueyes	Estos animales eran utilizados como medio de transporte y carga.
Pollos.	Se obtenía su carne y sus huevos, se intercambiaban por pavos con los indígenas. Existen muchas teorías que indican que los pollos pudieron llegar a América del Sur en las canoas polinesias, que aparentemente llegaron por lo menos 100 años antes de que los europeos colonizaran el continente. (LA NACIÓN, 2007) (EL UNIVERSAL, 2007)

Tabla 4. Animales introducidos a América durante la Colonia.

2.2.2.2. Alimentos y plantas introducidas por los españoles a América.

Los alimentos que trajeron los españoles consigo a América fueron la cebolla y el ajo; legumbres como los garbanzos, lentejas, judías; hortalizas como lechugas, col, rábano, espárrago, zanahoria, espinaca, alfalfa, berenjenas, alcachofas; frutas como la uva para el vino, manzana; olivos para el aceite de oliva y las aceitunas; cítricos como limón, naranja, lima, toronja; caña de azúcar para el aguardiente; miel de abeja; cereales como cebada, avena, centeno y el trigo, el cual, en los primeros años se usó sólo para consumo, pronto reservaron una parte para sembrar y extender en las nuevas tierras al adaptarse rápidamente en territorios americanos, terminó por desplazar al maíz como materia prima para la elaboración del pan.

Además, trajeron ciertos géneros, especias y hierbas de origen asiático y africano como el arroz, albahaca, romero, orégano, mejorana, cilantro, pimienta, azafrán, clavo, semillas de mostaza, clavo, anís, canela, jengibre, nueces, almendras y café.

2.2.2.3. Técnicas culinarias de los españoles que trajeron a América.

Las técnicas culinarias que trajeron los españoles a América fueron la fritura, hervido en agua y raramente en vino, el uso del “sofrito”, el uso de las especias. Los españoles también trajeron preparaciones como caldos, sopas y cocidos.

Fritura	Consistía en sumergir en manteca de cerdo o aceite de oliva géneros que comúnmente eran carne de cerdo.
----------------	---

Sofrito	Antiguamente, la cebolla, el ajo y la manteca constituyeron los ingredientes principales del sofrito, luego de la conquista, los españoles conocen el tomate, el cual pasa a formar parte del sofrito
Horneado	Este método era muy utilizado para la elaboración del pan de trigo, y la cocción de muchos otros alimentos, los españoles trajeron sus propios hornos hechos de adobe. Los indígenas ya habían desarrollado esta técnica, pero de forma más rudimentaria. (AZZURRI, 2013).

Tabla 5. Técnicas Culinarias introducidas a América durante la Colonia.

2.2.3. Mestizaje Culinario en Ecuador.

En el año de 1532, los españoles llegan al Ecuador, el cuál en ese entonces estaba sometido a un Imperio Incaico desde el año 1463 por el guerrero Inca Pachacútec y su hijo Topa Yupanqui; el cual se encontraba en ruinas, debido a una guerra civil por el trono, lo que les facilitó enormemente la conquista y pudieron tomarse rápidamente estos territorios, especialmente de la sierra, ya que las selvas orientales y costeras, permanecieron sin ser conquistadas hasta finales del siglo XVII y en la actualidad algunas civilizaciones siguen permaneciendo intangibles.

El proceso de mestizaje cultural que se produjo en los pueblos de América después de la conquista, inició un largo proceso de transculturización y cambio de modelos en la alimentación.

Los españoles influenciaron a que en la dieta de los aborígenes se introdujera una serie de costumbres alimentarias, comenzaron por aplicar sus

técnicas culinarias en productos nativos americanos, con el paso del tiempo, empezaron a añorar su comida y decidieron traer consigo desde el lejano Oriente, por el siglo XVI, una gran variedad de nuevas plantas, especias, animales y preparaciones. (MONCAYO VEGA, 2003)

Los colonizadores se percataron de que, en las condiciones agroecológicas de estas tierras, crecían y se desarrollaban sus plantas y frutos, y que sus animales se adaptaban a los climas y suelos muy diferentes a los suyos. Desde ese instante, se empezó a diversificar un modelo de alimentación el cual nos definiría como pueblo y sentaría las bases de lo que hoy se conoce como cocina criolla, fruto de un gran mestizaje. (TELESUR, 2015)

2.2.4. Provincia del Azuay.

Azuay se encuentra al sur del Ecuador en la cordillera de los Andes, en la parte austral de la Región Interandina. Limita al norte con la provincia de Cañar, al sur con las provincias de El Oro y Loja, al este con las provincias de Morona Santiago y Zamora Chinchipe, y al oeste con la provincia de Guayas. Tiene un área de 7700 kilómetros.

Se fundó el 25 de junio de 1824, está conformada por quince Cantones, de los cuales su capital es Cuenca. Tiene áreas protegidas como el Parque Nacional Cajas y la ciudad de Cuenca, un sitio de Herencia del Mundo proclamada por la UNESCO.

Azuay, fue declarada en 1999, por la Unesco, Patrimonio Cultural de la Humanidad, gracias al estilo colonial de sus casas, calles, iglesias y mercados.

El clima de la provincia es variable, va desde el tropical, en donde la temperatura oscila entre los 20 y 33°C; hasta el glacial, en dónde la

temperatura suele estar entre los 10 y 18°C, todo esto debido a la presencia de la cordillera de los Andes y la vegetación subtropical al occidente.

Los distintos climas con los que cuenta y el fértil suelo azuayo es oportuno para la agricultura. En sus valles centrales se cultiva maíz, cereales, hortalizas y una gran variedad de frutas; en el extremo occidental de la cordillera se obtienen productos tropicales como caña de azúcar, algodón, café, entre otros. El sector ganadero se caracteriza por la crianza de ganado ovino, vacuno y porcino.



Ilustración 2. Mapa Político del Azuay.

(Dirección de planificación-GPP, 2010)

2.2.4.1. Santa Ana de los cuatro Ríos de Cuenca.

Santa Ana de los cuatro ríos de Cuenca, o sólo “Cuenca”, es la capital de la provincia del Azuay, y la tercera ciudad más grande del Ecuador, fue fundada por el español Gil Ramírez Dávalos, el 12 de abril de 1557. Su nombre se debe a que la geografía de la ciudad cuenta con una “cuenca” que tiene una confluencia de sus cuatro ríos (Tomebamba, Yanuncay, Tarqui y Machangara) Tiene una población aproximadamente de 7000,000 habitantes, fue declarada por la UNESCO como Patrimonio Cultural de la Humanidad el primero de diciembre de 1999.

Al ubicarse dentro de un extenso valle en medio de la columna andina, Cuenca goza de un clima privilegiado con temperaturas que varían entre los 7°C a los 25°C. (Foros Ecuador.ec, 2017)

2.2.5. Historia de la Gastronomía Azuaya.

La gastronomía azuaya, está influenciada, así como en otras partes del mundo por diferentes entidades culturales, como la española. En esta provincia, como en el resto del país se produjo un mestizaje culinario entre los nativos indígenas y los colonizadores españoles, quienes en la época de la conquista en los siglos XIX Y XX, se alucinaron al darse cuenta que el Ecuador poseía un potencial culinario en cada una de sus regiones.

Existen varias formas de preparación de la gastronomía en la Sierra ecuatoriana, la cual varía de acuerdo a las tradiciones y cultura de cada cantón.

La cocina Azuaya, está influenciada por el mundo indígena y las festividades católicas, así, los platos que se preparan a lo largo de la provincia, se destacan por su carácter emblemático y ceremonial.



Ilustración 3. Mestizaje y Sincretismo Cultural

(HistoriaCTM,2019)

2.2.6. Productos que forman parte de la alimentación en la Ciudad de Cuenca.

Desde la antigüedad, en la ciudad de Cuenca se crían animales como reses, cerdos, borregos, cuyes, conejos, gallina, pavo y pato; se cultivan ajo, cebolla, ají, albahaca, apio, culantro, orégano, perejil, tomillo y pimienta, productos que son de uso diario para sazonar las comidas. Además, el huevo de gallina, además de aportar al beneficio de la salud, es el protagonista del “mote pillo”, el acompañante del cuy con papas y se consume diariamente de diversas formas, ya sea duro o tibio, o revuelto, con el huevo se elabora el rompope y variedad de dulces típicos de la ciudad, en algunos casos se lo consume crudo y mezclado con zumo de naranja. Hace algunos años, el pescado se consumía raramente, cuando iban a pescarlo en el río, hoy en día se puede encontrar en todas las ferias (mercados). (MUÑOZ M. C., 2018)

Los productos que forman parte de cocina tradicional de los cuencanos son la papa del cual se elabora el tradicional locro, el maíz que se consume de diversas maneras, el melloco, la oca, el sambo que se lo consume en forma de dulce con panela, el zapallo del cual se utiliza las semillas para elaborar la deliciosa salsa de pepa; carnes como el cuy, el cerdo, la gallina runa o criolla, criada en los campos de la ciudad, la vaca y el borrego.

Todos estos productos son encontrados en ferias y mercados en todo el cantón, los mismos que son abastecidos en parte por agricultores locales quienes desarrollan sus cultivos en áreas rurales de Cuenca.

2.2.7. Platos típicos de Cuenca.

La comida tradicional de Cuenca, conforma uno de los aspectos más importantes dentro de su cultura e identidad. Esta cocina está cargada de una gran historia, de recetas que se han ido pasando de generación en generación y que hasta hoy, representan un auténtico tesoro patrimonial.

En el Prólogo del libro Ashanga Cocina Morlaca, el Rector de la Universidad de Cuenca, Fabián Carrasco Castro dice que la Ciudad de Cuenca ocupa un lugar muy importante, en el contexto nacional y dentro de la historia, ya que ha sido forjado gracias al esfuerzo de sus habitantes quienes han reflejado el progreso de la ciudad en su trabajo, educación y valores. (Castro, 2015)

Muchos de los platos, van ligados a diferentes festividades religiosas y culturales, cada época del año tiene una elaboración que la representa desde diciembre hasta enero, muchas de estas elaboraciones, tienen como elemento principal el maíz; se los puede degustar en diferentes mercados locales, restaurantes y las famosas “huequitas”.

“La rica gastronomía cuencana, es muestra evidente del mestizaje, compuesta básicamente por el maíz, del cual, se derivan platillos como el mote sucio, mote pillo, mote pata, el tamal, el morocho, la chicha y otras delicias de la comida típica. En Cuenca, también, se degusta del sabor, aroma y sazón de especialidades morlacas como el cuy asado acompañado de papas y mote; el hornado, que es la concentración de los sabores de la carne de chancho puesta al horno de leña, con la guarnición de llapingachos, mote, ensalada y el ají.” (Anónimo, 2016)

Luego de haber argumentado todo en cuanto se refiere a la historia de la cocina tradicional, la cual partió con la colonización y el mestizaje de las culturas; se continuará con el desarrollo de temas como: cocina moderna, cocina de autor, cocina de vanguardia y post-vanguardia, técnicas de cocción actuales, entre otros. Mismas que forman parte de la propuesta a desarrollar en este Proyecto de Titulación.

2.2.8. Fundamentos generales de la cocina moderna.

Desde el comienzo del siglo XX, el término “moderno” se empieza a aplicar dentro de la cocina, más es necesario decir que lo moderno es cambiante, ya que día a día la cocina evoluciona y con ella sus tendencias.

Al rastrear el origen de la cocina modernista distinguimos varios movimientos precursores. A mediados de la década de 1980 se iniciaron nuevas tendencias culinarias que finalmente desembocarían en la llamada revolución modernista e la cocina: un cambio de técnicas, la estética y la base intelectual de la gastronomía. (MYHRVOLD, YOUNG, & BILET, 2017)

Los avances que se han desarrollado dentro de los últimos veinte años, como la evolución de la tecnología y el interés por el cuidado de la salud, han sido decisivos para esta cocina, también se han presentado sucesos innovadores como la cocina molecular, en donde jugaron un papel importante la aplicación de la física y la química, convirtiéndose en un tipo de cocina experimental.

La cocina del día de hoy se fundamenta en la búsqueda del querer representar un estilo propio, en donde la profesionalidad y la formación son básicas para poder sustentar lo que se busca demostrar. (VILLEGAS , 2014)

2.2.9. Cocina moderna.

Este concepto, tiene que ver con las nuevas tendencias gastronómicas actuales, y la fusión entre lo clásico y lo moderno, es decir, es una cocina que presenta de manera original y atractiva, pero manteniendo la pureza de los sabores.

La cocina moderna, toma en cuenta la importancia de la salud y el placer en la comida, además aprovecha las técnicas y tecnología que la ciencia pone al alcance de los cocineros. La cocina moderna es un conjunto de tendencias y circunstancias que ocurren en el presente y a partir de ella, nacen los estilos que engloban las tendencias actuales. (VILLEGAS , 2014) , así también, esta, experimenta todos los días procesos evolutivos y cambiantes.

El concepto de cocina moderna, será empleada para el desarrollo de la propuesta gastronómica de este proyecto,

2.2.10. Cocina de Autor.

La cocina de autor, es la que posee la originalidad y esencia de quien la crea, ejecuta y sirve, toma en cuenta su concepto mediante la forma en que se expresa a través de sus platos; se caracteriza principalmente por contribuir fresca, un toque diferente y único de forma sencilla, sin tener que llegar a la extravagancia, y por el aporte de sensaciones que le brinda al comensal. (VILLEGAS , 2014)

La cocina de Autor, es una corriente y mezcla de ideas e inquietudes, en donde lo fundamental es la creatividad y la libertad para expresarse de los cocineros, quienes elaboran nuevas propuestas fuera de lo común, dando como resultado la experimentación y nuevos resultados. (PÉREZ, 2013)

Se deben emplear nuevos productos, utensilios, técnicas y herramientas que de alguna manera sean innovadoras. Muchos recurren (o más bien recurrían) a la cocina molecular para lograr esto.

La cocina de autor se utilizó como referencia, al momento de determinar o de elaborar el actual proyecto, ya que la propuesta está caracterizada por el estilo y creatividad de quienes la realizan.

2.2.11. Cocina tradicional.

La cocina tradicional engloba aspectos como hábitos, productos y cocina local, y formas de entender la vida; en la actualidad esta cocina se ha popularizado dentro de quienes practican el arte culinario, muchos se han puesto a trabajar con recetas y modos de hacer la cocina del pasado, aportándoles con un nuevo aire, con técnicas actuales, de esta forma se ha conseguido rescatar la cocina tradicional y sus raíces de una manera diferente, pero sin perder su esencia.

La cocina tradicional, es la referencia principal dentro de este proyecto, en base a esto se crearán nuevos platillos con aires de autor, a la vez que se rescatarán los sabores propios de estas tierras.

Almudena Villegas Becerril, en su libro *Cocina creativa o de autor*, detalla a lo que compone la cocina tradicional, dice que dentro de ella se ubica la cocina local, la cocina histórica y la cocina de mercado, las mismas que con sus técnicas culinarias dan a entender la cocina enraizada al pasado. Se detallará a continuación. (VILLEGAS , 2014)

Cocina de mercado	Se caracteriza por ser la que se compra diariamente en el mercado y en pequeñas cantidades, ofrece siempre un producto fresco y de temporada. supone la relación estrecha entre el distribuidor y el cocinero.
Cocina regional	Esta cocina es muy importante, ya que se caracteriza por poner a la cocina tradicional en contacto con el producto y los tradicionales locales.
Cocina histórica	Se caracteriza por la recreación de recetas muy antiguas, casi olvidadas, que mucha de las veces resulta difícil ponerlas en práctica, debido a que sus recetas puedan componerse de ingredientes que en la actualidad ya no puedan encontrarse fácilmente.

Tabla 6. Componentes de la cocina tradicional

2.2.12. Deconstrucción.

Este método, surge como una nueva forma de entender la adaptación por 1955, es un talante de crear nuevas preparaciones, partiendo de elaboraciones culinarias ya conocidas.

“Esta denominación la acuñó Ferrán Adriá y está considerada como una adaptación radical. Para ello, se disgregan cada uno de los elementos de un plato, sometiéndolo a modificaciones de textura y temperatura. El resultado final conserva el alma de plato original. De esta forma, se ofrece un plato que suena a conocido, que se recuerda y reconoce, pero que no se parece a lo recordado. Por tanto, se ofrece algo distinto que sorprende al comensal.”

(RUMBADO, 2011)

La adaptación, es una idea preliminar a la deconstrucción, mediante este proceso el cocinero toma como referencia una elaboración que ya existe y la marca con su personalidad, esta puede ser tradicional o novedosa.

2.2.13. Cocina de vanguardia.

Esta cocina trata de usar diferentes técnicas innovadoras, para que a través de ellas se consigan sabores especiales que a la vez se mezclen con sensaciones y den como resultado una experiencia al paladar.

Esta cocina, se caracteriza porque acopia las últimas tendencias culinarias y tener relación con ellas y con las personas que las desarrollan. Las tendencias no tienen un estatus fijo, si no que cambian según las novedades que se vayan presentando en el mercado. (VILLEGAS , 2014)

La vanguardia en este proyecto, se destaca en el uso de técnicas novedosas y antiguas que en la actualidad están en tendencia.

2.2.14. Cocción al vacío /bajas temperaturas.

La cocción al vacío se desató como una nueva técnica de cocción y conservación, este proceso consiste en sellar al vacío, dentro de una bolsa, productos crudos, para luego someterlos a algún tipo de cocción, ya sea en baño maría o en un horno a vapor; el tiempo exacto de cocción, depende de factores como el tamaño, peso y estructura del producto.

Esta técnica, se asocia a cocciones prolongadas por temperaturas moderadas y que tienen una serie de ventajas económicas, gastronómicas, de tiempo e higiénicas, entre estas están, el conservar las cualidades organolépticas, potenciar sabores, aminorar el uso de grasa, evitar la oxidación de grasas y vitaminas ya que se impide la proliferación de bacterias, aumentar

el rendimiento ya que puede cocinar varios productos a la vez, conseguir que los ingredientes tengan peso y corte similar ya que se preparan con anterioridad, conservar su vida útil. (RUMBADO, 2011)

Se realiza a temperaturas que oscilan entre los (65 y 100°C), según los productos, aunque la mayor parte se suelen cocinar entre (65 y 85°C). Puede emplearse para ello el baño maría con termostato o el horno de vapor llamado de "baja presión o de vapor húmedo"

Esta técnica, será utilizada para la cocción de ciertas carnes y tubérculos de este proyecto de titulación, lo cual aportará con una serie de ventajas al momento de lucir los platillos.

2.2.14.1. *Confitura en sous-vide.*

Este método consiste en cocer los alimentos en un medio graso de cualquier tipo (aceites vegetales o en grasas animales), a bajas temperaturas (menor a la temperatura de ebullición). De este modo se consigue que las grasas se fundan en el medio de cocción y los jugos que no son liposolubles se queden dentro del alimento dejándolo jugoso y tierno. (PINTXO, 2009)

Al utilizar esta técnica en el sous-vide, se obtienen ciertos beneficios, ya que la temperatura y el tiempo de cocción está siempre controlada, además de que reduce en gran cantidad el uso de la grasa.

2.2.14.2. *Temperaturas de cocción al vacío.*

Tabla en relación a los géneros alimenticios utilizados en la elaboración del presente proyecto.

Alimentos	Peso gr	Temperatura	Tiempo
Carne de cerdo (panceta)	180-200	74°C	15h
Conejo (galantina)	180-200		
Papas (confit)	150	65°C	3 horas
Borrego (ossobuco)	180-200	65°C	6 horas
Gallina criolla (muslo)	180-200	74°C	3 horas
Lengua de res	180-200		

Tabla 7. *Temperaturas de Cocción al Vacío.*

2.2.15. **Curado.**

El curado, es un método de conservación muy antiguo que se emplea a las carnes, se basa en la adición de sal, azúcar y nitritos, con el propósito de retrasar el proceso de descomposición que tienen los alimentos.

Su objetivo es cambiar las características de la carne, mediante la adición de la sal, azúcar y nitritos y especias se altera su composición, desarrollando condiciones poco favorables para las bacterias responsables de la descomposición, consiste en la sustitución de los microorganismos de la carne (pseudomonas) por los microorganismos de la carne cruda (lactobacilos y micrococos) (CABRERA LÓPEZ, 2013)

En el actual proyecto, se dará uso de este proceso para la deshidratación de la carne de cuy, ya que por las características que aporta, resulta ventajoso empleándolo en este tipo de carne.

2.2.15.1. *Composición del curado.*

Sal	Actúa como agente saborizante y conservante, debido a la disminución de la actividad del agua que produce en el producto, inhibiendo el crecimiento bacteriano.
Azúcar.	Ayuda a equilibrar el sabor que se produce con la sal, actúa como ablandador.
Nitritos.	Ayudan a mantener la coloración rosada de las carnes y el crecimiento de microorganismos dañinos como la Salmonela se limita considerablemente.

Tabla 8. Componentes del curado.

2.2.15.2. *Especificaciones para el curado.*

Tipo	Concepto	Temperatura	Tiempo.
Curado en seco	Se refiere a curar los alimentos en una mezcla de sal y azúcar, más otras especies a gusto.	<p>2°C a 10°C</p> <p>“El calor ayuda a que la sal penetre más rápido en la carne, pero también fomenta la multiplicación de bacterias. Por otra parte, a temperaturas muy bajas la sal tarda mucho tiempo penetrar al centro, ese tiempo puede ser el que necesitan las bacterias para reproducirse dentro de la carne.” (DITIFET, 2012)</p>	El tiempo varía, de acuerdo al tamaño y textura del alimento, pero lo recomendable es dejarlo por 24 horas

Tabla 9. Especificaciones para el curado.



Ilustración 4. Curado del Cuy.

Fuente (Cinthya Alvarado,2019)

2.2.16. Ahumado.

Es un método de cocción lento e indirecto sobre el fuego, consiste en someter a los alimentos al humo, este proviene del quemado de maderas o aserrín, se lo puede realizar en un “ahumador” o indirectamente sobre una parrilla cubierta.

El ahumado es una técnica muy antigua de conservación, en donde se obtiene productos con sabor, aroma y color únicos, los cuales son proporcionados por los componentes presentes en el humo, dichos componentes actúan como factores saborizantes y antioxidantes.

Es utilizado comúnmente, para conservar carnes y pescados, el calor que produce el humo, provoca una deshidratación del producto, al mismo tiempo que ácidos y otros compuestos impiden el desarrollo bacteriano. (MYHRVOLD, YOUNG, & BILET, 2017)

Los tiempos de ahumado dependen principalmente del tipo de carne a ahumar y del peso del mismo

El ahumado, se torna ideal para cocer y dar un toque distinto a las carnes de la propuesta gastronómica de este proyecto, por ello se empleará este

método después de curar la carne de cuy, y terminarlo con un toque ahumado y novedoso.

2.2.16.1. Tipos de ahumado.

Tipo	Temperatura	Tiempo
Ahumado caliente	“El ahumado en caliente es simplemente el proceso de ahumar y cocinar al mismo tiempo. La temperatura suele variar entre los 70-110°, sin embargo, para algunas recetas, por ejemplo, el pollo entero o costillar de cerdo, las temperaturas pueden superar los 120°C durante el proceso.” (AHUMADORES.CL)	El tiempo varía según el tamaño y textura el alimento.
Ahumado frío	“El ahumado en frío consiste en ahumar a temperaturas bajas de entre 10° y 30°. Este proceso tiene un efecto similar al curado de los alimentos, en cuanto ayuda a preservar estos. Es necesario aclarar que algunos productos curados y posteriormente ahumados en frío, necesitan ser cocinados antes de consumirlos.” (AHUMADORES.CL)	El tiempo varía según el tamaño y textura el alimento.

Tabla 10. Tipos de ahumado.

2.2.17. Deshidratado.

Este proceso consiste en eliminar la mayor concentración de agua presente en los alimentos, el deshidratado conserva las propiedades nutricionales de los alimentos e inhibe la presencia de bacterias y alarga su vida útil

Los métodos más comunes son el secado en el sol y en el horno a bajas temperaturas, el tiempo de deshidratación depende del tamaño del ingrediente al que se somete. La deshidratación, además de modificar la textura del género, cambiar su color. (MYHRVOLD, YOUNG, & BILET, 2017)

Este proceso es ideal, para la preparación y conservación de ciertos productos de este proyecto, en este caso, se deshidratarán los tomates para posteriormente conservarlos, de forma que los sabores se tornen más fornidos y el color más brillante.

2.2.17.1. *Tiempo y temperatura de deshidratación.*

Tabla establecida según las funciones de un deshidratador.

Tipo de alimento	Temperatura	Tiempo
Frutas.	55-65°C	Depende del tamaño y la textura del alimento.
Vegetales.	55-70°C	Depende del tamaño y la textura del alimento.
Carnes.	60°C	Depende del tamaño del género cárnico.

Tabla 11. Temperaturas y tiempos de deshidratación.

Fuente (VLCSEP)

2.2.18. Encurtido.

El origen de los encurtidos, se halla en la antigua Mesopotamia, según la historia, hace más de 4.000 años ya se preparaban alimentos bajo esta técnica. Los encurtidos llegarían a China gracias a los comerciantes, y de ahí, se distribuyeron mundialmente, durante el Imperio Romano también se los consumía, ya que se consideraban un alimento beneficioso para la salud. (CARO, 2019)

Cuando se exponen un alimento a altos niveles de sal o azúcar, es un método para deshidratar los alimentos en un medio líquido, lo que se está provocando un proceso químico llamado ósmosis, el cual da un equilibrio a la concentración de iones o moléculas disueltas en los líquidos que hay a cada lado de una barrera semipermeable. Comúnmente se conservan frutas y verduras en estas soluciones más ácido acético u otras soluciones ácidas. La fermentación en salmuera da como resultado al encurtido. La temperatura ideal oscila entre 18-24°C. (MYHRVOLD, YOUNG, & BILET, *Modernist Cuisine, Animales y Plantas*, 2017)

Este método permite conservar los alimentos, especialmente frutas y verduras, durante meses o en caso años, en este proyecto, se utilizará para la conservación de las “chalotas”, al mismo tiempo que se les aportará con sabor y contribuirá con la textura de esta.

2.2.19. Fermentado.

La fermentación es la transformación que sufren los alimentos por la acción de bacterias y levaduras, en este proceso, los azúcares se convierten en ácidos, gas o alcohol, que actúan como conservantes naturales del alimento.

La fermentación, se da con el desarrollo de bacterias inofensivas para los humanos, para esto el producto o ingrediente se sala al inicio, y se conserva a una temperatura que fomente el crecimiento bacteriano (18-24°C), La acidez de la fermentación aporta de muchos sabores a los platos tradicionales (choucroute) (MYHRVOLD, YOUNG, & BILET, Modernist Cuisine, Animales y Plantas, 2017)

Este método, se desarrollará en la elaboración del choucroute de esta propuesta, a continuación, se redactará aspectos importantes para la preparación de este.

2.2.19.1. Temperatura y tiempo de fermentación para el choucroute.

Choucroute.	Temperatura.	Tiempo.
El chucrut es un fermento de col que nació en el norte de la China y se difundió hacia Europa. Tradicionalmente se usa el término chucrut para hablar solamente de la col fermentada, pero hoy en día se usa para referirse a cualquier verdura fermentada.	La temperatura adecuada está entre los 18-22°C, para que comience el proceso de fermentación, luego de que la col haya llegado a su punto óptimo, se conserva en refrigeración, 4°C ,para detener la fermentación.	“La fermentación del chucrut, se divide en tres etapas, y las tres son esenciales para una fermentación segura y un producto final de calidad; estas etapas se traducen a un tiempo de fermentación mínimo de tres a cuatro semanas.” (SAIA, 2018)

Tabla 12. Temperatura y Tiempo de Fermentación para la elaboración del Choucroute.

2.2.20. Introducción de la Cocina de Vanguardia en la ciudad de Cuenca.

En una entrevista, realizada al Chef Diego Gutiérrez del restaurante “La Caleta” nueva cocina ecuatoriana, en dónde se le realizó una serie de preguntas relacionadas al tema, supo manifestar que, la cocina moderna o cocina de vanguardia, es una corriente que es muy poco común en la ciudad de Cuenca, además de que, el valor que le dan las personas a este tipo de cocina, es mínimo. Él comentó que es importante el dar a conocer los productos locales, valorar las manos de quienes los cultivan y revalorizar lo “nuestro”, su cocina es una cocina sustentable, en donde ofertan elaboraciones típicas de cada región del país y lo presentan de una manera distinta, potenciando cada platillo con sabores y texturas que pueden resultar un tanto desconocido para quienes desconocen del tema. La cocina de vanguardia no sólo se trata de presentar algo bonito, sino también de crear sensaciones que lleven al comensal a una experiencia distinta.

Así también, el chef Daniel Conteras, del restaurante “Dos Suces”, comparte que el restaurante dos suces ha optado por impulsar el uso de materia prima netamente ecuatoriana comprada directamente a productores de la zona. El menú está diseñado en una cocina moderna de autor en donde se resalta el uso de técnicas tradicionales ecuatorianas, como envueltos, cocciones al vapor, asados etc. están dentro de sus elaboraciones que a su vez se combinan con nuevas tendencias gastronómicas actuales como ahumados, curados, fermentos que ayudan a optimizar al 100 % los productos.

La visión de este restaurante es ofertar o fortalecer la cocina local contemporánea creando su legado o su esencia propia, crear una tendencia que vaya abriendo el camino a nuevas generaciones de cocineros. La nueva

propuesta o concepto que está adquiriendo este restaurante es la de un comedor ecuatoriano, esto quiere decir trabajar con menús cíclicos de 4 tiempos que puedan transportar a los comensales a vivir una experiencia gastronómica diferente.

CAPITULO III

3.1. METODOLOGÍA.

La metodología de este proyecto, se adapta a una investigación de campo de diseño exploratoria, ya que este método da una aproximación al problema que se procura estudiar y conocer, lo que permite familiarizarse con algo que hasta el momento no se conocía, sus resultados dan un panorama o conocimiento superficial del tema, siendo el primer paso para cualquier tipo de investigación posterior que se quiera llevar a cabo. (UNIVERSIA, 2017). El enfoque del proyecto, es mixto, este representa un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio (Hernández Sampieri y Mendoza, 2008); se usa este método, al utilizar técnicas de registro de información y estandarización.

Se empleará el método analítico-inductivo como instrumento de este trabajo, el método inductivo, marcha desde lo más particular hacia lo más general, para esto, se emplea la observación, registro y contraste de la información, para construir premisas generales que puedan servirles de sustento o de explicación ; el método analítico, consiste en la aplicación de la experiencia directa a la obtención de pruebas para verificar o validar un razonamiento, a través de mecanismos verificables como estadísticas, la observación de fenómenos o la replicación experimental. (RAFFINO, Método deductivo, 2019). Para este proyecto, se usan estos métodos, partiendo desde la

observación, registro de información y aplicación de un modelo creativo, para posteriormente comprobar su efectividad mediante un análisis.

Las técnicas para recolectar y generar información, usadas en este proyecto, serán técnicas documentales, con el registro de información bibliográfica mediante libros y sitios web; de campo, con la aplicación de encuestas, delimitadas a un grupo focal conformado por personas expertas en la rama gastronómica y que a la vez son integrantes del proyecto de investigación; y de laboratorio, con el uso de bitácoras, fichas estandarizadas y base de datos para registrar el proceso de práctica de las elaboraciones.

CAPÍTULO IV.

4.1. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE INFORMACIÓN.

Se realizaron dos encuestas, establecidas hacia la población estudiantil de la carrera de Gastronomía, y hacia un grupo focal, conformado por expertos en el área. Estas encuestas se enfocaron al querer saber si se consideran a estas elaboraciones como tradicionales y representativas de la ciudad de Cuenca, si la idea de aplicar técnicas de vanguardia a estas elaboraciones, era viable, si se estaría dispuesto a pagar un valor adicional por estos platillos, además de conocer si el modelo creativo aplicado sobre esta propuesta gastronómica, tendría o no, factibilidad dentro de un mercado real, dando como resultados, que elaboraciones como el borrego, conejo y lengua, no se consideraban, o no se conocían como típicas de la zona por la gran mayoría de encuestados, se puede detectar que la mayoría de estos encuestados, rodeaban los 19 a 25 años de edad, sabemos que estas elaboraciones fueron escogidas para ser parte de esta propuesta para revalorizarlas, ya que con el paso del tiempo han sido aplazadas. Por el esfuerzo y el trabajo aplicado a cada uno de estos platos, las poblaciones estudiantiles estarían dispuestos a pagar un rubro extra por cada uno de ellos y que era importante que mediante la cocina moderna o de vanguardia, se rescaten recetas y se engrandezca la cultura gastronómica que posee la ciudad de Cuenca.

Por parte de los expertos, quienes formaron parte de la degustación de esta propuesta gastronómica, realizada el día jueves 17 de enero del 2020, compartieron que el cuy no era una buena opción para un platillo vanguardista, ya que lo preferían en su versión original, por la sensación del sabor arraigado que tradicionalmente tiene este, por otro lado, el plato estrella del menú, fue el

estofado de conejo, logrando la aceptación del 90% de asistentes, seguido del estofado de gallina, el hornado, borrego asado y lengua con pepa; sin embargo, rescataron que era importante el atreverse a hacer algo diferente, algo que ayude a cambiar el concepto que se tiene de estas elaboraciones, crear nuevas experiencias que permitan transmitir al comensal diferentes sensaciones gastronómicas y culturales.

Además, con el aporte de los chefs Diego Gutiérrez y Daniel Contreras, quienes comparten la importancia del dar valor a los productos autóctonos, y el rescatar la cultura gastronómica tradicional que posee nuestras tierras mediante el uso de diferentes técnicas, ya que, realizando este tipo de propuestas, se da otra visión de la cocina local y crea nuevas experiencias sensoriales en los comensales.

Como ya se había mencionado anteriormente, las elaboraciones que se seleccionaron para este trabajo, fueron escogidos en su gran mayoría del libro “Ashanga”, biblia de cocina morlaca, como en algún momento lo designó la Sra. Nidia Vázquez de Fernández de Córdova; ilustre docente e historiadora de la ciudad, quién se encargó de estandarizar recetas que en algunos casos ya se olvidaron y que ahora quedaron inmortalizadas en este libro. En sus recetas transmite la esencia de cada elaboración y el proceso previo, que conlleva la preparación de estos, manteniendo así viva la verdadera cocina morlaca.

Después de analizar los resultados aportados por las encuestas realizadas a expertos y por comentarios recibidos por los mismos, y por los docentes responsables de la tutoría de esta tesis, luego de experimentar y jugar con varias técnicas y sabores en cada una de las elaboraciones hasta llegar a un

punto final en donde se satisfizo las ideas que se querían lograr. Se pudo concluir que:

1. Se comprueba que la aplicación de un modelo creativo, dentro de una propuesta gastronómica basada en elaboraciones tradicionales, tiene factibilidad y aceptación por gran parte de la población, y que, a futuro, se puede extender.
2. El modelo creativo, está diseñado para comensales a quienes les interesa abrir su paladar a nuevos sabores y nuevas experiencias.
3. Siempre va a haber un rango de error, que en un futuro se puede mejorar, en este caso, la elaboración del “cuy asado”, al ser este uno de los platillos con menos aceptación por parte de los expertos.
4. Es importante el arriesgarse a hacer cosas diferentes y novedosas, ya que los resultados pueden ser beneficiosos.
5. Es importante mantener siempre vivas las raíces con las que uno nace, ya que es el pilar fundamental para engrandecer y enriquecer la cultura gastronómica local, que día con día se ve más reforzada por quienes hacen de esta cocina algo diferente.

CAPÍTULO V.

5.1. PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN.

La propuesta del presente proyecto de titulación, se basa específicamente en platos fuertes, tradicionales del Cantón Cuenca, a estos se le aplicarán técnicas vanguardistas, que darán como resultado platillos con el toque de autor. A continuación, se detallarán aspectos importantes de cada una de estas elaboraciones, como parte de la historia, métodos tradicionales, métodos actuales y la comparación del antes y después de esta propuesta gastronómica.

5.1.1. Cuy asado.

Este plato típico, forma parte de la cultura gastronómica de la Región Andina. es de mucha tradición en la capital azuaya, ya que es donde se encuentra su mayor consumo. En Cuenca, es una tradición consumir el cuy asado en fiestas familiares, en donde la presa más grande del cuy se sirve al miembro de la familia más importante, y festividades comunes. En Cuenca, se encuentra este plato, en varios lugares, como en la Av. Don Bosco y Doce de Abril, en las Parroquias de Ricaurte, San Joaquín y Baños; y en algunos restaurantes que tienen como concepto la comida tradicional.

5.1.1.1. Historia del Cuy.

El cuy es un mamífero originario de las quebradas interandinas de Perú, Ecuador, Colombia y Bolivia; se lo conoce también como “cobayo o cobaya”, “conejillo de indias”, “cuye” o “huanco”.

Según los registros históricos, el cuy fue domesticado en la época incaica y lo usaban en sacrificio como ofrenda a los dioses de la naturaleza en celebraciones de los cuatro ‘raymis’, entre solsticios y equinoccios. También

fue fuente de su principal alimento, por su buena fuente de proteínas, los “curacas” (dirigentes incaicos), solicitaban este plato a las matronas para ser más eficaces en sus actividades laborales. (Periodismo Cultural, 2017)

Antiguamente, el cuy se preparaba solamente, con sal y ají, ya que no existían los condimentos. Según Juan Martínez Borrero, miembro de la Cátedra Abierta de Historia de la Universidad de Cuenca, en un reportaje para el diario el tiempo, argumentó que, para él, posiblemente, existían tres formas de preparar el cuy, el primero es un charqui, (método mediante el cual se deshidrataba la carne); una segunda forma era asar su carne; y finalmente, en el loco, que se echa el cuy en pedazos dentro de la olla. (El Tiempo Diario de Cuenca, 2016)

5.1.1.2.Preparación del cuy asado en Cuenca.

La elaboración del cuy, comienza desde el sacrificio del animal, posteriormente, se le retira la lana en agua hirviendo, se extirpan las vísceras y se lo lava bien (algunas personas lo lavan con agua y sal); inmediatamente, se lo aliña con sal y ajo (en algunos casos añaden ingredientes como comino y naranja) y se lo deja en dicho aliño de un día para el otro, se continúa con la preparación de las brasas en el fogón, seguido de eso, se empala al cuy atravesándolo de un extremo a otro por el “cangador” (espetón de madera, para asar el cuy), y se finaliza con el acto de asar el cuy, colocándolo sobre el calor de la leña y girando mientras se cocina de forma uniforme, tradicionalmente se le unta achiote ocasionalmente, para aportarle color y brillo.

Se sirve el cuy acompañado de mote, huevo duro, ensalada de cebolla, tomate, lechuga y culantro, además de papas en salsa de pepa de sambo y finalmente el ají de tomate.

“En la actualidad, el Ministerio de Turismo del Ecuador busca incluir y difundir este plato en la gastronomía tradicional ecuatoriana, presentándole como una alternativa para hoteles y restaurantes en el área de la comida gourmet, donde se pueda realizar nuevos platillos, deliciosas al **paladar y muy agradable a la vista**” . (Periodismo Cultural, 2017)

5.1.1.3. Comparación de técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Cuy con Papas.

Preparación.	Técnica tradicional.	Técnica vanguardista.
Cuy	Aliñado y asado	Curado, enrollado y ahumado
Papas	Papas ahogadas	Confitadas, coloreadas con tinta de calamar.
Ensalada de tomate, lechuga, cebolla.	Frescos	Hojas baby frescas, tomates deshidratados, chalotas encurtidas.
Huevo	Hervido de gallina cocido (duro)	Huevo de codorniz pochado
Ají	Salsa de tomates procesados, y servida con cebolla, y culantro.	Sirope de ají, más polvo de ají para decorar.

Tabla 13. Comparación de Técnicas tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Cuy con Papas

Tradicional.	De Autoría.
 <p data-bbox="443 622 799 651">Ilustración 5. Cuy asado Tradicional.</p> <p data-bbox="403 678 839 815">Fuente (GoRaymi: https://img.goraymi.com/2018/04/12/4207ebb9f5cce986ab4dd61c124c4153_lg.jpg)</p>	 <p data-bbox="914 636 1286 665">Ilustración 6. Cuy con Papas de Autor.</p> <p data-bbox="935 692 1265 721">Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)</p>

Tabla 14. Antes y después de la elaboración: Cuy Asado.

5.1.2. Estofado de Gallina Criolla.

El estofado de Gallina, es una elaboración que surgió con el mestizaje, “criollo” se debe a que se prepara con un animal introducido. Este platillo se consume cotidianamente, o en festividades; se lo encuentra comúnmente en mercados locales de la Ciudad y restaurantes de comida típica. Es una elaboración muy tradicional en la Sierra y Costa ecuatoriana.

5.1.2.1. Origen de la Gallina Estofada.

El estofado de gallina, tiene origen prehispánico, y llegó con los españoles, las técnicas y productos culinarios que ellos trajeron consigo.

Comenzando por la gallina, que es un animal introducido y domesticado en América por los indígenas nativos; y por el estofado, que es una técnica culinaria europea, la cual fue introducida por los españoles durante la conquista, método el cual consistía en cocer la carne en los jugos del sofrito y algo de chicha, durante tiempos prolongados, debido a la carne dura de la gallina; se lo cocinaba en ollas de barro sobre la leña.

Antiguamente se lo elaboraba con azafrán para lograr el color rojizo amarillento característico del plato, con el tiempo se reemplazó ese ingrediente por achiote, que es un producto originario de este territorio.

5.1.2.2. Preparación del estofado de gallina.

Comienza con el sacrificio de la gallina, se elige a la gallina más gorda, luego se despluma, se retiran las vísceras y se limpia; se procede a despresarla (comúnmente, se obtiene 8 piezas de la gallina); sobre la leña, en una olla de barro, se hace el sofrito condimentado y se agregan las presas, se agrega algo de agua y se lo deja cocer por varias horas hasta que la carne de la gallina esté tierna. Finalmente se sirve este estofado, acompañado de arroz amarillo (se logra el color con el achiote) y plátano frito.

5.1.2.3. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas, aplicadas en el Estofado de Gallina.

Preparación.	Técnica tradicional.	Técnica vanguardista.
Gallina	Estofada	Cocción al vacío y sellado.
Arroz	Arroz amarillo cocido	Arroz caldoso amarillo con tocte.
Mote	Cocido, con o sin cáscara	Crocante
Papas	-	Rostizadas
Ensalada de vegetales	Hervidos	Salteados en mantequilla avellanada
Jugo del estofado.	Salsa.	Reducción de fondo de gallina, más crema de leche.

Tabla 15. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas, aplicadas en el Estofado de Gallina.

Tradicional.	De Autoría.
	
<p>Ilustración 7. Estofado de Gallina Tradicional Fuente (Pilar Woloszyn,2017)</p>	<p>Ilustración 8. Estofado Gallina de Autor. Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)</p>

Tabla 16. Antes y Después de la elaboración: Estofado de Gallina Criolla.

5.1.3. Hornado.

El Hornado es un plato fuerte, compuesto por chanco cocido en horno de leña, sus guarniciones están definidas de acuerdo a la región en donde se lo prepara. Este plato se consume cotidianamente y en ocasiones festivas, puede encontrarse en mercados, restaurantes y comedores populares. (Ministerio de Cultura y Patrimonio., 2016)

5.1.3.1. Historia del Hornado.

El cerdo, originario de Asia, fue introducido por los españoles al continente americano, durante la conquista en el siglo XVI. Trajeron consigo el cerdo y la técnica de cocinar en hornos de leña.

En un reportaje para el Diario el Universo, Carlos Gallardo, presidente de la Asociación de Chefs del Ecuador, señala que, los indígenas nativos, ya consumían un animal parecido al cerdo antes de la colonia, se lo conocía como “saíno” (jabalí amazónico), que los españoles trajeron consigo al cerdo de castilla (chancho de mediano tamaño, pelaje grueso y de color negro). Con estos porcinos, los españoles preparaban lo que ellos llamaban cerdo hornado,

lo adobaban con vino, sal y pimienta y los cocían en hornos de leña luego, con el pasar de los años, se reemplazó con chicha, ajo, cebolla y mucho comino, convirtiéndose en el plato insigne de la gastronomía típica ecuatoriana. (El Universo, 2014).

5.1.3.3. Preparación del Hornado.

Después de la matanza y limpieza del animal, con un cuchillo, se pincha el cerdo y se hacen incisiones para posteriormente agregarle el adobo, el cual consiste en un aliño elaborado con cebolla, ajo, sal y comino; se aliña el cerdo de un día para el otro para que la carne absorba todos los sabores del adobo. Se coloca al chanco en una lata y se lo hornea a fuego muy bajo en leña de eucalipto (esta madera se consume más lento), durante toda una noche, a la mañana siguiente se le retira la grasa y se lo vuelve a hornear hasta que el cuero se vuelva crocante. En el Azuay se acompaña al hornado con agrio, mote, llapingachos y ají.

5.1.3.4. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas, aplicadas en el Hornado.

Preparación.	Técnica tradicional.	Técnica vanguardista.
Cerdo.	Hornado en leña	Cocido al vacío y sellado.
Papas.	Asado en tiesto	Asado en tiesto.
Mote.	Cocido sin cáscara	Cre moso de morocho
Ensalada	Agrio	Se mantiene como el original, con cortes diferentes.
Ají	Salsa hecha a base de tomates y ají	Se mantiene como la original.

Tabla 17. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas, aplicadas en el Hornado.

Tradicional.	De Autoría.
 <p data-bbox="483 584 826 611">Ilustración 9. Hornado Tradicional.</p> <p data-bbox="437 640 871 723">Fuente (Lalyta recetas: https://www.lalyta.com/recetas/hornado-de-chancho/)</p>	 <p data-bbox="1002 622 1331 649">Ilustración 10. Hornado de Autor.</p> <p data-bbox="1002 678 1331 705">Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)</p>

Tabla 18. Antes y Después de la elaboración: Hornado.

5.1.3. Borrego asado.

El borrego asado, es un plato fuerte, que consiste en una pieza entera o porciones de carne de borrego, asadas a las brasas o en horno de leña, las guarniciones varían según la región en donde lo preparan. Es un plato tradicional, principalmente, de la sierra ecuatoriana; se lo consume en ocasiones festivas. Actualmente, se pueden consumir este plato, solamente, en ciertos restaurantes que tienen como presentación la venta de carnes asadas, y cuando se lo prepara en el hogar. (MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO, 2016)

5.1.3.1. Historia del borrego asado.

El borrego, es un animal proveniente de Europa, y que fue traído por los españoles durante la conquista, su introducción fue principalmente para la obtención de su lana y carne. La técnica de cocinar en horno de leña, también fue aportada por los españoles, aunque antiguamente los nativos, asaban el borrego también a las brasas; y del adobo, técnica también europea. Entonces, el borrego asado forma parte de lo que denominamos como “criollo”.

5.1.3.2. Preparación del borrego asado.

Primero, se comienza por preparar el adobo, para esto se utiliza guarapo, pimienta, orégano, perejil, aceite de oliva, naranja y sal, todos estos ingredientes se llevan a la licuadora y se procesa; posteriormente, con un cuchillo, se punza la pierna del borrego y se frota con el adobo toda la pieza (es preferible hacer este proceso con un día de anterioridad); se lo coloca dentro del horno a moderada temperatura cubierta de papel aluminio, y se cuece por 30 minutos; posterior a eso se retira el aluminio para que se dore. Se sirve acompañado de arroz, aguacate y maduro frito.

5.1.3.3. Comparación de Técnicas Vanguardistas y Tradicionales aplicadas en el Borrego Asado.

Preparación.	Técnica tradicional.	Técnica vanguardista.
Borrego	Asado en horno de leña.	Cocido al vacío y sellado.
Adobo	Adobo a base de cereza y guarapo para el borrego.	Adobo para cocción de borrego al vacío. Salsa, reducción entre cerveza y guarapo.
Plátano	Frito.	Puré.
Ensalada	Fresca.	Hojas baby. Col encurtida. Gel de aguacate. Mango gratinado.
Arroz.	Blanco.	Arroz con cerveza.

Tabla 19. Comparación de Técnicas Vanguardistas y Tradicionales aplicadas en el Borrego Asado.

Tradicional.	De Autoría.
 <p data-bbox="469 589 879 613">Ilustración 11. Borrego asado Tradicional.</p> <p data-bbox="426 647 922 766">Fuente (Pauti restaurante: https://www.facebook.com/pautirestaurant/photos/a.1455653701336661/1689158451319517/?type=3&theater)</p>	 <p data-bbox="983 589 1366 613">Ilustración 12. Borrego asado de Autor.</p> <p data-bbox="1019 647 1355 672">Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)</p>

Tabla 20. Antes y Después de la elaboración: Borrego Asado.

5.1.4. Estofado de Conejo.

La preparación más común del conejo, es asado; pero a partir de esta, se preparan elaboraciones como estofados, se acompaña con arroz, papas y ensalada. Su consumo no es muy cotidiano, ni de fácil acceso al consumidor en restaurantes y mercados, más bien su elaboración es doméstica, en ocasiones festivas. (MINISTERIO DE PATRIMONIO Y CULTURA, 2016)

5.1.4.1. Historia del conejo.

En el Ecuador existen dos variedades de conejo, el nativo, el cual fue la fuente de alimentación de los aborígenes americanos; y el criollo, proveniente de España, doméstico, y que hoy en la actualidad se usa más para preparaciones culinarias, ya que, por la pérdida de hábitat, el conejo silvestre se ha vuelto escaso y difícil de cazar. Dentro de las técnicas culinarias, existe un mestizaje entre la técnica de asado en brasas nativa, y el estofado europeo.

5.1.4.2. Preparación del estofado de conejo.

Para esta preparación, se comienza sacrificando el conejo y se lo limpia sin retirarle la piel; se prepara un adobo con sal y ajo, y se aliña al conejo,

preferiblemente con veinticuatro horas de anterioridad; se coloca dentro del horno a temperatura moderada, hasta que el cuero de este, esté completamente dorado y crujiente; se retira del horno y se corta en seis presas; en una cacerola, se procede a realizar un “ahogado”, se coloca cebolla rallada, orégano, comino, pimienta, manteca de color, mantequilla y una cantidad muy pequeña de agua, cocer hasta que la cebolla esté transparente y agregar leche, nuez moscada y una hojita de laurel; se agregan las presas y se cocinan hasta que la carne esté muy suave; se sirve acompañado de papas ahogadas. (VÁZQUEZ, 2015)

5.1.4.3. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Estofado de Conejo.

Preparación.	Técnica tradicional.	Técnica vanguardista.
Estofado	Asado y cocido en estofado	Galantina cocida al vacío, posteriormente al horno con costra de finas hierbas y maíz chulpi
Papas	Ahogadas	Papas parisien
Ensalada	Lechuga	Hojas baby y cubitos de remolacha asada.
Huevos	Duro	Pochado
Salsa	Jugo del estofado	Demi-glance de conejo

Tabla 21. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Estofado de Conejo.

Tradicional.	De Autoría.
 <p data-bbox="395 616 880 672">Ilustración 13. Estofado de Conejo, por Sra. Nidia Vázquez</p> <p data-bbox="507 698 769 728">Fuente: (Cintha Alvarado)</p>	 <p data-bbox="944 645 1359 674">Ilustración 14. Estofado de Conejo de autor.</p> <p data-bbox="986 701 1318 730">Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)</p>

Tabla 22. Antes y Después de la elaboración: Estofado de Conejo.

5.1.5. Lengua con pepa.

Es un plato criollo, típico de la Sierra ecuatoriana y en algunos lugares de la costa, se lo elabora con lengua de res estofada y pepa de sambo y en ocasiones con maní, se consume cotidianamente, este plato se encuentra en mercados populares y en restaurantes de comida típica. (MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO, 2016)

5.1.5.1. Historia de la lengua.

Este plato criollo, resulta del mestizaje culinario como la mayoría de las elaboraciones típicas del país. La res fue introducida por los españoles a estos territorios, y con ellos la tradición de consumir su carne y sus “anchuras”, además de eso, la técnica del sofrito y estofado. Con el paso del tiempo, este plato se convirtió en parte de la cultura gastronómica e identidad que identifica a los ecuatorianos.

5.1.5.2. Preparación de la lengua con pepa.

Se comienza esta elaboración, limpiando la lengua y colocándola a cocer en una ollar de presión con sal y ajo hasta que esté muy suave; después

se le retira de la olla y se conserva el fondo de la cocción; se retira la tela que cubre la lengua y se corta en medallones; en una cacerola, se procede a hacer un sofrito con cebolla, orégano, comino, manteca de color y poca cantidad del fondo de la cocción de la lengua; cuando la cebolla esté transparente se le añade la lengua y lo que reste del fondo de la cocción; a parte se licúa éa de sambo y leche y se lo añade a la cocción de la lengua; se cocina hasta que todo esté muy bien ligado y jugoso. Se sirve acompañado de arroz y ensalada de granos. (VÁZQUEZ, 2015)

5.1.5.3. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en la Lengua con pepa

Preparación.	Técnica tradicional.	Técnica vanguardista.
Lengua	Estofado	Confitura en sous-vide con aceite de maní
Arroz	Blanco	Moro con lentejas negras
Salsa	Estofado con pepa de sambo	Pepucho
Ensalada	De granos	Vainita, choclo frito, alubias blancas y antipasto de morrón.
Carbohidrato		Puré de camote amarillo aromatizado.

Tabla 23. Comparación de Técnicas Tradicionales y Vanguardistas aplicadas en el Estofado de Conejo.

Tradicional.	De Autoría.
 <p data-bbox="416 539 853 566">Ilustración 15. Lengua con Pepa Tradicional.</p> <p data-bbox="499 595 770 622">Fuente: (Alexa en tu cocina: <a data-bbox="499 647 770 674" href="https://i.ytimg.com/vi/zZW">https://i.ytimg.com/vi/zZW TU0pFjIY/hqdefault.jpg)</p>	 <p data-bbox="943 651 1353 678">Ilustración 16. Lengua con Pepa de Autor.</p> <p data-bbox="983 707 1313 734">Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)</p>

Tabla 24. Antes y Después de la elaboración: Estofado de Conejo.

5.2. Aplicación de Técnicas de Vanguardia para la propuesta

Gastronómica.

5.2.1. Cuy asado

Para la representación vanguardista de esta elaboración, se utilizaron diferentes técnicas para cada uno de los géneros que componen el plato. Para el cuy se empleó el método de curado. Para ello, se deshuesó por completo el cuy y posteriormente se lo colocó entre una cama de azúcar y sal durante 24 horas, provocando la deshidratación máxima de la carne. Para culminar se procedió a realizar un rollo de esta carne y ahumarla. Las papas, se confitaron al vacío con tinta de calamar para aportarle el color negro, simulando el carbón del tradicional fogón para el asado del cuy. El tradicional ají, se lo presentó en forma de sirope y salsa acompañante en este plato. Para la representación de la típica ensalada, se deshidrataron tomates negros, se encurtieron chalotas y se utilizaron diferentes hojas baby, esto aportó con textura, color y sabores distintos al plato. El huevo duro que acompaña usualmente esta elaboración, se lo reemplazó por huevos de codorniz tibios.

El montaje que se realizó para el emplatado de toda la propuesta gastronómica, fue disperso. Este tipo de montaje, trata de disponer los elementos del plato sin orden alguno, sólo busca combinar el color, volumen y textura para lograr un desorden perfecto (MUÑOZ V. , 2017)



Cuy con papas

Fuente (Alvarado&Pacheco, 2019)

5.2.2. *Estofado de Gallina runa.*

La gallina utilizada, fue selectamente adquirida por su peso. Para este plato, se usaron los muslos deshuesados, se empacó al vacío junto con los ingredientes tradicionales del sofrito (cebolla, ajo, orégano, laurel, pimienta, sal y nuez moscada) y se la coció en sous-vide por un lapso de 3 horas a 74°C, al ya estar cocido, en un sartén y poca grasa se colocan los muslos hasta que estén completamente dorados. El jugo que usualmente tiene este estofado, se lo reemplazó por una salsa de fondo concentrado de gallina, para acompañar, se encurtieron rábanos y se usaron habas, arvejas y zanahoria, se blanquearon y se saltearon con mantequilla, logrando un sabor con toque a avellanas. El tradicional arroz blanco, se lo presentó como un arroz caldoso con tocte, servido fuera del montaje del plato. Se adicionó papa chaucha a la elaboración y se la rostizó en el horno con sal, mantequilla y pimienta. Para darle un toque crocante al plato, se utilizó el mote, símbolo elemental en la mesa de los cuencanos, y se lo presentó como un crocante, el que además de aportar con sabor y textura, sirvió como elemento decorativo de altura de esta elaboración.



Estofado de Gallina Criolla

Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)

5.2.3. *Hornado.*

Para esta elaboración, se utilizó panceta de cerdo y se la cocinó al vacío, junto con un adobo típico hecho con ajo, cebolla, comino, sal y pimienta; después de cocido, se procedió a realizar una fritura profunda con este género, quedando toda la superficie crocante y la carne jugosa. El llapingacho, se mantuvo como el original, sólo variando la forma de su presentación. Al agrio tradicional, se le cambió el corte de los vegetales y se le adicionó parte de guarapo y se lo sirvió dentro de unas canastas de cebolla. Al mote que siempre acompaña este plato, se lo reemplazó por morocho y se lo presentó en forma de un cremoso con queso. El ají se mantuvo como el original.



Hornado

Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)

5.2.4. *Borrego asado.*

Para esta elaboración se utilizó el ossobuco de borrego, se le selló al vacío junto con un adobo elaborado con jugo de caña en estado de fermentación, cerveza negra, sal, pimienta y orégano y se coció con sous-vide, posterior de la cocción, se doró en una plancha caliente. La salsa fue hecha a partir de una reducción de cerveza negra y tomillo. Se le adicionaron tortillas de plátano con queso. Se elaboró un arroz con cerveza negra y se lo sirvió fuera del montaje del plato. Como vegetales se usaron el aguacate, al cual se lo presentó en forma de gel, se encurtió col morada y se agregó hojas baby y cubos de mango gratinados, para aportar con la decoración y colores del plato.



Borrego Asado

Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)

5.2.5. *Estofado de conejo.*

Se inició deshuesando el animal, y procesando su carne junto con ajo, sal, pimienta; a esta carne se le realizó un ahumado en frío y luego se formó una galantina, la cual se llevó a refrigeración hasta quedar compacta para después sellarla al vacío y cocerla con sous-vide por 2 horas; a continuación, se le realizó un rebozado con una mezcla de maíz chulpi molido con apio, perejil y hierbabuena y se lo terminó de cocer en el horno. El jugo del estofado se lo reemplazó por una salsa hecha a partir del sofrito y fondo concentrado de conejo. Las papas ahogadas que acompañan tradicionalmente a este plato, se

mantuvieron como las originales, sólo cambiando la forma de las papas a “parisien”. Se acompañó de un huevo pochado y de vegetales elaborados con distintas técnicas; remolacha asada, tallos de apio encurtidos; decorado con hojas baby y pétalos de cáscara de tomate deshidratadas



Estofado de Conejo

Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)

5.2.6. Lengua con pepa.

A esta elaboración, se le aplicó la confitura al vacío para la cocción de la lengua. La típica salsa de pepa de sambo en la que se termina de cocer la lengua, se reemplazó por el “pepucho”. Se acompañó con un puré de camote amarillo aromatizado con naranja. Vegetales como vainitas encurtidas, choclo blanqueado y antipasto de pimiento morrón. Se decoró con hojas baby, pajitas de puerro crocantes y pepa de sambo tostado.



Lengua con Pepa

Fuente (Alvarado&Pacheco,2019)

En el inicio de este capítulo se detallaron aspectos técnicos y culturales de las elaboraciones que forman parte de la propuesta gastronómica de este trabajo de titulación, y que, a su vez, representan la tradicional cocina cuencana o morlaca. Dichos platos son netamente criollos, trazados por el mestizaje gastronómico que se inició en épocas de la conquista, con la fusión de productos, técnicas, métodos de cocción. Además, se presentó cómo se va a llevar a cabo el desarrollo del tema del proyecto mediante la aplicación de un modelo creativo a todas estas elaboraciones. Mismo que hace uso de técnicas y tendencias gastronómicas actuales que apuntan a la revalorización o rescate de ciertos elementos y recetas de la cocina tradicional.

Culminado esta parte importante del trabajo, se continuará con el desarrollo de bitácoras, las mismas que permitirán plasmar el avance de cada uno de los procesos llevados a cabo hasta conseguir las versiones finales de los platos resultantes.

5.3.BITÁCORAS GASTRONÓMICAS.

La bitácora, se considera un cuaderno, en donde se coloca cronológicamente las actividades, bocetos y datos de interés para el desarrollo de un proyecto específico. Puede funcionar como un diario que registra el progreso de un proyecto, ayudando a identificar los posibles problemas que se presenten en este. (SIGNIFICADOS, 2019). Una bitácora gastronómica, consta de las siguientes partes:

- **Ingredientes:** Se detallan las materias primas utilizadas para la elaboración.
- **Peso:** Se detalla el peso de cada materia prima utilizadas para la elaboración del plato.
- **Unidad de medida:** Se puede usar las unidades de medida en KG (Kilogramos), LT (Litros), GR (Gramos), ML (Mililitros). Comúnmente se recurre a la utilización en gramos y mililitros.
- **Cortes:** Se explica el tipo de corte que se realizan a ciertos tipos de ingredientes, como proteínas, vegetales y frutas.
- **Técnicas:** Se detalla la técnica culinaria, utilizada para la realización del plato.
- **Temperatura:** Se explica la temperatura con la que se elaboró el plato, en ciertos casos se pueden detallar más de 1 temperatura.
- **Tiempo:** Se detalla el tiempo de cocción de los productos que componen el plato, en el caso de elementos que no necesiten cocción, se detalla el tiempo que se tomó para terminar dicha elaboración.
- **Características organolépticas:** Se detallan las características físicas y sensitivas del producto, como el aroma, color, textura y sabor.

- **Observaciones:** Se detalla el resultado que obtuvo la elaboración y si es necesario corregir algo para su mejoramiento.

Integrante(s):							Nº Bitácora:	
Instructor:							Fecha:	
Nombre de la elaboración:							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones

Ilustración 17. Modelo de Bitácora.

5.3.1. CUY ASADO

- Bitácora N° 1: Cuy curado y ahumado

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Cuy curado y ahumado.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Cuy	1200	Gr	Deshuesado	Curado (osmosis)	20°C	24 h	Sabor: dulce, salado, leñoso, umami Aroma: leñoso Textura: Suave y crujiente	Se recomienda realizar un rollo de cuy, los sabores fueron adecuados.
Sal (curado)	500	Gr	n/a					
Azúcar (curado)	500	Gr	n/a					
Comino (curado)	10	Gr	n/a	ahumado	70°C	1h30m		
Cuy curado	200	Gr	½					
Viruta de cedro	C.N							
Agua	C.N							

- **Bitácora N° 2: Cuy curado y ahumado**

Integrante(s):	<u>Cinthya Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>2/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Cuy curado y ahumado.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Cuy	1200	Gr	Deshuesado	Curado (osmosis)	20°C	24 h	Sabor: dulce, salado, leñoso, umami Aroma: leñoso Textura: Suave y crujiente	
Sal (curado)	500	Gr	n/a					
Azúcar (curado)	500	Gr	n/a					
Comino (curado)	10	Gr	n/a					
Cuy curado	200	Gr	1/2	ahumado	70°C	1h30m		
Viruta de cedro	C.N							
Agua	C.N							

- **Bitácora N°1: Papas carbón.**

Integrante(s):	<u>Cinthya Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>18/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Papas carbón						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Papas	100	Gr	irregular	Confitura-fritura	65°C (confitura)/ 180°C (fritura)	3h (confitura)/ 4m (fritura)	Color: negro Sabor: muy salado Aroma: vegetal Textura: crujiente	Falto de sabor a grasa de cerdo y exceso de sal.
Aceite	100	Gr	n/a					
Tinta de calamar	2	Gr	n/a					
Sal	6	Gr	n/a					
Pimienta	2	Gr	n/a					
Clavo de olor	1	Gr	n/a					

- **Bitácoras N°2: Papas carbón.**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Papas carbón							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Papas	100	Gr	irregular	Confitura-fritura	65°C (confitura)/ 180°C (fritura)	3h (confitura)/ 4m (fritura)	Color: negro Sabor: salado Aroma: vegetal Textura: crujiente	Utilizar papas chauchas para contrastar con esta preparación y aportar con elementos al plato que lo mejoren visualmente.	
aceite	50	Gr	n/a						
Manteca de cerdo	50	Gr	n/a						
Tinta de calamar	2	Gr	n/a						
sal	4	Gr	n/a						
pimienta	2	Gr	n/a						
Clavo de olor	0.5	Gr	n/a						
Aceite vegetal	500	MI	n/a						

- **Bitácoras N°3: Papas carbón.**

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	<u>3</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	<u>02/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Papas carbón							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Mini Papas chola	100	Gr	redondo	Confitura-fritura	65°C (confitura)/ 180°C (fritura)	3h (confitura)/ 4m (fritura)	Color: negro Sabor: salado Aroma: vegetal Textura: crujiente		
aceite	50	Gr	n/a						
Manteca de cerdo	50	Gr	n/a						
Tinta de calamar	2	Gr	n/a						
sal	4	Gr	n/a						
pimienta	2	Gr	n/a						
Clavo de olor	0.5	Gr	n/a						
Aceite vegetal	500	MI	n/a						

- Bitácora N°1: Sirope picante de tomate.

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Sirope picante de tomates.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Tomate de árbol	100	Gr	Irregular	Confitura-fritura	100°C	5m	Color: negro Sabor: muy salado Aroma: vegetal Textura: crujiente	Ninguna.
Tomate riñón	100	Gr	n/a					
Ají	2	Gr	n/a					
azúcar	6	Gr	n/a					
Sal	2	Gr	n/a					
Pimienta	1	Gr	n/a					

- Bitácora N°1: Chalotas encurtidas,

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Chalotas encurtidas						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Chalotas	100	Gr	n/a	encurtido	4°C	7 días mínimo.	Color: algo transparente Sabor: ácidas Aroma: ligeramente aliáceo Textura: crujientes	Ninguna.
Vinagre	50	Gr	n/a					
Agua	50	Gr	n/a					
Sal	50	Gr	n/a					
Azúcar	25	Gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Tomates deshidratados.**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Tomates deshidratados.							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Tomates	100	Gr	n/a	Deshidratados	80°C	3h	Color: rojo brillante Sabor: agridulce Aroma: frutal Textura: blando	Ninguna.	
Aceite	50	Gr	n/a						
Vinagre	50	Gr	n/a						
Sal	5	Gr	n/a						
Azúcar	15	Gr	n/a						

- **Bitácora N°2: Tomates deshidratados.**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>02/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Tomates deshidratados.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Tomates negros	100	Gr	Cuartos	Deshidratados	80°C	3h	Color: lacre brillantado. Sabor: agridulce Aroma: frutal Textura: blando	
Aceite	50	Gr	n/a					
vinagre	50	Gr	n/a					
Sal	5	Gr	n/a					
azúcar	15	Gr	n/a					

- Bitácora N°1: Yema curadas.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Yemas curadas							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Yemas	40	Gr	n/a	Curado (osmosis)	20°C	48h	Color: amarillo intenso Sabor: neutro Textura: cuajada	Ninguna, se recomienda servir el huevo como tal dentro de la elaboración.	
Sal	100	Gr	n/a						
Azúcar	100	Gr	n/a						

5.3.2. ESTOFADO DE GALLINA CRIOLLA.

- Bitácora N°1: Gallina runa cocida al vacío.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Gallina runa cocida al vacío						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Gallina runa	140	Gr	Suprema	Cocción al vacío	65°C	1h15m	Sabor: salado Aroma: graso Textura: blanda	Utilizar otro tipo de corte de la gallina, que aporte con sabor.
Cebolla	30	Gr	n/a					
Sal	8	Gr	n/a					
Pimienta	4	Gr	n/a					

- Bitácora N°2: Gallina criolla cocida al vacío.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>02/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Gallina criolla cocida al vacío						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Gallina criolla	180	Gr	muslo	Cocción al vacío	74°C	3h	Sabor: salado Aroma: animal y vegetal Textura: blanda	
Cebolla	30	Gr	n/a					
Sal	8	Gr	n/a					
Pimienta	4	Gr	n/a					
Ajo	2	Gr	n/a					
Orégano	0.5	Gr	n/a					
Laurel	0.2	Gr	n/a					
Nuez moscada	0.2	Gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Fondo de Gallina.**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Fondo de gallina						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Huesos de gallina	200	gr	n/a	reducción	80°C	2h	Sabor: salado Aroma: vegetal Textura: líquida	Ninguna.
Cebolla	50	Gr	n/a					
Sal	8	Gr	n/a					
Pimienta	5	gr	n/a					
Apio	20	gr	n/a					
Agua	500	ml	n/a					

- **Bitácoras N°1: Papas chauchas rostizadas al horno con manteca de cerdo.**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>02/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Papas chaucha rostizadas al horno con manteca de cerdo.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Papas chaucha	100	Gr	redondo	rostizado	160°C	40m	Color: amarillo Sabor: salado Aroma: rancio. Textura: crocante y blanda.	
Manteca de cerdo	25	Gr	n/a					
Sal	4	Gr	n/a					
pimienta	2	Gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Vegetales avellanados**

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Vegetales blanqueados.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Zanahoria	20	Gr	hermoseada	salteados	100°C	3m	Color: característico de cada género Sabor: dulce Aroma: vegetal Textura: crujiente	Ninguna
Habas	20	Gr	Descascaradas					
Arvejas	20	Gr	n/a					
Mantequilla	15	gr	n/a					

- Bitácora N°1: Arroz caldoso con tocte.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>18/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Arroz caldoso con tocte.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Arroz pre cocido	100	gr	n/a	Ligadura	94°C	30m	Color: ligeramente dorado Sabor: salado y dulce Aroma: vegetal Textura: blanda	Falto de crujiente en el arroz, se recomienda tostar el tocte para la siguiente preparación.
tocte	50	Gr	n/a					
Fondo gallina	200	Gr	n/a					
Cebolla	10	Gr	Brunoise					
ajo	4	gr	Brunoise					
orégano	2	Gr	n/a					
Aceite de color	25	ml	n/a					

- Bitácora N°2: Arroz Caldoso con Tocte.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Arroz caldoso con tocte.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Arroz pre cocido	100	Gr	n/a	Ligadura	94°C	30m	Color: ligeramente dorado Sabor: salado y dulce Aroma: vegetal Textura: blanda y ligeramente crujiente	Servir el arroz de forma diferenciada, no hacerle parte del montaje del plato, si no presentar como un acompañante.
Tocte	50	Gr	n/a					
Fondo gallina	200	Gr	n/a					
Cebolla	10	Gr	Brunoise					
ajo	4	Gr	Brunoise					
orégano	1	Gr	n/a					
Aceite de color	10	ml	n/a					

- Bitácora N°3: Arroz Caldoso con Tocte.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>02/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Arroz caldoso con tocte.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Arroz pre cocido	100	Gr	n/a	Ligadura	94°C	30m	Color: ligeramente dorado Sabor: salado y dulce Aroma: vegetal Textura: blanda y ligeramente crujiente	
Tocte	50	Gr	n/a					
Fondo gallina	500	Gr	n/a					
Cebolla	10	Gr	Brunoise					
ajo	4	Gr	Brunoise					
orégano	1	Gr	n/a					
Aceite de color	10	ml	n/a					

- Bitácora N°1: Crocante de mote.

Integrante(s):	<u>Cinthya Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Crocante de mote.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Mote	100	gr	Procesado	crocante	100°C	30m	Color: blanco Sabor: neutro Textura: crocante	Utilizar otro tipo de grasa para obtener un crocante más liso.
Mantequilla	25	Gr	Procesado					
Agua	30	Gr	Procesado					
sal	4	Gr	Procesado					
pimienta	2	gr	Procesado					

- Bitácora N°2: Crocante de mote.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>02/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Crocante de mote.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Mote	100	gr	Procesado	crocante	100°C	30m	Color: blanco Sabor: neutro Textura: crocante	
aceite	30	ml	Procesado					
sal	4	Gr	Procesado					
pimienta	2	gr	Procesado					

- Bitácora N°1: Salsa de fondo de gallina.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Salsa de fondo de gallina.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Fondo de gallina	250	MI	n/a	reducción	94°C	5m	Sabor: ligeramente lácteo Textura: densa	Sabor más fuerte a lácteo, mejorar sabores.
Crema de leche	20	MI	n/a					
Sal	5	Gr	n/a					
Pimienta	2	Gr	n/a					

- Bitácora N°2: Salsa de fondo de gallina.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>02/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Salsa de fondo de gallina.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Fondo de gallina	250	MI	n/a	reducción	94°C	5m	Sabor: ligeramente lácteo Textura: densa	
mantequilla	20	Gr	n/a					
harina	30	Gr	n/a					
sal	5	Gr	n/a					
Pimienta	3	Gr	n/a					

- Bitácora N°1: Coliflor frita.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>25/11/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Coliflor frita						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Coliflor	20	ml	hermoseada	Fritura profunda	180°C	3m	Sabor: vegetal Textura: ligeramente crocante Color: dorado.	Se descarta para la siguiente bitácora.
Aceite vegetal	500	ml	n/a					
Sal	1	Gr	n/a					
Pimienta	0.2	gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Rabanitos encurtidos**

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	<u>02/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Rabanitos encurtidos							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und.	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Rabanitos	25	Gr	rondelles	encurtido	4°C	1h	Color: algo transparente Sabor: ácidas Aroma: ácido Textura: firme		
Vinagre	50	Gr	n/a						
Sal	7	Gr	n/a						
Azúcar	35	Gr	n/a						

5.3.3. HORNADO.

- Bitácora N°1: Panceta de cerdo al vacío

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Panceta de cerdo al vacío						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Panceta de cerdo	200	Gr	panceta	Cocción al vacío	74°C	15h	Sabor: salado Textura: suave y crujiente Color: dorado	Corte de carne con exceso de grasa, se recomienda buscar un corte más limpio.
Ajo	20	Gr	procesado					
Sal en grano	10	Gr	procesado					
Pimienta	5	gr	Procesado					
Comino	5	gr	procesado					

- **Bitácora N°2: Panceta de cerdo al vacío**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	
Nombre de la elaboración:	Panceta de cerdo al vacío							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Panceta de cerdo	200	Gr	panceta	Cocción al vacío	74°C	15h	Sabor: salado Textura: suave y crujiente Color: dorado		
Ajo	20	Gr	Procesado						
Sal de mar	10	Gr	Procesado						
Pimienta	5	gr	Procesado						
Comino	5	gr	Procesado						

- **Bitácora N°1: Llapingachos**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Llapingachos.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Papas	200	Gr	n/a	majado	100°C	10m	Sabor: salado Textura: blanda Color: dorado.	Ninguna.
Achiote	15	Gr	n/a					
Manteca de chancho	10	Gr	n/a					
Pimienta	4	gr	n/a					
Sal	5	gr	n/a					
Comino	3	gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Agrio**

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Agrio							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Cebolla	20	Gr	brunoise	Macerado	18°C	30m	Sabor: agrio Textura: ligeramente crujiente Color: varios	Ninguna.	
Tomate	20	Gr	brunoise						
Ají	10	Gr	brunoise						
Pimienta	2	gr	n/a						
Sal	5	gr	n/a						
Vinagre	100	MI	n/a						
Guarapo	50	MI	n/a						

- Bitácora N°1: Cremoso de morocho

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>							Nº Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Cremoso de morocho							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Morocho	200	Gr	n/a	cremoso	90°C	40m	Sabor: láctico Textura: cremosa Color: blanco	Se recomienda agregar algo de culantro a la preparación, para que porte con más sabor y color.	
Crema de leche	50	Gr	n/a						
Cebolla	10	Gr	n/a						
Pimienta	2	gr	n/a						
Sal	5	gr	n/a						
Quesillo	100	gr	Rallado						

- **Bitácora N°2: Cremoso de morocho**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	
Nombre de la elaboración:	Cremoso de morocho							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Morocho	200	Gr	n/a	reducción	90°C	40m	Sabor: láctico Textura: cremosa Color: blanco		
Crema de leche	50	Gr	n/a						
Cebolla	10	Gr	n/a						
Pimienta	2	gr	n/a						
Sal	5	gr	n/a						
Quesillo	100	gr	Rallado						
culantro	5	gr	picado						

- Bitácora N°1: Ají.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Cremoso de morocho						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Ají	20	Gr	brunoisse	emulsión	18°C	10m	Sabor: picante Textura: semi-densa Color: tomate	Ninguna
Tomate riñón	100	Gr	Procesado					
Tomate de árbol	100	Gr	Procesado					
cebolla	15	gr	Juliana					
Sal	5	gr	n/a					
pimienta	4	gr	n/a					

5.3.4. BORREGO ASADO.

- Bitácora N°1: Ossobuco al vacío

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Ossobuco al vacío						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Borrego	200	Gr	Ossobuco	Emulsión (adobo) Cocción al vacío	74°C	4h	Sabor: salado Textura: blanda Color: café	Se recomienda, limpiar bien el corte del borrego, retirarles con cuidado todas las membranas.
Guarapo	50	Gr	n/a					
Cerveza negra	100	Gr	n/a					
Sal en grano	10	gr	n/a					
Orégano	5	gr	n/a					
Pimienta	4	gr	n/a					
Perejil	15	gr	n/a					

- **Bitácora N°2: Ossobuco al vacío**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>							N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>							Fecha:	
Nombre de la elaboración:	Borrego cocido al vacío							Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Borrego	200	Gr	Ossobuco	Emulsión (adobo) Cocción al vacío	74°C	10h	Sabor: salado Textura: blanda Color: café		
Guarapo	50	Gr	n/a						
Cerveza negra	100	Gr	n/a						
Sal de mar	10	gr	n/a						
Orégano	5	gr	n/a						
Pimienta	4	gr	n/a						
Perejil	15	gr	n/a						

- Bitácora N°1: Arroz a la Cerveza.

Integrante(s):	<u>Cinthya Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Arroz a la cerveza						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Arroz	200	Gr	n/a	reducción	94°C	20m	Sabor: salado Textura: blanda Color: dorado oscuro	Ninguna
Cerveza	50	Gr	n/a					
cebolla	100	Gr	brunoise					
Sal	10	gr	n/a					
Pimienta	4	gr	n/a					

- Bitácora N°1: Col encurtida

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Col encurtida						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Col morada	200	Gr	Chiffonade	encurtido	18°C	3h	Sabor: salado	Ninguna
vinagre	50	Gr	n/a				Textura: crocante	
azúcar	100	Gr	n/a				Color: violeta	

- Bitácora N°1: Salsa de Cerveza de malta.

Integrante(s):	<u>Cinthya Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Salsa de Cerveza Negra						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Cerveza	250	Gr	n/a	reducción	94°C	5m	Sabor: salado Textura: semi-líquido Color: café	Ninguna
mantequilla	10	Gr	n/a					
Azúcar	5	Gr	n/a					
tomillo	5	Gr	n/a					
Sal	3	Gr	n/a					
Pimienta	2	gr	n/a					

- Bitácora N°1: Gel de aguacate.

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Gel de aguacate.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Aguacate	100	Gr	procesado	emulsión	18°C	5m	Sabor: salado Textura: gel Color: verde	Ninguna
vinagre	10	Gr	Procesado					
aceite	5	Gr	Procesado					
pimienta	2	Gr	Procesado					
Sal	3	Gr	Procesado					

- **Bitácora N°1: Tortillas de plátano.**

Integrante(s):	<u>Cinthya Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>9/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Tortillas de plátano.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Plátano	200	Gr	procesado				Sabor: salado Textura: blanda y crujiente Color: dorado	Se recomienda colocar menos cantidad de plátano y presentarlo en forma de puré
mantequilla	8	Gr	Procesado					
sal	1	Gr	Procesado					
azúcar	3	Gr	Procesado					
quesillo	30	Gr	Rallado					
					150°C	5m		

- **Bitácora N°2: Puré de maduro con quesillo**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>20/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Puré de maduro con quesillo						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Plátano	200	Gr	procesado	majado	94°C	15m	Sabor: salado Textura: blanda Color: amarillo	Ninguna
mantequilla	8	Gr	Procesado					
sal	1	Gr	Procesado					
azúcar	3	Gr	Procesado					
quesillo	30	Gr	Rallado					

5.3.5. ESTOFADO DE CONEJO.

- Bitácora N°1: Galantina de conejo rebozada en finas hierbas y maíz chulpi.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Galantina de conejo rebozada en finas hierbas y frutos secos.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Conejo	180	Gr	procesado	Cocción al vacío	65°C	2h	Sabor: salado Textura: blanda Color: amarillo	Ninguna
Sal	5	Gr	procesado					
Pimienta	3	Gr	procesado					
Ajo	10	gr	procesado					
Perejil	2	Gr	molido	rebozado	180°C	10m		
Mostaza	10	Gr	n/a					
Maíz chulpi	15	Gr	Molido					
apio	2	Gr	Molido					
Hierbabuena	2	Gr	Molido					

- Bitácora N°1: Demi-glace de conejo.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Demi-glace de conejo						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Fondo de conejo	250	Gr	n/a	reducción	100°C	10m	Sabor: salado Textura: semi-liquido. Color: amarillo	Ninguna
Sal	10	Gr	n/a					
Pimienta	5	Gr	n/a					
orégano	2	Gr	n/a					
Crema de leche	50	Gr	n/a					
laurel	1	Gr	n/a					
comino	1	Gr	n/a					
Achiote	10	Gr	n/a					
cebolla	20	Gr	Brunoise					

- Bitácora N°1: Fondo de conejo

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Demi-glace de conejo						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Huesos de conejo	480	Gr	n/a	concentración	80°C	1h	Sabor: salado Textura: líquido Color: transparente	Ninguna
agua	200	MI	n/a					
Cebolla	50	Gr	n/a					
Apio	30	Gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Papas Parisien ahogadas.**

Integrante(s):	<u>Cinthya Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Papas Parisien ahogadas.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Papas	150	Gr	parisien	Ahogado	64°C	3h	Sabor: salado Textura: blanda Color: amarillo	Se recomienda una cocción más prolongada
cebolla	20	Gr	brunoisse					
achiote	10	Gr	n/a					
sal	5	Gr	n/a					
Clavo de olor	1	Gr	n/a					

- Bitácora N°1: Remolacha asada

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Remolacha asada.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
remolacha	150	Gr	cubos	asado	180°C	1h	Sabor: salado Textura: blanda Color: amarillo	Ninguna
Aceite de oliva	20	MI	n/a					
sal	5	Gr	n/a					
pimienta	5	Gr	n/a					
Ajonjolí	5	Gr	n/a					

- Bitácora N°1: Tallos de apio encurtidos

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Tallos de apio encurtidos						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Tallos de apio	150	Gr	Sifflets o bias	encurtidos	18°C	3h	Sabor: agridulce Textura: crocante Color: verde	Ninguna
vinagre	50	MI	n/a					
agua	50	MI	n/a					
pimienta	5	Gr	n/a					
Azúcar	20	gr	n/a					
sal	10	Gr	n/a					

- Bitácora N°1: Falsos caviars de mostaza.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Falsos caviars de mostaza						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Semillas de mostaza	100	Gr	n/a	encurtidos	18°C	3h	Sabor: agridulce Textura: crocante Color: crema	Ninguna
vinagre	50	MI	n/a					
agua	50	MI	n/a					
pimienta	5	Gr	n/a					
Azúcar	20	gr	n/a					
sal	10	Gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Huevo pochado**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Huevo pochado.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
huevo	45	Gr	n/a	Pochado (sous- vide)	64°C	30m	Sabor: salado Textura: blanda Color: amarillo y blanco.	Ninguna

- Bitácora N°1: Pétalos de tomate crocantes.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Pétalos de tomate crocantes.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Cáscara de tomate	200	Gr	cáscara	deshidratado	180°C	10m	Sabor: agridulce	Ninguna
Aceite	20	Gr	n/a				Textura: crocante	

5.3.6. LENGUA CON PEPA.

- Bitácora N°1: Lengua confitada al vacío con aceite de maní.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Lengua confitada al vacío con aceite de maní.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Lengua	180	Gr	rebanadas	confitura	65°C	8H	Sabor: salado Textura: blanda Color: café	Se recomienda realizar los cortes con más grosor y no excederse en el peso.
Aceite de maní	30	MI	n/a					
Sal	8	Gr	n/a					
Pimienta	4	Gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Pepucho.**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	16/12/2019
Nombre de la elaboración:	Pepucho						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Pepa de sambo	50	Gr	procesado	Ligado.	94°C	10m	Sabor: salado Textura: blanda Color: amarillo	Ninguna
Ají	30	Gr	procesado					
Cebolla	20	Gr	procesado					
Sal	4	Gr	procesado					
leche	250	Gr	procesado					
Yema de huevo	20	Gr	procesado					

- Bitácora N°1: Puré de camote amarillo aromatizado.

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Puré de camote amarillo aromatizado.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Camote amarillo	100	Gr	majado	Majado.	94°C	20m	Sabor: salado Textura: blanda Color: amarillo con naranjas	Ninguna
naranja	50	Gr	n/a					
Azúcar	8	Gr	n/a					
sal	4	Gr	n/a					

- **Bitácora N°1: Vainitas encurtidas**

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Ensalada de granos						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Vainita	150	Gr	rondelles	encurtida	4°C	10 h	Sabor: agri-dulce Textura: crujiente Color: verde	Ninguna
Agua	100	MI	n/a	Líquido de gobierno	20°C	5m		
Vinagre	100	MI	n/a					
Sal	5	Gr	n/a					
pimienta	3	Gr	n/a					
azúcar	50	Gr	n/a					

- Bitácora N°1: Antipasto de morrón.

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	16/12/2019
Nombre de la elaboración:	Antipasto de morrón						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Pimiento morrón rojo	200	Gr	mirepoix	conserva	18°C	3h	Sabor: salado Textura: blanda Color: rojo	Ninguna
Ajo	20	Gr	n/a					
Aceite girasol	250	MI	n/a					
Vinagre	60	MI	n/a					
Miel	25	Gr	n/a					
Sal	10	Gr	n/a					
Pimienta	5	Gr	n/a					

- Bitácora N°1: Arroz moro

Integrante(s):	<u>Cintha Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Arroz moro						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Arroz	200	Gr	n/a	concentración	94°C	25M	Sabor: salado Textura: blanda Color: blanco y negro	Ninguna
Lentejas negras	60	Gr	n/a					
Cebolla	20	Gr	n/a					
Sal	10	Gr	n/a					
Pimienta	2	Gr	n/a					
Hongos deshidratados	30	Gr	n/a					
Ajo	15	gr	n/a					
Aceite vegetal	50	ml	n/a					

- **Bitácora N°1: Pajitas de puerro**

Integrante(s):	<u>Cinthy Alvarado, José Pacheco.</u>						N° Bitácora:	1
Instructor:	<u>Lcdos. Daniel Toledo y Marco Gómez.</u>						Fecha:	<u>16/12/2019</u>
Nombre de la elaboración:	Corales de maíz picantes.						Asignatura:	
Ingrediente	Peso	Und	Cortes	Técnica	Temp.	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones
Puerro	50	Gr	juliana	Fritura	150°C	5m	Sabor: neutro	Ninguna
Aceite para freír	250	ml	n/a				Textura: crocante	
sal	2	Gr	n/a				Color: lacre	

5.4. FICHAS ESTANDARIZADAS.

Las fichas estandarizadas, se componen por hojas de ruta y fichas de costos. Se dividen en fichas y subfichas, en donde en las fichas se detalla los elementos que componen un producto final, y en las subfichas se detallan los ingredientes que componen cada elemento.

Las hojas de ruta, son aquellas que permiten detallar paso a paso una receta, explicando la lista de ingredientes, cantidades, técnicas, temperatura y tiempos utilizados, de tal forma que el resultado de un platillo tenga siempre las mismas características, sea quien sea la persona que lo prepara.


 www.sudamericano.edu.ec			
FICHA TÉCNICA:			
TIPO DE PLATO			
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
	mirepoix		
	brunoise		
	gajos		
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
PREPARACIÓN:			
Observaciones:			

Ilustración 18. Modelo de Hoja de Ruta.

La ficha de costos, permite determinar el valor del platillo o menú, después de detallar el número y tamaño de porciones. El costo total se obtiene, primero determinando el costo de cada ingrediente que consta en la receta, y luego, sumando el costo de todos los ingredientes.



 								
COSTOS:								
CHEF:								
TIPO DE PLATO:		TAMANO DE PORCIÓN:						
COSTO DE PLATO:		RACIONES:						
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	PORCENTAJE DE ERROR
	0	PESO TOTAL DE RECETA			0,00	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,00	

Ilustración 19. Modelo de Fichas de Costos.

5.5. BASE DE DATOS.

Se conoce como base de datos, a un conjunto de información que pertenece a un mismo contexto, la cual se ordena de forma sistemática. Estas surgen de la necesidad de almacenar información y conservarla intacta por mucho tiempo, para poder darle uso en cualquier momento. (RAFFINO, 2019)

GRUPO	INGREDIENTE FINAL	PRESENTACIÓN DE COMPRA	PROVEEDOR	PESO BRUTO	UNIDAD DE MEDIDA	PRECIO KILO	CANTIDAD NETA	PESO DESPERDICIO	PESO SUB PRODUCTO	RENDIMIENTO %	FACTOR DE CORRECCION	Costo Kilo Ingrediente final
CARNES												
MARISCOS												
LÁCTEOS												
HORTALIZAS												
FRUTAS												
ABARROTES												
HIERBAS AROMÁTICAS												

Ilustración 20. Modelo de Base de Datos.

La base de datos para uso gastronómico, consta de diferentes secciones:

Grupo.	Se refiere al género alimenticio que se utiliza para el presente estudio.
Ingrediente final.	Refiere al ingrediente a utilizar en la ficha técnica.
Presentación de compra.	Se detalla la presentación original en la que se obtuvo el producto al momento de adquirirlo.
Proveedor.	Se describe el lugar en donde se obtiene el producto (Se justifica con notas de compra o facturas).
Peso Bruto.	Cantidad que se estandariza a 1 KG, lo que facilita el cálculo matemático.
Unidad de medida.	Se detalla la unidad de medida, siempre en KILOGRAMOS O LITROS.
Precio Kilo.	Se describe el precio en KILOGRAMOS de la compra adquirida.
Cantidad neta.	Refiere al peso en KILOGRAMOS del producto esperado.
Peso de desperdicio.	Detalla el peso del desperdicio del producto que se va a desechar.
Peso de sub-producto.	Detalla el peso del producto que se obtiene al procesar el ingrediente final.
Porcentaje de rendimiento.	Refiere al porcentaje de rendimiento que tiene el ingrediente en relación a la presentación de la compra
Factor de corrección.	Factor matemático, para el análisis del rendimiento en ficha
Costo del ingrediente final en kg.	Costo por kilogramo del ingrediente final, en base a la presentación de la compra.
Observaciones	Comentarios sobre variaciones en productos de temporada, y otros.




Tabla 25. Descripción de los elementos de la Base de datos.

5.5.1. Base de Datos utilizada para el presente Proyecto.




GRUPO	INGREDIENTE FINAL	PRESENTACIÓN DE COMPRA	PROVEEDOR	PESO BRUTO	UNIDAD DE MEDIDA	PRECIO KILO	CANTIDAD NETA	PESO DESPERDICIO	PESO SUB PRODUCTO	RENDIMIENTO %	FACTOR DE CORRECCION	Costo Kilo Ingrediente final
CARNES.												
	CONEJO	ANIMAL	FERIA LIBRE	1	KG	6,61	2270	2,500	-2272	44	2	6,62
	CUY	ANIMAL	FERIA LIBRE	1	KG	10,00	1000	1,000	-1000	100	1	10,01
	GALLINA CRIOLLA	ANIMAL	FERIA LIBRE	1	KG	4,25	4540	0,454	-4539	22	5	4,25
	LENGUA DE RES		FERIA LIBRE	1	KG	6,61	1362	0,150	-1361	73	1	6,61
	PANCETA DE CERDO	CORTE PANCETA	FERIA LIBRE	1	KG	5,51	0,454	0,065	0,481	86	1	6,30
	PIERNA DE BORREGO	PIEZA	FERIA LIBRE	1	KG	6,61	6610	0,120	-6609	15	7	6,61
LÁCTEOS												
	CREMA DE LECHE	FUNDA	SUPERMAXI	1	LT	3,28	1,000	0,000	0,000	100	1	3,28
	LECHE ENTERA	FUNDA	SUPERMAXI	1	LT	0,85	1,000	0,000	0,000	100	1	0,85
	MANTEQUILLA SIN SAL	BLDQUE	SUPERMAXI	1	KG	12,80	0,250	0,000	0,000	100	1	51,20
	QUESILLO	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	4,41	0,454	0,000	0	100	1	9,71
HORTALIZAS Y FRUTAS												
	AGUACATE	FRUTA	FERIA LIBRE	1	KG	1,67	0,600	0,050	0,350	92	1	1,81
	AJI	FRUTO	FERIA LIBRE	1	KG	5,00	0,200	0,010	0,790	95	1	5,25
	AJO	CABEZA	FERIA LIBRE	1	KG	8,60	0,200	0,000	0,800	100	1	8,60
	APIO	ATADO	GRAN SOL	1	KG	2,20	0,410	0,010	0,580	98	1	2,25
	ARVEJA	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	2,20	0,454	0,000	0,000	100	1	4,85
	CAMOTE AMARILLO	FRUTO	ARÁNDANO	1	KG	0,81	0,454	0,050	0,496	89	1	0,90
	CEBOLLA PERLA	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	0,71	0,454	0,010	0,536	98	1	0,73
	CHALÓTAS	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	2,19	0,228	0,002	0,770	99	1	2,21
	CHOCLO BABY	FRASCO	SUPERMAXI	1	KG	14,00	0,200	0,000	0,000	100	1	14,00
	COL MORADA	PIEZA	ARÁNDANO	1	KG	5,00	0,800	0,050	0,150	94	1	5,31
	CULANTRO	ATADO	FERIA LIBRE	1	KG	2,50	0,100	0,005	0,895	95	1	2,63
	HABAS	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	2,20	0,454	0,020	0,526	96	1	2,30
	HERBABUENA	ATADO	FERIA LIBRE	1	KG	6,67	0,030	0,005	0,965	83	1	7,78
	HOJAS BABY	EMPAQUE	SUPERMAXI	1	KG	12,00	0,100	0,000	0,000	100	1	12,00
	MAÍZ AMARILLO	FUNDA	GRAN SOL	1	KG	3,50	0,500	0,000	0,000	100	1	7,00
	MANGO	FRUTA	GRAN SOL	1	KG	2,00	0,250	0,100	0,650	60	2	2,80
	NARANJA	FRUTO	ARÁNDANO	1	KG	1,13	0,998	0,200	-0,198	80	1	1,36
	PAPA CHAUCHA	BALDE	FERIA LIBRE	1	KG	2,50	0,400	0,000	0,000	100	1	6,25
	PAPA CHOILA	BALDE	FERIA LIBRE	1	KG	3,14	0,795	0,015	0,190	98	1	3,20
	PEREJIL	ATADO	FERIA LIBRE	1	KG	1,00	0,100	0,010	0,890	90	1	1,10
	PIMIENTO MORRÓN	FRUTO	ARÁNDANO	1	KG	12,64	0,087	0,030	0,883	66	2	17,00
	PLÁTANO MADURO	FRUTA	FERIA LIBRE	1	KG	2,08	0,480	0,060	0,460	88	1	2,34
	PIJERRO	ATADO	GRAN SOL	1	KG	2,00	0,280	0,000	0,000	100	1	7,14
	RÁBANO	ATADO	FERIA LIBRE	1	KG	3,08	0,325	0,000	0,000	100	1	9,48
	REMOLACHA	FRUTO	ARÁNDANO	1	KG	0,74	0,502	0,010	0,488	98	1	0,75
	TOMATE CHERRY	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	3,11	0,322	0,000	0,000	100	1	9,66
	TOMATE DE ÁRBOL	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	1,55	0,650	0,050	0,300	92	1	1,67
	TOMATE RIÑÓN	FRUTO	FERIA LIBRE	1	KG	1,54	0,454	0,060	0,486	87	1	1,74
	TOMATES NEGROS	EMPAQUE	SUPERMAXI	1	KG	10,67	0,300	0,000	0,000	100	1	10,67
	TOMILLO	ATADO	HUERTO	1	KG	2,00	0,100	0,000	0,000	100	1	20,00
	VAINITAS	ATADO	ARÁNDANO	1	KG	2,20	0,454	0,005	0,541	99	1	2,22
	ZANAHORIA	ATADO	FERIA LIBRE	1	KG	5,00	0,350	0,002	0,648	99	1	5,03
ABARROTES												
	ACEITE DE MANÍ	BOTELLA	CADELAES	1	KG	20,00	0,100	0,000	0,900	100	1	20,00
	ACEITE GIRASOL	BOTELLA	SUPERMAXI	1	LT	3,54	0,500	0,000	0,500	100	1	3,54
	ACEITE PARA FREIR	FUNDA	SUPERMAXI	1	LT	1,25	0,800	0,000	0,200	100	1	1,25
	ACHIOTE	BOTELLA	SUPERMAXI	1	LT	3,84	1,000	0,000	0,000	100	1	3,84
	ARROZ PRE-COCIDO	FUNDA	ARÁNDANO	1	KG	2,40	1,000	0,000	0,000	100	1	2,40
	AZÚCAR CRISTAL	FUNDA	SUPERMAXI	1	KG	1,00	0,500	0,000	0,500	100	1	1,00
	CERVEZA NEGRA DE MALTA	BOTELLA	FERIA LIBRE	1	LT	8,00	0,250	0,000	0,750	100	1	8,00
	CLAVO DE OLOD	FUNDA	SUPERMAXI	1	KG	25,00	0,010	0,000	0,990	100	1	25,00
	COMINO MOLIDO	FUNDA	SUPERMAXI	1	KG	20,00	1,000	0,000	0,000	100	1	20,00
	GUARAPO	BOTELLA	SUPERMAXI	1	LT	1,50	1,000	0,000	0,000	100	1	1,50
	HARINA	FUNDA	SUPERMAXI	1	KG	1,86	0,500	0,000	0,500	100	1	1,86
	HONGOS DESHIDRATADOS	FUNDA	ARÁNDANO	1	KG	27,33	0,030	0,000	0,970	100	1	27,33
	HUEVO RUNA	PIEZA	HUEVERA	1	KG	3,45	0,290	0,010	0,700	97	1	3,57
	HUEVOS DE CODORNIZ	EMPAQUE	DISTRIBUIDORA	1	KG	5,56	0,180	0,005	0,815	97	1	5,71
	LAUREL	FUNDA	SUPERMAXI	1	KG	20,00	0,010	0,000	0,990	100	1	20,00
	LENTEJA NEGRA	GRANEL	ARÁNDANO	1	KG	6,62	0,454	0,000	0,546	100	1	6,62
	MANTECA DE CHANCHO	TARRINA	SUPERMAXI	1	KG	4,55	1,000	0,000	0,000	100	1	4,55
	MIEL	EMPAQUE	ARÁNDANO	1	KG	13,28	0,320	0,000	0,680	100	1	13,28
	MOROCHO	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	1,65	0,454	0,000	0,546	100	1	1,65
	MOSTAZA	EMPAQUE	ARÁNDANO	1	KG	5,20	0,100	0,000	0,900	100	1	5,20
	MOTE	FUNDA	FERIA LIBRE	1	KG	1,10	0,454	0,000	0,546	100	1	1,10
	NIJÉZ MOSCADA	BOTELLA	SUPERMAXI	1	KG	26,00	0,050	0,000	0,950	100	1	26,00
	ORÉGANO	FUNDA	SUPERMAXI	1	KG	12,50	0,040	0,000	0,960	100	1	12,50
	PEPA DE SAMBO	GRANEL	ARÁNDANO	1	KG	12,49	0,454	0,000	0,546	100	1	12,49
	PIMIENTA MOIDA	FUNDA	SUPERMAXI	1	KG	12,00	0,050	0,000	0,950	100	1	12,00
	SAL DE MAR	BOTELLA	SUPERMAXI	1	KG	7,00	0,500	0,000	0,500	100	1	7,00
	SAL REFINADA	FUNDA	SUPERMAXI	1	KG	0,54	1,000	0,000	0,000	100	1	0,54
	SEMILLAS DE MOSTAZA	GRANEL	ARÁNDANO	1	KG	2,86	0,454	0,000	0,546	100	1	2,86
	TINTA DE CALAMAR	SOBRE	CADELAES	1	KG	24,60	0,020	0,000	0,980	100	1	24,60
	TOCTE	FUNDA	CADELAES	1	KG	19,82	0,454	0,000	0,546	100	1	19,82
	TOSTADO	FUNDA	GRAN SOL	1	KG	8,67	0,650	0,000	0,350	100	1	8,67
	VINAGRE	BOTELLA	SUPERMAXI	1	LT	1,00	1,000	0,000	0,000	100	1	1,00

5.6. HOJA DE RUTA.




5.6.1. CUY ASADO.

 				
FICHA TÉCNICA:		CUY CON PAPAS		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		180	gr	Cuy curado y ahumado
		100	gr	Papas carbón
		30	gr	Sirope picante de tomate
		5	gr	Chalotas encurtidas
		5	gr	Tomates negros deshidratados
10	gr	huevo de codorniz hervido		
2	gr	Hojas baby		
TIPO DE MONTAJE/TEMPERATURA DE SERVICIO				
Centralizado/74°C				
Técnicas de Corte:				
Cuy curado y ahumado	deshuesado y enrollado	Tomates negros deshidratados	gajos	
Papas carbón	irregulares	huevo de codorniz hervido	mitad	
Sirope picante de	n/a	Hojas baby	n/a	
Chalotas encurtidas	n/a			
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
Vajilla (mestiza color blanco)		microondas		
cucharas				
pinzas				
PREPARACIÓN:				
1. Colocar en el centro del plato, un barrido con el sirope de ají				
2. Colocar las papas carbón de manera intercalada a lo largo del plato				
3. Colocar los rollos de cuy sobre el sirope de ají				
4. Decorar con los tomates deshidratados, el huevo hervido partido a la mitad hojas baby				
Observaciones:				




- **Cuy Curado y Ahumado.**

 			
FICHA TÉCNICA:		Cuy CURADO Y AHUMADO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	1000	gr	Cuy
	500	gr	Sal
	500	gr	Azúcar
10	gr	comino	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Cuy	deshuesado y enrollado	Azúcar	n/a
Sal	n/a	comino	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Cuy/ curado/ 24h/20°C			
Cuy/ahumado/70°C			
Utensilios y equipos			
bandeja grande		ahumador	
cucharas		refrigerador	
tabla y cuchillo		cocina	
PREPARACIÓN:			
1. Deshuesar el cuy.			
2. Preparar el curado, hacer una cama y colocar sobre ella, al cuy, cubrir por completo y dejar a que se deshidrate por 24 horas.			
3. Retirar el cuy del curado, enrollar y reservar.			
4. En un ahumador, colocar virutas de cedro, encender y colocar dentro el rollo de cuy, ahumar por 1 h y 30 m			
5. Retirar el rollo del ahumador y reservar.			
Observaciones:			
El tiempo de curado depende del grosor y tipo de carne.			




- Papas Carbón.

 				
FICHA TÉCNICA:		PAPAS CARBÓN		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		100	Gr	Mini papa chola
		50	Gr	aceite girasol
		50	Gr	manteca de cerdo
		2	Gr	tinta de calamar
		4	Gr	Sal
		2	Gr	pimienta
		1	Gr	clavo de olor
500	MI	aceite para freír		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Mini papa chola	Pelada.	Sal	n/a	
aceite girasol	n/a	pimienta	n/a	
manteca de cerdo	n/a	clavo de olor	n/a	
tinta de calamar	n/a	aceite para freír	n/a	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
Papas/confitura/3h/65°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
pelador		sous-vide		
tabla y cuchillos		empacadora al vacío		
fundas para empacar al vacío		freidora		
cacerola				
PREPARACIÓN:				
1. Limpiar y pelar las papas.				
2. En una funda agregar las grasas, la tinta, las especias y las papas y sellar al vacío.				
3. Cocinar en sous-vide por 3h a 65°C, después de ese tiempo retirar de la funda.				
4. Calentar el aceite a 180°C y dar fritura profunda a las papas				
5. Reservar.				
Observaciones:				

- Sirope picante de Tomate.

 			
FICHA TÉCNICA:		SIROPE PICANTE DE TOMATE.	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	Tomate de árbol
	100	Gr	Tomate riñón
	2	Gr	Ají
	6	Gr	azúcar
	2	Gr	Sal
1	Gr	pimienta	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Tomate de árbol	procesado	azúcar	n/a
Tomate riñón	procesado	Sal	n/a
Ají	n/a	pimienta	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Tómate de árbol/ reducción/5minutos/100°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
sartén		licuadora	
espátula de goma		cocina	
tetero			
PREPARACIÓN:			
1. Procesar los tomates junto con el ají.			
2. Hacer un sirope con el azúcar y añadir el jugo de los tomates.			
3. Salpimentar.			
4. Reducir hasta que la salsa tenga una textura semi líquida.			
4. Reservar.			
Observaciones:			




- Chalotas Encurtidas.

 			
FICHA TÉCNICA:		CHALOTAS ENCURTIDAS	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	Chalotas
	50	Gr	Vinagre
	50	Gr	Agua
	50	Gr	Sal
25	Gr	Azúcar	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Chalotas	n/a	Sal	n/a
Vinagre	n/a	Azúcar	n/a
Agua	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
chalotas/encurtidos/7 días/4°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola		refrigeradora	
tarrina de 500ml			
globo			
PREPARACIÓN:			
1. Preparar líquido de gobierno.			
2. Sumergir las chalotas previamente limpias.			
3. Conservar en refrigeración por un periodo mínimo de 7 días.			
Observaciones:			




- Tomates Deshidratados.

 			
FICHA TÉCNICA:		TOMATES DESHIDRATADOS.	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	Tomates negros
	50	Gr	aceite
	50	Gr	vinagre
	5	Gr	Sal
15	Gr	Azúcar	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Tomates negros	cuartos	Sal	n/a
aceite	n/a	Azúcar	n/a
vinagre	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
tomates negros/deshidratado/3h/80°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
silpad		horno	
tabla y cuchillo		refrigeradora	
cuchara			
tarrina de 500ml			
PREPARACIÓN:			
1. Limpiar y cortar los tomates.			
2. Preparar el líquido de conserva con vinagre, aceite, sal y azúcar.			
3. Deshidratar los tomates en el horno por un período de 3 horas a 80°C.			
4. Sumergir los tomates en el líquido y reservar.			
Observaciones:			



- Huevos de Codorniz Hervidos.

 			
FICHA TÉCNICA:		HUEVOS DE CODORNIZ HERVIDOS.	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	10	Gr	Huevos de codorniz
	500	Gr	Agua
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Huevos de codorniz	Mitad.	Agua	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
huevo de codorniz/hervido/2minutos/94°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola		cocina	
tabla y cuchillo			
PREPARACIÓN:			
1. Hervir agua.			
2. Colocar los huevos de codorniz			
3. Cocer por 2 minutos y medio a 94°C			
4. Retirar el cascarón, cortar en mitades y reservar.			
Observaciones:			



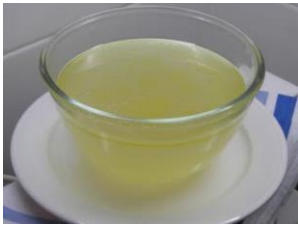
5.6.2. ESTOFADO DE GALLINA CRIOLLA.

 			
FICHA TÉCNICA:		ESTOFADO DE GALLINA CRIOLLA	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	gr	Gallina Criolla cocida al vacío
	50	gr	Papa chaucha rostizada
	50	gr	Vegetales salteados y avellanados
	100	gr	Arroz caldoso con mote
	3	gr	Crocante de mote
30	gr	Salsa de fondo de gallina	
3	gr	Rabanitos encurtidos	
TIPO DE MONTAJE/TEMPERATURA DE SERVICIO			
Centralizado/74°C			
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Gallina Criolla cocida al vacío	muslos enrollados	Crocante de mote	irregular
Papa chaucha rostizada	rondeles	Salsa de fondo de gallina	n/a
Vegetales salteados y avellanados	diferentes	Rabanitos encurtidos	rondeles
Arroz caldoso con mote	n/a		
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
Vajilla (mestiza color rojo)		microondas	
cucharas			
pinzas			
PREPARACIÓN:			
1. Cortar la papa en rondes en el centro del plato			
2. Colocar los vegetales indistintamente junto a las papas			
3. Regar la salsa de gallina al otro lado de donde se montaron las papas y los vegetales			
4. Cortar la gallina en medallones y colocar sobre la salsa			
5. Servir a parte, arroz como acompañante del plato.			
Observaciones:			


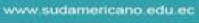

- Gallina Criolla cocida al Vacío.

 				
FICHA TÉCNICA:		Gallina Criolla cocida al vacío		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		200	Gr	Gallina criolla
		30	Gr	cebolla
		8	Gr	sal
		4	Gr	pimienta
		2	Gr	ajo
		0.5	Gr	orégano
		0.2	Gr	laurel
0.2	Gr	nuez moscada		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Gallina criolla	Muslos deshuesados	ajo	n/a	
cebolla	gajos	orégano	n/a	
sal	gajos	laurel	n/a	
pimienta	n/a	nuez moscada	n/a	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
gallina criolla/cocción al vacío/3h/74°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
tabla y cuchillo		sous-vide		
fundas para empacar al vacío		cocina		
sartén de teflón		empacadora al vacío		
PREPARACIÓN:				
1. Limpiar y deshuesar los muslos de la gallina.				
2. Sellar al vacío junto con la cebolla, los vegetales y especias de condimentación.				
3. Cocer durante 3 horas con ayuda del sous-vide a 74°C				
4. Enfriar y retirar de la bolsa,				
5. Sellar en la plancha hasta que esté completamente dorado y cortar en medallones.				
6. Servir.				
Observaciones:				

- Fondo de Gallina.

 				
FICHA TÉCNICA:		FONDO DE GALLINA		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		200	gr	Huesos de gallina
		50	Gr	cebolla
		8	Gr	sal
		5	gr	pimienta
		20	gr	apio
500	ml	agua		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Huesos de gallina	n/a	pimienta	n/a	
cebolla	n/a	apio	n/a	
sal	n/a	agua	n/a	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
gallina/concentración/2h/80°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
cacerola	cocina			
espumadera				
colador				
PREPARACIÓN:				
1. Colocar todos los ingredientes en el agua				
2. Cocer a fuego lento por 2 horas, espumar ocasionalmente para retirar impurezas.				
3. Cuando termine la cocción, cernir el fondo y reservar.				
Observaciones:				




- **Papas Chauchas Rostizadas.**

 			
FICHA TÉCNICA:		PAPAS CHAUCHAS ROSTIZADAS	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	Papas chaucha
	25	Gr	Manteca de cerdo
	4	Gr	sal
2	Gr	pimienta	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Papas chaucha	n/a	sal	n/a
Manteca de cerdo	n/a	pimienta	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
papas chauchas/ rostizada/40m/160°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
bandeja		horno	
silpad			
PREPARACIÓN:			
1, Limpiar las papas			
2. Cubrir con manteca, sal y pimienta.			
3. Hornear por 40m a 160°C			
4. Reservar.			
Observaciones:			

- **Vegetales Avellanados.**

 			
FICHA TÉCNICA:		VEGETALES AVELLANADOS	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	20	Gr	Zanahoria
	20	Gr	Habas
	20	Gr	Arvejas
15	gr	Mantequilla	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Zanahoria	hermoseada	Arvejas	n/a
Habas	descascaradas	Mantequilla	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
vegetales/blanqueados-salteados/3minutos/100°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo		cocina	
sartén			
espátula de madera			
cacerola			
PREPARACIÓN:			
1. Clarificar la mantequilla.			
2. Colocar la mantequilla en una cacerola y esperar a que esté caliente.			
3. Agregar los vegetales y saltear hasta que estén dorado.			
Observaciones:			




- Arroz caldoso con Tocte.

 																												
FICHA TÉCNICA:	ARROZ CALDOSO CON TOCTE.																											
TIPO DE PLATO	PLATO FUERTE																											
	INGREDIENTES:																											
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Cant.</th> <th>Und.</th> <th>Nombre</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>100</td> <td>Gr</td> <td>Arroz pre-cocido</td> </tr> <tr> <td>50</td> <td>Gr</td> <td>tocte</td> </tr> <tr> <td>500</td> <td>Gr</td> <td>fondo de gallina</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Gr</td> <td>cebolla</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Gr</td> <td>ajo</td> </tr> <tr> <td>1</td> <td>Gr</td> <td>orégano</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>gr</td> <td>sal</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>ml</td> <td>aceite de color</td> </tr> </tbody> </table>	Cant.	Und.	Nombre	100	Gr	Arroz pre-cocido	50	Gr	tocte	500	Gr	fondo de gallina	10	Gr	cebolla	4	Gr	ajo	1	Gr	orégano	5	gr	sal	10	ml	aceite de color
	Cant.	Und.	Nombre																									
	100	Gr	Arroz pre-cocido																									
	50	Gr	tocte																									
	500	Gr	fondo de gallina																									
	10	Gr	cebolla																									
	4	Gr	ajo																									
1	Gr	orégano																										
5	gr	sal																										
10	ml	aceite de color																										
MISE EN PLACE:																												
Técnicas de Corte:																												
Arroz pre-cocido	n/a	ajo	brunoise																									
tocte	n/a	orégano	n/a																									
fondo de gallina	n/a	sal	n/a																									
cebolla	brunoise	aceite de color	n/a																									
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura																												
arroz/ligadura/30minutos/94°C																												
UTENSILIOS Y EQUIPOS																												
tabla y cuchillo	cocina																											
cacerola																												
espátula de madera																												
PREPARACIÓN:																												
1. Hacer un sofrito, agregar el arroz y nacararlo																												
2. Agregar parte del fondo de gallina y el orégano																												
3. Cocer a fuego lento hasta que el arroz este al dente																												
4. Tostar los toctes y agregar el arroz.																												
5. Agregar más fondo si es que el arroz está muy seco, ya que debe tener algo de líquido.																												
6. Reservar																												
Observaciones:																												




- **Crocante de Mote.**

 			
FICHA TÉCNICA:		CROCANTE DE MOTE	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	gr	Mote
	30	ml	Aceite
	4	Gr	Sal
2	gr	Pimienta	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Mote	procesado	Sal	n/a
Aceite	n/a	Pimienta	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
mote/crocante/30m/100°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
silpad		túrmix	
espátula de goma		horno	
PREPARACIÓN:			
1. Procesar el mote junto con el aceite, sal y pimienta.			
2. Extender la mezcla en un silpad a un espesor de 0,1 mm y hornear a 100°C por 30 minutos.			
3. Retirar del horno, esperar a que se enfríe y reservar.			
Observaciones:			

- Salsa de Fondo de Gallina.

 				
FICHA TÉCNICA:		SALSA DE FONDO DE GALLINA.		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		250	MI	Fondo de gallina
		20	Gr	mantequilla
		30	Gr	harina
		5	Gr	sal
3	Gr	pimienta		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Fondo de gallina	n/a	sal	n/a	
mantequilla	n/a	pimienta	n/a	
harina	n/a			
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
salsa/reducción/5m/94°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
cacerola		cocina		
espátula de madera				
PREPARACIÓN:				
1. Preparar un roux, y agregar el fondo de gallina				
2. Salpimentar y cocer la salsa hasta que esté bien ligada				
3. Reservar				
Observaciones:				

- Rábanos encurtidos.

 			
FICHA TÉCNICA:		RABANITOS ENCURTIDOS	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	25	Gr	Rabanitos
	50	Gr	Vinagre
	7	Gr	Sal
	35	Gr	Azúcar
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Rabanitos	rondelles	Sal	n/a
Vinagre	n/a	Azúcar	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
rondelles/encurtido/1h/4°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo		refrigerador	
globo			
tarrina			
PREPARACIÓN:			
1. Limpiar y cortar los rábanos			
2. Preparar líquido para encurtir con el vinagre, sal y azúcar.			
3. Sumergir los rábanos, conservar en refrigeración			
Observaciones:			



5.6.3. HORNADO.

 			
FICHA TÉCNICA:		HORNADO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	gr	Panceta de cerdo cocida al vacío
	80	gr	Llapingachos
	30	gr	Agrio
	50	gr	Cre moso de morocho
	30	gr	Ají
	5	gr	Canasta de cebolla perola
3	gr	Hojas baby	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Panceta de cerdo cocida al vacío	muslos enrollados	Ají	n/a
Llapingachos	media luna	Canasta de cebolla perola	n/a
Agrio	n/a	Hojas baby	n/a
Cre moso de morocho	n/a		
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
Vajilla (mestiza color negro)		microondas	
cucharas			
tetero			
pinzas			
PREPARACIÓN:			
1. Hacer un barrido con el cremoso de morocho.			
2. Cortar la carne en rebanadas y montar sobre el morocho.			
3. Cortar por la mitad los llapingachos y servir del lado contrario del cerdo.			
4. Saltear las canastas de cebolla y montar dentro de ella el agrio.			
5. Añadir el ají y decorar con hojas baby			
Observaciones:			

- Panceta de cerdo al vacío.

 			
FICHA TÉCNICA:		PANCETA DE CERDO AL VACÍO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	Gr	Panceta
	20	Gr	ajo
	10	Gr	sal de mar
	5	gr	pimienta
	5	gr	comino
500	ml	aceite de freír	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Panceta	panceta	pimienta	n/a
ajo	dientes	comino	n/a
sal de mar	n/a	#¡REF!	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
panceta de cerdo/ cocción al vacío/15h/74°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo	sous-vide		
fundas para empacar al vacío	freidora		
bolsa	empacadora al vacío		
pinzas			
PREPARACIÓN:			
1. Limpiar el cerdo y rebozar con sal de mar y pimienta			
2.Sellar al vacío junto con el ajo y el comino			
3. Cocer en el sous-vide por 15 horas a 74°C			
4. Enfriar y retirar de la bolsa.			
5. Calentar el aceite e introducir la panceta, freír hasta que la piel esté crocante			
6. Reservar			
Observaciones:			



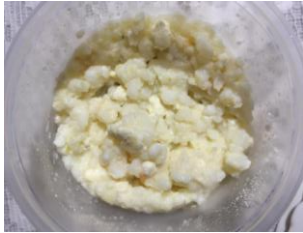
- Llapingachos.

 			
FICHA TÉCNICA:		LLAPINGACHOS	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	Gr	Papa
	15	Gr	Achiote
	10	Gr	manteca de chancho
	4	gr	pimienta
	5	gr	sal
3	gr	comino	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Papa	n/a	pimienta	n/a
Achiote	n/a	sal	n/a
manteca de chancho	n/a	comino	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
papa/majado/10m/100°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo	cocina		
cacerola			
sartén de teflón			
pasa puré			
espátula de madera			
PREPARACIÓN:			
1. Cocer la papa, hasta que esté blanda			
2. Aplastar la papa junto con el achiote, manteca de cerdo, sal, pimienta y comino.			
3. Formar tortillas con la palma de las manos y tostar en una plancha.			
Observaciones:			




- **Agrio.**

 				
FICHA TÉCNICA:		AGRIO		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		20	Gr	cebolla
		20	Gr	tomate
		10	Gr	ají
		2	gr	pimienta
		5	gr	sal
		100	MI	vinagre
50	MI	guarapo		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
cebolla	brunoise	sal	n/a	
tomate	brunoise	vinagre	n/a	
ají	brunoise	guarapo	n/a	
pimienta	n/a		n/a	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
vegetales/macerado/30m/18°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
tabla y cuchillo		refrigeradora		
bol				
globo				
cuchara				
PREPARACIÓN:				
1. Cortar los vegetales				
2. Mezclar el vinagre, guarapo, pimienta y sal				
3. Incorporar los vegetales al líquido y dejar a que se maceren				
4. Reservar.				
Observaciones:				




- Cremoso de morocho.

 				
FICHA TÉCNICA:		CREMOSO DE MOROCHO		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		200	Gr	Morocho
		50	Gr	crema de leche
		10	Gr	cebolla
		2	gr	pimienta
		5	gr	sal
		100	gr	quesillo
5	gr	culantro		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Morocho	n/a	sal	n/a	
crema de leche	n/a	quesillo	rallado	
cebolla	brunoise	culantro	chiffonade	
pimienta	n/a			
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
Morocho/reducción/40m/90°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
olla a presión		refrigeradora		
cacerola				
bolsa				
espátula de madera				
PREPARACIÓN:				
1. Cocinar el morocho a presión, hasta que esté al dente				
2. Retirar del agua de cocción				
3. En una cacerola, acitronar la cebolla e incorporar el morocho				
4. Incorporar la crema de leche y el quesillo				
5. Salpimentar				
6. Agregar el culantro y mezclar todo, cocer hasta que todo obtenga una textura cremosa				
7. Reservar				
Observaciones:				



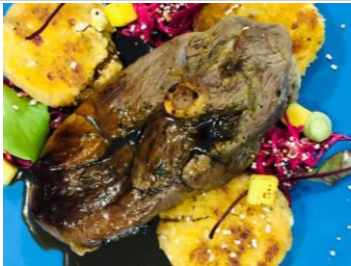
- Ají.

 			
FICHA TÉCNICA:		Ají	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	20	Gr	Ají
	100	Gr	tomate riñón
	100	Gr	tomate de árbol
	15	gr	cebolla
	5	gr	sal
4	gr	pimienta	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Ají	procesado	cebolla	procesado
tomate riñón	procesado	sal	procesado
tomate de árbol	procesado	pimienta	procesado
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
tomates/emulsión/10m/18°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola	túrmix		
bolsa	refrigerador		
tetero			
cuchara			
PREPARACIÓN:			
1. Procesar los tomates para emulsionarlos.			
2. Rectificar sabor			
3. Colar para retirar las semillas			
4. Obtener el ají y reservar.			
Observaciones:			




5.6.4. BORREGO ASADO.

 			
FICHA TÉCNICA:		BORREGO ASADO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	gr	Borrego cocido al vacío
	25	gr	Col encurtida
	15	gr	Gel de Aguacate
	50	gr	puré de plátano con queso
	40	gr	salsa de cerveza negra con guarapo
	80	gr	arroz a la cerveza
5	gr	mango sopleteado	
3	gr	Hojas baby	
TIPO DE MONTAJE/TEMPERATURA DE SERVICIO			
Centralizado/74°C			
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Borrego cocido al vacío	osobuco	salsa de cerveza negra con guarapo	n/a
Col encurtida	chiffonade	arroz a la cerveza	n/a
Gel de Aguacate	gel	Hojas baby	n/a
puré de plátano con queso	puré	mango sopleteado	macedonia
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
Vajilla (mestiza color azul)		microondas	
cucharas		soplete	
tetero		ahumador	
pinzas			
PREPARACIÓN:			
1. Colocar en la mitad del plato, un barrido del puré de plátano			
2. Añadir sobre el puré el osobuco de borrego			
3. Decorar con la col, mango (sopleteado) y hojas baby y gel de aguacate, indistintamente.			
4. Servir acompañador de arroz a la cerveza			
Observaciones:			




- Ossobuco al vacío.

 			
FICHA TÉCNICA:		OSSOBUCO AL VACÍO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	Gr	Borrego
	50	Gr	guarapo
	100	Gr	cerveza negra de malta
	10	gr	sal
	5	gr	orégano
	4	gr	pimienta
15	gr	perejil	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Borrego	ossobuco	orégano	adobo
guarapo	adobo	pimienta	adobo
cerveza negra de malta	adobo	perejil	adobo
sal	adobo		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
ossobuco de cordero/cocción al vacío/10h/74°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo		cocina	
bols		sous-vide	
fundas para empacar al vacío		empacadora al vacío	
pinzas			
sartén de teflón			
PREPARACIÓN:			
1. Limpiar el borrego			
2. Rebozar con parte de la sal en grano			
3. Procesar lo que resta de ingredientes para elaborar un adobo			
4. Sellar al vacío el adobo con la carne del borrego			
5. Cocer con sous-vide por 10 horas a 74°C			
6. Enfriar y retirar de la bolsa			
7. Sellar hasta que se torne dorado			
8. Reservar			
Observaciones:			




- Arroz a la Cerveza.

 			
FICHA TÉCNICA:		ARROZ A LA CERVEZA	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	Gr	Arroz
	50	Gr	cebolla
	100	Gr	cerveza
	10	gr	sal
4	gr	pimienta	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Arroz	n/a	sal	n/a
cebolla	brunoise	pimienta	n/a
cerveza	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
arroz/reducción/20m/94°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo		cocina	
cacerola			
espátula de madera			
PREPARACIÓN:			
1. Hacer sofrito y añadir arroz hasta nacarar			
3. Agregar poca agua y cocer por unos minutos, posteriormente añadir la cerveza y dejar reducir			
3. Corregir sabores			
4. Servir como acompañante del plato principal			
Observaciones:			




- Col Encurtida.

 			
FICHA TÉCNICA:		COL ENCURTIDA	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	vinagre
	50	Gr	azúcar
	200	Gr	col morada
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
vinagre	n/a	col morada	chiffonade
azúcar	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
col/encurtido/3h/18°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo		refrigerador	
globo			
tarrina 500ml			
PREPARACIÓN:			
1. Mezclar el vinagre con el azúcar			
2. Agregar la col picada previamente en chiffonade			
3. Reservar			
Observaciones:			




- Salsa de Cerveza de Malta.

 				
FICHA TÉCNICA:		SALSA DE CERVEZA DE MALTA		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		250	Gr	cerveza
		10	Gr	mantequilla
		5	Gr	azúcar
		5	Gr	tomillo
		3	Gr	sal
2	gr	pimienta		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
cerveza	n/a	tomillo	n/a	
mantequilla	n/a	sal	n/a	
azúcar	n/a	pimienta	n/a	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
cerveza de malta/reducción/5m/94°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
cacerola	cocina			
espátula de madera				
tetero				
PREPARACIÓN:				
1. Colocar todos los ingredientes en una cacerola, y cocer a fuego lento				
2. Reducir hasta obtener una salsa espesa y brillante				
3. Con una parte rebozar el borrego, y la otra reservar para montar.				
Observaciones:				

- Gel de Aguacate.

 			
FICHA TÉCNICA:		GEL DE AGUACATE	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	Aguacate
	10	Gr	vinagre
	5	Gr	aceite
	2	Gr	pimienta
3	Gr	sal	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Aguacate	procesado	pimienta	procesado
vinagre	procesado	sal	procesado
aceite	procesado	pimienta	procesado
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
aguacate/emulsión/5m/18°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cuchara		túrmix	
tetero		refrigerador	
PREPARACIÓN:			
1. Procesar todos los ingredientes, hasta que esté todo muy bien emulsionado			
2. Corregir sabores			
3. Reservar			
Observaciones:			




- Puré de Maduro con Quesillo.

 			
FICHA TÉCNICA:		PURÉ DE MADURO CON QUESILLO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	Gr	Plátano
	8	Gr	mantequilla
	1	Gr	sal
	3	Gr	azúcar
30	Gr	quesillo	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Plátano	n/a	azúcar	n/a
mantequilla	n/a	quesillo	rallado
sal	n/a	pimienta	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
plátano/majado/15m/94°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola	cocina		
bols	fogón		
pasa puré			
espátula de madera			
pasa puré			
PREPARACIÓN:			
1. Asar los plátanos por 30 minutos sobre el fogón.			
2. Aplastar los plátanos junto con la mantequilla, azúcar y sal			
3. Agregar el queso rallado			
4. Reservar			
Observaciones:			




5.6.5. ESTOFADO DE CONEJO.

 			
FICHA TÉCNICA:		ESTOFADO DE CONEJO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	180	gr	Galantina de conejo
	50	ml	Demi-glace de conejo
	80	gr	Papas parisien ahogadas
	20	gr	Remolacha asada
	40	gr	Huevo hervido
	2	gr	Pétalos de tomate
	5	gr	Hojas baby
	2	gr	falsos caviars de mostaza
3	gr	tallos de apio encurtidos	
TIPO DE MONTAJE/TEMPERATURA DE SERVICIO			
Centralizado/74°C			
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Galantina de conejo	galantina	Huevo hervido	n/a
Demi-glace de conejo	n/a	Pétalos de tomate	n/a
Papas parisien ahogadas	parisien	Hojas baby	n/a
Remolacha asada	cubos		
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
Vajilla (mestiza color café)		microondas	
cucharas			
pinzas			
PREPARACIÓN:			
1. Cortar la galantina en medallones.			
2. En el centro del plato, colocar la salsa de conejo para marcar el estilo del montaje.			
3. Sobre la salsa colocar los medallones de conejo en línea recta.			
4. Colocar las papas parisien, el huevo pochado en gajos, las remolachas asadas, el apio y demás elementos de manera indistinta alrededor de la salsa y del conejo.			
5. Decorar con hojas baby, pétalos de tomate y los falsos caviars de mostaza.			
Observaciones:			

- Galantina de Conejo.

 																															
FICHA TÉCNICA:	GALANTINA DE CONEJO																														
TIPO DE PLATO	PLATO FUERTE																														
	INGREDIENTES:																														
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Cant.</th> <th>Und.</th> <th>Nombre</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>600</td> <td>Gr</td> <td>Conejo</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Gr</td> <td>Sal</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Gr</td> <td>ajo</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>gr</td> <td>pimienta</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Gr</td> <td>perejil</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Gr</td> <td>mostaza</td> </tr> <tr> <td>15</td> <td>Gr</td> <td>maíz chulpi</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Gr</td> <td>apio</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Gr</td> <td>hierbabuena</td> </tr> </tbody> </table>	Cant.	Und.	Nombre	600	Gr	Conejo	5	Gr	Sal	3	Gr	ajo	10	gr	pimienta	2	Gr	perejil	10	Gr	mostaza	15	Gr	maíz chulpi	2	Gr	apio	2	Gr	hierbabuena
	Cant.	Und.	Nombre																												
	600	Gr	Conejo																												
	5	Gr	Sal																												
	3	Gr	ajo																												
	10	gr	pimienta																												
	2	Gr	perejil																												
	10	Gr	mostaza																												
	15	Gr	maíz chulpi																												
2	Gr	apio																													
2	Gr	hierbabuena																													
MISE EN PLACE:																															
Técnicas de Corte:																															
Conejo	procesado	mostaza	n/a																												
Sal	n/a	maíz chulpi	molido																												
pimienta	n/a	hierbabuena	molido																												
perejil	molido																														
Ingrediente / técnica, tiempo, temperatura		conejo/cocción al vacío/2h/65°C																													
UTENSILIOS Y EQUIPOS																															
silpad		ahumador																													
fundas para empacar al vacío		sous-vide																													
bols		horno																													
bandeja para horno		túrmix																													
PREPARACIÓN:																															
1. Procesar la carne del conejo, junto con la sal, pimienta y ajo, colocar en un bol y ahumar.																															
2. Formar un rollo con ayuda de papel film, posterior a eso sellar al vacío																															
3. Cocer con sous-vide por 4 horas a 65°C. Retirar de la bolsa y dejar enfriar																															
4. Preparar rebozado con las hierbas y el maíz chulpi, moler todo																															
5. Pasar la galantina por la mostaza y luego por el rebozado.																															
6. Llevar al horno por 10 minutos a 150°C																															
7. Retirar y reservar																															
Observaciones:																															




- Demi-Glace de Conejo.

 				
FICHA TÉCNICA:		DEMI-GLACE DE CONEJO		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		250	Gr	Fondo de conejo
		10	Gr	Sal
		5	Gr	Pimienta
		2	Gr	orégano
		50	Gr	Crema de leche
		1	Gr	laurel
		1	Gr	comino
		10	Gr	Achiote
20	Gr	cebolla		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
orégano	n/a	Crema de leche	n/a	
Crema de leche	n/a	laurel	n/a	
cebolla	brunoise	comino	n/a	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
fondo de conejo/reducción/10m/100°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
cacerola		cocina		
espátula de madera				
tabla y cuchillo				
PREPARACIÓN:				
1. Elaborar un sofrito, con las especias y añadir el fondo de conejo hasta que el líquido reduzca a la mitad				
2. Agregar crema de leche y cocer hasta que e incorporen todos los ingredientes				
3. Reservar				
Observaciones:				




- Fondo de Conejo.

 			
FICHA TÉCNICA:		FONDO DE CONEJO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	480	Gr	huesos de conejo
	200	MI	agua
	50	Gr	cebolla
30	Gr	apio	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
huesos de conejo	n/a	cebolla	n/a
agua	n/a	apio	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
conejo/concentración/1h/80°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola	cocina		
espumadera			
colador			
PREPARACIÓN:			
1. Colocar en una cacerola todos los ingredientes y llevar a fuego lento por 1 hora			
2. Colar para obtener sólo el fondo			
3. Reservar			
Observaciones:			




- Papas Parisien ahogadas.

 			
FICHA TÉCNICA:		PAPAS PARISIEN AHOGADAS	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	papas
	20	Gr	cebolla
	10	Gr	achiote
	5	Gr	sal
1	Gr	clavo de olor	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
papas	parisien	sal	n/a
cebolla	n/a	clavo de olor	n/a
achiote	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
papas/cocción al vacío/3h/64°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
bols		sous-vide	
fundas para empacar al vacío			
sacabocados			
PREPARACIÓN:			
1. Cortar las papas con un sacabocados			
2. Colocar las papas, el achiote, la cebolla, sal y clavo en una bolsa y sellar al vacío			
3. Cocer las papas en sous-vide por 3 horas a 64°C			
4. Retirar de la bolsa, dejar enfriar y reservar.			
Observaciones:			



- Remolacha Asada.

 			
FICHA TÉCNICA:		REMOLACHA ASADA	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	150	Gr	remolacha
	20	MI	aceite girasol
	5	Gr	sal
5	Gr	pimienta	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
remolacha	n/a	pimienta	n/a
aceite girasol	n/a		
sal	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
remolacha/asado/1h/180°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
papel aluminio		horno	
tabla y cuchillo			
PREPARACIÓN:			
1. Limpiar la remolacha y frotar con el aceite, sal y pimienta por toda la superficie			
2. Envolver en papel aluminio y llevar al horno por 1 hora a 180°C			
3. Retirar del horno y cortar en gajos			
Observaciones:			




- Tallos de Apio encurtidos.

 			
FICHA TÉCNICA:		TALLOS DE APIO ENCURTIDO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	150	Gr	tallos de apio
	50	MI	vinagre
	50	MI	agua
	5	Gr	pimienta
	20	gr	azúcar
10	Gr	sal	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
tallos de apio	sifflets	pimienta	n/a
vinagre	n/a	azúcar	n/a
agua	n/a	sal	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
tallo de apio/encurtido/3h/18°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo	refrigerador		
globo			
tarrina 500ml			
PREPARACIÓN:			
1. Limpiar los tallos y cortar en sifflets			
2. Preparar el líquido para encurtir con el vinagre, agua,, azúcar y sal			
3. Agregar los tallos y dejar encurtir por un lapso mínimo de 3 horas.			
4. Conservar en refrigeración.			
Observaciones:			




- Falsos caviars de Mostaza.

 			
FICHA TÉCNICA:		FALSOS CAVIARES DE MOSTAZA	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	semillas de mostaza
	50	MI	vinagre
	50	MI	agua
	5	Gr	pimienta
	20	gr	azúcar
10	Gr	sal	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
semillas de mostaza	n/a	pimienta	n/a
vinagre	n/a	azúcar	n/a
agua	n/a	sal	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
grano de mostaza/encurtidos/3h/18°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
frasco de vidrio	refrigerador		
globo			
PREPARACIÓN:			
1. Preparar el líquido base con vinagre, agua, sal, azúcar y pimienta			
2. Agregar las semillas de mostazas y sellar el frasco			
3. Conservar en refrigeración			
Observaciones:			

- Huevo hervido

 			
FICHA TÉCNICA:		HUEVO POCHADO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	45	gr	huevo runa
	500	ml	agua
	2	gr	sal
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
huevo runa	gajos		
Ingrediente / técnica, tiempo, temperatura			
huevo/pochado/30m/64°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola		sous-vide	
tabla y cuchillo			
PREPARACIÓN:			
1. Cocer el huevo al vacío duante 30m por 64°C			
2. Retirar de la cocción y servir.			
Observaciones:			




- Pétalos de Tomate Crocantes.

 			
FICHA TÉCNICA:		PÉTALOS DE TOMATE CROCANTES	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	10	Gr	Cáscara de tomate
	5	Gr	aceite
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Cáscara de tomate	cáscara	pimienta	n/a
aceite	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
tomate/deshidratado/10m/180°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola		cocina	
bols		horno	
silpad			
PREPARACIÓN:			
1. Cocinar tomates y retirar la cáscara			
2. Limpiar los residuos de la cáscara			
3. Agregar aceite y llevar al horno por 10 minutos a 180°, o hasta que estén crocantes			
4. Retirar y reservar			
Observaciones:			

5.6.6. LENGUA PEPA.

 			
FICHA TÉCNICA:	LENGUA CON PEPA		
TIPO DE PLATO	PLATO FUERTE		
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	180	gr	Lengua confitada
	30	ml	Pepucho
	50	gr	Puré de camote
	15	gr	maíz amarillo
	10	gr	vainitas encurtidas
	10	gr	antipasto de morrón
	80	gr	arroz moro
5	gr	pajitas de puerro	
5	gr	hojas baby	
TIPO DE MONTAJE/TEMPERATURA DE SERVICIO			
Centralizado/74°C			
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Lengua confitada	rebanadas	antipasto de morrón	mirepoix
Pepucho	n/a	arroz moro	n/a
Puré de camote	n/a	pajitas de puerro	juliana
vainitas encurtidas	diversos		
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
Vajilla (mestiza color menta)		microondas	
cucharas			
pinzas			
PREPARACIÓN:			
1. Hacer un barrido con el puré de camote en la parte lateral del plato.			
2. Junto a eso verter el Pepucho y sobre él colocar las rebanadas de lengua			
3. Hacer una cama de hojas baby y sobre estas, colocar los vegetales			
4. Decorar con pajitas de puerro y pepa de sambo			
Observaciones:			




- Lengua Confitada al vacío con aceite de Maní.

 			
FICHA TÉCNICA:		LENGUA CONFITADA CON ACEITE DE MANÍ	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	180	Gr	Lengua
	30	MI	aceite de maní
	8	Gr	sal
4	Gr	pimienta	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Lengua	rebanadas	sal	n/a
aceite de maní	n/a		
pimienta	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
lengua de res/confitura/8h/65°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola		microondas	
cucharón		sous-vide	
tabla y cuchillo		empacadora al vacío	
fundas para empacar al vacío			
PREPARACIÓN:			
1. Pre-cocer la lengua y retirar la membrana que la cubre			
2. Sellar al vacío con el aceite, sal y pimienta			
3. Cocer con sous-vide por 8h a 65°C			
4. Retirar de la bolsa, cortar en rebanadas y reservar			
Observaciones:			


- **Pepucho.**

 			
FICHA TÉCNICA:		PEPUCHO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	50	Gr	Pepa de sambo
	30	Gr	Ají
	20	Gr	cebolla
	4	Gr	sal
	250	Gr	leche
20	Gr	yema de huevo	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Pepa de sambo	procesado	sal	n/a
Ají	n/a	leche	n/a
cebolla	brunoise	yema de huevo	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
pepa de sambo/ligado/10m/94°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola		túrmix	
sartén		cocina	
espátula de madera			
PREPARACIÓN:			
1. Tostar la pepa de sambo y procesar con leche y ají hasta obtener una pasta homogénea			
2. Licuar parte de la leche y ají			
3. Hacer sofrito y mezclar con la pepa procesada			
4. Incorporar la leche y reducir a fuego lento.			
5. Retirar del fuego y agregar la yema, mezclar hasta que ligue la salsa			
6. Rectificar sabor.			
Observaciones:			

- **Puré de Camote amarillo Aromatizado.**

 			
FICHA TÉCNICA:		PURÉ DE CAMOTE AMARILLO AROMATIZADO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	Gr	camote amarillo
	50	Gr	naranja
	8	Gr	azúcar
4	Gr	sal	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
camote amarillo	n/a	sal	n/a
naranja	n/a		
azúcar	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
camote amarillo/majado/20m/94°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
cacerola	cocina		
pasa puré			
espátula de madera			
globo			
colador			
PREPARACIÓN:			
1. Cocinar los camotes con su corteza.			
2. Retirar la corteza y elaborar un puré			
3. Tamizar el puré para eliminar grumos			
4. Colocar en una cacerola e incorporar el jugo de naranja, sal y azúcar.			
5. Mezclar con un globo a fuego lento hasta que el puré se torne terso.			
Observaciones:			




- **Vainitas Encurtidas.**

 			
FICHA TÉCNICA:		VAINITAS ENCURTIDAS	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	150	Gr	Vainitas
	100	MI	agua
	100	MI	vinagre
	5	Gr	sal
	3	Gr	pimienta
50	Gr	azúcar	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Vainitas	rondelles	sal	n/a
agua	n/a	pimienta	
vinagre	n/a	azúcar	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
vainitas/encurtido/10h/4°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
frasco de vidrio	cocina		
globo	refrigerador		
tabla y cuchillo			
PREPARACIÓN:			
1. Prepara el líquido base con agua, vinagre, sal, pimienta y azúcar.			
2. Introducir las vainitas previamente cortadas en rondelles.			
3. Sellar el envase y reservar en refrigeración.			
Observaciones:			




- Antipasto de Morrón.

 			
FICHA TÉCNICA:		ANTIPASTO DE MORRÓN	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	Gr	Pimiento morrón
	20	Gr	ajo
	250	ML	aceite girasol
	60	ML	vinagre
	25	Gr	miel
	10	Gr	sal
5	Gr	pimienta negra	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Pimiento morrón	mirepoix	miel	n/a
ajo	n/a	sal	n/a
aceite girasol	n/a	pimienta negra	n/a
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Pimiento morrón/antipasto/3h/18°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
frasco de vidrio	cocina		
globo	refrigerador		
tabla y cuchillo			
PREPARACIÓN:			
1. Morronear el pimiento y cortar en mirepoix.			
2. Elaborar el líquido base con aceite, vinagre, miel, sal y azúcar			
3. Introducir el morrón junto al ajo a la mezcla y reposar.			
Observaciones:			

- Arroz Moro.



 				
FICHA TÉCNICA:		ARROZ MORO		
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		200	Gr	arroz pre-cocido
		60	Gr	lentejas negras
		20	Gr	cebolla
		10	Gr	sal
		2	Gr	pimienta
		30	Gr	hongos deshidratados
		15	Gr	ajo
50	ml	aceite vegetal		
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
arroz pre-cocido	n/a	sal	n/a	
lentejas negras	n/a	ajo	pasta	
cebolla	brunoise	hongos deshidratados	brunoise	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
concentración/25m/94°C				
UTENSILIOS Y EQUIPOS				
tabla y cuchillo		cocina		
cacerola				
espátula de madera				
PREPARACIÓN:				
1. Hidratar los hongos.				
2. Cocinar las lentejas y el arroz por separado.				
3. Hacer un sofrito con el aceite, cebolla y ajo.				
4. Cortar los hongos y reservar el fondo de la cocción.				
5. Mezclar todos los ingredientes y rectificar sabor.				
Observaciones:				

- **Pajitas de Puerro.**

 			
FICHA TÉCNICA:		PAJITAS DE PUERRO	
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	50	Gr	puerro
	250	MI	aceite para freír
	2	MI	sal
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
puerro	juliana fina	sal	n/a
aceite para freír	n/a		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
puerro/fritura/5m/150°C			
UTENSILIOS Y EQUIPOS			
tabla y cuchillo	freidora		
espumadera			
pape absorbente			
bol			
PREPARACIÓN:			
1. Cortar el puerro en juliana			
2. Calentar el aceite a 150°C			
3. Freír hasta que el puerro se torne dorado y crocante			
4. Retirar, colocar sobre papel absorbente y agregar sal			
Observaciones:			

5.7.HOJA DE GRAMAJES Y COSTOS.

5.7.1. CUY ASADO.

 							
COSTOS:		CUY CON PAPAS					
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO					
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE			TAMANO DE PORCIÓN:		337
COSTO DE PLATO:		7,00			RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO
1	180	gr	Cuy curado y ahumado	35,33	6,36	Rollo	180
2	100	gr	Papas carbón	3,6	0,36	Enteras	100
3	30	gr	Sirope picante de tomate	2,00	0,06	Salsa	30
4	5	gr	Chalotas encurtidas	4,00	0,01	chalotas	5
5	10	gr	Tomates negros deshidratados	13	0,13	gajos	10
6	10	gr	Huevos de codorniz hervidos	6,00	0,06	mitades	10
7	2	gr	Hojas baby	12,00	0,02	mitades	2
337		PESO TOTAL DE RECETA			7,00	COSTO DE RECETA	
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)						23,34	

- Cuy Curado y Ahumado.

 								
COSTOS:		CUY CURADO Y AHUMADO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE			TAMANO DE PORCIÓN:		180	
COSTO DE PLATO:		6,36			RACIONES:		2	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	1000	gr	Cuy	10,01	10,01	Deshuesado	1000	1
2	500	gr	Sal	2,86	1,43	funda	1000	1
3	500	gr	Azúcar	2,40	1,20	funda	1000	1
4	10	gr	Comino	8,00	0,08	funda	1000	1
2010		PESO TOTAL DE RECETA			12,72	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)						21,20		

- Papas Carbón.

COSTOS:		PAPAS CARBÓN							
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO							
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		100	
COSTO DE PLATO:		0,72				RACIONES:		2	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN	
1	100	Gr	Mini papa chola	3,20	0,32	balde	1000	1	
2	50	Gr	aceite girasol	3,54	0,18	botella	1000	1	
3	50	Gr	manteca de cerdo	4,55	0,23	tarrina	1000	1	
4	2	Gr	tinta de calamar	24,60	0,05	sobre	1000	1	
5	4	Gr	Sal	0,54	0,00	funda	1000	1	
6	2	Gr	pimienta	12,00	0,02	funda	1000	1	
7	1	Gr	clavo de olor	25,00	0,03	funda	1000	1	
8	500	ML	aceite para freír	1,25	0,63	funda	1000	1	
		709	PESO TOTAL DE RECETA		1,45	COSTO DE RECETA			
							P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)		2,42

- Sirope picante de Tomate.

COSTOS:		SIROPE PICANTE DE TOMATE							
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO							
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		30	
COSTO DE PLATO:		0,06				RACIONES:		6	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN	
1	100	Gr	Tomate de árbol	1,67	0,17	fruta	1000	1	
2	100	Gr	Tomate riñón	1,74	0,17	fruto	1000	1	
3	2	Gr	Ají	5,25	0,01	funda	1000	1	
4	6	Gr	azúcar	1,00	0,01	funda	1000	1	
5	2	Gr	Sal	0,54	0,01	funda	1000	1	
6	1	Gr	pimienta	12,00	0,01	funda	1000	1	
		211	PESO TOTAL DE RECETA		0,38	COSTO DE RECETA			
							P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)		0,21

- Chalotas Encurtidas.

COSTOS:		CHALOTAS ENCURTIDAS							
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO							
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		5	
COSTO DE PLATO:		0,02				RACIONES:		20	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN	
1	100	Gr	Chalotas	2,21	0,22	fruta	1000	1	
2	50	Gr	Vinagre	1,00	0,05	fruto	1000	1	
3	50	Gr	Agua	0,01	0,01	funda	1000	1	
4	50	Gr	Sal	0,54	0,03	funda	1000	1	
5	25	Gr	Azúcar	1,00	0,03	funda	1000	1	
		275	PESO TOTAL DE RECETA		0,33	COSTO DE RECETA			
							P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)		0,06

- Tomates Deshidratados.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		100	Gr	Tomates negros	10,67	1,07	fruta	1000	1
2		50	Gr	aceite	3,54	0,18	fruto	1000	1
3		50	Gr	vinagre	1,00	0,01	fundas	1000	1
4		5	Gr	Sal	0,54	0,00	fundas	1000	1
5		15	Gr	Azúcar	1,00	0,02	fundas	1000	1
220		PESO TOTAL DE RECETA			1,27		COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,42		


- Huevos de Codorniz Hervidos.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		10	Gr	Huevos de codorniz	5,71	0,06	fruta	1000	1
2		500	Gr	Agua	0,01	0,01	fruto	1000	1
510		PESO TOTAL DE RECETA			0,06		COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,21		

5.7.2. ESTOFADO DE GALLINA.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	
1		200	gr	Gallina Criolla cocida al vacío	5,3	1,06	medallones	200	
2		50	gr	Papa chaucha rostizada	9,00	0,45	rondelles	50	
3		50	gr	Vegetales salteados y avellanados	7	0,35	diversos	50	
4		100	gr	Arroz caldoso con mote	7,9	0,79	n/a	100	
5		3	gr	Crocante de mote	3,33	0,01	diversos	3	
6		30	gr	Salsa de fondo de gallina	4,00	0,12	n/a	30	
7		3	gr	Rabanitos encurtidos	13,00	0,04	rondelles	3	
436		PESO TOTAL DE RECETA			2,82		COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							9,40		


- Gallina criolla cocida al vacío.

 								
COSTOS:		GALLINA CRIOLLA COCIDA AL VACÍO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		200
COSTO DE PLATO:		1,06				RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	200	Gr	Gallina criolla	4,68	0,94	muslo deshuesado	1000	1
2	30	Gr	cebolla	0,73	0,02	funda	1000	1
3	8	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
4	4	Gr	pimienta	12,00	0,05	funda	1000	1
5	2	Gr	ajo	8,50	0,02	cabeza	1000	1
6	0,5	Gr	orégano	12,50	0,01	funda	1000	1
7	0,2	Gr	laurel	20,00	0,01	funda	1000	1
8	0,2	Gr	nuez moscada	26,00	0,01	botella	1000	1
244,9		PESO TOTAL DE RECETA			1,06	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							3,53	

- Fondo de Gallina.

 								
COSTOS:		FONDO DE GALLINA						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		500
COSTO DE PLATO:		1,03				RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	200	gr	Huesos de gallina	4,25	0,85	balde	1000	1
2	50	Gr	cebolla	0,73	0,04	botella	1000	1
3	8	Gr	sal	0,54	0,01	tarrina	1000	1
4	5	gr	pimienta	12,00	0,06	sobre	1000	1
5	20	gr	apio	2,25	0,05	funda	1000	1
6	500	ml	agua	0,05	0,03	funda	1000	1
783		PESO TOTAL DE RECETA			1,03	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							3,42	

- Papas Chauchas Rostizadas.

 								
COSTOS:		PAPA CHAUCHA ROSTIZADA						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		50
COSTO DE PLATO:		0,45				RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	50	Gr	Papas chaucha	6,25	0,31	balde	1000	1
2	25	Gr	Manteca de cerdo	4,55	0,11	tarrina	1000	1
3	4	Gr	sal	0,54	0,00	funda	1000	1
4	2	Gr	pimienta	12,00	0,02	funda	1000	1
81		PESO TOTAL DE RECETA			0,45	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							1,51	

- **Vegetales Avellanados.**

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		20	Gr	Zanahoria	5,03	0,10	fruta	1000	1
2		20	Gr	Habas	2,30	0,05	fruto	1000	1
3		20	Gr	Arvejas	4,85	0,01	funda	1000	1
4		15	gr	Mantequilla	12,80	0,19	funda	1000	1
75				PESO TOTAL DE RECETA		0,35		COSTO DE RECETA	
								P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)	1,16

- **Arroz Caldoso con Tocte.**

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		100	Gr	Arroz pre-cocido	2,40	0,24	funda	1000	1
2		50	Gr	tocte	19,82	0,99	funda	1000	1
3		500	Gr	fondo de gallina	2,06	1,03	fondo	1000	1
4		10	Gr	cebolla	0,73	0,01	funda	1000	1
5		4	Gr	ajo	8,60	0,03	cabeza	1000	1
6		1	Gr	orégano	12,50	0,01	funda	1000	1
7		5	gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
8		10	ml	aceite de color	3,84	0,04	botella	1000	1
680				PESO TOTAL DE RECETA		2,36		COSTO DE RECETA	
								P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)	2,63

- **Crocante de Mote.**

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	PORCENTAJE DE ERROR
1		100	gr	Mote	1,10	0,11	funda	1000	1
2		30	ml	Aceite	3,54	0,11	botella	1000	1
3		4	Gr	Sal	0,54	0,01	funda	1000	1
4		2	gr	Pimienta	12,00	0,02	funda	1000	1
136				PESO TOTAL DE RECETA		0,25		COSTO DE RECETA	
								P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)	0,02

- Salsa de fondo de Gallina.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECIÓN
1		250	MI	Fondo de gallina	2,06	0,52	fondo	1000	1
2		20	Gr	mantequilla	12,80	0,26	bloque	1000	1
3		30	Gr	harina	1,86	0,06	funda	1000	1
4		5	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
5		3	Gr	pimienta	12,00	0,04	funda	1000	1
308		PESO TOTAL DE RECETA			0,87		COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,42	



- Rábanos Encurtidos.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECIÓN
1		25	Gr	Rabanitos	9,48	0,24	atado	1000	1
2		50	Gr	Vinagre	1,00	0,05	botella	1000	1
3		7	Gr	Sal	0,54	0,01	funda	1000	1
4		35	Gr	Azúcar	1,00	0,04	funda	1000	1
117		PESO TOTAL DE RECETA			0,33		COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,14	

5.7.3. HORNADO.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO
1		200	gr	Panceta de cerdo cocida al vacío	17,15	3,43	rebanada	200
2		80	gr	Llapingachos	3,63	0,29	tortilla	80
3		30	gr	Agrio	3,33	0,10	salsa	30
4		50	gr	Cre moso de morocho	2,8	0,14	cremoso	50
5		30	gr	Ají	2,00	0,06	salsa	30
6		5	gr	Canasta de cebolla perola	0,73	0,01	canasta	5
7		3	gr	Hojas baby	12,00	0,01	hojas	3
398		PESO TOTAL DE RECETA			4,04		COSTO DE RECETA	
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								13,47


- Panceta de Cerdo al vacío.

 									
COSTOS:		PANCETA DE CERDO COCIDA AL VACIO							
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO							
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		200	
COSTO DE PLATO:		3,43				RACIONES:		1	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN	
1	200	Gr	Panceta	6,30	1,26	panceta	1000	1	
2	20	Gr	ajo	8,60	0,17	cabeza	1000	1	
3	10	Gr	sal de mar	7,00	0,07	funda	1000	1	
4	5	gr	pimienta	12,00	0,06	funda	1000	1	
5	5	gr	comino	20,00	0,10	funda	1000	1	
6	500	ml	aceite de freír	3,54	1,77	funda	1000	1	
		740	PESO TOTAL DE RECETA		3,43	COSTO DE RECETA			
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							11,44		

- Llapingachos.

 									
COSTOS:		LLAPINGACHOS							
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO							
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		80	
COSTO DE PLATO:		0,29				RACIONES:		3	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN	
1	200	Gr	Papa	3,20	0,64	balde	1000	1	
2	15	Gr	Achiote	3,84	0,06	botella	1000	1	
3	10	Gr	manteca de chanco	4,55	0,05	tarrina	1000	1	
4	4	gr	pimienta	12,00	0,05	funda	1000	1	
5	5	gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1	
6	3	gr	comino	20,00	0,06	funda	1000	1	
		237	PESO TOTAL DE RECETA		0,86	COSTO DE RECETA			
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,96		

- Agrio.

 									
COSTOS:		AGRIO							
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO							
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		30	
COSTO DE PLATO:		0,10				RACIONES:		3	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN	
1	20	Gr	cebolla	0,73	0,01	funda	1000	1	
2	20	Gr	tomate	1,74	0,03	funda	1000	1	
3	10	Gr	ají	5,25	0,05	funda	1000	1	
4	2	gr	pimienta	12,00	0,02	funda	1000	1	
5	5	gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1	
6	100	ML	vinagre	1,00	0,10	botella	1000	1	
7	50	ML	guarapo	1,50	0,08	botella	1000	1	
		207	PESO TOTAL DE RECETA		0,31	COSTO DE RECETA			
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,35		



- Cremoso de Morocho.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		200	Gr	Morocho	1,65	0,33	funda	1000	1
2		50	Gr	crema de leche	3,28	0,16	funda	1000	1
3		10	Gr	cebolla	0,73	0,01	funda	1000	1
4		2	gr	pimienta	12,00	0,02	funda	1000	1
5		5	gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
6		100	gr	quesillo	4,41	0,44	funda	1000	1
7		5	gr	culantro	2,63	0,01	atado	1000	1
372		PESO TOTAL DE RECETA			0,99		COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,47	


- Ají.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		20	Gr	Ají	5,25	0,11	funda	1000	1
2		100	Gr	tomate riñón	1,74	0,17	funda	1000	1
3		100	Gr	tomate de árbol	1,67	0,17	funda	1000	1
4		15	gr	cebolla	0,73	0,01	funda	1000	1
5		5	gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
6		4	gr	pimienta	12,00	0,05	funda	1000	1
244		PESO TOTAL DE RECETA			0,52		COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,21	

5.7.4. BORREGO ASADO.

 								
COSTOS:		BORREGO ASADO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		420
COSTO DE PLATO:		3,21				RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	
1	200	gr	Borrego cocido al vacío	11,65	2,33	rebanada	200	
2	25	gr	Col encurtida	6,00	0,15	tortilla	25	
3	15	gr	Gel de Aguacate	2	0,03	salsa	15	
4	50	gr	puré de plátano con queso	4,6	0,23	cremoso	50	
5	40	gr	salsa de cerveza negra con guarapo	11,00	0,44	salsa	40	
6	80	gr	arroz a la cerveza	5,13	0,01	guarnición	80	
7	5	gr	mango sopleteado	2,80	0,01	ensalada		
8	3	gr	Hojas baby	12,00	0,01	ensalada		
		418	PESO TOTAL DE RECETA			3,21	COSTO DE RECETA	
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							10,70	

- Ossobuco al vacío.

 								
COSTOS:		BORREGO COCIDO AL VACÍO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		200
COSTO DE PLATO:		2,33				RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	200	Gr	Borrego	6,61	1,32	pierna	1000	1
2	50	Gr	guarapo	1,50	0,08	botella	1000	1
3	100	Gr	cerveza negra de malta	8,00	0,80	botella	1000	1
4	10	gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
5	5	gr	orégano	12,50	0,06	funda	1000	1
6	4	gr	pimienta	12,00	0,05	funda	1000	1
7	15	gr	perejil	1,10	0,02	atado	1000	1
		384	PESO TOTAL DE RECETA			2,33	COSTO DE RECETA	
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							7,76	

- Arroz a la Cerveza.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		200	Gr	Arroz	3,84	0,77	funda	1000	1
2		50	Gr	cebolla	0,74	0,04	funda	1000	1
3		100	Gr	cerveza	8,00	0,80	funda	1000	1
4		10	gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
5		4	gr	pimienta	12,00	0,01	funda	1000	1
		364	PESO TOTAL DE RECETA			1,62	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								1,35	

- Col Encurtida.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		100	Gr	vinagre	1,00	0,10	botella	1000	1
2		50	Gr	azúcar	1,00	0,05	funda	1000	1
3		200	Gr	col morada	5,31	1,06	repollo	1000	1
		350	PESO TOTAL DE RECETA			1,21	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,51	

- Salsa de Cerveza de Malta.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		250	Gr	cerveza	8,00	2,00	botella	1000	1
2		10	Gr	mantequilla	12,80	0,13	bloque	1000	1
3		5	Gr	azúcar	1,00	0,01	funda	1000	1
4		5	Gr	tomillo	2,00	0,01	atado	1000	1
5		3	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
6		2	gr	pimienta	12,00	0,02	funda	1000	1
		275	PESO TOTAL DE RECETA			2,18	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								1,45	

- Gel de Aguacate.

COSTOS:		GEL DE AGUACATE						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		15
COSTO DE PLATO:		0,03				RACIONES:		8
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	100	Gr	Aguacate	1,81	0,18	fruta	1000	1
2	10	Gr	vinagre	1,00	0,01	botella	1000	1
3	5	Gr	aceite	3,54	0,02	botella	1000	1
4	2	Gr	pimienta	12,00	0,02	funda	1000	1
5	3	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
		120	PESO TOTAL DE RECETA		0,24	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,10	



- Puré de Maduro con Quesillo.

COSTOS:		PURÉ DE MADURO CON QUESILLO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		50
COSTO DE PLATO:		0,23				RACIONES:		4
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	200	Gr	Plátano	2,34	0,47	pieza	1000	1
2	8	Gr	mantequilla	12,80	0,10	bloque	1000	1
3	1	Gr	sal	0,54	0,10	funda	1000	1
4	3	Gr	azúcar	1,00	0,10	funda	1000	1
5	30	Gr	quesillo	4,41	0,13	funda	1000	1
		242	PESO TOTAL DE RECETA		0,90	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,75	



5.7.5. ESTOFADO DE CONEJO.

COSTOS:		ESTOFADO DE CONEJO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		382
COSTO DE PLATO:		5,53				RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	
1	180	gr	Galantina de conejo	24,11	4,34	galantina	180	
2	50	ml	Demi-glace de conejo	9,80	0,49	salsa	50	
3	80	gr	Papas parisien ahogadas	5,13	0,41	carbohidratos	80	
4	20	gr	Remolacha asada	2	0,04	vegetales	20	
5	40	gr	Huevo hervido	4,00	0,16	huevo	40	
6	2	gr	Pétalos de tomate	4,00	0,01	decoración	2	
7	5	gr	Hojas baby	12,00	0,06	vegetales	5	
8	2	gr	falsos caviars de mostaza	5,00	0,01	decoración	2	
9	3	gr	tallos de apio encurtidos	3,33	0,01	vegetales	3	
		382	PESO TOTAL DE RECETA		5,53	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							18,43	



- Galantina de Conejo.

 								
COSTOS:			GALANTINA DE CONEJO					
CHEF:			CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO					
TIPO DE PLATO			PLATO FUERTE			TAMANO DE PORCIÓN:		180
COSTO DE PLATO:			7,21			RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	600	Gr	Conejo	11,40	6,84	galantina	1000	4
2	5	Gr	Sal	0,54	0,01	funda	1000	1
3	3	Gr	ajo	8,60	0,03	cabeza	1000	1
4	10	gr	pimienta	12,00	0,12	funda	1000	1
5	2	Gr	perejil	1,10	0,01	atado	1000	1
6	10	Gr	mostaza	5,20	0,05	empaque	1000	1
7	15	Gr	maíz chulpi	8,67	0,13	funda	1000	1
8	2	Gr	apio	2,25	0,01	atado	1000	1
9	2	Gr	hierbabuena	7,78	0,02	atado	1000	1
	649	PESO TOTAL DE RECETA			7,21	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							24,04	

- Demi-glace de Conejo.

 								
COSTOS:			DEMI-GLACE DE CONEJO					
CHEF:			CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO					
TIPO DE PLATO			PLATO FUERTE			TAMANO DE PORCIÓN:		50
COSTO DE PLATO:			0,49			RACIONES:		5
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	250	Gr	Fondo de conejo	8,45	2,11	fondo	1000	4
2	10	Gr	Sal	0,54	0,01	botella	1001	1
3	5	Gr	Pimienta	12,00	0,06	botella	1002	1
4	2	Gr	orégano	12,50	0,03	botella	1003	1
5	50	Gr	Crema de leche	3,28	0,16	botella	1004	1
6	1	Gr	laurel	20,00	0,02	botella	1005	1
7	1	Gr	comino	20,00	0,02	botella	1006	1
8	10	Gr	Achiote	3,84	0,04	botella	1007	1
9	20	Gr	cebolla	0,73	0,01	botella	1008	1
	349	PESO TOTAL DE RECETA			2,46	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							1,64	

- Fondo de Conejo.

 								
COSTOS:			FONDO DE CONEJO					
CHEF:			CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO					
TIPO DE PLATO			PLATO FUERTE			TAMANO DE PORCIÓN:		400
COSTO DE PLATO:			5,67			RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	480	Gr	huesos de conejo	11,40	5,47	huesos	1000	4
2	200	ML	agua	0,5	0,10	grifo	1000	1
3	50	Gr	cebolla	0,73	0,04	pieza	1000	1
4	30	Gr	apio	2,25	0,07	atado	1000	1
	760	PESO TOTAL DE RECETA			5,67	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							18,91	

- **Papas Parisien Ahogadas.**

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		100	Gr	papas	3,20	0,32	balde	1000	1
1		20	Gr	cebolla	0,74	0,01	pieza	1000	1
1		10	Gr	achiote	3,84	0,04	botella	1000	1
1		5	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
1		1	Gr	clavo de olor	25,00	0,03	funda	1000	1
		136	PESO TOTAL DE RECETA			0,41	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								1,36	

- **Remolacha Asada.**

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		150	Gr	remolacha	0,75	0,11	botella	1000	1
2		20	Ml	aceite girasol	3,54	0,07	bloque	1000	1
3		5	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
4		5	Gr	pimienta	12,00	0,06	atado	1000	1
		180	PESO TOTAL DE RECETA			0,25	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,12	

- **Tallos de Apio Encurtidos.**

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		150	Gr	tallos de apio	2,25	0,34	atado	1000	1
2		50	Ml	vinagre	1	0,05	botella	1000	1
3		50	Ml	agua	0,05	0,01	grifo	1000	1
4		5	Gr	pimienta	12	0,06	funda	1000	1
5		20	gr	azúcar	1,00	0,02	funda	1000	1
6		10	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
		285	PESO TOTAL DE RECETA			0,48	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,03	

- Falsos Caviars de Mostaza.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		100	Gr	semillas de mostaza	2,86	0,29	granel	1000	1
2		50	Ml	vinagre	1	0,05	botella	1000	1
3		50	Ml	agua	0,05	0,01	grifo	1000	1
4		5	Gr	pimienta	12	0,06	funda	1000	1
5		20	gr	azúcar	1,00	0,02	funda	1000	1
6		10	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
		235	PESO TOTAL DE RECETA			0,43	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,03		

- Huevo Hervido.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		45	gr	huevo runa	27,33	1,23	pieza	1000	1
2		500	ml	agua	0,01	0,01	grifo	1000	1
3		2	gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
		2	PESO TOTAL DE RECETA			0,18	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,60		

- Pétalos de Tomate Crocantes.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		10	Gr	Cáscara de tomate	1,74	0,02	pieza	1000	1
2		5	Gr	aceite	3,54	0,02	bloque	1000	1
		15	PESO TOTAL DE RECETA			0,04	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,12		

5.7.6. LENGUA CON PEPA.

COSTOS:		LENGUA CON PEPA					
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO					
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE			TAMANO DE PORCIÓN:		400
COSTO DE PLATO:		3,54			RACIONES:		1
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO
1	180	gr	Lengua confitada	10,28	1,85	rebanadas	180
2	30	ml	Pepucho	19,00	0,57	salsa	30
3	50	gr	Puré de camote	4,00	0,20	puré	50
4	15	gr	maíz amarillo	3,5	0,05	ensalada	15
5	10	gr	vainitas escurtidas	4,00	0,04	ensalada	10
6	10	gr	antipasto de morrón	25,00	0,25	ensalada	10
7	80	gr	arroz moro	6,38	0,51	carbohidrato	80
8	5	gr	pajitas de puerro	1,40	0,01	crocante	5
9	5	gr	hojas baby	12,00	0,06	ensalada	5
		385	PESO TOTAL DE RECETA		3,54	COSTO DE RECETA	
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							11,81

- Lengua Confitada al vacío con aceite de Maní.

COSTOS:		LENGUA CONFITADA CON ACEITE DE MANÍ						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE			TAMANO DE PORCIÓN:		180	
COSTO DE PLATO:		1,98			RACIONES:		1	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	180	Gr	Lengua	7,34	1,32	unidad	1000	1
2	30	ml	aceite de maní	20,00	0,60	botella	1000	1
3	8	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
4	4	Gr	pimienta	12,00	0,05	funda	1000	1
		222	PESO TOTAL DE RECETA		1,98	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							6,60	

- Pepucho.

COSTOS:		PEPUCHO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE			TAMANO DE PORCIÓN:		30	
COSTO DE PLATO:		0,57			RACIONES:		8	
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	50	Gr	Pepa de sambo	12,49	0,62	granel	1000	1
2	30	Gr	Aji	5,25	0,16	funda	1000	1
3	20	Gr	cebolla	0,90	0,02	funda	1000	1
4	4	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
5	250	Gr	leche	0,85	0,21	funda	1000	1
6	20	Gr	yema de huevo	27,33	3,57	unidad	1000	1
		374	PESO TOTAL DE RECETA		4,59	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							1,91	

- Puré de Camote amarillo aromatizado.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		200	Gr	camote amarillo	0,90	0,18	granel	1000	1
1		50	Gr	naranja	1,36	0,07	granel	1000	1
1		8	Gr	azúcar	1,00	0,01	funda	1000	1
1		4	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
		262	PESO TOTAL DE RECETA			0,27	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,18	



- Vainitas Encurtidas.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		150	Gr	Vainitas	2,22	0,33	funda	1000	1
2		100	MI	agua	0,01	0,01	grifo	1000	1
3		100	MI	vinagre	1,00	0,10	botella	1000	1
4		5	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
5		3	Gr	pimienta	12,00	0,04	funda	1000	1
6		50	Gr	azúcar	1,00	0,05	funda	1000	1
		408	PESO TOTAL DE RECETA			0,54	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,12	


- Antipasto de Morrón.

N°		CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1		200	Gr	Pimiento morrón	17,00	3,40	funda	1000	2
2		20	Gr	ajo	8,60	0,17	cabeza	1000	1
3		250	MI	aceite girasol	3,54	0,89	botella	1000	1
4		60	MI	vinagre	1,00	0,06	botella	1000	1
5		25	Gr	miel	13,28	0,33	envase	1000	1
6		10	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
7		5	Gr	pimienta negra	12,00	0,06	funda	1000	1
		570	PESO TOTAL DE RECETA			4,91	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)								0,82	

- **Arroz Moro.**

 								
COSTOS:		ARROZ MORO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		80
COSTO DE PLATO:		0,51				RACIONES:		4
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	200	Gr	arroz pre-cocido	2,40	0,48	funda	1000	1
2	60	Gr	lentejas negras	6,62	0,40	granel	1000	1
3	20	Gr	cebolla	0,73	0,01	funda	1000	1
4	10	Gr	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
5	2	Gr	pimienta	12,00	0,02	funda	1000	1
6	30	Gr	hongos deshidratados	27,33	0,82	funda	1000	1
7	15	Gr	ajo	8,60	0,13	cabeza	1000	1
8	50	ml	aceite vegetal	3,54	0,18	botella	1000	1
2	387	PESO TOTAL DE RECETA			2,05	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							1,71	

- **Pajitas de Puerro.**

 								
COSTOS:		PAJITAS DE PUERRO						
CHEF:		CINTHYA ALVARADO Y JOSÉ LUIS PACHECO						
TIPO DE PLATO		PLATO FUERTE				TAMANO DE PORCIÓN:		50
COSTO DE PLATO:		0,07				RACIONES:		10
N°	CANT.	UNID.	INGREDIENTE	COSTO POR KILO	COSTO RECETA	PRESENTACIÓN	GRAMAJE BRUTO	FACTOR CORRECCIÓN
1	50	Gr	puerro	7,14	0,36	unidad	1000	1
2	250	Ml	aceite para freír	1,25	0,31	botella	1000	1
3	2	Ml	sal	0,54	0,01	funda	1000	1
	302	PESO TOTAL DE RECETA			0,68	COSTO DE RECETA		
P.V.P (PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO)							0,23	

5.8. FIJACIÓN DE PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO SUGERIDO.

El precio de venta, es determinar el costo de un servicio o producto que tendrá dentro del mercado. Una de las fórmulas es la suma de los costos de producción y sus porcentajes, además los gastos, tanto fijos como variables, más el porcentaje de beneficio que se espera obtener con la venta. (Destino Negocio, 2015)

5.8.1. Estrategia de precios por descremado.

Esta estrategia, se basa en proponer el precio inicial más elevado a un nuevo producto en el mercado, va dirigido hacia quienes están dispuestos a pagar más por un producto al que valoran por encima de la competencia.

“El descremado de precios puede considerarse una forma de discriminación de precio, ya que, con el lanzamiento de un nuevo producto, se establece un precio muy alto al principio para maximizar la ganancia vendiendo el producto a los "usuarios pioneros". El precio lentamente disminuye con el tiempo para maximizar la ganancia vendiendo el producto a otro tipo de consumidores.”
(GRASSET, 2015)

5.8.2. Método de fijación de precios

5.8.2.1. Multiplicador por 3.

Es una estrategia de precios, caracterizada por multiplicar el precio del producto por tres. Esta estrategia, es una muestra académica, impuesta por docentes del Instituto Sudamericano, en donde cada multiplicador equivale al costo de la materia prima, al de la mano de obra y a lo que corresponde la ganancia.

5.9. ESTRUCTURACIÓN DE P.V.P. SUGERIDO.

Para establecer la estructuración del precio de venta al público en este trabajo, se utilizó al multiplicador por tres, como estrategia de fijación de precios, en dónde se refleja el costo de la materia prima, costo de la mano de obra y la ganancia. Quedando establecidos los costeos de la propuesta gastronómica de la siguiente forma:

ELABORACIÓN.	P.V.P
Cuy asado con papas.	\$23.34
Hornado.	\$9.40
Estofado de gallina criolla.	\$13.47
Borrego asado.	\$10.70
Estofado de conejo.	\$18.43
Lengua con pepa.	\$11.81

Tabla 26. Tabla de P.V.P de la propuesta gastronómica.

5.10. CUADRO DE PRINCIPALES MATERIAS PRIMAS

UTILIZADAS

INGREDIENTE.	PREPARACIÓN.	DESCRIPCIÓN.
Gallina criolla.	Estofado de Gallina criolla	La gallina criolla, es una ave de corral, criada comúnmente en el campo y con una alimentación natural basada en granos
Conejo.	Estofado de Conejo.	Es un animal doméstico, y que hoy en la actualidad se usa más para preparaciones culinarias.
Lengua de res	Lengua con Pepa.	La lengua, es un órgano de la res, que se usa para preparaciones como guisados.
Pierna de borrego	Borrego asado.	El borrego es un animal doméstico, su carne es utilizada como alimentación por sus propiedades nutritivas y sabor.
Pepa de sambo	Lengua con pepa	Semilla obtenida del sambo, que se deshidratan exponiéndolas al sol.
Guarapo	Borrego asado	Jugo dulce de caña, obtenido de la molienda de la caña, al que comúnmente se sirve mezclándolo con limón mandarina.

Tabla 27. Cuadro de principales materias primas utilizadas

**5.11. CUADRO DE TÉCNICAS Y MÉTODOS GASTRONÓMICOS
APLICADOS.**

TÉCNICA	TEMPERATURA	DESCRIPCIÓN
Curado	12-21°C	Método de conservación, se basa en la adición de sal, azúcar y nitritos, con el propósito de retrasar el proceso de descomposición de los alimentos.
Ahumado	70°C	Técnica de conservación, en donde se obtiene productos con sabor, aroma y color únicos, los cuales son proporcionados por los componentes presentes en el humo.
Confitura	65°C	Este método consiste en cocer los alimentos en un medio graso de cualquier tipo a bajas temperaturas
Deshidratación	80°C	Consiste en eliminar la mayor concentración de agua presente en los alimentos, para conservar las propiedades nutricionales de los alimentos e inhibir la presencia de bacterias.
Cocción al vacío	-100°C	Esta técnica, se asocia a cocciones prolongadas por temperaturas moderadas
Fermentado	18-24°C	Transformación que sufren los alimentos por la acción de bacterias y levaduras, en este proceso, los azúcares se convierten en ácidos, gas o alcohol, que actúan como

		conservantes naturales del alimento.
Encurtidos	4-8°C	Exponer un alimento a altos niveles de sal o azúcar, para deshidratarlos en un medio líquido mediante la ósmosis, el cual da un equilibrio a la concentración de iones o moléculas disueltas en los líquidos.

Tabla 28. Cuadro de técnicas y métodos gastronómicos aplicados.

6. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES.

Meses	Octubre				Noviembre				Diciembre				Enero			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Semanas																
Actividades																
Selección y aprobación del tema	x															
Desarrollo y entrega de anteproyecto			x													
Selección de platos tradicionales del Azuay				x												
Diseño de la propuesta gastronómica					x											
Investigación de campo (entrevistas y visitas)						x										
Aplicación de modelo gastronómico creativo(bitácoras)							X	x	x							
Comprobación de factibilidad de modelo (fichas estandarizadas)										x	x	x				
Entrega del documento final																x

Tabla 29. Cronograma de actividades.

7. CONCLUSIONES.

- Se concluye, que la aplicación de un modelo creativo, diseñado para una propuesta gastronómica basada en platos fuertes típicos de la ciudad de Cuenca, tuvo una gran aceptación por parte de la población a quien fue dirigida la degustación.
- Gracias a la elaboración de esta investigación se podrá aplicar técnicas vanguardistas, que permitan cambiar la percepción de la cocina local, esto, permitirá aprovechar las propiedades y características únicas de cada producto, sin cambiar su esencia.
- Gracias a la realización de este proyecto de titulación se pudo comprobar que la aplicación del modelo creativo es factible al poder explotar los productos al 100%, obteniendo los resultados esperados en la mayoría de las elaboraciones trabajadas.

8. RECOMENDACIONES

- Lo novedoso es parte de la evolución del ser humano, por lo tanto, se recomienda, estar abiertos hacia nuevas corrientes que emergen día con día en el mundo de la gastronomía actual.
- El valorar la cultura gastronómica local, las técnicas que vienen desde tiempos ancestrales, los productos autóctonos, es de vital importancia para conocer a profundidad las raíces que conforman la sociedad en la que hoy en día se desarrolla la cocina tradicional.
- Para crear algo novedoso partiendo de lo tradicional, se tiene que arriesgar a empezar una ida diferente, enfatizando en mantener siempre la esencia de lo original, es por ello que se recomienda, tener una visión más amplia de lo que es la cocina de vanguardia, ya que, con la aplicación de esta, se consigue revalorizar distintas elaboraciones, ya sean muy tradicionales o un tanto olvidadas, dándoles un enfoque distinto, con un toque de modernidad.

9. BIBLIOGRAFÍA.

- Acción agroecológica. (12 de Febrero de 2010). *Ecuador: cadenas a la gallina criolla*. Obtenido de Biodiversidad LA:
http://www.biodiversidadla.org/Noticias/Ecuador_cadenas_a_la_gallina_criolla
- AHUMADORES.CL. (s.f.). *Ahumado en Caliente*. Obtenido de Ahumadores.CL: <https://www.ahumadores.cl/como-ahumar/>
- Anónimo. (28 de Octubre de 2016). *Comida Típica de Cuenca - Lista de Platos Típicos de Cuenca*. Obtenido de foros ecuador.ec:
<http://www.forosecuador.ec/forum/ecuador/cocina-y-gastronom%C3%ADa/72563-comida-t%C3%ADpica-de-cuenca-lista-de-platos-t%C3%ADpicos-de-cuenca>
- Anónimo. (16 de Noviembre de 2018). *El mote: ingrediente imprescindible de la gastronomía cuencana*. Obtenido de Best Trip Ecuador:
<https://www.besttripecuador.com/el-mote-ingrediente-imprescindible-de-la-gastronomia-cuencana/blog>
- AZCOYTIA, C. (16 de Octubre de 2013). *Historia de los Alimentos que llevaron los Europeos a America*. Obtenido de Historia de la Cocina y la Gastronomía: <https://www.historiacocina.com/es/historia-de-los-alimentos-que-llevaron-los-europeos-a-america>
- AZZURRI. (17 de Septiembre de 2013). *La historia de los métodos de cocción*. Obtenido de Club ensayos: <https://www.clubensayos.com/Temas-Variados/La-historia-de-los-m%C3%A9todos-de-cocci%C3%B3n/1046343.html>
- CABRERA LÓPEZ, M. E. (2013). *Elaboración de curados y salazones cárnicos*. Málaga: IC Editorial.
- CARO, L. (20 de Marzo de 2019). *¿Qué son los encurtidos?* Obtenido de BON VIVEUR, GASTROTECA: DICCIONARIO DE GASTRONOMÍA, COCINA Y ALIMENTACIÓN:
<http://www.bonviveur.es/gastroteca/que-son-los-encurtidos>

- Castro, F. C. (2015). *Ashanga Cocina Morlaca. (Prólogo)*. Cuenca: MIES-GAD Municipal del cantón Cuenca.
- Concepto.de. (11 de Diciembre de 2019). *¿Qué es el método analítico?*
Obtenido de Concepto.de: <https://concepto.de/metodo-analitico/>
- Destino Negocio. (2015). *Cómo definir el precio de venta de tus productos*.
Obtenido de Negocio: <https://destinonegocio.com/ec/economia-ec/como-definir-el-precio-de-venta-de-tus-productos/>
- DITIFET, M. J. (14 de Octubre de 2012). *Utensilios y equipo necesarios para curar la carne en sal. Salmuera y salazón*. Obtenido de Directo al Paladar: <https://www.directoalpaladar.com/tecnologias-de-conservacion/utensilios-y-equipo-necesarios-para-curar-la-carne-en-sal-salmuera-y-salazon>
- El Tiempo Diario de Cuenca. (10 de Novimebre de 2016). *Cuy: alimento, ritual y medicina andina*. Obtenido de El Tiempo Diario de Cuenca: <https://www.eltiempo.com.ec/noticias/cultura/7/cuy-alimento-ritual-y-medicina-andina>
- EL UNIVERSAL. (10 de Junio de 2007). *Investigan el origen del pollo en Latinoamérica*. Obtenido de El Siglo del Torreón: <https://www.elsiglodetorreon.com.mx/noticia/279232.investigacion-el-origen-del-pollo-en-latinoamerica.html>
- El Universo. (14 de Agosto de 2014). *La tradición del hornado proviene de los españoles*. Obtenido de El Universo: <https://www.eluniverso.com/vida-estilo/2014/08/14/nota/3405581/tradicion-hornado-proviene-espanoles>
- Entrenosotros. (11 de Junio de 2018). *Alimentos fermentados: lista de productos y propiedades*. Obtenido de Entrenosotros el magazine digital de Consum: <https://entrenosotros.consum.es/beneficios-de-los-alimentos-fermentados>
- ESTRELLA, E. (1988). *El Pan del Ecuador, Etnohistoria de los Alimentos Aborígenes del Ecuador*. Quito: Abya-Yala.

- Experimentable.org. (9 de Octubre de 2008). *Investigación experimental*.
Obtenido de Experimentable.org:
<https://explorable.com/es/investigacion-experimental>
- Foros Ecuador.ec. (12 de Octubre de 2017). *Ubicación Geográfica de Cuenca (Ecuador) ¿Cuál es su ubicación?* Obtenido de Foros Ecuador.ec:
<http://www.forosecuador.ec/forum/ecuador/educaci%C3%B3n-y-ciencia/124159-ubicaci%C3%B3n-geogr%C3%A1fica-de-cuenca-ecuador-%C2%BFcu%C3%A1l-es-su-ubicaci%C3%B3n>
- Gallardo, C. (20 de Abril de 2013). *Rescate de los sabores tradicionales*.
Obtenido de La Hora lo que necesitas saber:
<https://lahora.com.ec/noticia/1101495208/rescate-de-los-sabores-tradicionales>
- GALLARDO, C. (03 de Agosto de 2016). *Centro de Investigación, Innovación y Promoción de Productos ECUADOR*. Obtenido de El Tiempo:
<https://www.eltiempo.com.ec/noticias/ecuador/4/cocina-prehispanica-y-ancestral>
- GASTRONOMÍA: Preguntas y Respuestas. (s.f.). *Qué es una receta estandar*.
Obtenido de La Verdad:
<https://gastronomia.laverdad.es/preguntas/alimentos/que-una-receta-estandar-como-formula-o-como-hace-sacarla-gracias-9910.html>
- GRASSET, G. (Julio de 2015). *Descremado de precios*. Obtenido de LOOKAD: <https://www.lokad.com/es/definicion-de-descremado-de-precios>
- La Hora. (16 de Octubre de 2007). *Cerdos ¿Cómo se crían?* Obtenido de La Hora lo que necesitas saber.:
<https://www.lahora.com.ec/noticia/630976/cerdos-cmo-se-cran>
- LA NACIÓN. (6 de Junio de 2007). *Los polinesios trajeron a América los primeros pollos*. Obtenido de La Nación:
<https://www.lanacion.com.ar/ciencia/los-polinesios-trajeron-a-america-los-primeros-pollos-nid914938>

Le Cordon Bleu México. (9 de Julio de 2018). *¿Qué es la cocina al vacío o cocina “sous vide”?* Obtenido de Red de Universidades Anáhuac:
<https://www.anahuac.mx/generacion-anahuac/que-es-la-cocina-al-vacio-o-cocina-sous-vide>

Marcoteórico.com. (2014). *Tipos de métodos (inductivo, deductivo, analítico, sintético, comparativo, dialéctico, entre otros)*. Obtenido de Marcoteórico.com:
[https://www.marcoteorico.com/curso/11/fundamentos-de-investigacion/173/tipos-de-metodos-\(inductivo,-deductivo,-analitico,-sintetico,-comparativo,-dialectico,-entre-otros\)-](https://www.marcoteorico.com/curso/11/fundamentos-de-investigacion/173/tipos-de-metodos-(inductivo,-deductivo,-analitico,-sintetico,-comparativo,-dialectico,-entre-otros)-)

MINISTERIO DE COMERCIO EXTERIOR Y TURISMO PERÚ. (13 de 02 de 2018). *La ancestral y milenaria Pachamanca peruana*. Obtenido de Peru.info: <https://peru.info/es-pe/gastronomia/noticias/2/13/la-ancestral-y-milenaria-pachamanca-peruana>

Ministerio de Cultura y Patrimonio. (2016 de Julio de 14). *Gallina Criolla*. Obtenido de Ministerio de Cultura y Patrimonio:
http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Gallina_criolla

MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO. (8 de Julio de 2016). *Asado de borrego*. Obtenido de MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO:
http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Asado_de_borrego

MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO. (11 de Julio de 2016). *Lengua de res*. Obtenido de MINISTERIO DE CULTURA Y PATRIMONIO:
http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Lengua_de_res

Ministerio de Cultura y Patrimonio. (11 de Julio de 2016). *Hornado*. Obtenido de Patrimonio Alimentario:

<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Hornado>

MINISTERIO DE PATRIMONIO Y CULTURA. (14 de Julio de 2016).

Conejo. Obtenido de MINISTERIO DE PATRIMONIO Y CULTURA:
<http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Conejo>

Ministerio de Turismo. (2 de Junio de 14). *¿Cómo se convirtió el hornado en el plato, derivado del cerdo, más representativo en Ecuador?* Obtenido de Ministerio de Turismo: <https://www.turismo.gob.ec/como-se-convirtio-el-hornado-en-el-plato-derivado-del-cerdo-mas-representativo-en-ecuador/>

MONCAYO VEGA, P. A. (2003). *Análisis de la Identidad Gastronómica Ecuatoriana para potenciarla y difundirla en una Página de Internet, en base a la investigación de Productos y Técnicas Culinarias Autóctonas (Tesis de Pregrado)*. Quito: Universidad Técnica Equinoccial .

MUÑOZ, M. C. (2018). *Cuenca, memoria y cocina (1900-1950)*. Cuenca.

MUÑOZ, V. (11 de Enero de 2017). *Guía Completa sobre Técnicas de Emplatado*. Obtenido de Cook Storming Escuela de Cocina:
<https://cookstorming.com/2017/tecnicas-de-emplatado>

MYHRVOLD, M., YOUNG, C., & BILET, M. (2017). *Modernist Cuisine, Técnicas y equipamiento* (Vol. 2). Madrid: Taschen Benedikt.

MYHRVOLD, N., YOUNG, C., & BILET, M. (2017). *Modernist Cuisine*. Madrid: Taschen Benedikt.

MYHRVOLD, N., YOUNG, C., & BILET, M. (2017). *Modernist Cuisine, Animales y Plantas* (Vol. 3). Madrid: Taschen Benedikt.

MYHRVOLD, N., YOUNG, C., & BILET, M. (2017). *Modernist Cuisine, Historia y fundamentos* (Vol. 1). Madrid: Taschen Benedikt.

- MYHRVOLD, N., YOUNG, C., & BILET, M. (2017). *Modernist Cuisine, Ingredientes y preparaciones* (Vol. 4). Madrid: Taschen Benedikt.
- MYHRVOLD, N., YOUNG, C., & BILET, M. (2017). *Modernist Cuisine, Recetas listas para servir* (Vol. 5). Madrid: Taschen Benedikt.
- NONAJULCA, K. (04 de Septiembre de 2009). *Técnicas y Herencias Gastronómicas empleadas por los Incas*. Obtenido de Issuu: https://issuu.com/lenriq/docs/gastronomia__inca
- ORTIZ, W. B. (2001). *Los cerdos criollos ecuatorianos*.
- PAZOS, J. (25 de Mayo de 2014). *El Sabor de la Cocina Ancestral*. Obtenido de El Telégrafo: <https://www.itelegrafo.com.ec/noticias/quito/1/el-sabor-de-la-cocina-ancestral>
- PÉREZ, V. (2013). *Cocina creativa o de autor*. Austria: Paraninfo.
- Periodismo Cultural. (3 de Julio de 2017). *El Cuy con Papas (Plato Típico de Loja)*. Obtenido de Periodismo Cultural: <https://periodismocultural2017.wordpress.com/2017/07/03/el-cuy-con-papas-plato-tipico-de-loja/>
- PINTXO. (5 de Marzo de 2009). *Cómo hacer un confitado. Técnicas de cocina*. Obtenido de Directo al Paladar: <https://www.directoalpaladar.com/curso-de-cocina/como-hacer-un-confitado-tecnicas-de-cocina#comments>
- RAFFINO, M. E. (10 de Octubre de 2019). *Concepto de Base de Datos*. Obtenido de Concepto.de: <https://concepto.de/base-de-datos/>
- RAFFINO, M. E. (11 de Diciembre de 2019). *Método deductivo*. Obtenido de Concepto.de: <https://concepto.de/metodo-deductivo-2/>
- RUMBADO, E. (2011). *Cocina Creativa o de Autor*. Málaga: Innova.
- SAIA. (27 de Julio de 2018). *Cómo fermentar alimentos con seguridad? Consejos de higiene en fermentados*. Obtenido de SAIA: <https://saia.es/como-fermentar-alimentos-con-seguridad-consejos/>

- SIGNIFICADOS. (21 de 02 de 2019). *Significado de bitácora*. Obtenido de Significados: <https://www.significados.com/bitacora/>
- SILVESTRE, A. (8 de Octubre de 2014). *Alimentos, técnicas, platillos, indígenas y españoles se mezclaron para formar la identidad gastronómica mexicana que hoy presumimos en todo el mundo*. Obtenido de El Universal: <https://archivo.eluniversal.com.mx/menu/2014/mezcla-alimentos-tecnicas-formaron-identidad-gastronomica-mexicana--95609.html>
- TELESUR. (13 de Marzo de 2015). *El mestizaje gastronómico y la diversidad culinaria en América Latina*. Obtenido de Pensando Americas una Relación Diferente: <http://www.pensandoamericas.com/el-mestizaje-gastronomico-y-la-diversidad-culinaria-en-america-latina>
- UNIVERSIA. (4 de Septiembre de 2017). *Tipos de investigación: Descriptiva, Exploratoria y Explicativa*. Obtenido de UNIVERSIA: <https://noticias.universia.cr/educacion/noticia/2017/09/04/1155475/tipos-investigacion-descriptiva-exploratoria-explicativa.html>
- VÁZQUEZ, N. (2015). *Ashanga cocina morlaca*. Cuenca: Mies- Gad municipal del cantón Cuenca- universidad de Cuenca.
- VILLEGAS , A. (2014). *Cocina creativa o de autor: Nuevas tendencias gastronómicas*. España: Ideaspropias Editorial S.L.
- VLCSEP. (s.f.). *Temperaturas y tiempos de deshidratación de alimentos en un deshidratador*. Obtenido de Cocimaniáticos: <https://cocimaniacos.com/temperaturas-y-tiempos-de-deshidratacion-de-alimentos-en-un-deshidratador/>
- WESTON, R. O. (2015). *La Cocina de los Incas. Costumbres Gaastronómicas y Técnicas Culinarias*. Lima: Universidad San Martín de Porres.
- ZAPATA, S. (2006). *Diccionario de Gastronomía Peruana Tradicional*. Lima: Planeta.

10. ANEXOS.

Anexo A. Encuesta aplicada a la población de estudiantes de la carrera de gastronomía del Instituto Sudamericano.

ENCUESTA

APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE VANGUARDIA EN PLATOS TÍPICOS DEL AZUAY

Ciclo: _____

Sexo: _____

Edad: _____

1) Conoce o ha escuchado acerca de las siguientes elaboraciones?

ELABORACIÓN	SI	NO
Cuy asado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pierna de borrego al horno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lengua con pepa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estofado de gallina criolla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estofado de conejo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hornado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2) Ha probado algunas de estas elaboraciones?

ELABORACIÓN	SIEMPRE	OCASIONALMENTE	NUNCA
Cuy asado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pierna de borrego al horno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lengua con pepa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estofado de gallina criolla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estofado de conejo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hornado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1) En qué lugar ha consumido estas elaboraciones?

ELABORACIÓN	MERCADOS	HUECAS	RESTAURANTE	HOGAR
Cuy asado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pierna de borrego al horno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lengua con pepa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estofado de gallina criolla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estofado de conejo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hornado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3) Sabía Ud. que estas elaboraciones son típicas de la gastronomía cuzcuana?

ELABORACIÓN	SI	NO
Cuy asado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pierna de borrego al horno	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lengua con pepa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estofado de gallina criolla	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estofado de conejo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hornado	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4) Tiene idea del Concepto de Cocina de Vanguardia?

SI

NO

5) Si su respuesta es SI, cree Ud. que sea conveniente la aplicación de estas técnicas en elaboraciones tradicionales, con el fin de revalorizarlas?

SI

NO

6) Estaría dispuesto a pagar un valor superior al que comúnmente se ofertan estos platos?

SI

NO

Justifique su respuesta

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Se realizó una encuesta a un grupo de estudiantes de gastronomía del Instituto Sudamericano, los cuales son un total 205 estudiantes matriculados en el presente período. Para calcular la muestra estadística de este determinado grupo se aplicó la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 (N)(p)(q)}{[e^2(N-1)] + [Z^2(p)(Q)]}$$

Donde “N” es el número total de la población seleccionada (205), “Z” es el nivel de seguridad que se espera obtener 90% (1.64), “p” es la proporción esperada (5%) = 0.05, “q” es 1-p y “e” es la precisión con que se realizara la encuesta en este caso un 10%.

$$n = \frac{1.64^2 (205)(0.05)(1-0.05)}{[0.10^2(205-1)] + [1.64^2(0.05)(0.10)]}$$

Aplicando esta fórmula en una población seleccionada obtuvimos un resultado de 13 encuestas, la misma que arrojó los siguientes resultados:

1) Conoce o ha escuchado acerca de las siguientes elaboraciones?

ELABORACIÓN	SI	NO
Cuy asado	100%	0%
Pierna de borrego al horno	32.5%	67.5%
Lengua con pepa	48%	52%
Estofado de gallina criolla	90%	10%
Estofado de conejo	85%	15%
Hornado	100%	0%

2) Ha probado algunas de estas elaboraciones?

ELABORACIÓN

	Siempre	Ocasionalmente	Nunca
Cuy asado	33%	65%	2%
Pierna de borrego al horno	0%	72%	28%
Lengua con pepa	9%	36%	54%
Estofado de gallina criolla	36%	46%	18%
Estofado de conejo	0%	46%	54%
Hornado	54%	27%	19%

3) En qué lugar ha consumido estas elaboraciones?

ELABORACIÓN

	Mercados	Huecas	Restaurante	Hogar
Cuy asado	9%	9%	18%	64%
Pierna de borrego al horno	0%	85%	0%	15%
Lengua con pepa	0%	45%	18%	37%
Estofado de gallina criolla	18%	9%	27%	46%
Estofado de conejo	0%	25%	9%	67%
Hornado	55%	0%	9%	36%

4) Sabia Ud. que estas elaboraciones son típicas de la gastronomía cuencana?

ELABORACIÓN	SI	NO
Cuy asado	100%	0%
Pierna de borrego al horno	0%	100%
Lengua con pepa	36%	64%
Estofado de gallina criolla	82%	18%
Estofado de conejo	18%	82%
Hornado	100%	0%

5) Tiene idea del Concepto de Cocina de Vanguardia?

SI	NO
64%	36%

6) Si su respuesta es SI, cree Ud. que sea conveniente la aplicación de estas técnicas en elaboraciones tradicionales, con el fin de revalorizarlas?

SI	NO
75%	25%

7) Estaría dispuesto a pagar un valor superior al que comúnmente se ofertan estos platos?

SI	NO
80%	20%

Anexo B. Encuesta aplicada a un grupo Focal, conformado por profesionales en el área de Gastronomía.

ENCUESTA GENERAL

TEMA:

APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE VANGUARDIA EN UNA PROPUESTA GASTRONÓMICA BASADA EN PLATOS TÍPICOS DE AZUAY Y LOJA.

1) Les gustaría que se oferten los platos de la propuesta gastronómica presentada en restaurantes de la Ciudad?

SI	NO
<input type="text"/>	<input type="text"/>

2) Cree Ud. que los sabores de la propuesta presentada, se conservan como las del plato original? SI o NO

ENTRADA	FUERTE	POSTRE
Tamal <input type="text"/>	Cuy <input type="text"/>	Zapallo <input type="text"/>
Caldo mocho <input type="text"/>	Gallina <input type="text"/>	Bocadillo <input type="text"/>
Chagrillo <input type="text"/>	Borrego <input type="text"/>	Corpus <input type="text"/>
Habas <input type="text"/>	Conejo <input type="text"/>	Carnaval <input type="text"/>
Sopa fideo <input type="text"/>	Lengua <input type="text"/>	Rosero <input type="text"/>
Puchero <input type="text"/>	Hornado <input type="text"/>	Higo <input type="text"/>

3) De acuerdo a las propuestas presentadas, cómo calificaría cada elaboración. (B) BUENA, (M) MALA, (E) EXCELENTE.

ENTRADA	FUERTE	POSTRE
Tamal <input type="text"/>	Cuy <input type="text"/>	Zapallo <input type="text"/>
Caldo mocho <input type="text"/>	Gallina <input type="text"/>	Bocadillo <input type="text"/>
Chagrillo <input type="text"/>	Borrego <input type="text"/>	Corpus <input type="text"/>
Habas <input type="text"/>	Conejo <input type="text"/>	Carnaval <input type="text"/>
Sopa fideo <input type="text"/>	Lengua <input type="text"/>	Rosero <input type="text"/>
Puchero <input type="text"/>	Hornado <input type="text"/>	Higo <input type="text"/>

4) Cree Ud. Que es factible revalorizar la Cocina Tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?

SI	NO
<input type="text"/>	<input type="text"/>

Argumente su respuesta: _____

5) Considera Ud. A estas elaboraciones, tradicionales del Austro Ecuatoriano?

SI	NO
<input type="text"/>	<input type="text"/>

6) Cree Ud. Que estas elaboraciones, son representativas de la zona Austral? SI o NO.

ENTRADA	FUERTE	POSTRE
Tamal <input type="text"/>	Cuy <input type="text"/>	Zapallo <input type="text"/>
Caldo mocho <input type="text"/>	Gallina <input type="text"/>	Bocadillo <input type="text"/>
Chagrillo <input type="text"/>	Borrego <input type="text"/>	Corpus <input type="text"/>
Habas <input type="text"/>	Conejo <input type="text"/>	Carnaval <input type="text"/>
Sopa fideo <input type="text"/>	Lengua <input type="text"/>	Rosero <input type="text"/>
Puchero <input type="text"/>	Hornado <input type="text"/>	Higo <input type="text"/>

Se realizó una encuesta a un grupo focal, conformados por personas expertas en el área de gastronomía, y representantes de grandes restaurantes de la ciudad, en un total de seis integrantes. Obteniendo los siguientes resultados:

ENCUESTA GENERAL

APLICACIÓN DE TÉCNICAS DE VANGUARDIA EN UNA TEMA: PROPUESTA GASTRONÓMICA BASADA EN PLATOS TÍPICOS DE AZUAY Y LOJA.

1) Les gustaría que se oferten los platos de la propuesta gastronómica presentada en restaurantes de la Ciudad?

SI	NO
100%	0%

2) ¿Cree Ud. que los sabores de la propuesta presentada, se conservan como las del plato original? SI o NO

ENTRADA	FUERTE	POSTRE
Tamal	Cuy SI-100%	Zapallo
Caldo mocho	Gallina SI-100%	Bocadillo
Chagrillo	Borrego SI- 50%	Corpus
Habas	Conejo SI-100%	Carnaval
Sopa fideo	Lengua SI-50%	Rosero
Puchero	Hornado SI-83%	Higo

3) De acuerdo a las propuestas presentadas, cómo calificaría cada elaboración. (B) BUENA, (M) MALA, (E) EXCELENTE.

ENTRADA	FUERTE	POSTRE
Tamal	Cuy MALA- 83.33%	Zapallo
Caldo mocho	Gallina BUENA- 83%	Bocadillo
Chagrillo	Borrego BUENA- 50%	Corpus
Habas	Conejo EXCELENTE- 50%	Carnaval
Sopa fideo	Lengua BUENA- 50%	Rosero
Puchero	Hornado 67%	Higo

4) Cree Ud. Que es factible revalorizar la Cocina Tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?

SI	NO
100%	

5) Considera Ud. A estas elaboraciones, tradicionales del Austro Ecuatoriano?


SI**NO**

83 %

6) Cree Ud. ¿Que estas elaboraciones, son representativas de la zona Austral? SI o NO.

	ENTRADA	FUERTE	POSTRE
Tamal	<input type="text"/>	Cuy 83%	Zapallo <input type="text"/>
Caldo mocho	<input type="text"/>	Gallina 50%	Bocadillo <input type="text"/>
Chagrillo	<input type="text"/>	Borrego 83%	Corpus <input type="text"/>
Habas	<input type="text"/>	Conejo 83%	Carnaval <input type="text"/>
Sopa fideo	<input type="text"/>	Lengua 50%	Rosero <input type="text"/>
Puchero	<input type="text"/>	Hornado 100%	Higo <input type="text"/>

Anexo C. Dictamen de aceptación.

CARRERA DE GASTRONOMIA CON MENSIÓN EN COCINA PROFESIONAL



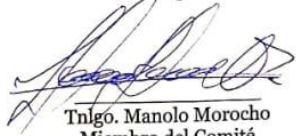
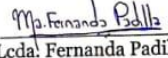
COMITÉ TÉCNICO MULTIDISCIPLINARIO


Certificación de Aprobación del Trabajo de Titulación

Damos fe que el trabajo desarrollado por los estudiante: ALVARADO BERMEO CINTHYA DEL ROSARIO Y PACHECO GARCÍA JOSÉ LUIS con el título: **“Diseño de elaboraciones Gastronómicas de Vanguardia, basadas en Platos fuertes Típicos de la ciudad de Cuenca”**, cumple con las exigencias metodológicas y técnicas.


Por lo antes mencionado, los TUTORES asignados del COMITÉ TÉCNICO MULTIDISCIPLINARIO resuelve **APROBAR** el Trabajo de Titulación.

Atentamente,

 Lcdo. Marco Gómez Miembro del Comité Multidisciplinario	 Lcdo. Richard Martínez Miembro del Comité Multidisciplinario	 Lcdo. Daniel Toledo Miembro del Comité Multidisciplinario
 Tnlgo. Manolo Morocho Miembro del Comité Multidisciplinario	 Lcda. Fernanda Padilla Miembro del Comité Multidisciplinario	



Anexo D. Declaración de autoría del Trabajo.

**INSTITUTO DE TECNOLOGIAS
SUDAMERICANO**


www.sudamericano.edu.ec

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO


Nosotros, **Alvarado Bermeo Cinthya del Rosario y Pacheco García José Luis**,
estudiantes del **Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano** de la ciudad
de Cuenca - Ecuador, que cursó la Tecnología en GASTRONOMIA CON MENCIÓN
EN COCINA PROFESIONAL, declaramos en forma libre y voluntaria que la presente
investigación que versa sobre "Diseño de elaboraciones Gastronómicas de Vanguardia,
basadas en Platos fuertes Típicos de la ciudad de Cuenca". Así como las expresiones
vertidas en la misma, son autoría de los comparecientes, quienes ha realizado en base a
recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo.

En consecuencia, asumo la responsabilidad de la originalidad de la misma y el cuidado al
remitirme a las fuentes bibliográficas respectivas para fundamentar el contenido
expuesto.


Atentamente,



Pacheco García José Luis.
Cédula: 0104696406



Alvarado Bermeo Cinthya
del Rosario
Cédula: 0106094378



Scanned with
CamScanner