



CARRERA DE GASTRONOMÍA

TEMA:

“RECUPERACIÓN DE PLATOS TÍPICOS CUENCANOS DE MEDIADOS DEL SIGLO XX, APLICANDO TÉCNICAS DE COCINA MODERNA PARA EL RESTAURANTE “MUSEO DE LA GASTRONOMÍA CUENCANA”

AUTOR:

BUENO JUELA JOSELIN PAOLA
SANTOS FACIAN KATHERIN MARITZA

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

TECNÓLOGO EN GASTRONOMÍA

TUTORES:

LCDA. MARÍA FERNANDA PADILLA PALACIOS.

CUENCA – ECUADOR, 2022

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.

CARRERA DE GASTRONOMÍA

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Aprobación del Trabajo de Titulación

Doy fe que el trabajo desarrollado por el/la/los estudiantes: estudiantes BUENO JUELA

JOSELINE PAOLA Y SANTOS FAICÁN KATHERIN MARITZA, con el título "RECUPERACIÓN DE PLATOS TÍPICOS CUENCANOS DE MEDIADOS DEL SIGLO XX, APLICANDO TÉCNICAS DE COCINA MODERNA PARA EL RESTAURANTE MUSEO DE LA GASTRONOMÍA CUENCANA", cumple con los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

Atentamente,




MARÍA FERNANDA PADILLA PALACIOS.
C.I 0102045820

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO.

Nosotros, Bueno Juela Joselin Paola y Santos Faicán Katherin Maritza, estudiantes del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano de la ciudad de Cuenca - Ecuador, que cursó la Tecnología en TÉCNICO EN GASTRONOMÍA, declaramos en forma libre y voluntaria que la presente investigación que versa sobre "Recuperación de platos típicos cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la Gastronomía Cuencana". Así como las expresiones vertidas en la misma, son autoría de los comparecientes, quienes ha realizado en base a la recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo de acción.

Atentamente,



Santos Faicán Katherin Maritza
0105805402



Bueno Juela Joselin Paola
0106054695

RESUMEN

El presente proyecto de titulación tiene como objetivo elaborar platos típicos cuencanos recuperados de mediados del siglo XX, aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante “Museo de Gastronomía Cuencana”. Para el desarrollo del proyecto se realizó un análisis de estudio donde se pueda visualizar el tema tratado en comida tradicional. Mediante una encuesta aplicada a los propietarios se puede evidenciar o constatar que esta propuesta de elaborar dichos platos ayudará a tener más variedad en la carta del menú con nuevas ideas de aplicar técnicas modernas para platos tradicionales. Para el levantamiento de la información se emplearán técnicas como la encuesta, entrevista y la revisión documental. Mientras que, la validación de la recuperación de platos típicos se realizará mediante una presentación pública a comensales frecuentes y propietarios del Restaurante. Como resultado de la investigación se espera obtener la elaboración de 2 menús de tres tiempos aplicando cocina moderna. Se dará a conocer ciertos aspectos de los capítulos, como primer punto se plantea un problema en un lugar de campo de acción, para buscar una propuesta que cumplan con las expectativas de resolver dicho planteamiento. Segundo punto investigar la historia de la gastronomía cuencana desde la mitad del siglo XX, conceptos de cocina de vanguardia, historia de la cocina tradicional cuencana. Tercer punto aporta de forma clara y concreta el método, técnicas y procedimientos con sus respectivos instrumentos. Finalmente, se presentará al con evidencias fotográficas, bitácoras, fichas y análisis de la propuesta.

Palabras claves: recuperación, cocina cuencana, cocina moderna, gastronomía ancestral, Cuenca –Ecuador

ABSTRACT

The objective of this degree project is to elaborate typical dishes from Cuenca recovered from the mid-twentieth century, applying modern cooking techniques for the restaurant "Museo de Gastronomía Cuencana". For the development of the project, a study analysis was carried out to visualize the topic of traditional food. By means of a survey applied to the owners it can be evidenced or confirmed that this proposal to elaborate these dishes will help to have more variety in the menu with new ideas of applying modern techniques to traditional dishes. For the collection of information, techniques such as the survey, interview and documentary review will be used. Meanwhile, the validation of the recovery of typical dishes will be done through a public presentation to frequent diners and owners of the restaurant. As a result of the research, it is expected to obtain the elaboration of two three-course menus using modern cuisine. Certain aspects of the chapters will be presented, as a first point a problem is posed in a place of field of action, to find a proposal that meets the expectations of solving this approach. Second point is to investigate the history of the gastronomy of Cuenca since the middle of the 20th century, concepts of avant-garde cuisine, history of the traditional cuisine of Cuenca. Third point provides in a clear and concrete way the method, techniques and procedures with their respective instruments. Finally, it will be presented with photographic evidence, logs, files and analysis of the proposal.

Key words: recovery, Cuenca cuisine, modern cuisine, ancestral gastronomy, Cuenca – Ecuador.

DEDICATORIAS

Quiero dedicar este logro, a Dios y especialmente a mi mamá Ana Faicán, quien me ha impulsado y ha sido el pilar fundamental para luchar por mis metas y agradecerle todo lo que ha hecho y hace por mí. Lo que soy y seré es gracias a ella. También agradecer a cada uno de los que conforman mi familia, a mis abuelitos quienes me impulsan a ser mejor cada día y consejos que nunca faltan de su parte.

A mis hermanos/as, a quienes le dedico también este logro por no dejarme sola en cada etapa de mi vida, en especial a ti hermana Sandra gracias infinitas por siempre estar para mí y dejarme ser tu compañera de nuevas aventuras.

A mis tíos/as, primos, cuñadas, amigos muchas gracias por apoyarme con cada pequeño detalle para mí significa mucho, para mí este logro significa mucho de lo que apenas estoy comenzando.

Con mucho cariño, Katherin.

Quiero dedicar este logro, a mis Padres Víctor y Gloria, quienes me han impulsado y han sido el pilar fundamental para alcanzar mis metas y agradecerle todo lo que han hecho y hacen por mí. También agradecerles a mis hermanas y prima quienes me han ayudado e impulsan a ser mejor cada día y consejos que nunca faltan de su parte.

Con mucho cariño, Joseline.

ÍNDICE

ÍNDICE	1
ÍNDICE DE TABLAS	5
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES	6
INTRODUCCIÓN	7
Objetivos de la investigación	8
Objetivo General	8
Objetivos específicos	8
Preguntas de investigación	8
CAPÍTULO I: PROBLEMÁTICA	10
1.1. Planteamiento del problema	10
CAPÍTULO II: MARCO REFERENCIAL	12
2.1. Marco Teórico	12
2.1.1 Historia gastronómica cuencana a mediados del siglo XX	12
2.1.1.1. Cocina del diario.	14
2.1.1.2. Fiestas y costumbres populares.....	15
2.1.1.3. Técnicas culinarias ancestrales en Cuenca.....	20
2.1.1.4. Utensilios.	24
2.1.2. La gastronomía Cuencana.	24
2.1.2.1.1 Maíz.	24
2.1.2.1.2 Papa.....	25
2.1.2.1.3 Rábano.	25
2.1.2.1.4 Zanahoria.....	25
2.1.2.1.5 Frejol.....	26
2.1.2.1.6 Zambo.....	26
2.1.2.1.7 Ají.....	27
2.1.2.1.8 Brócoli.....	27
2.1.2.1.9 Coliflor.....	27
2.1.2.1.10 Frejol.....	28
2.1.2.1.11 Babaco.....	28
2.1.2.1.12 Durazno.....	28

	2
2.1.2.1.13 <i>Cerdo</i>	29
2.1.2.1.14 <i>Trucha</i>	29
2.1.3. Comidas populares en fiestas cuencanas.....	30
2.1.4. Lista de platos típicos cuencanos.....	30
2.1.5. Origen de la cocina de vanguardia.....	32
2.1.5.1.1 <i>Ferrán Adriá</i>	33
2.1.5.1.2 <i>Martín Berastegui</i>	33
2.1.5.1.3 <i>Heston Blumenthal</i>	34
2.1.5.1.4 <i>René Redzepit</i>	34
2.1.6. Técnicas culinarias vanguardistas.....	35
2.1.6.1 <i>Deconstrucción</i>	35
2.1.6.2 <i>Cocción al vacío</i>	35
2.1.6.3 <i>Elaboración de espumas (Sifón)</i>	36
2.1.6.4 <i>Ahumados</i>	36
2.1.6.5 <i>Maduración de carne</i>	36
2.1.6.6 <i>Deshidratado</i>	37
2.1.6.7 <i>Esterificación</i>	37
2.1.6.8 <i>Encurtido</i>	38
2.1.6.9 <i>Fermentado</i>	38
2.1.7. Lista de comparación de técnicas culinarias ancestrales y técnicas modernas.....	39
2.2. Marco Contextual.....	39
2.2.1. Historia del Restaurante Museo de la Gastronomía Cuencana.....	39
2.1.1.1. <i>Área de cocina</i>	40
2.1.1.2. <i>Área de servicio</i>	40
2.1.1.3. <i>Recorrido del Museo de la Gastronomía Cuencana</i>	41
2.1.1.4. <i>Menú de la carta</i>	42
2.2. Marco Conceptual.....	45
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.....	47
3.1 Métodos de investigación según el estudio.....	47
3.1.1 Enfoque de investigación.....	47
3.1.2 Tipo de investigación.....	48
3.1.3. Corte de la investigación.....	49

3.1.4. Instrumentos y técnicas para el levantamiento de la información.....	50
3.2 Metodología de trabajo	52
Inductivo.....	52
Deductivo.....	52
Analítico.....	53
Descriptivo.....	53
Explicativo.....	54
Proyectivo.....	54
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS.....	55
4.1 Análisis e interpretación de datos.....	55
CAPÍTULO V: PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN	58
5.1 Propuesta De Investigación.....	58
5.1.1 Documentos.....	58
5.1.2. Bitácoras.....	58
5.1.3 Fichas Estandarizadas.....	95
5.1.3.1 Base De Datos.....	98
5.1.3.1.2 Base de datos.....	99
5.1.3.2 Hoja De Ruta.....	101
5.1.3.2.1 Locro de zambo.....	101
5.1.3.2.2 Trucha frita.....	104
5.1.3.2.3 Mousse de dulce de arroz con leche.....	113
5.1.3.2.4 Sopa de arroz de cebada.....	120
5.1.3.2.5 Seco de carne oreada.....	127
5.1.3.2.6 Helado de dulce de babaco.....	133
5.1.3.3 Hoja de Gramajes y Costos.....	139
5.1.3.3.1 Locro de zambo.....	139
5.1.3.3.2 Trucha frita.....	141
5.1.3.3.3 Mousse de dulce de arroz con leche.....	149
5.1.3.3.4 Sopa de arroz de cebada.....	155
5.1.3.3.5 Seco de carne oreada.....	161
5.1.3.3.6 Helado de dulce de babaco.....	166
5.1.4 Fijación de precio de venta al público sugerido.....	171
5.1.4.1 Estructuración del P.V.P. sugerido.....	171

5.1.5. Cuadro de principales materias primas	171
5.1.6. Cuadro de técnicas y métodos gastronómicos aplicados	172
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	174
CONCLUSIONES.....	175
RECOMENDACIONES	176
Glosario	177
BIBLIOGRAFÍA - WEBGRAFÍA	178
ANEXOS.....	181
Levantamiento de información.	181
Propuestas	184
Encuestas de degustación en el campo de acción.....	187

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Fiestas Populares. Santos K.....	30
Tabla 2. Platos Típicos entradas. Santos K.....	31
Tabla 3. Platos típicos fuertes. Santos K.....	31
Tabla 4. Platos típicos postres. Santos K.....	32
Tabla 5. Técnicas culinarias comparativas. Santos K.....	39
Tabla 6. Área de cocina. Santos K.....	40
Tabla 7. Área de servicio. Santos K.....	41
Tabla 8. Técnica e instrumentos. Santos K.....	50
Tabla 9. Base de datos de la propuesta. Santos K.....	100
Tabla 10. Principales materias primas. Katherin S.....	172
Tabla 11. Técnicas y métodos gastronómicos. Katherin S.....	173
Tabla 12. Diagrama de Gantt. Katherin S.....	174
Tabla 13. Pregunta encuestados 1. Santos K.....	181
Tabla 14. Pregunta encuestados 2. Santos K.....	181
Tabla 15. Preguntas encuestados 3. Santos K.....	182
Tabla 16. Preguntas encuestados 4. Santos K.....	182
Tabla 17. Preguntas encuestados 5. Santos K.....	183

ÍNDICE DE ILUSTRACIONES

Ilustración 1. Santos Inocentes. Santos.....	15
Ilustración 2. Carnaval de Cuenca. Santos.....	16
Ilustración 3. Semana Santa. Luis Delpón.....	16
Ilustración 4. Fundación de Cuenca. Santos.....	17
Ilustración 5. Corpus Christi. Fiestas, 2018.	17
Ilustración 6. Independencia de Cuenca. Prensa Latina, 2021	18
Ilustración 7. Ciño viajero. Machado Jhon, 2018.....	19
Ilustración 8. Año Viejo. Daniel Ortiz. 2016	20
Ilustración 9. Menú hoja 1. Santos K.....	42
Ilustración 10. Menú hoja 2. Santos K.....	42
Ilustración 11. Menú hoja 3. Santos K.....	43
Ilustración 12. Menú hoja 4. Santos K.....	43
Ilustración 13. Menú hoja 5. Santos K.....	44
Ilustración 14. Menú hoja 6. Santos K.....	44
Ilustración 15. Modelo de Bitácora. Santos K.	59
Ilustración 16. Modelo de Ficha Estándar. Katherin S.	96
Ilustración 17. Modelo de ficha de gramaje y costos. Santos K.....	98
Ilustración 18. Modelo de base de datos. Santos K	99
Ilustración 19. Entrevista 1. Santos K.....	184
Ilustración 20. Locro de sambo. Bueno J.....	185
Ilustración 21. Trucha frita. Bueno J.....	185
Ilustración 22. Mousse de dulce de arroz con leche. Bueno J.....	185
Ilustración 23. Sopa de arroz de cebada. Bueno J.....	186
Ilustración 24. Seco de carne oreada. Bueno J.....	186
Ilustración 25. Helado de dulce de babaco. Bueno J.....	186

INTRODUCCIÓN

En la historia de la cocina cuencana rescatamos esos últimos 50 años del siglo XX, en la que platos y técnicas ya no utilizadas desaparecieron poco a poco con el pasar del tiempo, debido al ajetreado estilo de vida que se lleva en la actualidad, de esta forma se puede apreciar lo que es nuestro y se busca revitalizar la cultura gastronómica para difundir a nuevas generaciones realizando un análisis investigativo gastronómico.

Esta propuesta investigativa será aplicada a elaborar platos típicos cuencanos recuperados de mediados del siglo XX, aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante “Museo de Gastronomía Cuencana”, ya que esta ciudad está llena de historia y tradición en este caso hablaremos de lo gastronómico que ha sido rescatado entre las ciudades del Ecuador, es por eso que su sazón característica forma parte fundamental de su historia.

Así mismo, en el primer capítulo se describe la problemática en el lugar “Museo de la Gastronomía Cuencana”, donde se realiza una entrevista a los propietarios del lugar para conocer y proponer nuevas ideas o platos tradicionales a la carta del menú, relacionando que sean convenientes tanto para el restaurante, estudiantes y comensales o turistas. Ya que por medio de este método se encontró el problema y se hace una investigación para conocer y recuperar la tradición de hace años atrás.

En el segundo capítulo se presenta información investigativa a cerca de la historia de la Gastronomía Cuencana de mediados del siglo XX, la cocina tradicional y la cocina moderna o vanguardista, además de saber cuáles fueron los principales exponentes de la cocina de vanguardia como Ferrán Adriá, Martín Berasategui, Heston Blumenthal, René Redzepit, aplicando técnicas como la cocción al vacío, la esterificación, espumas, etc.

Objetivos de la investigación

Objetivo General

Elaborar platos típicos cuencanos recuperados de mediados del siglo XX, aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante “Museo de Gastronomía Cuencana”.

Objetivos específicos

- Recopilar información bibliográfica y de campo aplicando metodologías de investigación.
- Diseñar una propuesta gastronómica aplicando técnicas de cocina moderna, basándose en la cocina tradicional de mediados del siglo XX.
- Elaborar dos menús de tres tiempos de platos típicos cuencanos aplicando técnicas modernas.
- Validar resultados mediante la preparación y presentación de la propuesta al Restaurante Museo de la Gastronomía Cuencana.

Preguntas de investigación

¿Cuáles son las técnicas de cocina moderna que se pueden aplicar para la creación de propuestas de platos que contribuyan con la recuperación de platos típicos de la gastronomía Cuencana de mediados del siglo XX en el Restaurante del Museo de la Gastronomía?

Justificación

El presente trabajo consiste en la realización de una propuesta gastronómica e innovadora, que permite la elaboración de platos típicos cuencanos, mediante la investigación de la cocina de mediados del siglo XX y la cocina moderna. Por lo tanto, se toma la iniciativa de hacer menús típicos cuencanos para el Museo de la gastronomía Cuencana, por medio de un análisis que permitirá conocer y desarrollar las tácticas para la creación aplicando técnicas de vanguardia.

Este proyecto de investigación se realiza con el fin de recuperar los platos típicos cuencanos, ya que en la era pasada la comida y/o platillos eran más valorados y reconocidos. con el pasar del tiempo esto se ha ido perdiendo, resaltando también que en la Gastronomía Cuencana tanto los productos como sabores ya no son los mismos, además ofrecer a los comensales o turistas que visitan el museo, a degustar los nuevos platos tradicionales que se proponen en el menú.

Por otra parte, al aportar nuevas ideas o propuestas en el menú al Museo de la gastronomía, sirve a los estudiantes, propietarios del lugar de campo de acción y a los comensales, para así poder generar como objetivo principal la investigación e importancia de dar a conocer más de la comida cuencana aplicando nuevas técnicas, pero obteniendo su sabor original, representando la cultura gastronómica.

De modo que, se desea aportar ideas a la carta para el Restaurante “Museo de la Gastronomía Cuencana” con una propuesta de menús relacionados con platos de mediados del siglo XX y aplicando técnicas modernas para que den realce a la elaboración, en la propuesta se quiere conseguir un beneficio del producto a los propietarios hacia los turistas o comensales.

CAPÍTULO I: PROBLEMÁTICA

1.1. Planteamiento del problema

El origen de la gastronomía está estrechamente relacionado con la evolución del hombre en su proceso de civilización y su forma de conseguir los alimentos, en la prehistoria cazaban a los animales y comían frutos, raíces, hojas y tallos, los cuales comían crudos, luego asaban los alimentos cuando descubrieron el fuego. En la edad antigua dependiendo del pueblo (egipcio, hebreo, griego, etc.) comían crudo, hervido o asado. (2015, Gastronomía, pag.1).

Ecuador, es un país muy diverso en tanto a recursos naturales y culturales, cuenta con atracciones turísticas rescatables, en los cuales se encuentran sus inmensas riquezas en fauna y flora rodeada de paisajes únicos y maravillosos, su arquitectura, su religión, monumentos, costumbres y en especial con un sin número de platos tradicionales en su gastronomía.

Como principal objetivo de la propuesta se desea investigar para la elaboración de platos típicos recuperados de mediados del siglo XX de la ciudad de Cuenca, implementando técnicas de cocina moderna, pero manteniendo sus ingredientes principales sin alterar su sabor, se quiere resolver con el fin de no olvidar de donde son nuestras raíces y que los comensales del restaurante se deleiten no solo un plato de comida sino una tradición cuencana.

En la actualidad, “Cuenca tiene una variada gama de platillos presentes en las diversas fiestas que se celebran durante el año, esto hace a la gastronomía popular cuencana esté relacionada intrínsecamente con el calendario festivo de la comunidad, por lo tanto, se trata de una cocina tradicional que se ha mantenido de generación en

generación, haciendo que hoy sea parte insustituible del patrimonio cultural intangible de la Atenas del Ecuador”. (Daniel Ormaza; María Vega, 2016, p. 34).

Se realizó una entrevista a los propietarios del Restaurante, quien comenta es el Sr. Miguel que “es buena idea la implementación de platos típicos de Cuenca, incluso platos tradicionales ecuatorianos e incluyendo postres, para una mayor variedad de platos en el menú”, dijo también que “los platos rescatados si se puede utilizar la cocina moderna, ir jugando con los paladares, cosas que son viables por tradición e investigación”.

Se ubica en Challuabamba C. Pueblo de los Quitus, en el cantón Cuenca de la provincia del Azuay, se basa en la preparación de platos típicos, ancestrales y familiar que representan la gastronomía Cuencana, así mismo un poco del turismo gastronómico generando una experiencia única como novedosa. Tomando en cuenta que desde la entrada del lugar el personal de servicio les recibe cordialmente usando la vestimenta Cuencana.

El restaurante “Museo de la gastronomía Cuencana” es un proyecto que nació en abril del 2019 de piezas desempolvadas, llenas de historia con un legado familiar, siendo rescatadas por Miguel Urgiles junto a su esposa Karen Cueva, quienes de su imaginación lograron concebir un enfoque a las tradiciones culinarias de la ciudad. Este restaurante dinámico es poco usual, ya que es un ambiente repleto de historia y cultura.

Fue posible identificar que posee un limitado de preparaciones de platillos cuencanos, la utilización de técnicas ancestrales y su temática le identifican como tal, pero sin embargo la falta de platos típicos, la utilización de vajilla, las técnicas modernas le hacen simple o monótono al lugar de campo de acción, por lo cual se busca revitalizar la cultura gastronómica para difundir a los comensales o turistas.

CAPÍTULO II: MARCO REFERENCIAL

2.1. Marco Teórico

Cuando se refiere a la historia de la gastronomía, se hace una estrecha relación con la evolución del hombre en su proceso de supervivencia. “La cocina es no un asunto trivial, todo lo contrario, es una de las artes más importantes de la humanidad, tan antigua como el mismo Homo sapiens” (Cantero, 2015, pág. 19).

La gastronomía campirana refleja la búsqueda de energías a través de los alimentos que ayudan a combatir el duro clima de la sierra, para esto se utilizan productos de todos los climas que combinadas dan como resultado la vasta gastronomía azuaya (Culcay A., 2015).

2.1.1 Historia gastronómica cuencana a mediados del siglo XX.

En la segunda mitad del siglo XX, el área de cocina era parte de la casa, y en muchos de los casos se las diseñaba para ser el centro principal de la misma, ya que pasó de ser un cuarto caliente y lleno de humo al que solo accedían las mujeres y pasaban el mayor tiempo cocinando para la familia, a ser un lugar de reunión en la que compartían con la familia (Sotomayor D., 2012, p.13).

En esa época, aparecieron en los hogares cuencanos las cocinas que funcionaban con combustibles líquidos, como el kerosene, posteriormente el gas. Estos combustibles si bien es cierto no fueron descubiertos en esta época si fueron utilizados en la segunda mitad del siglo XX (Sotomayor D., 2012, p. 14).

En el año 1963, ya se ofertaban las cocinas que incluían horno, cuyo funcionamiento era eléctrico había muchos modelos el cual sus puertas podían ser de

lata o de vidrio para visualizar su interior, teniendo en cuenta además de las cocinas simples.

En el año 1965, “la primera cocina a gasolina tenía un tanque redondo a un lado y el modelo era igual a la una cocina industrial que existen hoy en día, y cuando empezaba a bajar la llama se le agregaba la gasolina hasta que la llama aumentaba, decían que podía explotar, pero tiempo después apareció la cocina kerosene que era mucho más segura” mencionado por Eugenia Dávila (Sotomayor D., 2012, p.15).

En el año 1970, comentó la Sra. Eulalia Dávila que “llegó a Cuenca la cocina kerosene, esta cocina era mucho mejor que la de gasolina, era mucho más segura, ya que no se tenía que bombear la gasolina era bastante inflamable en comparación con el querec, para encender la cocina se tenían unos recipientes con algodón remojado en alcohol, eso se encendía y se prendían los mecheros” (Sotomayor D., 2012, p.16).

En el año 1975, ya se utilizaban las cocinas a gas mismas que se mantienen hasta finales del siglo un mecanismo seguro y confiable, al modernizarse la cocina también sufrió cambios tanto en espacio como riesgo al cocinar, la reducción de humo y mayor facilidad de uso y limpieza.

En el año 1980, ya se implementan por completo los hornos en las cocinas, equipamiento que mejoró la facilidad de cocción, limpieza y la ubicación no era de mayor dificultad. Para el año 1985 en el mercado se ofrecían cocinas con más funciones características como el horno aislado con lana de vidrio, regulador de temperatura, puerta de vidrio, reloj, grill a gas y luz en su interior.

2.1.1.1. Cocina del diario.

Hace referencia a la cultura y tradiciones de Cuenca, aunque con el pasar del tiempo se ha modificado la manera y la hora de consumir los alimentos, ya sea por trabajo, tiempo o ritmo de vida actual, manteniendo las principales comidas que son desayuno, almuerzo y merienda.

- **Desayuno:** Se puede rescatar la abundancia de alimentos y el prolongado tiempo que se le destinada. Preferían desayunar estofado de carne de res o pollo, porción de arroz, café, mote, guineo (Sotomayor D, 2012, p.58). Vaso de jugo de fruta de estación (tomate de árbol), café filtrado por la chuspa con leche, pan del día y nata (Padilla, 2020).

- **Almuerzo:** En la década de los años ochenta, la cotidianidad se vivía de una forma más tranquila y reposada, lo que permitía que la obtención de materia prima fuera diaria y fueran frescos. De hecho, en algunas familias tenían sus propios huertos (Padilla, 2020).

El primer plato: locro (su densidad es particular por el almidón de granos o la papa) o sopa (menos densa a base de caldo de productos cárnicos o vegetales) (Padilla, 2020).

El segundo plato: porción de carne, res o pollo, guarnición de arroz y ensalada (frutas, vegetales).

Daniela menciona que “en las ensaladas variaba dependiendo del cárnico, y ella frecuentemente usaba las alcaparras de flor de penco, los encurtidos (productos por lo general vegetales sometidos a un proceso de conservación mediante la acción de vinagre y condimentos, conservados en un envase sellado por acción del vacío), se ponían en la mesa conjuntamente con el mote.” (Sotomayor, 2012, p. 62).

El postre: Almíbares de caseros de frutas (tomate de árbol, babaco, manzana chilena, pera) (Vintimilla, 1993, p.371). Los almíbares eran realizados a través de una variante del método de apertización, también los dulces del año, queso de membrillo, de guayaba (Cordero, 2018, p.63).

2.1.1.2. Fiestas y costumbres populares.

La fiesta celebra un acontecimiento fundamental y lo hace con regocijo y ganas, por tanto, la música, la danza, los juegos, las comidas y algunos casos las competencias de juegos forman parte del libreto festivo. (Pereira, 2009).

A continuación, se detallará algunas fiestas populares que se desarrollaron en el siglo XX en la ciudad de Cuenca

2.1.1.2.1. Santos inocentes.



Ilustración 1. Santos Inocentes. Santos

La fiesta de los Santos Inocentes presenta un particular interés por el carisma con el que lo celebran los habitantes, se celebra el 6 de enero de cada año, en el cual la gente sale con una temática de disfrazados. El mismo día, se organizan comparsas para el desfile donde sobresalen los personajes más destacados del año anterior.

2.1.1.2.2. Carnaval en Cuenca.



Ilustración 2. Carnaval de Cuenca. Santos

El Carnaval presenta características como la gastronomía típica de la región o las costumbres que aún persisten entre los habitantes. Se intenta rescatar una de que se está desapareciendo es la de los jueves de compadres, esta tradición se iniciaba antes de Carnaval, se elegía al compadre o comadre dependiendo del grado de amistad que existía entre ellos, y era obsequiada con una “guagua de pan” envuelta de manera tradicional en una bandeja de pétalos de flores, junto a él se regalaba un agrado (dulces, huevos, gallina), los compadres quienes son comprometidos brindaban la “mistela” (bebida de aguardientes con fruta macerada).

Por otro lado, en los barrios populares el agua predominó siempre con la idea de que “sin mojada hace daño el Carnaval”, incluido música, baile y los canelazos.

2.1.1.2.3. Semana Santa.



Ilustración 3. Semana Santa. Luis Delpón

Es una de las conmemoraciones religiosas de mayor recogimiento y respeto despiertan en la ciudad de Cuenca. Hacen de esta celebración el “Domingo de Ramos”, visita de las 7 iglesias en jueves Santo y las procesiones cada viernes. La misma que en

la ciudad se realiza con devotos que parte desde el parque San Blas haciendo un recorrido por varias zonas cercanas y llegar al punto de partida, de igual manera de se realizan en zonas rurales, en muchos de los casos los peregrinos están dispuestos a hacer el papel de Cristo cargando la cruz.

2.1.1.2.4. Fundación de Cuenca.



Ilustración 4. Fundación de Cuenca. Santos

El lunes 12 de abril de 1557, Gil Ramirez Dávalos, en compañía de un grupo de españoles y caciques Diego, Juan, Duma, Luis y Hernando Leopulla funda la ciudad de Santa Ana de los Ríos de Cuenca. Andrés Hurtado de Mendoza delegó a Gil Ramírez Dávalos, Gobernador de Quito, para que “viniese a Tomebamba, la recorriese y luego de ello, escogiese el mejor sitio y una vez escogido procediese a fundar la ciudad, que luego se llamó de Cuenca, en homenaje a la ciudad nativa del Virrey Hurtado de Mendoza, Marqués de Cañete, quien naciera en Cuenca, España, provincia de Castilla”.

2.1.1.2.5. Corpus Christi.



Ilustración 5. Corpus Christi. Fiestas, 2018.

En el artículo “El Corpus Christi” de la Revista 67 del CIDAP, María Fernanda Cordero de Landívar cita: “En España se celebró por primera vez hacia 1319 y luego se extiende al Nuevo Mundo por medio de los colonizadores españoles, no sólo como cumplimiento del calendario de festividades religiosas, sino como estrategia evangelizadora. No hay que olvidar que la Iglesia otorgaba al conquistador un doble poder: el de colonizar y el de misionar; es decir, se mezclaba lo temporal y lo sobrenatural, lo político y lo eclesial, lo económico y lo evangélico. Por ello, la misión de los españoles, entre otras de carácter religioso, era la de utilizar la celebración y conquista religiosa de los indígenas en América”.

El Corpus Christi es una manifestación religiosa y popular de mayor importancia más antigua de la ciudad. Posterior al día de Corpus, esta tradición tiene tintes únicos y especiales, pues se celebra el “Septenario”, una fiesta muy afamada en el país por su colido y la quema del Castillo (pirotecnia) que simboliza la Custodia. El entorno está constituido por la Catedral Nueva y el parque central “Abdón Calderón” para el desarrollo de esta fiesta donde un componente esencial son el famoso “dulce del Corpus” y la música creada por bandas u orquestas, que se puede encontrar en todo alrededor del parque, tomando en cuenta que la Catedral durante esos días permanece más iluminada y llega una gran cantidad de devotos.

2.1.1.2.6. Independencia de Cuenca.



Ilustración 6. Independencia de Cuenca. Prensa Latina, 2021

A través de intensos combates el anhelo de un grupo de patriotas junto con el apoyo de criollo e indígenas, el 3 de noviembre de 1820, lograron la independencia de Cuenca al tomar la Plaza Central y el cuartel del ejército en retirada.

Sin embargo, los patriotas consideraron oportuno movilizar su cuartel hacia otro lugar más estratégico de la ciudad donde tuvieran mayor visibilidad y se les facilitara la recepción de refuerzos. Es así que se instalaron en el barrio de El Vecino, lugar donde se les unieron más personas que venían de lugares cercanos a la ciudad. Al día siguiente, 4 de noviembre, las autoridades y realistas españoles viéndose aislados y sin apoyo público deciden entregar las armas a los patriotas y el gobierno a la revolución.

2.1.1.2.7. Pase del niño viajero.



Ilustración 7. Niño viajero. Machado Jhon, 2018

Se conoce con este nombre a una imagen del Niño Dios que fue mandada a esculpir por doña Josefa Heredia en el año de 1823. Su último dueño, Monseñor Miguel Cordero Crespo realizó, en 1961, una peregrinación a varios lugares de Tierra Santa, acompañado por la imagen, a la que al final del viaje, bendijo el Papa Juan XXIII. A su retorno a Cuenca, el pueblo entusiasmado le dio a esta famosa escultura el título de “Niño Viajero” y, desde ese entonces, se le rinde culto con mucha pompa en la fiesta de Navidad, en la gran procesión o “pase”.

Es una de las manifestaciones de religiosidad popular del país, esta fiesta refleja la cultura, tradiciones y creencias en múltiples manifestaciones, ceremonias en honor al Divino Niño Dios que se celebra el 25 de diciembre festejando el nacimiento de Cristo.

2.1.1.2.8. Año Viejo.



Ilustración 8. Año Viejo. Daniel Ortiz, 2016

Se celebra el 31 de diciembre de cada año, donde el protagonista es un muñeco de papel, cartón o tela el cual lleva una máscara de algún personaje que puede representar de caricaturas o incluso “familiar”, cuyo interior puede llevar petardos. También, deambulan las “viudas” por lo general los hombres se disfrazan con vestidos negros, y pasan por la mayoría de las calles pidiendo dinero como contribución para “gestos funerarios”. Para finalizar el día del año viejo, se procede a leer el testamento, en que se critica de manera divertida a los vecinos o compadres del lugar, instituciones, gobierno dejándoles herencias y consejos, así quemando al muñeco a las 12pm en medio de música, fuegos pirotécnicos y abrazos para un comienzo del año.

2.1.1.3. Técnicas culinarias ancestrales en Cuenca.

La culinaria se complementa con otros temas como las festividades, la religión, las manifestaciones populares y las más importantes tradiciones comunitarias. (Valenzuela L, 2016, p. 23).

2.1.1.3.1. Técnicas

Según Olivas Weston, Rosario en su libro “La cocina de los Incas”. Dice:
Hervir, estofar, asar y todas sus variantes fueron las técnicas culinarias más importantes que se han practicado en la historia de la cocina, tanto en la del hombre primitivo al igual que en las épocas siguientes hasta llegar al periodo incaico. En las cuales se usaban diferentes tipos de utensilios tales como: piedras cóncavas, recipientes de cerámica, vasijas de barro, cucharas de madera, tiestos entre otros. (Olivas, 83).

- **Hervir:** técnica culinaria más importante y común de los pobladores del antiguo imperio e incaico, para aplicar sopas y caldos, también para cocinar o hervir la leche, pescado, tubérculos, cereales, envueltos y algunas verduras.
- **Asar:** se asaban los alimentos en la parrilla como la carne y algunas verduras. También hay otra variación de asar es introduciendo el alimento dentro de la ceniza ya que antiguamente se empleaba a la cocción de ostras y crustáceos. (Olivas, 85).
- **Piedras calientes:** en contacto directo con ellas se denomina Pachamanca que en quechua significa “olla cavada en la tierra”, en la cual se cocinan directamente, cavando un hoyo e ir colocando en capas desde la parte baja con alimentos que tardan en cocinar a alimentos que se cocinan más rápido y cubrir con tierra. También, se las puede sumergir en líquidos y provocar el proceso de calentado, ebullición y cocción. (Venezuela 1, 2016, p.28).
- **Barro:** se podían elaborar distintos utensilios tales como: Tiestos los cuales fueron y son muy utilizados al colocarlos sobre la llama y en ellos los alimentos que se deseaban cocinar; por otra parte, los hornos de barro y las cocinas de barro, de igual manera se fabricaron hornos ahumadores de barro. Hornos de barro muy populares en los cuales se introducían leños o piedras calientes y junto a estos los ingredientes como piezas de carne, envueltos, masas entre otros,

lo que otorga una cocción más artesanal, de cuidado, conservando la temperatura ideal de la cocción, y con sabores característicos que solo en estos hornos se puede apreciar. Las ollas de barro que eran uno de los utensilios muy utilizados para la elaboración de sopas, envueltos y cocinar las piezas de carne, verduras, tubérculos y granos de maíz entre otro. (Valenzuela L, 2016, p.29). Hornos de barro muy populares en los cuales se introducían leños o piedras calientes a los cuales se les deja reposar x alrededor de 10 minutos para que la temperatura interna del horno sea ideal y permita una cocción uniforme, y luego se colocaba los ingredientes como piezas de carne, envueltos, masas entre otros, lo que otorga un toque más artesanal, de cuidado de temperaturas e higiene, cocinando los ingredientes de adentro hacia afuera, conservando sus propios jugos, y con sabores característicos que solo en estos hornos se puede apreciar. (Elías, 28).

- **Envueltos:** Esta técnica consiste en envolver al alimento dentro de una hoja y se la preparaba a un costado de las brasas o al cocerlo con vapor dentro de una olla vaporera de barro. Todo dependía del tipo de alimento que se utilizaba y del tipo de hoja a emplear. Los ingredientes que más se utilizan en los envueltos son: harinas, granos molidos, pollo, carnes de cualquier tipo, pescados. (Olivas, 89). Para cocción al vapor se requiere una vasija u olla hermética en el cual el líquido este separado de los alimentos, el agua que se utiliza a veces aromatizada con hierbas frescas u hortalizas aromáticas, se coloca en el fondo de la olla, se calienta a fuego fuerte hasta que hierve vigorosamente y así obtener el vapor. Los alimentos se colocan en la rejilla de la olla, verificando que ninguna hoja del envuelto este partida o lastimada para evitar que los alimentos se salgan. (Valenzuela L, 2016, p.31).

- **Asado en brasas:** El asado a las brasas es una técnica de cocción mediante la que los alimentos son expuestos al calor de fuego o brasas para que se cocinen lentamente. El calor se transmite gradualmente al alimento, que por lo general está suspendido sobre el fuego o cerca de las brasas. El fuego se logra a partir de carbón vegetal o de madera. Las maderas más usadas son maderas duras como las de roble, mezquite, quebracho o coronilla, que arden a temperaturas altas y por un tiempo prolongado. Lo que otorga aromas, y sabores amaderados, ahumados, y la caramelizarían en las proteínas y grasas. (Olivas, 85).

2.1.1.3.2. Pachamanca.

Para preparar una pachamanca se debe escoger un lugar de tierra seca y poco pedregosa, se debe cavar un hoyo cuya profundidad y extensión dependerá de la cantidad de alimentos que se cocinarán. En el fondo del hoyo o a un costado se hace un hornillo de piedras o con ladrillo. El interior del hornillo se llena con leña, ramas y hojas secas que deben arder hasta que las piedras pasen del color rojo al ceniciento. (Valenzuela L, 2016, p.34). Como lo explica Rosario Olivas en su libro “Cocina de los Incas”:

Una vez calientes las piedras, el hornillo se desmonta y se retira todo resto del material candente con una lampa, se van colocando las piedras calientes lado a lado en el fondo del hoyo e intercaladas entre las diferentes capas de alimentos, los alimentos que necesitan de mayor cocción van en la parte baja. A principios del siglo XX se solía colocar en la parte baja de la pachamanca un chivo, o una cabra grande bien sazonada y envuelto en hojas de plátano o troceada, como también se puede colocar pedazos de carne dentro de una olla de barro que se la cerraba usando como tapa hojas de plátano o de achira. (Olivas, 54).

2.1.1.4. Utensilios.

En algunas festividades importantes los utensilios que se emplean en la preparación de los alimentos son:

- Cangador: producto del cuy asado
- Olla de barro: producto papas y mote cocinado
- Paila de bronce: producto el tostado, tashnu
- Cántaro o vasija de barro: producto para chicha de jora o aswa
- Taza: producto para el mote almacenado
- Olla de hierro negra: para carne de res, civil, chumal o humitas
- Tiestos de barro: producto para tortilla de maíz
- Olla de barro: producto de mote paruk. (Zurita, 159).

2.1.2. La gastronomía Cuencana.

Durante años ha causado emoción, entusiasmo a turistas y a nativos de la ciudad, mediante esfuerzo, dedicación e ingenio han logrado mantener y convertirse en parte de la cultura cuencana. Además, Cuenca posee con un potencial agrícola, fuente principal para la elaboración de sus platos típicos. “La gastronomía adquiere entonces no solo un valor nutricional y de subsistencia para el hombre, sino también un valor simbólico muy importante dentro de las diversas culturas” (Academia Culinaria Ecuador, 2015, pág. 1).

2.1.2.1. Productos de la cocina cuencana.

2.1.2.1.1 Maíz.

Su nombre científico es *Zea mays*, pertenece a la familia de las gramíneas, y mide aproximadamente de 2 a 2.50 m., el fruto al ser una mazorca está compuesto por granos medio duros y suelen ser de color amarillo, blanco o purpura.

El maíz es utilizado hasta la actualidad en diferentes formas, ya sea en estado tierno o maduro. El maíz tierno se asaba o se freía en grasa de origen animal, el grano tierno o choclo se lo denominaba también “cau”, el cual se hacía una masa que contenía condimentos y era envuelta en la hoja de mazorca que se la conoce como choclo tanta, humitas o tamales.

Por último, el grano maduro se hace mote, para la elaboración, mote pata, mote casado, champús, colada de mote, camcha. Y también se realiza la molienda del grano para obtener la harina y preparar tortillas, pan, coladas o mazamoras variadas.

2.1.2.1.2 *Papa.*

Su nombre científico es “solanum”, es tradicionalmente cultivada en la zona alta de la sierra, tiene una gran variedad de tipo de papa las más empleadas son la papa chola es de forma ovalada, color rojizo en la cáscara, y es utilizada en las comidas tradicionales como el locro y los llapingachos.

Por otra parte, la papa chaucha es de tamaño pequeño que la hace ideal para entradas o acompañantes para el cuy, parrilladas, ensaladas o para elaboración de comidas familiares.

2.1.2.1.3 *Rábano.*

Los rábanos se cultivan al aire libre en primavera y verano, mientras que en otoño su cultivo se lleva a cabo en invernaderos. De esta forma se puede disponer de ellos todo el año. Sin embargo, su mejor época de cosecha es en los meses de mayo, junio y julio. (Desconocido, 2010, pág. 201).

2.1.2.1.4 *Zanahoria.*

La zanahoria es una planta herbácea, dura, bianual y de clima templado, de la familia de las umbelíferas, conocidas también como opiáceas. Su denominación técnica

es *Daucus carota* o zanahoria silvestre. Se cree que es originaria de Europa y el centro de Asia. Esta planta presenta unas hojas compuestas, y flores blancas y amarillas, la parte comestible es la raíz. Es carnosa y de aspecto uniforme, de color rojo anaranjado (Sanchez y Carrasco, p. 25, 2012).

Para la época de la segunda guerra mundial, los británicos inventaron el radar, al ser este un secreto militar, hicieron creer a los enemigos que se habían entrenado tropas especiales para que tengan excelente visión nocturna, y para esto les daban grandes raciones de zanahoria. En esa época de apogeo de los medios radiales, las mágicas virtudes de la zanahoria recorrieron el hemisferio occidental y el consumo de la zanahoria estalló, con la creencia de que había llegado el fin de los anteojos. (Sanchez y Carrasco, 2012).

2.1.2.1.5 *Frejol.*

El frejol es una leguminosa que se encuentra distribuida en cinco continentes. Se desarrolla en climas cálidos, templados y templados-fríos, es susceptible a los cambios bruscos de temperatura, los cuales afectan su rendimiento. Se puede consumir como grano seco o tierno y debido al aporte de una gran cantidad de nutrientes, constituye un producto básico a la dieta de las personas. (Vinces A, 2020).

2.1.2.1.6 *Zambo.*

Las flores son amarillas con pétalos grandes. Los frutos son ovoides, la cáscara es rígida y su coloración puede ser verde claro u oscuro, verde con manchas blancas, blanca o crema. La pulpa de los frutos es blanca con textura granulosa y fibrosa. Las semillas son ovaladas, su coloración puede ser blanquecina o amarillenta por lo general. (Arias & Arévalo, 2007).

Las semillas son utilizadas para realizar el popular ají de zambo, en cambio la pulpa es utilizada en gran cantidad de platos y dulces típicos que al exponerse al sol por mucho tiempo adquiere cierto dulzor, que puede aprovecharse en preparaciones dulces como la mermelada llamada cabello de ángel que es la pulpa mezclada con dulce y confitada.

2.1.2.1.7 *Ají.*

Es un fruto muy consumido en preparaciones y en la mesa de toda la gastronomía local de Cuenca y el Austro. Las elaboraciones comunes llevan vinagre, sal, especias, se consume como un aderezo para realzar el sabor de carnes rojas, aves y pescado, la elaboración en la actualidad del ají, son preparadas con tomate de árbol, cebollín, cilantro, cebolla, limón u otros ingredientes, “Como norma general, los chiles verdes son más picantes que los rojos y los pequeños más que los grandes, pero no siempre es así”. (Wright, 1997).

2.1.2.1.8 *Brócoli.*

El brócoli es una planta de tallo corto que forma pellas de color verde generalmente, formadas por yemas florales. las hojas son de color verde oscuro y rizadas. El cultivo se extiende ya que su preparación es fácil y sana. Su consumo es variado, como gratinado, cocido al vapor o como guarnición en toda clase de platos, e incluso crudo acompañado de salsas o quesos.

Contiene vitaminas C y vitamina A. Contiene fibra, calcio, hierro y potasio. Además, es bajo en calorías y grasas, por lo que es recomendable en dietas.

2.1.2.1.9 *Coliflor.*

Es una planta relacionado a las verduras es de color blanco y carnosa, su uso es regular en la elaboración de ensaladas, rellenos, salsa, cremas, o sopas, ya que posee un

sabor suave y dulzón. La coliflor debe ser consumida lo antes posible evitando su maduración.

Por eso la elaboración de los encurtidos de coliflor es la alternativa para conservarlo por mayor tiempo, sin perder sus características organolépticas. “Se consume cocida, más blanda, en ensaladas. La coliflor es rica en vitamina C y es una buena fuente de folato.”. (Alvarado, 2008 pág. 136).

2.1.2.1.10 *Frejol.*

Es cultivado en las provincias de Azuay y Cañar. Se cultivan intercalando con el maíz, se cosecha cuando está tierno o maduro. Se utiliza para la elaboración de menestras, locros y sopas.

2.1.2.1.11 *Babaco.*

Es de origen ecuatoriano, de la provincia de Loja, proviene de entre chamburo y toronche. El tronco es cilíndrico, no leñoso, las hojas están insertadas al tronco, las flores son de pétalos blanco-amarillento-verdosos. El fruto es una baya carnosa sin semilla. (Rivas, 2012).

Contiene vitaminas A, C, E y minerales muy importantes para el cuerpo humano ya que reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares. También ayuda con la digestión debido a su contenido de fibra. Su uso culinario es en jugos, mermeladas, pulpas, jugos o fresco. En Cuenca su elaboración tradicional es el dulce por su sabor muy sutil.

2.1.2.1.12 *Durazno.*

Es una fruta de origen chino, siendo su nombre científico es *Prunus persica*, tiene una gran semilla, envuelta en una cáscara dura. con un sabor dulce y aroma delicado y la cáscara es fina, aterciopelada y de color anaranjado la carne es amarillenta.

Contiene vitamina C y pro-vitamina A. Se lo utiliza para la elaboración de dulces, pasteles, mermeladas y jugos.

2.1.2.1.13 Cerdo.

El chancho o cerdo es uno de los víveres más consumidos por el pueblo cuencano, asado u hornado ha sido una excelencia. El chancho hornado, puede considerarse un plato emblema de la ciudad, se puede consumir en los puestos de comida de los mercados. La preparación que ha pasado de generación a generación y con ella los secretos del adobo y la mejor forma para la cocción de la cáscara. (Valenzuela L, 2016).

Daniela Sotomayor manifiesta que: *El chancho se pelaba con agua hirviendo y con la mano se arrancaban las cerdas, luego con la Gillette (hoja de afeitar) se sacaba lo que quedaba, para la cáscara le pasan el soplete al chancho hasta que quede negro, luego con una toalla mojada se le limpia y la cáscara queda amarilla, le raspan con cuchillo y le pasan el mantel mojado, luego le untan manteca y le pasan fuego nuevamente hasta que queda el color amarillo de la cascara para comer.* (Sotomayor, 44).

2.1.2.1.14 Trucha.

Su nombre científico es salmo trutta, es de agua dulce como de agua salada. Es un pez de cuerpo alargado, plateado, liso y con manchas de distintos colores. La coloración varía en función de la especie, la edad, e incluso de su estado de ánimo (Alija, 2018).

En la ciudad de Cuenca, la trucha se obtiene de la pesca deportiva en las lagunas del Parque Nacional Cajas, o en ciertas lagunas artificiales de la zona. La preparación tradicional de la trucha consiste en cubrir de harina y se prepara generalmente frita. Sin

embargo, existen diferentes tipos de preparaciones como estofado, al horno, a la plancha. Otras preparaciones son: el papillote, técnica donde se cocina al horno dentro de papel aluminio. (Caivinagua, 2014).

2.1.3. Comidas populares en fiestas cuencanas.

En el siguiente cuadro se detalla las fiestas populares y sus respectivas preparaciones, realizadas en los hogares y festivales cuencanos.

FIESTAS POPULARES	
NOMBRES	COMIDAS
El pase del niño viajero	frutas, champúz y buñuelos
semana Santa	humitas, escabeche de pescado, fanesca, empanas rellenas de queso, chumales, morocho, tortillas, torta negra de jueves santo
Día de los Difuntos	Guagas de pan con la colada morada,
Corpus Christi	Dulces arepas de maíz, ollas de anís, ollas de ajonjolí, los rosados, las melvas de chocolate, los churros, las cocadas, los suspiros, los dulces de membrillo, los borrachos, los relampagps con relleno, donas
El Carnaval	Mistela (agua ardiente con fruta macerada), canelazos, mote pata, el pan de huevo con dulce de leche, dulce de higos, durazno y membrillo, carne de cerdo, guagua de pan, los chicharrones, morcillas, hormando, mote sucio, sancocho, fritada
Navidad	Pavo, arroz, ensaldas, quimbolitos, bueñuelos y tamales, pan de pascua

Tabla 1. Fiestas Populares. Santos K

Los datos que se presentan en los cuadros, es información que son rescatadas de varias fuentes bibliográficas que pueden constatar en lo mencionado anteriormente.

2.1.4. Lista de platos típicos cuencanos.

En el siguiente cuadro se detalla los platos más destacados que se consumían en la era de mediados del siglo XX.

PLATOS TÍPICOS				
ENTRANTES				
SOPAS	ENVUELTOS	GRANOS	EMBUTIDOS	OTROS
Aguado de gallina	tamales	choclo con queso	morcillas blancas	llapingachos con encebollado
caldo de gallina	humitas	habas con queso	morcilla negra	
caldo de patas		mote pillo		
caldo de mocho		mote sucio		
crema de alverja				
caldo de res				
locro de papa				
mote casado				
mote pata				
sopa de arroz de sebada				
sopa de trigo pelado				
sopa de zambo tierno				
sopa de nabo con papas				

Tabla 2. Platos Típicos entradas. Santos K

PLATOS TÍPICOS			
FUERTE			
GÉNERO	CARBOHIDRATO	VEGETAL	SALSAS
cuy asado con brasa	arroz dorado	aguacate	de pepa de zambo
seco de res	arroz blanco	brócoli	salsa criolla de ají
seco de pollo	ají de cuy	lechuga	ají de queso
seco de chivo	choclo asado	hojas de col	salsas de frutas: capulí, mora, maracuyá
seco de borrego	choclo con queso	col con pepa de zambo	
chancho a la barbosa	habas tiernas con queso	tomate riñon	
chancho hornado	choclo frito	pimientos	
fritada	llapingachos	rábano	
sancocho	menestra de lenteja	zanahoria	
papas con cuero	menestra de porotos		
papas locas	mote pelado o con cáscara		
lengua de res estofada	mote pillo antiguo		
guatita	mote pillo de choclo		
pernil cuencano	papas chuachas con mapa huirá		
menudo de res con pepa de sambo	papas ahogadas		
borrego en chicha de jora	puré de papas		
pollo asado en horno de leña	papas doradas		
pernil ahumado	papas con cuero		
trucha frita	yuca frita		
	yuca hervida		

Tabla 3. Platos típicos fuertes. Santos K

PLATOS TÍPICOS	
POSTRES	
FRUTAS	DE HARINA
Alfeñiques	buñuelos navideños
arroz con leche	empanadas de viento
caca de perro	emborrajados
chispiolas	quimbolitos
cuajada dulce	tortas de mil hojas
dulce de babaco	tortas de plátano maduro
dulce de durazno	pritiños
dulce de higos	
dulce de peras	
dulce de manzanas	
dulce de guayaba	
dulce de tomate de árbol	
dulce de mebrillo	
dulce de zambo tierno	
dulce de zapallo	
espumilla de guayaba	
melcohas	

Tabla 4. Platos típicos postres. Santos K

Los datos que se presentan en los cuadros, es información que son rescatadas de varias fuentes bibliográficas que pueden constatar en lo mencionado anteriormente.

2.1.5. Origen de la cocina de vanguardia.

En el libro sobre Ferrá Adriá “Comida para pensar, pensar sobre el comer”; explica la cocina de vanguardia, llamada también “la cocina de los sentidos”, la cual se la conoce como una revolución culinaria que tuvo origen en España, en las décadas de los 80 y 90. Es una cocina original que tiene como objetivo principal la utilización de materias primas en la búsqueda de obtener todos los sabores primarios: dulce, salado, amargo y ácido, creando así una nueva experiencia al comensal, retando a utilizar al máximo sus sentidos al momento de consumir el plato. (Hamilton, 2009).

2.1.5.1. Principales exponentes de la cocina de vanguardia.

2.1.5.1.1. Ferrán Adriá

Nació el 14 de mayo de 1962, en la provincia de Barcelona. Y realizó sus estudios básicos en esta ciudad, y en un principio la idea fue seguir estudiando Ciencias Empresariales. Durante esos años vivió con su familia, en el año 1980 abandonó los estudios, y comenzó a trabajar como friegaplatos en el Hotel Playafels de Castelldefels, en donde el chef del restaurante del hotel lo inició en la cocina clásica.

En 1983 tuvo la posibilidad de entrar a trabajar en El Bulli, donde conoció al que entonces era el director de sala, Juli Soler. Posteriormente se le ofreció el puesto de jefe de partida. Desde ese momento su carrera estuvo vinculada en el progreso que El Bulli fue haciendo con el tiempo y convirtiéndose en uno de los puntos más importantes de la gastronomía mundial, no obstante Ferrán fue reconocido como el mejor cocinero del mundo.

A consecuencia de la excelencia en su trabajo, Ferrán ha sido reconocido con las tres estrellas de la Guía Michelin, premio al mejor restaurante de la Guía Gourmetour de 1996, el Premio Nacional de la Academia Española de la Gastronomía y los Premios al Mejor Libro de Cocina de Autor y el Grand Prix de l'Art de la Cuisine de la Academia Internacional de Gastronomía. (Blogspot, 2010).

2.1.5.1.2. Martín Berastegui

Nació en 1960 en San Sebastián y comenzó a relacionarse en la cocina, cuando tenía 13 años el Bodegón Alejandro, un lugar de comidas de sus padres que era situada en la parte vieja de San Sebastián, luego a los 21 años se hizo responsable, mientras estudiaba hostelería, en donde interactuó con algunos Chefs Europeos e reconocidos como Alain Ducasse.

El prestigio de Martín Berasategui, el cocinero español con más Estrellas Michelin en territorio nacional, doce y tercero a nivel mundial, despegó de manera vertiginosa el 1 de mayo de 1993 al inaugurar junto a su mujer, Oneka Arregui, el Restaurante Martín Berasategui en Lasarte-Oria, a 7 Km de San Sebastián.

A los 6 meses de la inauguración consigue la primera Estrella Michelin; tres años después recibe la segunda y en la guía de 2002 le otorgan la máxima calificación de la emblemática guía, tres. Por otra parte, encabeza la clasificación en la Guía Repsol, con 12 Soles. Recientemente, Martín ha sido galardonado con el premio Chef Mentor de la Guía Michelin España & Portugal 2022.

2.1.5.1.3. Heston Blumenthal

Nació en 1966 en Berkshire, Inglaterra. Tras comer en un restaurante famoso francés de tres estrellas Michelin, decide convertirse en cocinero, no ingresa a ningún instituto culinario, sino que estudia a Escoffier, Larousse Gastronomique y otros textos clásicos de la cocina francesa, así inicia cocinando de forma autodidacta.

Otro aspecto esencial en su cocina es el papel de la memoria y la nostalgia, por ello, intenta recrear sabores y aromas que desencadenan recuerdos de la infancia y evocan sentimientos. (Myhrvold, Young, & Bilet, 2011).

2.1.5.1.4. René Redzepi

Nació en Copenhague, Dinamarca en 1977. Trabajó con Ferran Adrià en el Bulli, además de otros establecimientos prestigiosos como The French Laundry o Le Jardin des Sens, abrió su restaurante Noma (No por nórdica y Ma por comida) en Copenhague en 2003. (diario de gastronomía, 2011).

En 2008, Redzepi recibió el galardón de Madrid Fusión y en 2009 Noma ocupó el tercer lugar en la prestigiosa lista S. Pellegrino de los 50 mejores restaurantes del mundo. En 2010 alcanza el puesto número uno de dicha lista. (diario de gastronomía, 2011).

2.1.6. Técnicas culinarias vanguardistas.

Se trata de usar diferentes técnicas innovadoras para que a través de ellas se consigan sabores y sensaciones especiales dando como resultado una experiencia buena al paladar.

A continuación, se presentará algunas de las técnicas que se están utilizando para la propuesta de elaboración.

2.1.6.1 Deconstrucción.

Consiste en reescribir la preparación de recetas tradicionales mediante nuevas técnicas culinarias. Respetando los gustos, aromas del plato original, transformando las texturas, formas y temperaturas, pero partiendo siempre de los mismos ingredientes. Mediante esta manera, se busca intensificar el sabor, dándole al comensal un plato el cual no reconoce visualmente, pero mediante el gusto pueda percibir el sabor original.

2.1.6.2 Cocción al vacío.

La cocción al vacío consiste en introducir los alimentos en un envase estanco, extraerles el aire y cocinarlos a una temperatura constante e inferior a los 100 °C. La técnica de cocción es o bien al baño maría o bien en un horno de vapor. La cocción al vacío facilita la preparación de los platos, además respeta el sabor y prolonga el tiempo de conservación de los alimentos.

También se requiere oxígeno para que aparezcan las bacterias aeróbicas que descomponen los alimentos. Así, al extraer todo el aire de la bolsa, el empaçado al vacío impide las dos principales reacciones que causan el deterioro de los alimentos: la oxidación y el crecimiento de microbios aeróbicos. (Myhrvold, Young, & Bilet, 2011).

En cuanto a la carne, el oxígeno hace que la mioglobina de la carne roja pase de un rojo atractivo a un tono pardo poco apetitoso. Otro ejemplo de oxidación es el color marrón de las superficies de manzanas, otras frutas y verduras al entrar en contacto con el oxígeno.

2.1.6.3 *Elaboración de espumas (Sifón).*

El sifón y su uso en las cocinas profesionales se debe a Ferrán Adrià. Fue él quien, por innovar, perfeccionó esta técnica. Su obsesión por las espumas le llevó a convertirse en imagen de la marca austríaca de sifones iSi. Su objetivo era convertir en espuma cualquier ingrediente. (COCINEA, s.f).

Se introducen los ingredientes en un sifón junto con burbujas de un gas, se calienta el sifón al baño maría o simplemente se agita y se decora al plato directamente.

2.1.6.4 *Ahumados.*

Es una técnica culinaria utilizada en todo el mundo. La pistola de ahumado, por otro lado, es un elemento vanguardista que permite ahumar o caramelizar los alimentos con rapidez y de forma sencilla. No es necesario aplicar calor directo, ya que permite marinar los alimentos con el humo antes de cocinarlos.

2.1.6.5 *Maduración de carne.*

Es el proceso de ablandamiento de la carne que pasa por la acción de los sistemas enzimáticos que rompen las proteínas dentro del músculo. Se podría decir que

la maduración es el arte de crear carne excepcionalmente tierna mediante un proceso que utiliza las enzimas naturales de la carne que, con el tiempo, la ablandan lentamente y potencian su sabor.

En el proceso de maduración de la carne están implicados por lo menos dos tipos de mecanismos:

- Los sistemas enzimáticos: incluyen las enzimas que intervienen en la degradación de la estructura proteica de la fibra muscular.
- Las modificaciones fisicoquímicas: que sufre el músculo post mortem susceptibles de afectar al desarrollo de la maduración.

2.1.6.6 *Deshidratado.*

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 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. (Bermeo C y Pacheco J, 2019).

2.1.6.7 *Esterificación.*

El nacimiento de la esterificación corresponde al español Ferrán Adrià que por su interés en actualizar sus recetas y descubrir nuevas técnicas de alta cocina, dio un interés a investigar esta nueva técnica dentro de la gastronomía, mediante esta técnica se le atribuye el cambio que se le dio a la alta cocina dentro de los menús de muchos restaurantes encabezando como pionero a “El Bullí” restaurante de Ferrán Adrià. (Casalins Eduardo, 66).

2.1.6.8 *Encurtido.*

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), así lo redacta Bermeo C y Pacheco J, 2019.

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

2.1.6.9 *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), así lo redacta Bermeo C y Pacheco J, 2019.

2.1.7. Lista de comparación de técnicas culinarias ancestrales y técnicas modernas.

En el siguiente cuadro se detalla un cuadro comparativo con las técnicas que se utilizaban ancestralmente y las técnicas modernas que se utilizan en la actualidad.

TECNICAS CULINARIAS	
COCINA TRADICIONAL	COCINA VANGUARDISTA
Cocción a leña	Cocción a gas
Hervir	Gelificación
Asar	Esferficación
Piedras calientes	Terrificación
barro	Nitrogeno Liquido
Envuelto	Cocción al vacío
Asado en brasas	Pistola de ahumado
Pachamanca	Deshidratar
Tostado	Sifón
Fermentado (olla barro)	Aire
Cocido a vapor	Encurtidos
frituras	Liofilización
sancochado	Maduración de carne

Tabla 5. Técnicas culinarias comparativas. Santos K

Los datos que se presentan en el cuadro, es información rescatada de varias fuentes bibliográficas que pueden constatar lo mencionado.

2.2. Marco Contextual

2.2.1. Historia del Restaurante Museo de la Gastronomía Cuenca

El Museo de la Gastronomía Cuenca Restaurante ocupa las instalaciones de una antigua Hacienda perteneciente al primer topógrafo de la ciudad; Señor Don José Reinaldo Alvarez Sanchez, en abril del 2019, la gastronomía es rescatada por Miguel Urgilés y Karen Cueva, quienes desde su imaginación lograron concebir un enfoque a las tradiciones culinarias de nuestro país, una familia orgullosa de sus raíces gastronómicas decidió crear un espacio culinario diferente, tratando de fusionar el turismo y la cocina ecuatoriana. (Diario El Mercurio, 2021).

Se ubica en Challuabamba C. Pueblo de los Quitus, en el cantón Cuenca de la provincia del Azuay, se basa en la preparación de platos típicos, ancestrales y familiares

que representan la gastronomía Cuencana y un poco del turismo gastronómico generando una experiencia única y novedosa. Tomando en cuenta que desde la entrada del lugar el personal de servicio les recibe cordialmente usando la vestimenta Cuencana.

2.1.1.1. *Área de cocina.*

Se complementa por un grupo de 8 cocineras/os incluyendo a la chef Karen, como chef ejecutiva de cocina se encuentra la Chef Karen Cueva, jefe de cocina la Sra. Gabriela Urgiles, y ayudantes. Cabe recalcar que las personas que trabajan en cocina tienen turnos y horarios diferentes para ayudar y trabajar en diferentes días.

NOMBRE	CARGO EN EL AREA DE COCINA
KAREN CUEVA	Chef ejecutiva de cocina
GABRIELA URGILES	Jefe de cocina
ANA MARQUÉZ	Ayudante de cocina
LUCIA ASTUDILLO	Ayudante de cocina
WILSON VISCAINO	Ayudante de cocina
JOSUÉ JIMENEZ	Ayudante de cocina
BLANCA FARÍAS	Ayudante de cocina
FRANSISCO OJEDA	Ayudante de cocina

Tabla 6. Área de cocina. Santos K

2.1.1.2. *Área de servicio.*

Se complementa por un grupo de 7 personas, la cual tiene como administrador de servicio al Sr. José Aguayo que ayuda a organizar, planificar y enseñar a los compañeros del área a tratar a los clientes.

NOMBRE	CARGO EN EL ÁREA DE SERVICIO o ANFITRIONES
MIGUEL URGILES	Gerente general del Museo
JOSÉ AGUAYO	Administrador
ANABELLE SOLIZ	Anfitrión
JOSELYNE CHACÓN	Anfitrión
VERÓNICA MUÑOZ	Anfitrión
SEBASTIÁN TENEZACA	Anfitrión
ROCÍO PESANTES	Anfitrión

Tabla 7. Área de servicio. Santos K

2.1.1.3. *Recorrido del Museo de la Gastronomía Cuencana.*

Consta de tiempos aproximados de 3 a 5 horas de recorrido dependiendo al comensal lo que quiera. Como guía designado está el Sr. Urqilés que brinda una bebida aromática mientras proyecta un pequeño video de bienvenida explicando algunos conceptos como la producción agroecológica, la recuperación de utensilios culinarios de antaño y mucho aprendizaje.

Durante el recorrido, se puede constatar la variedad de ají que hay, también se puede disfrutar el ver y experimentar la molida del maíz con una enorme piedra, el romper los toctes y moler el uchú que es el ají.

2.1.1.4. Menú de la carta.



Ilustración 9. Menú hoja 1. Santos K



Ilustración 10. Menú hoja 2. Santos K



Ilustración 11. Menú hoja 3. Santos K



Ilustración 12. Menú hoja 4. Santos K



Ilustración 13. Menú hoja 5. Santos K



Ilustración 14. Menú hoja 6. Santos K

2.2.Marco Conceptual.

Plato Típico: el plato nacional, comida o bebida que representa los gustos particulares de una nación, región o comunidad.

Tradición gastronómica: son métodos o técnicas para preparar o cocinar alimentos ligados a un lugar concreto y a hábitos alimentarios tradicionales.

Rescatar: Se trata de dar a conocer la importancia que tiene en la cultura de un pueblo su gastronomía, que viene desde sus ancestros y que se va legando de generación en generación como herencia cultural intangible que le da identidad. (Aguilar J y Guevara A., 2017).

Cocina tradicional: es un tipo de cocina vigente, es además el fundamento y la raíz de las diferentes cocinas que podemos encontrar a nivel mundial. Es aquella que al probar sus platillos nos transporta ya sea un olor o un sabor particular a nuestra infancia, nos hace recordar el calor del hogar y de la familia. (Casa, P., 2019).

Cocina moderna: Cuando se cocina bajo este estilo culinario se hace uso de técnicas innovadoras a través de las cuales se pueden llegar a conseguir sabores especiales, el uso de nitrógeno líquido, o la espuma creada con sifón, la deconstrucción sus técnicas es como estar dentro de una clase de ciencias. Dichos sabores son mezclados con sensaciones y se transforman en toda una experiencia para el paladar. (Casa, P., 2019).

Gastronomía cuencana: Se unen tanto entre nosotros, que casi se podría parafrasear así el adagio popular: “dime qué festejas y te diré qué comes”. Es importante la presencia del maíz en la preparación de muchas comidas como el tamal, el mote pata, el mote pillo y bebidas como la chicha, el rosero y el morocho. (Gastronomía Cuencana)

Segunda mitad del Siglo XX: comienza en el año 1950 y termina en el año 2000

Cuenca: es conocida como Santa Ana de los Cuatro Ríos de Cuenca o Atenas del Ecuador. Este último apelativo está ligado al gusto de sus habitantes por el ámbito cultural. En Ecuador, dice Malo, desde el siglo 19 se comparó espontáneamente a la capital azuaya con Atenas. “Se reconoció el interés de sus ciudadanos por la cultura”.

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN.

3.1 MÉTODOS DE INVESTIGACIÓN SEGÚN EL ESTUDIO.

La Metodología de la Investigación (M.I.) o Metodología de la Investigación Científica es aquella ciencia que provee al investigador de una serie de conceptos, principios y leyes que le permiten encauzar de un modo eficiente y tendiente a la excelencia el proceso de la investigación científica. El objeto de estudio de la M.I. Lo podemos definir como el proceso de Investigación Científica, el cual está conformado por toda una serie de pasos lógicamente estructurados y relacionados entre sí. Este estudio se hace sobre la base de un conjunto de características y de sus relaciones y leyes. (Cortés M.; Iglesias M. 2004).

3.1.1 Enfoque de investigación

De acuerdo con las técnicas e instrumentos empleados para el levantamiento de información que sustenta la investigación se asume el enfoque mixto o complementario.

El enfoque de investigación se refiere a la naturaleza del estudio, la cual se clasifica como cuantitativa, cualitativa y mixta; y abarca el proceso investigativo en todas sus etapas: desde la definición del tema y el planteamiento del problema de investigación, hasta el desarrollo de la perspectiva teórica, la definición de la estrategia metodológica, y la recolección, análisis e interpretación de datos. (Mata, L., 2019).

El enfoque de nuestra investigación es mixto o complementario porque utiliza técnicas, encuesta de tipo cuantitativa, revisión documental y observaciones de tipo cualitativo para el levantamiento de la problemática y validación de la propuesta.

Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos 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 (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio. (Sampieri, 2010).

Un factor adicional que ha detonado la necesidad de utilizar los métodos mixtos es la naturaleza compleja de la gran mayoría de los fenómenos o problemas de investigación abordados en las distintas ciencias. Estos representan o están constituidos por dos realidades, una objetiva y la otra subjetiva. (Sampieri,2010).

3.1.2 Tipo de investigación.

El presente proyecto aborda una investigación aplicada en vista que parte de la identificación de una problemática en el ámbito de la gastronomía cuencana.

La investigación aplicada recibe el nombre de “investigación práctica o empírica”, que se caracteriza porque busca la aplicación o utilización de los conocimientos adquiridos, a la vez que se adquieren otros, después de implementar y sistematizar la práctica basada en investigación. El uso del conocimiento y los resultados de investigación que da como resultado una forma rigurosa, organizada y sistemática de conocer la realidad. (Murillo, 2018).

El concepto de investigación aplicada tiene firmes bases tanto de orden epistemológico como de orden histórico, al responder a los retos que demanda entender la compleja y cambiante realidad social. El fundamento epistemológico de esta expresión está en la base de distinciones tales como “saber y hacer”, “conocimiento y práctica”, “explicación y aplicación”, “verdad y acción”. Asimismo, exige una estructura metodológica y comunicacional-documental diferente a la de la investigación descriptiva y explicativa. (Murillo, 2008).

3.1.3. Corte de la investigación

La investigación descriptiva es de corte o tipo transversal debido a que la problemática es abordada en el periodo de marzo - agosto del 2022.

La investigación transversal, “se centra en analizar cuál es el nivel o estado de una o diversas variables en un momento dado, o bien en cuál es la relación entre un conjunto de variables en un punto en el tiempo. Los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables, y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado. Es como tomar una fotografía de algo que sucede.” (Sampieri, 2015).

De acuerdo con Sampieri “Los diseños transeccionales descriptivos tienen como objetivo indagar la incidencia y los valores en que se manifiesta una o más variables. El procedimiento consiste en medir en un grupo de personas u objetos una o más variables y proporcionar su descripción. Son, por lo tanto, estudios puramente descriptivos que cuando establecen hipótesis, éstas son también descriptivas.”

Diseños transaccionales descriptivos Indagan la incidencia de las modalidades, categorías o niveles de una o más variables en una población; son estudios puramente descriptivos. Las famosas encuestas nacionales de opinión sobre las tendencias de los votantes durante los periodos electorales. Su objetivo es describir en una elección y momento específicos el número de votantes que se inclinan por los diferentes candidatos contendientes. Es decir, se centran en la descripción de las preferencias del electorado. (Sampieri, 2008).

“Los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis” (Dankhe, 1986).

3.1.4. Instrumentos y técnicas para el levantamiento de la información.

TÉCNICA	INSTRUMENTO
Encuesta	Cuestionario, oral.
Entrevista	Guía de entrevista estructurada
Observación	Formato, fotos del campo de acción
Degustación	Bitácoras
Revisión Documental	Búsqueda de información por medio de fuentes primarias y secundarias.

Tabla 8. Técnica e instrumentos. Santos K.

La técnica de observación es una técnica de investigación que consiste en observar personas, fenómenos, hechos, casos, objetos, acciones, situaciones, etc., con el fin de obtener determinada información necesaria para una investigación. Cualquier observación, para ser tal, se encuentra inmersa en un cuerpo de conocimientos que le permite ser tal, sólo se observa desde una perspectiva teórica, se debe discriminar, en cada paso, aquello que nos interesa conocer y separarlo del cúmulo de sensaciones que nos rodea, ya que tratamos de describir y de explicar aquello que estamos observando. (Castellanos, L., 2017).

La técnica de la entrevista es de gran utilidad en la investigación cualitativa para recabar datos; se define como una conversación que se propone un fin determinado distinto al simple hecho de conversar. Es un instrumento técnico que adopta la forma de un diálogo coloquial. Canales la define como "la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio, a fin de obtener respuestas

verbales a las interrogantes planteadas sobre el problema propuesto". La entrevista es más eficaz que el cuestionario porque obtiene información más completa y profunda, además presenta la posibilidad de aclarar dudas durante el proceso, asegurando respuestas más útiles. (Bravo, L., 2013).

La técnica de la encuesta por muestreo o simplemente encuesta es una estrategia (oral o escrita) cuyo propósito es obtener información acerca de un grupo o muestra de individuos y en relación con la opinión de éstos sobre un tema específico. Por supuesto, la información obtenida es válida sólo para el período en que fue recolectada ya que, tanto las características

como las opiniones, pueden variar con el tiempo. Es por esto que la encuesta también recibe la denominación de diseño transversal o diseño transeccional. (Fidias,2006).

3.1.5. Métodos teóricos.

La metodología de este proyecto, se adapta a una investigación de campo de diseño explicativo, ya que este método ayuda a procurar en estudiar y conocer la aproximación del problema, lo que permite conocer los resultados del panorama, siendo este el primer paso de tipo de investigación del proyecto para llevar a cabo. El enfoque del proyecto es mixto, este representa un análisis de datos cuantitativos y cualitativos, para realizar una deducción del producto de toda la información obtenida, se usa para utilizar el registro de información y estandarización. Las técnicas usadas en este proyecto para recolectar información serán las técnicas documentales, con el registro de información bibliográfica mediante sitios web, encuestas y entrevistas. También se utilizaron técnicas de laboratorio, el uso de bitácoras, fichas estándar y base de datos para registrar el proceso de las elaboraciones practicadas.

3.2 Metodología de trabajo

Elliott, el principal representante de la investigación - acción desde un enfoque interpretativo define la investigación en 1993 como «un estudio de una situación social con el fin de mejorar la calidad de la acción dentro de la misma».

Según Creswell (2014, p. 577), la investigación acción “se asemeja a los métodos de investigación mixtos, dado que utiliza una colección de datos de tipo cuantitativo, cualitativo o de ambos, sólo que difiere de éstos al centrarse en la solución de un problema específico y práctico”. El mismo autor clasifica básicamente dos tipos de investigación acción: práctica y participativa. La siguiente tabla describe las principales características de una y otra.

Inductivo.

Método inductivo, según Bacon, para obtener conocimiento es imprescindible observar la naturaleza, reunir datos particulares y hacer generalizaciones a partir de ellos. Una nueva manera de encontrar la verdad es ir a buscar los hechos en vez de basarse en la autoridad (experto) o en la mera especulación; con el tiempo esa actitud habría de convertirse en el principio fundamental de todas las ciencias. Las observaciones se hacían sobre fenómenos particulares de una clase, y luego a partir de ellos se hacían inferencias acerca de la clase entera. Este procedimiento se denomina razonamiento inductivo y viene a ser lo contrario del que se utiliza en el método deductivo. (Laurus,2006).

Deductivo.

Método deductivo, “si las premisas del razonamiento deductivo son verdaderas, la conclusión también lo será. Este razonamiento permite organizar las premisas en

silogismos que proporcionan la prueba decisiva para la validez de una conclusión; generalmente se suele decir ante una situación no entendida “Deduzca”, sin embargo, el razonamiento deductivo tiene limitaciones. Las conclusiones deductivas son necesariamente inferencias hechas a partir de un conocimiento que ya existía. En consecuencia, la indagación científica no puede efectuarse sólo por medio del razonamiento deductivo, pues es difícil establecer la verdad universal de muchos enunciados que tratan de fenómenos científicos. El razonamiento deductivo puede organizar lo que ya se conoce y señalar nuevas relaciones conforme pasa de lo general a lo específico, pero sin que llegue a constituir una fuente de verdades nuevas” (Laurus, 2006).

Analítico.

Método Analítico es un procedimiento que descompone los elementos básicos ya que va de lo general a lo específico, es decir de los efectos a las causas. Es un proceso de carácter cognoscitivo, que usualmente considera en forma minuciosa, un objeto de estudio, considerando en forma separada cada una de las partes del todo para estudiarlas en forma individual.

Descriptivo.

Método descriptivo, es el encargado de puntualizar las características de la población que se está estudiando. Esta metodología se centra más en el “qué”, en lugar del “por qué” del sujeto de investigación y su objetivo es describir la naturaleza de un segmento demográfico. Es decir, describe el tema de investigación, sin cubrir el “por qué” ocurre.

Explicativo.

Método explicativo son trabajos donde muestra preocupación, se centra en determinar los orígenes o las causas de un conjunto de fenómenos, donde su objetivo principal es conocer por qué suceden ciertos acontecimientos a través de la delimitación de las relaciones causales existentes o que se producen.

Proyectivo.

Método proyectivo consiste en la elaboración de una propuesta, o un procedimiento, como solución a un problema o necesidad de tipo práctico, ya sea de una institución, en un área particular del conocimiento que parte de un diagnóstico preciso de las necesidades del momento, de los procesos explicativos y de las tendencias futuras (Hurtado de Barrera, 2010, p.567).

CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

4.1 Análisis e interpretación de datos.

Para determinar en el análisis de la problemática de este trabajo de titulación se visitó el lugar de campo de acción que es el “Restaurante Museo de la Gastronomía Cuencana”, ya que mediante la observación fue necesario realizar una entrevista a los propietarios del Restaurante, en el cual a través de una formulación de preguntas se pudo encontrar la problemática que la falta de platos típicos, la no utilización de vajillas, emplatados y técnicas modernas.

En la segunda mitad del siglo XX, en la cocina Cuencana se visualiza cómo ha ido evolucionando, cambiando sus diseños y el mercado fue modificando las recetas de cocina a la cual los cocinero/as cuencanas tenían acceso. Se habla de la elaboración que se cocinaba a diario en los hogares cuencanos, en las festividades y en épocas de frutas de estación que se hacían conservas. De las proteínas (cerdo, res) que se hacían orear en el humo de la cocina para que ésta dure más tiempo de conservación, y los encurtidos que se utilizaban en las mesas para mayor conservación de los vegetales o frutas.

Para la recopilación de información del levantamiento del problema, primero se proporcionó el listado de clientes frecuentes del Restaurante siendo así el encargado de área de servicio el Sr. José M. en el cual, la encuesta se realizó a los clientes del Restaurante, y la entrevista realizada a los propietarios. ya que con esta información se puede proceder a la realización de la propuesta de incrementar a la carta dos menús de tres tiempos de platos típicos cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna.

Las encuestas realizadas se enfocaron para saber si se consideran a estas elaboraciones como tradicionales de la ciudad de Cuenca, y si era viable aplicar técnicas

Comentado [FP1]: No se entiende la idea. Mejorar la redacción.

de cocina moderna a las elaboraciones propuestas dando como resultado que la mayor parte de los encuestados conocen y consideran comida tradicional a estos platos propuestos, además si tendría o no factibilidades de agregar más platos a la carta que un 70% de los encuestado dieron a conocer que si sería buena idea la implementación, y para terminar la encuesta siendo así con el 65% de los encuestados respondieron que les gustaría degustar de las propuestas con técnicas modernas.

Por otra parte, quienes formaron parte de la degustación de esta propuesta gastronómica, realizada el día martes 26 de julio del 2022, compartieron la aprobación en cuanto a sabores del sabor original de la propuesta planteada que en cuanto a las entradas de locro de zambo 50% mencionaron que sí y de la sopa de arroz de cebada 50% mencionaron que sí, a los fuertes de la trucha frita 60% mencionaron que sí y la carne oreada 100% dijeron que si y por último en postres de mousse de arroz con leche 100% aprobaron y del helado de dulce de babaco 60% dijeron que sí.

Además, con el aporte de la chef Karen Cueva y el Sr. Miguel Uguiles propietarios del restaurante quienes comparten la importancia de dar valor a los productos y el rescatar platos cuencanos de la cultura gastronómica tradicional que posee nuestras tierras mediante el uso de diferentes técnicas. Como se había mencionado, los propietarios del lugar dieron a conocer que muchos de los platos propuestos son bien planteados pero el crear nuevas experiencias en cuanto a utilizar técnicas modernas se acomplejaba más pero no impedía que la idea propuesta se pueda plantear.

De acuerdo a la chef Karen, el postre de mousse de dulce de arroz con leche le pareció buena propuesta y se va a añadir al menú de la carta del Museo de la

Gastronomía Cuencana, dando, así como resultado que de lo propuesto se implementa una de las elaboraciones en cuanto a postres.

CAPÍTULO V: PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN

5.1 Propuesta De Investigación.

Después de haber recopilado la información necesaria, analizar datos que identifican la problemática para este trabajo de titulación a través de entrevista a los propietarios y encuestas a los comensales del restaurante donde se puede verificar que en Restaurante “Museo de la Gastronomía Cuencana”, se da las posibles soluciones obteniendo como resultado la propuesta de dos menús de tres tiempos de platos típicos cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna, así también nos lleva a la innovación para poder armar nuevos emplatados los cuales dará más vida y que sea agradable para la vista del consumidor.

A continuación, se detalla la propuesta, que consta de 2 entradas, 2 platos fuertes y 2 postres.

Entradas

- Locro de zambo
- Sopa de arroz de cebada

Fuertes

- Trucha frita
- Seco de carne oreada

Postres:


- Mousse de dulce de arroz con leche
- Helado de dulce de babaco

5.1.1 Documentos.

5.1.2. Bitácoras.

La bitácora, se considera un cuaderno, en donde se detallan 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).

Modelo de la bitácora utilizada



Nombre del realizador		Nombre de la elaboración								Fotografía de la elaboración	
Prueba #											
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones

Ilustración 15. Modelo de Bitácora. Santos K.


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 realiza 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. (Alvarado C y Pacheco A, 2019).

5.1.2.1. Bitácoras.


Menú 1


5.1.2.1.1. Entrada: Locro de zambo


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Locro de zambo										
Prueba #	1											
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones	
Zambo Papa Cebolla Choclo Frejol tierno Ajo	100 gr 30 gr 3 gr 10gr 10 gr 2 gr	Color: Amarillo verdoso Olor: zambo Textura: cremoso	Refrito Cocción Hervido	100°C	45 minutos	N/A	N/A	N/A	N/A	25°C	Mejorar la textura del locro de zambo, y cambiar montaje con técnicas.	


Comentado [FP2]: Las bitácoras deben ir en orden. Es decir luego de esta prueba #1 del locro de zambo, debe seguir la bitácora #2 del locro de zambo.

Comentado [FP3]: No hay número de prueba....


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Trucha frita									
Prueba #	1 (2 de 2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Encurtido de rábano y col -Vinagre -Agua -Azúcar -Rábano -Col	320 gr 100 100 30 gr 80 gr 20 gr	Color: rosado Olor: fermentado Textura: lisa y crocante Sabor: dulce	Blanqueado Corte en juliana u corte en cuartos.	100°C	5 minutos	Fermentación	4°C	3 meses	N/A	25°C	Arreglar montaje y gramajes.
Salsa de pepa de zambo -Pepa de zambo -Cebolla -Ajo -Sal	100 gr 80 gr 15 gr 5 gr 2 gr	Color: verde agua Textura: líquido grumoso Olor: agradable	Tostado, sofrito y licuado	70°C 25°C	10 minutos	N/A	N/A	N/A	N/A	65°C o 25°C	
Menestra(sifón) -Agar agar -Lenteja -Agua -Sofrito	400 gr 4 gr 200 gr 250 gr 50 gr	Color: café claro Textura: cremoso	Hervor, licuado y cernir Sifón	80°C 100 °C	30 min 2 min	N/A N/A	25°C 25°C	N/A N/A	N/A Baño maría directo	65°C	


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Trucha frita										
Prueba #	2 (2 de 2)											
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones	
Encurtido -Rábano -Col -Vinagre -Agua -Azúcar	20 gr	Color: rosado Olor: fermentado Textura: lisa y crocante Sabor: dulce	Blanqueado Lavar y cortar en pluma	100°C	5 minutos	Fermentación	4°C	3 meses	N/A	25°C	Arreglar montaje y gramajes. Y agregar mas productos.	
Salsa de pepa de zambo -Pepa de zambo -Cebolla -Ajo -Sal	100 gr 80 gr 15 gr 5 gr 2 gr	Color: verde agua Textura: liquido grumoso Olor: agradable	Tostado, sofrito y licuado	70°C 25°C	10 minutos	N/A	N/A	N/A	N/A	65°C o 25°C		
Menestra(sifón) -Agar agar -Lenteja -Agua -Sofrito	400 gr 4 gr 200 gr 250 gr 50 gr	Color: café claro Textura: cremoso	Hervor, licuado y cernir Sifón	80°C 100 °C	30 min 2 min	N/A N/A	25°C 25°C	N/A	Baño maría directo	65°C		


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Trucha frita										
Prueba #	3 (2 de 2)											
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones	
Encurtido de -Rábano -Vinagre -Agua -Azúcar	100 gr 130 gr 130 gr 30 gr	Color: rosado Olor: fermentado Textura: lisa y crocante Sabor: dulce	Blanqueado	100°C	5 minutos	Fermentación	4°C	3 meses	N/A	25°C	Arreglar montaje y gramajes.	
Ensalada de -Tomate -Cebolla	50 gr 20 gr	Color: rojo Textura: suave y crocante	Lavar y cortar en pluma la cebolla, en cuartos el tomate	25°C	5 minutos	N/A	N/A	N/A	N/A	25°C		
Mote Agua	500 gr 700 gr	Color: blanco Textura: suave	Hervor	100°C	1:30 h/ min	Congelación	-4°C	3 a 6 meses	Hervor	65°C		
Salsa -Pepa de zambo -Cebolla -Ajo -Sal	100 gr 80 gr 15 gr 5 gr 2 gr	Color: verde agua Textura: liquido grumoso Olor: agradable	Tostado, sofrito y licuado	70°C 25°C	10 minutos	N/A	N/A	N/A	N/A	65°C o 25°C		
Menestra(sifón) -Agar agar -Lenteja -Agua -Sofrito	400 gr 4 gr 200 gr 250 gr 50 gr	Color: café oscuro Textura: cremoso	Hervor, licuado y cernir Sifón	80°C 100 °C	30 min 2 min	N/A N/A	25°C 25°C	N/A N/A	N/A Baño maría directo	65°C		


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Trucha frita									
Prueba #	4 (2 de 2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Encurtido de -Rábano -Vinagre -Agua -Azúcar	100 gr 130 gr 130 gr 30 gr	Color: rosado Olor: fermentado Textura: lisa y crocante Sabor: dulce	Blanqueado	100°C	5 minutos	Fermentación	4°C	3 meses	N/A	25°C	Se cambió el montaje de guarniciones y salsas. Aprobada.
Ensalada de cebolla, tomate y germinado de lechuga	50 gr 80 gr 50 gr	Color: rojo, morado y verde Textura: suave, crocante, fresca	Lavar, cortar en pluma, en cuartos	N/A	10 minutos	N/A	N/A	N/A	N/A	25°C	
Salsa -Pepa de zambo -Cebolla -Ajo -Sal	100 gr 80 gr 15 gr 5 gr 2 gr	Color: verde agua Textura: liquido grumoso Olor: agradable	Tostado, sofrito y licuado	70°C 25°C	10 minutos	N/A	N/A	N/A	N/A	65°C o 25°C	
Moro de lenteja y mote	100 gr 100 gr	Color: marrón Textura: cremoso	Cocción por salteado	100° C 92°C	30 min-60 min 6 min	Refrigeración N/A	-4°C N/A	3 meses N/A	Cocción hervor Cocción directa	65°C 65°C	
Menestra(sifón) -Agar agar -Lenteja -Agua -Sofrito	400 gr 4 gr 200 gr 250 gr 50 gr	Color: café oscuro Textura: cremoso	Hervor, licuado y cernir Sifón	80°C 100 °C	30 min 2 min	N/A N/A	25°C 25°C	N/A N/A	N/A Baño maría directo	65°C	

5.1.2.1.3. **Postre:** Mousse de dulce de arroz con leche.

Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Mousse de dulce de arroz con leche									
Prueba #	1 (1/2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Dulce -Arroz -Agua -Leche -Leche conden. -Leche evapora. -Canela	100 gr 200 gr 150 gr 150 gr 100 gr 10 gr	Color: Crema Textura: cremoso Olor y sabor: Dulce	Cocción por hervor y reducción	85°C	60 min	Refrigeración	4°C	2 semanas	N/A	20°C	Se debe cambiar gramaje de mousse
Gelatina Leche Chocolate	4 gr 176 gr 256 gr		Cocción por hervor	100°C	3 min	N/A	N/A	N/A	N/A	65°C	
Crema de leche	300 gr	Color: crema Textura: cremoso	Montar punto letra	N/A	6 min	N/A	N/A	24 horas	N/A	25°C	
Flor de estación	1 gr	Color: morado Textura: lisa Sabor: frescura	Lavado	N/A	N/A	N/A	N/A	24 horas	N/A	25°C	


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Mousse de dulce de arroz con leche (Terrificación de chocolate, escalfado de durazno, mistela de pasas)									
Prueba #	1 (2 de 2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Chocolate semiamargo	50 gr	Color: café oscuro Olor: tierra Textura: lisa	Baño maría	60°C	5 minutos	N/A	Al ambiente	3 meses	N/A	25°C	Se debe cambiar gramaje del mousse
Maltodextrina	100 gr	Color: blanco Textura: arenoso	Salteado	92°C	5 minutos	N/A	Al ambiente	N/A	N/A		
Escalfado de -Durazno -Azúcar -Agua	150 gr 100 gr 50 gr	Color: amarillo Sabor: dulce Olor: dulce	Escalfado Reducción	85°C 70°C	40 minutos	Refrigeración	4°C	3 meses	N/A	25°C	
Alcohol de caña -Pasas -Agua	50 gr 25 gr 30 gr	Color: marrón Textura: rugosa y líquida Olor: fuerte	Cocción por blanqueado y por reducción	92°C 80°C	4 min 10 min	Refrigeración	4°C	3 meses	N/A	25°C	


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Mousse de dulce de arroz con leche									
Prueba #	1 (1/2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Dulce -Arroz -Agua -Leche -Leche conden. -Leche evapora. -Canela	100 gr 200 gr 150 gr 150 gr 100 gr 10 gr	Color: Crema Textura: cremoso Olor y sabor: Dulce	Cocción por hervor y reducción	85°C	60 min	Refrigeración	4°C	2 semanas	N/A	20°C	Se cambió gramaje de mousse y es aprobado.
Gelatina Leche Chocolate	4 gr 176 gr 256 gr		Cocción por hervor	100°C	3 min	N/A	N/A	N/A	N/A	65°C	
Crema de leche	300 gr	Color: crema Textura: cremoso	Montar punto letra	N/A	6 min	N/A	N/A	24 horas	N/A	25°C	
Flor de estación	1 gr	Color: morado Textura: lisa Sabor: frescura	Lavado	N/A	N/A	N/A	N/A	24 horas	N/A	25°C	


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Mousse de dulce de arroz con leche (Terrificación de chocolate, escalfado de durazno, mistela de pasas)									
Prueba #	2 (2 de 2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Chocolate semiamargo	50 gr	Color: café oscuro Olor: tierra Textura: lisa	Baño maría	60°C	5 minutos	N/A	Al ambiente	3 meses	N/A	25°C	Se debe cambiar gramaje del mousse
Maltodextrina	100 gr	Color: blanco Textura: arenoso	Salteado	92°C	5 minutos	N/A	Al ambiente	N/A	N/A		
Durazno Azúcar Agua	150 gr 100 gr 50 gr	Color: amarillo Sabor: dulce Olor: dulce	Escalfado Reducción	85°C 70°C	40 minutos	Refrigeración	4°C	3 meses	N/A	25°C	
Alcohol de caña Pasas Agua	50 gr 25 gr 30 gr	Color: marrón Textura: rugosa y líquida Olor: fuerte	Cocción por blanqueado y por reducción	92°C 80°C	4 min 10 min	Refrigeración	4°C	3 meses	N/A	25°C	


Menú 2


5.1.2.1.4. **Entrada:** Sopa de arroz de cebada.


Nombre del realizador: Bueno Joselín Santos Katherin		Sopa de arroz de cebada									
Prueba #	1 (1/2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Costillas de cerdo	450 gr	Color: Café marrón Olor: cárnico Textura: suave	Cocción al vacío	80 °C	2:30 H/m	N/A	N/A	N/A	Sellado	65°C	Preparación aprobada en cuestión a sabores, cambiar emplatado.
-Sal -Pimienta -Romero	20 gr 3 gr 5 gr										
-Agua -A. de cebada -Carne de cerdo -Comino -Sal -Ajo	500 gr 100 gr 50 gr 4 gr 5 gr 7 gr	Color: café claro Textura: Espeso Olor: cárnico	Cocción por hervor	98°C	1:30 H/m	N/A	N/A	N/A	Hervor en cacerola	65°C	
Espuma de la sopa de arroz de cebada Papa Agar agar	400 gr 20 gr 4 gr	Color: marrón Textura: cremoso	Hervor / Sifón	80°C	2 min	N/A	25°C	N/A	Baño maría directo	65°C	


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Sopa de arroz de cebada									
Prueba #	2 (1/2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Costillas de cerdo -Sal -Pimienta -Romero	110 gr	Color: Café marrón Textura: Espeso Olor: característico	Cocción al vacío	80 °C	2:30 H /m	N/A	N/A	N/A	Sellado	65°C	Montaje cambiado, de igual manera vajillas pero falta dar vida al plato.
-Agua - A. de cebada -Carne de cerdo -Comino -Sal -Ajo	500gr 100 gr 50 gr 4 gr 5 gr 7 gr	Color: café claro Textura: Espeso Olor: cárnico	Cocción por hervor	98°C	1:30 H/m	N/A	N/A	N/A	Hervor en cacerola	65°C	
Espuma de la sopa de arroz de cebada Papa Agar agar	400 gr 20 gr 4 gr	Color: marrón Textura: cremoso	Hervor / Sifón	100°C	2 min	N/A	25°C	N/A	Baño maría directo	65°C	

Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Sopa de arroz de cebada									
Prueba #	2 (2/2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Chucrut de col -Col -Sal	300 gr 30 gr	Color: verde Olor: fermentado Textura: lisa y crocante Sabor: salado	Blanqueado	100°C	3 min	Fermentación	4°C	2 meses	N/A	25°C	
Crocante de mote -Crema de leche -Maicena	150 gr 10 gr 6 gr	Color: crema Textura: crocante	Deshidratar	120°C	25 min	N/A	N/A	N/A	N/A	25°C	

Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Sopa de arroz de cebada									
Prueba #	3 (1/2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Costillas de cerdo -Sal -Pimienta -Romero	110 gr	Color: Café marrón Textura: Espeso Olor: característico	Cocción al vacío	80 °C	2:30 H /m	N/A	N/A	N/A	Sellado	65°C	Mismo montaje, se cambió el color del crocante y se añadió flor de estación
-Agua - A. de cebada -Carne de cerdo -Comino -Sal -Ajo	500gr 100 gr 50 gr 4 gr 5 gr 7 gr	Color: café claro Textura: Espeso Olor: cárnico	Cocción por hervor	98°C	1:30 H/m	N/A	N/A	N/A	Hervor en cacerola	65°C	
Espuma de la sopa de arroz de cebada Papa Agar agar	400 gr 20 gr 4 gr	Color: marrón claro Textura: cremoso Y consistente	Hervor / Sifón	100°C	2 min	N/A	25°C	N/A	Baño maría directo	65°C	


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Sopa de arroz de cebada										
Prueba #	3 (2/2)											
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones	
Chucrut de col -Col -Sal	300 gr 30 gr	Color: verde Olor: fermentado Textura: lisa y crocante Sabor: salado	Blanqueado	100°C	3 min	Fermentación	4°C	2 meses	N/A	25°C		
Crocante de mote -Crema de leche -Maicena	150 gr 10 gr 6 gr	Color: crema Textura: crocante	Deshidratar	120°C	25 min	N/A	N/A	N/A	N/A	25°C		
Flor de estación	2 gr	Color: violeta Sabor: frescura	Lavado	N/A	N/A	Agua	4°C	24 horas	N/A	25°C		


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Sopa de arroz de cebada										
Prueba #	4 (1/2)											
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones	
Costillas de cerdo -Sal -Pimienta -Romero	110 gr	Color: Café marrón Textura: Espeso Olor: característico	Cocción al vacío	80 °C	2:30 H /m	N/A	N/A	N/A	Sellado	65°C	El montaje del plato, gramaje y sabores quedan aprobados.	
-Agua - A. de cebada -Carne de cerdo -Comino -Sal -Ajo	500gr 100 gr 50 gr 4 gr 5 gr 7 gr	Color: café claro Textura: Espeso Olor: cárnico	Cocción por hervor	98°C	1:30 H/m	N/A	N/A	N/A	Hervor en cacerola	65°C		
Espuma de la sopa de arroz de cebada Papa Agar agar	400 gr 20 gr 4 gr	Color: marrón Textura: cremoso Y consistente	Hervor / Sifón	100°C	2 min	N/A	25°C	N/A	Baño maría directo	65°C		


Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Sopa de arroz de cebada										
Prueba #	4 (2/2)											
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones	
Chucrut de col -Col -Sal	300 gr 30 gr	Color: verde Olor: fermentado Textura: lisa y crocante Sabor: salado	Blanqueado	100°C	3 min	Fermentación	4°C	2 meses	N/A	25°C		
Crocante de mote -Crema de leche -Maicena	150 gr 10 gr 6 gr	Color: crema Textura: crocante	Deshidratar	120°C	25 min	N/A	N/A	N/A	N/A	25°C		
Flor de estación	2 gr	Color: violeta Sabor: frescura	Lavado	N/A	N/A	Agua	4°C	24 horas	N/A	25°C		


5.1.2.1.5. **Fuerte:** Seco de carne oreada

5.1.2.1.6. Postre: Helado de dulce de babaco

Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Helado de dulce de babaco									
Prueba #	1 (1/2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Babaco Panela Agua	150 gr 50 gr 50 gr	Color: blanco Textura: suave y cremoso Olor y sabor: Dulce	Cocción por hervor, temperar	92°C	8 min	Congelación	-4°C	4 semanas	N/A	20°C	Se cambia receta de helado. Con un crema inglesa
Leche Leche en polvo Glucosa Dextrosa Crema de leche Estabilizante Pulpa de dulce de babaco	500 gr 40 gr 80 gr 20 gr 120 gr 4 gr 50 gr										
Flor de estación	1 gr	Color: morado Textura: lisa Sabor: frescura	Lavado	N/A	N/A	N/A	N/A	24 horas	N/A	25°C	

Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Helado de dulce de babaco (esponja de pan mestizo, mistela de babaco)									
Prueba #	1 (2 de 2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Harina Claras de huevo Huevo Sal Azúcar Leche	140 gr 30 gr 180 gr 3 gr 5 gr 100 gr	Color: marrón claro Olor: harina Textura: elástica, suave	Sifón /microondas	100 °C	60 segundos	N/A	Al ambiente	N/A	N/A	25°C	Se debe cambiar receta de helado
Alcohol de caña Babaco Agua	50 gr 25 gr 30 gr	Color: marrón Textura: rugosa y líquida Olor: fuerte	Cocción por blanqueado y por reducción	92°C 80°C	4 min 10 min	Refrigeración	4°C	3 meses	N7A	25°C	

Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Helado de dulce de babaco										
Prueba #	2 (1/2)											
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones	
Babaco Panela Agua	150 gr 50 gr 50 gr	Color: blanco Textura: suave y cremoso Olor y sabor: Dulce	Cocción por hervor, temperar	92°C	8 min	Congelación	-4°C	4 semanas	N/A	20°C	Aprobado	
Leche Leche en polvo Glucosa Dextrosa Crema de leche Estabilizante Yemas de huevo Pulpa de dulce de babaco	500 gr 40 gr 80 gr 20 gr 120 gr 4 gr 73 gr 50 gr											
Flor de estación	1 gr	Color: morado Textura: lisa Sabor: frescura	Lavado	N/A	N/A	N/A	N/A	24 horas	N/A	25°C		

Nombre del realizador: Bueno Joselin Santos Katherin		Helado de dulce de babaco (esponja de pan mestizo, mistela de babaco)									
Prueba #	2 (2 de 2)										
Ingredientes	Peso	Características Organolépticas	Método de Cocción/Elaboración	Temperatura de cocción	Tiempo de Cocción/Elaboración	Método de conservación	Temperatura de conservación	Tiempo de conservación	Método de regeneración del producto	Temperatura de servicio	Observaciones
Harina Claras de huevo Huevo Sal Azúcar Leche	140 gr 30 gr 180 gr 3 gr 5 gr 100 gr	Color: marrón claro Olor: harina Textura: elástica, suave	Sifón /microondas	100 °C	60 segundos	N/A	Al ambiente	N/A	N/A	25°C	Textura perfecta del helado no cristalizado. Aprovado
Alcohol de caña Babaco Agua	50 gr 25 gr 30 gr	Color: marrón Textura: rugosa y líquida Olor: fuerte	Cocción por blanqueado y por reducción	92°C 80°C	4 min 10 min	Refrigeración	4°C	3 meses	N7A	25°C	

5.1.3 Fichas Estandarizadas.

Las fichas estandarizadas, se componen por hojas de ruta y fichas de costos. Estos se dividen en fichas y subfichas, en las fichas se detallan los elementos que componen un producto final, y las subfichas se detallan los ingredientes que componen cada preparación. (Alvarado C y Pacheco J, 2019).

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. (Alvarado C y Pacheco J, 2019).

Items de la hoja de ruta.

- Nombre y logotipo del instituto
- **Ficha técnica:** nombre de la preparación.
- **Tipo de plato:** si el plato es tipo fuerte, postre, entrada.
- **Ingredientes:** lo que se va a utilizar para la preparación con gramajes.
- **Mise en place:** productos que tengan un corte determinado.
- **Foto:** producto final.
- **Ingrediente, técnica, tiempo y temperatura:**
- **Equipos y utensilios:** lo que se utiliza para la preparación
- **Preparación:** descripción de la receta.
- **Observación:** algún punto podría ser explicado más detalladamente por ejemplo temperatura, etc.

A continuación, modelo de la hoja de ruta:

Comentado [FP4]: No hay descripción de ítems de la hoja de ruta....


INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA:			
Tipo de Plato:			
Foto	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Equipos y Utensilios:			
PREPARACIÓN:			
Observaciones:			

Ilustración 16. Modelo de Ficha Estándar. Katherin S.

La ficha de costos, permite determinar el valor del plato 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. (Alvarado C y Pacheco J, 2019).

Ítems de la ficha base de costos

- **Logotipo del instituto**
- **Costos:** nombre de la elaboración
- **Chef:** nombre del autor
- **Tipo de plato:** tipo de plato entrada, fuerte, o postre.
- **Costo por plato:** costo de la receta
- **Tamaño porción:** gramaje de porción
- **Raciones:** número de porciones
- **Nº:** número de cada producto
- **Cantidad:** cantidad individual
- **UND:** unidad de medida empleada
- **Ingrediente:** productos
- **Costo por kilo:** costo por kilo
- **Costo receta:** costo de la elaboración
- **Presentación:** presentación en el que se adquiere el producto
- **Gramaje bruto por comprar:** comprado
- **Factor corrección:** factor corrección
- **P.V.P (Precio venta al público):** precio en el que se espera vender al público
- **Costo por kilo de elaboración:** precio del plato.

A continuación, la modelo de ficha de **costos:**

Comentado [FP5]: Sin descripción de ítems.


 www.sudamericano.edu.ec								
Costos:		0						
Chef:								
Tipo de Plato:		0		Tamaño porción				
Costo por		#DIV/0!		Raciones			#iDIV/0!	
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	0	0	0		0,00		0	
2	0	0	0		0,00		0	
3	0	0	0		0,00		0	
4	0	0	0		0,00		0	
5	0	0	0		0,00		0	
6	0,0	0	0		0,00		0	
7	0	0	0		0,00		0	
8	0	0	0		0,00		0	
9	0	0	0		0,00		0	
10	0	0	0		0,00		0	
11	0	0	0		0,00		0	
12	0	0	0		0,00		0	
0		Peso Total receta			0,00	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				#iDIV/0!				
Costo por kilo de elaboración				#iDIV/0!				

Ilustración 17. Modelo de ficha de gramaje y costos. Santos K

5.1.3.1 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), así lo redactan Alvarado C y Pacheco J.

Comentado [FP6]: Descripción.....

Ítems que conforman la base de datos.

- **Grupos:** Alimentos separados según su tipo
- **Ingrediente final:** nombre del ingrediente que se obtiene
- **Presentación de compra:** en qué presentación se adquiere el producto
- **Proveedor:** donde se compra

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
CÁRNICOS												
	Costillas de cerdo	Cerdo entero	La Italiana	1	KG	7,56	0,80	0,20	0,00	80	1,3	9,45
	Filete de trucha	Trucha entera	Supemaxi	1	KG	4,53	1,00	0,00	0,00	100	1,0	4,53
	Filete de res	Carne de res entero	La Italiana	1	KG	5,32	0,90	0,10	0,00	90	1,1	5,91
LÁCTEOS												
	Leche	Leche entera	Coral	1	Lt	\$ 1,00	0,90	0,10	0,00	90	1,1	1,11
	Leche evaporada	Leche entera	Coral	1	KG	\$ 2,50	0,80	0,20	0,00	80	1,3	3,13
	Leche condensada	Leche entera	Coral	1	KG	\$ 2,00	0,90	0,10	0,00	90	1,1	2,22
	Crema de leche	Leche entera	Coral	1	Lt	\$ 3,00	1,00	0,00	0,00	100	1,0	3,00
	Queso	Funda de plastico	Coral	1	KG	\$ 2,65	1,00	0,00	0,00	100	1,0	2,65
FRUTAS												
	Durazno pelado	Durazno con pepa	Merca do	1	KG	2,00	0,70	0,30	0,00	70	1,4	2,86
	Babaco	Babaco entero	Merca do	1	kg	1,50	0,75	0,25	0,00	75	1,3	2,00
HORTALIZAS												
VEGETALES												
	Anveja	Vainas enteras	Merca do	1	KG	2,50	1,00	0,00	0,00	100	1,0	2,50
	Frijol	Vainas enteras	Merca do	1	KG	2,50	1,00	0,00	0,00	100	1,0	2,50
	Ajo	Ajo entero en pe pa	Merca do	1	KG	1,50	0,70	0,30	0,00	70	1,4	2,14
	Papa	Papa chola	Merca do	1	KG	3,50	0,85	0,15	0,00	85	1,2	4,12
	Tomate riñón	Tomate riñón	Merca do	1	KG	3,00	0,90	0,10	0,00	90	1,1	3,33
	Cebolla morada	Cebolla morada	Merca do	1	KG	2,00	0,90	0,10	0,00	90	1,1	2,22
	Choclo tierno	Grano entero	Merca do	1	KG	2,50	0,80	0,20	0,20	80	1,3	2,50
	Mota	Grano entero	Merca do	1	KG	3,00	0,80	0,20	0,00	80	1,3	3,75
	Zambo	Zambo	Merca do	1	KG	3,00	0,75	0,25	0,00	75	1,3	4,00
	Aguate	Aguate	Merca do	1	KG	2,00	0,80	0,20	0,00	80	1,3	2,50
	Rábano	Rábano	Merca do	1	KG	1,50	0,95	0,05	0,00	95	1,1	1,58
	Limón	Limón	Merca do	1	KG	2,00	0,70	0,30	0,00	70	1,4	2,86
	Col	Col	Merca do	1	KG	0,50	0,90	0,10	0,00	90	1,1	0,56
	Zanahoria	Zanahoria	Merca do	1	KG	1,00	0,85	0,15	0,00	85	1,2	1,18
	Brócoli	Brócoli	Merca do	1	KG	0,80	0,60	0,40	0,00	60	1,7	1,33
	Coliflor	Coliflor	Merca do	1	KG	0,80	0,60	0,40	0,00	60	1,7	1,33
	Aji	Aji	Merca do	1	KG	1,50	0,90	0,10	0,00	90	1,1	1,67
	Geminado de lechuga	Geminado de lechuga	Merca do	1	KG	1,00	1,00	0,00	0,00	100	1,0	1,00
	Tomate cherry	Tomate cherry	Coral	1	KG	2,25	1,00	0,00	0,00	100	1,0	2,25
ABARROTES												
	Maicena	Funda	Miraflores	1	LTS	6,55	1,00	0,0	0,00	100	1,00	6,55
	Harina	Funda	Coral	1	KG	0,50	1,00	0,0	0,00	100	1,00	0,50
	Huevos	Cubeta	Coral	1	KG	3,25	1,00	0,0	0,00	100	1,00	3,25
	Comino	Funda	Coral	1	KG	2,10	1,00	0,0	0,00	100	1,00	2,10
	Canela	Ca nela en rama	Coral	1	KG	1,82	1,00	0,0	0,00	100	1,00	1,82
	Pimienta	Funda	9 de Octubre	1	KG	3,00	1,00	0,0	0,00	100	1,00	3,00
	Sal	Funda de sal	Coral	1	KG	0,80	1,00	0,0	0,00	100	1,00	0,80
	Arroz	Arroz	Coral	1	KG	1,25	1,00	0,0	0,00	100	1,00	1,25
	Romero	Atado	Merca do	1	KG	2,50	0,90	0,1	0,00	90	1,11	2,78
	Maltodextrina	Funda	Freire	1	KG	3,20	0,50	0,5	0,00	50	2,00	6,40
	Agar agar	Funda	Freire	1	KG	2,60	1,00	0,0	0,00	100	1,00	2,60
	Chocolate semi amargo	Pesado	Frutos secos	1	KG	3,70	1,00	0,0	0,00	100	1,00	3,70
	Dextrosa	Funda	Freire	1	KG	2,80	0,40	0,6	0,00	40	2,50	7,00
	Estabilizante	Funda	Freire	1	KG	4,00	0,60	0,4	0,00	60	1,67	6,67
	Azúcar invertida	Tartrina de plastico	Freire	1	KG	2,30	0,70	0,3	0,00	70	1,43	3,29
	Cápsulas de CO2	Cápsulas	Ba	1	KG	7,89	1,00	0,0	0,00	100	1,00	7,89
	Gelatina sin sabor	Sobres	Coral	1	KG	2,45	1,00	0,0	0,00	100	1,00	2,45
	Lactato de calcio	Funda	Freire	1	KG	3,58	1,00	0,0	0,00	100	1,00	3,58
	Alginato	Funda	Freire	1	KG	4,65	1,00	0,0	0,00	100	1,00	4,65
	Mantequilla	Pesado	Coral	1	KG	2,55	0,60	0,4	0,00	60	1,67	4,25
	Chocolate blanco	Pesado	Frutos secos	1	KG	3,00	1,00	0,0	0,00	100	1,00	3,00
	Oregano	Atado	Merca do	1	KG	4,15	0,90	0,1	0,00	90	1,11	4,61

Tabla 9. Base de datos de la propuesta. Santos K



5.1.3.2 Hoja De Ruta


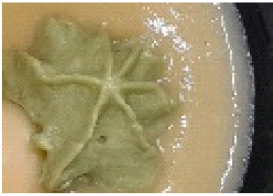
5.1.3.2.1 Locro de zambo.

ENTRADA: Locro de zambo

Detalles: El locro de sambo es una sopa similar al locro de papas, ya que este es preparado de la misma manera, pero con la ligera diferencia que el caldo es hecho de sambo el mismo que da el espesor y algunos granos tiernos que le resaltan en el locro acompañado de mote, queso y aguacate en algunas mesas del hogar azuayo.

Comentado [FP7]: Aquí podría ir el detalle que está en páginas anteriores. Colocar número de páginas



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO			
FICHA TÉCNICA: locro de sambo			
Tipo de Plato:		entrada	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	150	9	sambo
	20	9	cebolla
	50	9	papa
	5	9	ajo
	3	9	sal
	15	9	frejol
	2	9	comino
15	9	choclo	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
sambo	brunoise	cebolla	brunoise
papa	dice 1*1	ajo	brunoise
sal	N/A	frejol	N/A
		choclo	
		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
cebolla, . Ajo, comino/ refrito, 5 mnts, 65 °c			
zambo, refrito, choclo, frejol/ coccion, 45 mnts, 80 °c			
Equipos y Utensilios:			
cacerola, bolws, cuchillos			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. primer hacer un refrito con los vegetales. 2. luego añadir el sambo y agregar el agua, tapar y dejar hervir. 3. por ultimo agregar el choclo, frejol y la papa. 			
Observaciones:			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO			
FICHA TÉCNICA: espuma de aguacate			
Tipo de Plato:		entrada	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	9	aguacate
	30	ml	crema de leche
	3	g	gelatina sin sabor
	15	ml	agua
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
aguacate	n/A	crema de leche	N/A
gelatina sin sabor	n/A	agua	N/A
0	N/A	0	N/A
		0	
		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
aguacate, crema de leche, gelatina/espuma, 5 mnts,			
Equipos y Utensilios:			
cacerola, bolws, cuchillos			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. procesar el aguacate con la crema de leche, luego colar. 2. luego en un bolw agregar la gelatina con el agua y activar mediante baño maria. 3. por ultimo agregar la gelatina a la mezcla del aguacate y llevarlo al sifon. 			
Observaciones:			



5.1.3.2.2 Trucha frita.



FUERTE: Trucha frita

Detalles: la trucha frita es un icono de la gastronomía cuencana, ya que se encuentra en todas las localidades del azuay especialmente en el Cajas, tradicionalmente se le fríe y se le acompaña con una ensalada encurtida, menestra. También menciona Maria Palaguachi que” al momento de servirla se le añade mote.”



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Trucha frita			
Tipo de Plato:		Fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	180	gr	Filete de trucha
	10	gr	Crocante de piel de trucha
	25	gr	Encurtido de rábano
	25	gr	Ensalada
	15	gr	Salsa de pepa de zambo
	40	ml	Moro de mote y lenteja
	15	ml	Espuma de menestra de lenteja
	2	gr	Flor de estación
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Filete de trucha	Filete	Crocante de piel de trucha	N/A
Encurtido de rábano	N/A	Ensalada	N/A
Salsa de pepa de zambo	N/A	Moro de mote y lenteja	N/A
Espuma de menestra de lenteja	N/A	Flor de estación	N/A
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Filete de trucha enrollado / sellado / 3 min por lado / 92°C			
Espuma de menestra de lenteja / cocción baño maría / 7 / 65°C			
Moro de lenteja y mote / cocción por calentado / 5 min / 92°C			
Equipos y Utensilios:			
Cacerolas, sartén de teflón, platos, sifón de cocina			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> Colocar las guarniciones frías y la salsa de pepa de zambo En medio del plato molocar en un molde el moro de lenteja y mote y colocar en el plato Sobre el moro colocar el rollo de carne de trucha previamente sellada Bañar el filete de trucha con la salsa y colocar alado el crocante d mote y la flor de estación Por ultimo, en la parte delantera del plato, se coloca la espuma de menestra de lenteja aldo del moro. Servir a 65°C. 			
Observaciones:			


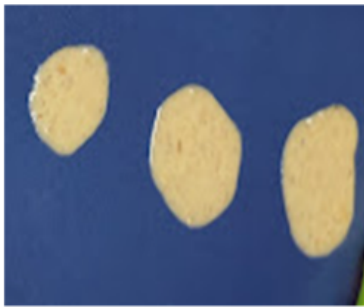
INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Filete de trucha al vacío			
Tipo de Plato:		Fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	450	gr	Filete de trucha
	5	gr	Sal
	3	gr	Pimienta
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Filete de trucha	N/a	Sal	N/A
Pimienta	N/A	0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Filete de trucha, sal, pimienta /Cocción al vacío /20 minutos / 65°C			
Equipos y Utensilios:			
Cacerolas, funda ziploc, cuchillo, tabla, bowls			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar, condimentar y enrollar el filete de trucha. 2. Colocar la carne dentro de la funda ziploc. 3. Añadir agua en un bowl grande, inserta la funda ziploc con la carne dentro evitando que entre agua en la misma 4. Luego que haya salido la mayor parte de aire, cerrar cuidadosamente. 5. En una cacerola a fuego lento añadir agua a una temperatura de 62°C, y colocar la funda. 6. Revisar constantemente, evitando que suba o baje la temperatura a los 60°C durante las 2 horas. 7. Luego de las horas retirar del agua caliente y colocar a baño maría inverso para cortar cocción. 			
Observaciones:			
Para servir el enrollado de filete de trucha se debe sellar para regenerar.			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Moro de lenteja y mote pelado			
Tipo de Plato:		Fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	gr	Lenteja cocinada
	100	gr	Mote pelado cocido
	80	gr	Cebolla
	6	gr	Sal
	25	gr	Crema de leche
	10	ml	Aceite
	15	gr	Queso parmesano
		gr	
	gr		
	gr		
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Lenteja cocinada	N/A	Mote pelado cocido	Triturar
Cebolla	Docle cincelado	Sal	N/A
Crema de leche	N/A	Aceite	N/A
Queso parmesano	Rallado	0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Aceite, cebolla, sal / sofrito / 3 minutos / 92°C			
Sofrito, lenteja, mote, queso parmesano, crema de leche / sofrito, mezclar / 5 min / 80°C			
Equipos y Utensilios:			
Sartén de teflón, cuchillos, tabla de picar, espátula de silicón			
PREPARACIÓN:			
1. Sofreír en aceite la cebolla, sal y cebolla en un sartén de teflon grande			
2. Sobre el sofrito añadir la lenteja y mote cortado, crema de leche y queso parmesano			
3. Mezclar bien, verificar sabores y servir			
4.			
5.			
6.			
7.			
Observaciones:			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</small> <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Guarnición de vegetales			
Tipo de Plato:		Fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	150	gr	Tomate cherry
	80	ml	Cebolla
	50	ml	Germinado de lechuga
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Tomate cherry	Rotura	Cebolla	Pluma
Germinado de lechuga	N/A	0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Tomate cherry /rotura / 4 minutos / 25 °C			
Cebolla / corte pluma / 2 minutos / 25°C			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, cuchillos, tabla de picar			
PREPARACIÓN:			
1. Lavar las hortalizas y cortar en pluma la cebolla y en rotura el tomate cherry.			
2. Lavar cuidadosamente los germinados de lechuga y dejarnos en agua.			
3. Colocar la cebolla en suficiente agua durante unos 20 minutos			
4. Servir junto al encurtido de rábano.			
5.			
6.			
7.			
Observaciones:			

Comentado [FP8]: Lavar y cortar las hortalizas con sus cortes? No se entiende detalles de preparación. Porque además según se ve la cebolla no tiene corte dice N/A

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Encurtido de rábano			
Tipo de Plato:		Fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	gr	Rábano
	130	ml	Vinagre
	330	ml	Agua
	30	gr	Azúcar
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Rábano	Cuartos	Vinagre	N/A
Agua	N/A	Azúcar	N/A
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Rábano, 200 ml agua / blanqueado / 3 min / 100°C			
Vinagre, agua, rábano / hervor / 2 min / 100°C			
Equipos y Utensilios:			
Cacerola, colador, cuchillo, tabla, vaso medidor, bowls			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar y cortar en cuartos al rábano 2. Colocar el rabano en una cacerola con agua en ebullición dejando hervir por 3 min 3. Colar el rábano, no botar el liquido 4. Llevar a ebullición el vinagre con el agua, y añadir el rabano, dejando hervir 2 minutos. 5. Colar el rábano, sin botar el liquido, y llevar a baño maria inverso el rábano 6. Luego que los liquidos esten a 30°C se puede colocar en un envase previamente esterilizado. 7. Colocando primero los rábanos, el liquido de viangre y agua. 			
Observaciones:			
En caso de que falte el liquido de vinagre con agua para cubrir el rábano se puede agregar el liquido donde se blanque el rábano.			

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Salsa de pepa de zambo			
Tipo de Plato:		Fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	gr	Pepa de zambo
	50	gr	Cebolla
	5	gr	Ajo
	4	gr	Sal
	10	gr	Crema de leche
	6	gr	Aceite
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Pepa de zambo	N/A	Cebolla	Docle cincelado
Ajo	Docle cincelado	Sal	N/A
Crema de leche	N/A	Aceite	N/A
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Pepa de zambo / tostado / 7 min / 80°C			
Cebolla, ajo, sal, aceite, pepa de zambo tostado / sofrito y licuar / 5 min / 60°C			
Mezcla, crema de leche / reducción / 4 min / 90°C			
Equipos y Utensilios:			
Sartén de teflón, cuchillos, tabla de picar, licuadora, espátula de silicón			
PREPARACIÓN:			
1. Tostar la pepa de zambo			
2. Sofreir en aceite la cebolla, ajo, sal y la pepa previamente tostada			
3. Llevar a licuar y colocar la mezcla en un sartén de teflon añadiendo crema de leche .			
5. Dejar reducir a fuego medio alto, verificar sabores y servir.			
5			
6.			
7.			
Observaciones:			
Se puede servir fría o caliente.			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Espuma de menestra de lenteja			
Tipo de Plato:		Fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	200	gr	Lenteja cocinada
	90	gr	Tomate riñón
	80	gr	Cebolla
	8	gr	Sal
	5	gr	Ajo
	10	ml	Aceite
	3	ml	Aceite de color
	4	gr	Agar agar
	1	und.	Capsula de CO2
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Lenteja cocinada	N/A	Tomate riñón	Concasse
Cebolla	Docle cincelado	Sal	N/A
Ajo	Docle cincelado	Aceite	N/A
Aceite de color	N/A	Agar agar	
Capsula de CO2		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Aceite de color, aceite, cebolla, tomate, ajo, sal / sofrito / 5 minutos / 92°C			
Sofrito, lenteja / cocción por reducción / 15 minutos / 95°C			
Menestra, agar agar / hervor / 2 min / 98°C			
Equipos y Utensilios:			
Sartén de teflón, cuchillos, tabla de picar, espátula de silicón, sifón, colador			
PREPARACIÓN:			
1. Sofreír en aceite la cebolla, sal, ajo, tomate riñón y cebolla en un sartén de teflon grande			
2. Sobre el sofrito añadir la lenteja y agua			
3. Dejar hervir por 15 minutos, llevar a licuar y cernir			
4. Luego de colar, colocar 500 gr de la menestra en una cacerola añadiendo los 4 gr de agar agar			
5. Llevar a ebullición por 2 minutos, y colocar la mezcla en la base del sifón.			
6. Luego de cerrar con la tapa el sifón, hacer movimientos de arriba abajo, por unos 3 minutos y servir.			
7.			
Observaciones:			
En caso de que se enfrie se puede regenerar a baño maria directo hasta los 60°C			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Crocante de piel de trucha			
Tipo de Plato:		Fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	50	gr	Piel de trucha
	25	ml	Aceite
	3	gr	Sal
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Piel de trucha	Cuadrados 5X5	Aceite	N/A
Sal	N/A	0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Piel de trucha / fritura / 3 minutos por cada lado / 92°C			
Equipos y Utensilios:			
Sartén de teflon, espátula, tabla de picar, cuchillo, bowls			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar y cortar en cuadrados de 5X5 la piel de trucha 2. Colocar a fuego medio alto el sartén de teflon junto con unas gotas de aceite y colocar la piel 3. Luego de los minutos dar la vuelta hasta que se dore por completo 4. Retirar del aceite y colocar en un papel absorbente los crocantes. 5. Servir después de reposar 3 minutos o se puede servir a 25 °C 6. 7. 			
Observaciones:			

5.1.3.2.3 Mousse de dulce de arroz con leche.



POSTRE: Mousse de dulce de arroz con leche



Detalle: este dulce se puede realizar en cualquier ocasión, pero destaca en la temporada de carnaval, la misma que hace años atrás se realizaban conservas de dulces ya sean de tomate de árbol, durazno, u otras frutas que eran de estación como la de manzana chilena, misma que se dan también “por el frío” las famosas mistelas.



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Mousse de dulce de arroz con leche			
Tipo de Plato:		Postre	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	80	gr	Mousse de dulce de arroz con
	10	gr	Escalfado de durazno
	10	gr	Terrificación de chocolate
	10	gr	Mistela de pasa
	2	gr	Flor de estación
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Mousse de dulce de arroz	N/A	Escalfado de durazno	N/A
Terrificación de chocolate	N/A	Mistela de pasa	N/A
Flor de estación	N/A	0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Mousse de dulce de arroz con leche /refrigeración/ 2 horas/ 4°C			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, moldes, espátula de acero inoxidable, platos de montaje			
PREPARACIÓN:			
1. Colocar en el plato en la mitad la terrificación de chocolate			
2. Colocar a los lados gotas de mistela de pasas			
3. Sobre la terrificación colocar el mousse y sobre el musse añadir el escalfado de durazno			
4. Y decorar con una flor de estación			
5.			
6.			
7.			
Observaciones:			

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO</small> SUDAMERICANO <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Dulce de arroz con leche			
Tipo de Plato:		Postre	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	gr	Arroz
	200	gr	Agua
	150	gr	Leche
	150	gr	Leche condensada
	150	gr	Leche evaporada
	5	gr	Canela
		gr	
		gr	
	gr		
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Arroz	N/A	Agua	N/A
Leche	N/A	Leche condensada	N/A
Leche evaporada	N/A	Canela	N/A
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Arroz, agua, canela /cocción por hervor / 20 minutos / 92°C			
Arroz cocido, leche evaporada. Leche condensada, leche / cocción por hervor / 30 min / 60°C			
Equipos y Utensilios:			
Cacerolas, bowls, espátula de silicona, licuadora, colador			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar el arroz y cocinar en agua 2. Luego de cocinarse ahí mismo se agrega la leche, leche evaporada y la leche condensada 3. Dejar cocinar hasta que obtenga una textura cremosa y que el dulce haya penetrado en el arroz. 4. Luego, retirar las ramas de canela y llevar a licuar y colar. 5. Colocar en un envase y reservar. 6. 7. 			
Observaciones:			

Comentado [FP9]: Se observa que la preparación está mezclada con la trucha. POR FAVOR REVISAR BIEN LAS FICHAS EXISTEN ALGUNOS ERRORES.

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Terrificación de chocolate			
Tipo de Plato:		Postre	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	gr	Chocolate semi amargo
	50	gr	Maltodextrina
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Chocolate semi amargo	N/A	Maltodextrina	N/A
0	N/A	0	N/A
0	N/A	0	N/A
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Maltodextrina, chocolate semi amargo /mezclar / 3 minutos /45°C			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, sartén, espátula de silicona, cacerola			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Derretir a baño maría el chocolate y mezclar con la maltodextrina 2. Llevar a fuego en una sartén, la mezcla de maltodextrina y chocolate hasta obtener lo deseado. 3. Retirar del fuego y colocar en un bowl. 4. 5. 6. 7. 			
Observaciones:			




INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Mistela de pasas			
Tipo de Plato:		Postre	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	50	gr	Pasas
	75	gr	Alcohol de caña
	100	ml	Agua
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Pasas	N/A	Alcohol de caña	N/A
Agua	N/A	0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Pasas, agua /blanqueado / 3 min / 100°C			
Pasas, alcohol de caña /hervor /3 min /92°C			
Equipos y Utensilios:			
Cacerola, licuadora			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Blanquear en agua en ebullición las pasas por 3 min 2. Colar las pasas. 3. En otra cacerola colocar el alcohol de caña junto con las pasa y dejar hervir por 3 min 4. Reirar del fuego y licuar. 5. Colocar en un envase previamente esterilizado 6. Servir . 7. 			
Observaciones:			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Escalfado de durazno			
Tipo de Plato:		Postre	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	gr	Durazno pelado
	75	gr	Azúcar
	40	gr	Agua
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Durazno pelado	1X1	Azúcar	N/A
Agua	N/A	0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Durazno, azúcar, agua /escalfado / 50 min/ 80°C			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, sartén, espátula de silicona			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> Colocar el durazno previamente picado en una sartén junto con el azúcar y el agua controlar la temperatura que este a 80°C y no pase Después de 50 minutos verificar la textura. Reír del fuego 			
Observaciones:			



5.1.3.2.4 Sopa de arroz de cebada.



ENTRADA: Sopa de arroz de cebada



Detalle: esta sopa es realizada ya que en esas épocas los granos secos eran más consumidos acompañados de papa, e incluso de zanahoria, lo más destacado fue que en la mayoría de las recetas tradicionales o entrevistas se reflejaba la utilización de la col en la sopa, por lo general esta sopa es acompañada por alguna proteína y es el cerdo.

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 		
FICHA TÉCNICA: Sopa de arroz de cebada				
Tipo de Plato:		Entrada		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		80	gr	Sopa de arroz de cebada
		80	gr	Costilla de cerdo
		10	gr	Crocante de mote
		20	gr	Chucrut de col
		25	gr	Espuma de arroz de cebada
		2	gr	Flor de estación
			gr	
			gr	
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Sopa de arroz de cebada	N/A	Costilla de cerdo	N/A	
Crocante de mote	N/A	Chucrut de col	N/A	
Espuma de arroz de cebada	N/A	Flor de estación	N/A	
0		0		
0		0		
0		0		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
Todos las preparaciones / montaje, emplatado / 4 minutos / 65°C				
Equipos y Utensilios:				
Cacerola, bowls, espátula de silicona, platos				
PREPARACIÓN:				
<ol style="list-style-type: none"> Colocar sobre el plato hondo una porción de sopa de arros de cebada Sobre él colocar la costilla previamente sellada Junto a la costilla colocar el chucrut de col y la espuma de arroz de cebada Para decoración colocar alado el crocante de mote y la flor de estación Servir a un atemperatura de 65°C 				
Observaciones:				

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Sopa de arroz de cebada			
Tipo de Plato:		Entrada	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	gr	Arroz de cebada
	250	gr	Agua
	100	gr	Carne de cerdo
	3 gr	gr	Comino molido
	4	gr	Sal
	4	gr	Ajo
	10	gr	Zanahoria
	10	gr	Papa
	30	gr	Cebolla
	5	gr	Aceite
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Arroz de cebada	N/A	Agua	N/A
Carne de cerdo	N/A	Comino molido	N/A
Sal	N/A	Ajo	Molido
Zanahoria	2X2	Papa	2X2
Cebolla	Doble cincelado	Aceite	N/A
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Aceite, cebolla, ajo, comino, sal /sofrito /4 minutos / 85°C			
Arroz de cebada, zanahoria, papa, agua /hervir /90 minutos / 93°C			
Equípos y Utensilios:			
Cacerolas, bowls, cuchillos, tablas, espátula de silicón			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Realizar en una cacerola el sofrito añadiendo aceite junto con la cebolla, ajo, sal, comino 2. Añadir el arroz de cebada previamente lavado, junto a la papa y zanahoria lavadas y cortadas 3. Añadir la carne de cerdo previamente lavada y agregar agua suficiente 4. Pasar revisando, moviendo la sopa para evitar que se pegue al fondo. 5. Luego de una 1 de hervor, revisar la textura del arroz de cebada y verificar sabores. 6. Servir. 			
Observaciones:			

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Costilla de cerdo			
Tipo de Plato:		Entrada	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	450	gr	Costillas de cerdo
	10	gr	Sal
	15	gr	Romero fresco
	3	gr	Pimienta
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Costillas de cerdo	2X5	Sal	N/A
Romero fresco	N/A	Pimienta	N/A
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Costilla de cerdo, sal, romero / Cocción al vacío / 120 minutos / 80°C			
Equipos y Utensilios:			
Cacerolas, funda ziploc, cuchillo, tabla, bowls			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar y cortar la costilla de cerdo 2. Condimentar la costilla de cerdo y colocar dentro de la funda ziploc 3. Añadir agua en un bowl grande, inserta la funda ziploc con la carne dentro evitando que entre agua en la misma 4. Luego que haya salido la mayor parte de aire, cerrar cuidadosamente. 5. En una cacerola a fuego lento añadir agua a una temperatura de 82°C, y colocar la funda 6. Revisar constantemente, evitando que suba o baje la temperatura a los 80°C durante las 2 horas. 7. Luego de las horas retirar del agua caliente y colocar a baño maría inverso para cortar cocción. 			
Observaciones:			
Para servir la costilla de cerdo se debe sellar para regenerar.			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Chucrut de col			
Tipo de Plato:		Entrada	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	300	gr	Col
	30	gr	Sal
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Col	Juliana	Sal	N/A
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Col /blanqueado /3 min / 100°C			
Col, sal / fermentación / 5 min / 25°C			
Equipos y Utensilios:			
Cacerola, cernidor, tabla, cuchillo, vaso de vidrio, bowls			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar y en corte juliana la col 2. Llevar a ebullición el agua y blanquear por 3 minutos la col 3. Retirar del fuego, colar y llevar a baño maría inverso para cortar cocción 4. Colocar la col y sal en un vaso de vidrio previamente esterilizado 5. Añadir un poco del líquido del hervor y cerrar dejando reposar por días (3 días). 6. Servir 7. 			
Observaciones:			




INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Espuma de sopa de arroz de cebada			
Tipo de Plato:		Entrada	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	400	gr	Sopa de arroz de cebada
	4	gr	Agar agar
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Sopa de arroz de cebada	Licuar	Agar agar	N/A
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Sopa de arroz de cebada, agar agar / ebullición / 2 min / 100°C			
Equipos y Utensilios:			
Cacerola, espátula de silicona, sernidor. Licuadora, bowl, sifón, capsula de CO2			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> Licuar y cernir la sopa de arroz de cebada Colocar en una cacerola lo cernido llevar a fuego y colocar el agar agar y revolver bien Dejar hervir por 2 minutos y retirar del fuego Colocar la mezcla en el sifón de cocina, cerrar con la tapa e introducir la capsula. Hacer ligeros movimientos y dejar reposar 10 minutos hasta que baje la temperatura a 65°C Colocar boca arriba el sifón y ligeramente colocar la espuma sobre la sopa. 			
Observaciones:			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Crocante de mote			
Tipo de Plato:		Entrada	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	150	gr	Mote cocido
	10	gr	Crema de leche
	6	gr	Maicena
	2	gr	Sal
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Mote cocido	Licuar	Crema de leche	N/A
Maicena	N/A	Sal	
0		0	
0		0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Mote cocido, agua / licuar / 3 minutos / 25°C			
Mote en puré, crema de leche, sal, maicena / deshidratar / 25 min / 120°C			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, licuadora, espátula de cocina, tapete de silicon, homo			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Procesar el mote en la licuadora con un poco de agua 2. Colocar el puré en un bowl y mezclar con la maicena, sal y crema de leche 3. Luego de obtener una consistencia homogénea y consistente se coloca en el tapete de silicon 4. Moldear hasta dejar una capa fina y tapar con otro tapete 5. Llevar al horno a una temperatura de 120 °C por 25 minutos, verificando que no se quema 6. Dejar enfriar y consumir. 7. 			
Observaciones:			


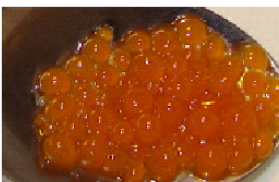
5.1.3.2.5 Seco de carne oreada.

Detalle: La carne oreada se ha utilizado durante décadas para obtener mayor conservación de las carnes e incluso para una mayor cocción de la carne, el seco es acompañado de zanahoria y arveja como guarniciones de vegetales se acompañaba de hortalizas o vegetales que había en la huerta de los hogares cuencanos, por eso está la coliflor y el brócoli, y no falta en la mesa el tradicional ají de tomate de árbol.

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO			
FICHA TÉCNICA: seco de carne			
Tipo de Plato:		fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	150	9	carne oreada
	30	g	cebolla
	20	ml	pimiento rojo
	5	ml	ajo
	3	g	sal
	6		maicena
10		mantequilla	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
carne oreada	fileteada	cebolla	brunoise
pimiento rojo	brunoise	ajo	brunoise
sal	N/A	maicena	N/A
		mantequilla	
		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
cebolla, pimiento, Ajo, comino/ refrito, 5 mnts, 65°C			
Equipos y Utensilios:			
cacerola, bolws, cuchillos			
PREPARACION:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. picar todos los vegetales y hacer un refrito con sal y comino. 2. luego agregar la carne de manera enrollada y mezclar. 3. despues licuar una naranja y agregar al refrito con Mas agua, tapar dejar hervir por 30 minutos o hasta que la carne este cocinada. 4. por ultimo disolver la maicena con agua fria y agregar a la coccion para que especie 			
Observaciones:			

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
FICHA TÉCNICA: carne oreada			
Tipo de Plato:		fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	250	9	carne
	10	g	achiote
	5	g	sal
	3	g	comino
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
carne	fileteada	achiote	N/A
sal	N/A	comino	N/A
0	N/A	0	N/A
		0	
		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
carne,achiote,sal,comino/oreada, 6 horas, 15° C			
Equipos y Utensilios:			
cacerola			
PREPARACIÓN:			
1. filetear la carne 2. Luego mezclar la carne con el comino, sal y achiote 3. por ultimo, exponer al sol.			
Observaciones:			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO			
FICHA TÉCNICA: pure de alverja			
Tipo de Plato:		fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	100	9	alverja
	20	ml	leche
	5	g	mantequilla
	3	g	ajo
			sal
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
alverja	N/A	leche	N/A
mantequilla	N/A	ajo	N/A
sal	N/A	0	N/A
		0	
		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
alverja,sal, ajo/ coccion, 30 mnts, 60° C			
Equipos y Utensilios:			
cacerola, licuadora, colador			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. cocinar la alverja con la cal y el ajo. 2. Luego licuar todos los ingredientes y agregar la mantequilla . 3. por ultimo, colar y servir. 			
Observaciones:			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: falso caviar de aji			
Tipo de Plato:		fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	30	ml	salsa de aji
	2	gr	agar agar
	20	ml	aceite frio
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
salsa de aji	N/A	agar agar	N/A
0	N/A	aceite frio	N/A
0	N/A	0	N/A
0	N/A	0	N/A
0	N/A	0	N/A
0	N/A	0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
salsa de aji, agar/ebullicion, 2mnts, 80 °c			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, cacerolas,			
PREPARACIÓN:			
1 llevar la salsa de aji y agar agar a ebullicion			
2. luego mediante una geringa recoger..			
3. y poner en el aceite bien frio para que se formen unas pequeñas costras			
4.			
5.			
6.			
7.			
Observaciones:			



INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO			
FICHA TÉCNICA: encurtido de brocoli y coliflor			
Tipo de Plato:		fuerte	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	30	9	brocoli
	30	g	coliflor
	100	ml	vinagre
	100	ml	agua
	10	g	azucar
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
brocoli	N/A	coliflor	N/A
vinagre	N/A	agua	N/A
azucar	N/A	0	N/A
		0	
		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
brocoli,coliflor/ blanquear, 2 mnts, 65°C			
vinagre, agua, azucar/ liquido de gobierno, 5 mnts, 80°C			
Equipos y Utensilios:			
cacerola, bols, cuchillos			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. cortar el brocoli y coliflor en pedazos pequeños y llevar a una cacerola a blanquear por 2 minutos mínimo. 2. Despues en otra cacerola llevar a ebullicion el vinagre, agua y azucar. 3. Por ultimo agregar el liquido junto con los vegetales a un recipiente adecuado de conservacion. 			
Observaciones:			



5.1.3.2.6 Helado de dulce de babaco.



Detalle: este dulce de babaco se hace también en temporada de carnaval, la misma que hace años atrás se realizaban conservas de dulces ya sean de tomate de árbol, durazno, u otras frutas que eran de estación, esta fruta es muy utilizada ya sea en conservas de dulce o para hacer un rico jugo para acompañar en los almuerzos, el pan se acompaña mucho para dar con cualquier dulce que se haya hecho de igual manera acompañado de una mistela que por lo general hacían de frutas de estación.

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Helado de dulce de babaco			
Tipo de Plato:		Postre	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	90	gr	Helado de dulce de babaco
	20	gr	Mistela de babaco
	30	gr	Esponja de pan mestizo
	2	gr	Flor de estación
	10	gr	Dulce de babaco
		gr	
		gr	
		gr	
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Helado de dulce de babaco	N/A	Mistela de babaco	N/A
Esponja de pan mestizo	N/A	Flor de estación	N/A
Dulce de babaco	N/A	0	N/A
0	N/A	0	N/A
0	N/A	0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Helado de dulce de babaco/ congelación/8 horas /- 4°C			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, espátula de acero inoxidable, plato para montaje, cuchara para helado			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Colocar sobre el plato las esponjas de pan mestizo y sobre el la reducción del dulce de babaco 2. Sobre la esponja colocar tres pequeñas porciones de helado 3. Alado colocar trozos de mistela de babaco 5. Para decorar colocar las flores de estación 5. Servir 6. 7. 			
Observaciones:			

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>		
FICHA TÉCNICA: Dulce de babaco				
Tipo de Plato:		Postre		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		100	gr	Babaco
		50	gr	Panela
		25	ml	Agua
		5	gr	Canela
			ml	
			gr	
			gr	
			gr	
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Babaco	Cubos de 2X2	Panela	N/A	
Agua	N/A	Canela	N/A	
0	N/A	0		
0	N/A	0		
0	N/A	0		
0		0		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
Babaco, panela, agua /hervor, reducción/ 50 min /68°C				
Equipos y Utensilios:				
Sartén de teflon, espátula de silicón, bowls, envase de vidrio, licuadora y colador				
PREPARACIÓN:				
<ol style="list-style-type: none"> Colocar sobre el sartén el babaco previamente cortado, la panela y el agua a fuego medio Dejar cocinar por 50 minutos, verificando la temperatura y espesor que se desea obtener. Retirar del fuego y llevar a licuar Procesar con un colador e introducir la mezcla en un envase previamente esterilizado. Servir 				
Observaciones:				

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Helado de dulce de babaco			
Tipo de Plato:		Postre	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	75	gr	Pulpa de dulce de babaco
	80	gr	Azúcar invertida
	20	gr	Dextrosa
	4	gr	Estabilizante
	500	gr	Leche
	120	gr	Crema de leche
	40	gr	Leche en polvo
	73	gr	Yema de huevo
	gr		
	gr		
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Pulpa de dulce de babaco	N/A	Azúcar invertida	N/A
Dextrosa	N/A	Estabilizante	N/A
Leche	N/A	Crema de leche	N/A
Leche en polvo	N/A	Yema de huevo	N/A
0	N/A	0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Leche, crema de leche, leche en polvo, glucosa, estabilizante, dextrosa / Ebullición / 2 min / 92°C			
Yema de huevo / temperada / 1 min / 85°C			
Equipos y Utensilios:			
Cuchillo, bowls, cacerolas, cernidor, paleta.			
PREPARACIÓN:			
1. Llevar a ebullición en una cacerola la leche, crema de leche, leche en polvo, glucosa, estabilizante, dextrosa			
2. Mezclar la yema de huevo y temperar junto a la mezcla de líquido y llevar a ebullición por un minuto.			
3. Agregar el pure de dulce de babaco mezclando bien y cernir, para evitar grumos.			
5. Llevar al congelador.			
5. Servir			
6.			
7.			
Observaciones:			

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Esponja de pan mestizo			
Tipo de Plato:		Postre	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	120	gr	Harina
	20	gr	Harina morena
	3	gr	Sal
	5	gr	Azúcar
	120	ml	Leche
	14	gr	Mantequilla
	150	gr	Huevos
	90	gr	Clara de huevo
1	und.	Cápsula de CO2	
	gr		
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Harina	N/A	Harina morena	N/A
Sal	N/A	Azúcar	N/A
Leche	N/A	Mantequilla	Fundir
Huevos	N/A	Clara de huevo	N/A
Cápsula de CO2	N/A	0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Harinas, sal, azúcar, / homogenizar / 2 minutos / 25°C			
Leche, huevos, clara de huevo, mantequilla / mezclar / 3 min / 25°C			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, batidor globo de mano, espátula, sifón, colador, microondas, vasos de plástico			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. En un bowl colocar la mezcla líquida e ir añadiendo en tres tiempos la mezcla seca 2. Mezclar bien hasta que tenga una consistencia como punto letra 3. En caso de que haya grumos colar la mezcla e introducir al bote del sifón 4. Tapar el sifón y colocar la capsula. Dar ligeros movimientos por lo mínimo 4 minutos 5. Colocar menos de la mitad la mezcla en vasos de plástico y llevar a cocinar en microondas de 30 a 60 segundos 6. Dejar enfriar en el vaso y desmoldar. 7. 			
Observaciones:			

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>		
FICHA TÉCNICA: Mistela de babaco				
Tipo de Plato:		Postre		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		50	gr	Babaco
		75	gr	Alcohol de caña
		100	ml	Agua
			gr	
			gr	
			gr	
			gr	
			gr	
			gr	
			gr	
			gr	
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Babaco	Cubos de 2X2	Alcohol de caña	N/A	
Agua	N/A	0		
0		0		
0		0		
0		0		
0		0		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
Babaco, agua/blanqueado / 3 min / 100°C				
Babaco, alcohol de caña /hervor/ 3 min /92°C				
Equipos y Utensilios:				
Cacerola, licuadora				
PREPARACIÓN:				
1. Blanquear en agua en ebullición el babaco por 3 min				
2. Colar el babaco				
3. En otra cacerola colocar el alcohol de caña junto con el babaco y dejar hervir por 3 min				
4. Reír del fuego y licuar.				
5. Colocar en un envase previamente esterilizado				
6. Servir .				
7.				
Observaciones:				


5.1.3.3 Hoja de Gramajes y Costos.

5.1.3.3.1 Locro de zambo.

 www.sudamericano.edu.ec								
Costos		locro de sambo						
Chef:		Joselin Bueno, Katherin Santos						
Tipo de Plato:		entrada	Tamaño porción		125			
Costo por		2,10	Raciones:		3			
Nº	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto compra	Factor Corrección
1	150	9	sambo	2,50	2,00		10	2,00
2	20	9	cebolla	1,00	0,15		3	4
3	50	9	papa	0,50	0,30		50	1
4	5	9	ajo	0,50	0,10		5	1
5	3	9	sal	0,80	0,05		3	1
6	15	9	frejol	1,00	0,25		15	1,00
7	2	9	comino				2	1
8	15	9	choclo				15	1
9	0	0					0	1
	0	0					0	1
		0					0	1
							0	1
	260	Peso Total receta		6,30	2,85	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público):		0,95						

N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto compra	Factor Corrección																																																																																																																																																						
 																																																																																																																																																															
Costos		espuma de aguacate																																																																																																																																																													
Chef:		Joselin Bueno, Katherin Santos																																																																																																																																																													
Tipo de Plato:		entrada		Tamaño porción		50																																																																																																																																																									
Costo por		1,00		Raciones:		3																																																																																																																																																									
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">N°</th> <th>CANT</th> <th>UND.</th> <th>INGREDIENTE</th> <th>Costo por kilo</th> <th>Costo receta</th> <th>Presentación</th> <th>Gramaje bruto compra</th> <th>Factor Corrección</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>100</td> <td>9</td> <td></td> <td>aguacate</td> <td>1,00</td> <td>1,00</td> <td></td> <td>10</td> <td>2,00</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>30</td> <td>ml</td> <td></td> <td>crema de leche</td> <td>1,00</td> <td>0,20</td> <td></td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>3</td> <td>g</td> <td></td> <td>gelatina sin sabor</td> <td>0,50</td> <td>0,05</td> <td></td> <td>3</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>15</td> <td>ml</td> <td></td> <td>agua</td> <td>0,50</td> <td>0,10</td> <td></td> <td>15</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td colspan="2">148</td> <td colspan="3">Peso Total receta</td> <td>3,00</td> <td>1,35</td> <td colspan="3">Costo de receta</td> </tr> <tr> <td colspan="2">P.V.P (Precio de venta al Público):</td> <td colspan="8">0,45</td> </tr> </tbody> </table>										N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto compra	Factor Corrección	1	100	9		aguacate	1,00	1,00		10	2,00	2	30	ml		crema de leche	1,00	0,20		3	4	3	3	g		gelatina sin sabor	0,50	0,05		3	1	4	15	ml		agua	0,50	0,10		15	1	5	0	0		0				0	1	6	0	0		0				0	1,00	7	0	0		0				0	1	8	0	0		0				0	1	9	0	0		0				0	1		0	0						0	1			0						0	1									0	1	148		Peso Total receta			3,00	1,35	Costo de receta			P.V.P (Precio de venta al Público):		0,45							
N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto compra	Factor Corrección																																																																																																																																																						
1	100	9		aguacate	1,00	1,00		10	2,00																																																																																																																																																						
2	30	ml		crema de leche	1,00	0,20		3	4																																																																																																																																																						
3	3	g		gelatina sin sabor	0,50	0,05		3	1																																																																																																																																																						
4	15	ml		agua	0,50	0,10		15	1																																																																																																																																																						
5	0	0		0				0	1																																																																																																																																																						
6	0	0		0				0	1,00																																																																																																																																																						
7	0	0		0				0	1																																																																																																																																																						
8	0	0		0				0	1																																																																																																																																																						
9	0	0		0				0	1																																																																																																																																																						
	0	0						0	1																																																																																																																																																						
		0						0	1																																																																																																																																																						
								0	1																																																																																																																																																						
148		Peso Total receta			3,00	1,35	Costo de receta																																																																																																																																																								
P.V.P (Precio de venta al Público):		0,45																																																																																																																																																													

5.1.3.3.2 Trucha frita.

 www.sudamericano.edu.ec								
Costos:		Trucha frita						
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin						
Tipo de Plato:		Fuerte	Tamaño porción		350			
Costo por		1,35	Raciones		1			
N°	CA	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	180	gr	Filete de trucha	4,58	0,82	Propio	180	1,00
2	10	gr	Crocante de piel de trucha	1,72	0,02	Funda	10	1,00
3	25	gr	Encurtido de rábano	3,08	0,08	Funda	25	1,00
4	25	gr	Ensalada	2,89	0,07	Funda	25	1,00
5	15	gr	Salsa de pepa de zambo	3,46	0,05	Funda	15	1,00
6	40	ml	Moro de mote y lenteja	2,61	0,10	Botella de plastico	40	1,00
7	15	ml	Espuma de menestra de lenteja	3,60	0,05	Funda al vacío	15	1,00
8	2	gr	Flor de estación	1,00	0,00	Propio	2	1,00
9	0	gr	0		0,00		0	1,00
10	0	gr	0		0,00		0	1,00
11	0	0	0		0,00		0	
12	0	0	0		0,00		0	
312		Peso Total receta			1,20	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				4,05				
Costo por kilo de elaboración				3,86				

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Filete de trucha al vacío							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Fuerte	Tamaño porción		130				
Costo por		0,34	Raciones		4				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	450	gr	Filete de trucha	2,60	1,17	Funda al vacío	450	1,00	
2	5	gr	Sal	0,60	0,00	Funda	5	1,00	
3	3	gr	Pimienta	2,50	0,01	Funda	3	1,00	
4	0	gr	0		0,00		0	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
	458	Peso Total receta			1,18	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				1,01					
Costo por kilo de elaboración				2,58					


 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Moro de lenteja y mote pelado							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Fuerte	Tamaño porción		40				
Costo por		0,06	Raciones		8				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	100	gr	Lenteja cocinada	1,60	0,16	Propio	100	1,00	
2	100	gr	Mote pelado cocido	2,00	0,20	Propio	100	1,00	
3	80	gr	Cebolla	1,00	0,08	Propio	80	1,00	
4	6	gr	Sal	0,60	0,00	Funda	6	1,00	
5	25	gr	Crema de leche	1,60	0,04	Funda	25	1,00	
6	10	ml	Aceite	1,30	0,01	Botella de plastico	10	1,00	
7	15	gr	Ques o permes ano	3,00	0,05	Funda al vacío	15	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
336		Peso Total receta			0,54	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):					0,19				
Costo por kilo de elaboración					1,61				

 www.sudamericano.edu.ec								
Costos:		Guarnición de vegetales						
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin						
Tipo de Plato:		Fuerte	Tamaño porción		25			
Costo por		0,07	Raciones		11			
Nº	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	150	gr	Tomate cherry	4,00	0,60	Propio	150	1,00
2	80	ml	Cebolla	2,00	0,16	Funda	80	1,00
3	50	ml	Germinado de lechuga	1,00	0,05	Funda	50	1,00
4	0	gr	0		0,00		0	1,00
5	0	gr	0		0,00		0	1,00
6	0	gr	0		0,00		0	1,00
7	0	gr	0		0,00		0	1,00
8	0	gr	0		0,00		0	1,00
9	0	gr	0		0,00		0	1,00
10	0	gr	0		0,00		0	1,00
11	0	0	0		0,00		0	
12	0	0	0		0,00		0	
280		Peso Total receta			0,81	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,22				
Costo por kilo de elaboración				2,89				

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Encurtido de rábano							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Fuerte	Tamaño porción		25				
Costo por		0,03	Raciones		24				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	100	gr	Rábano	2,40	0,24	Propio	100	1,00	
2	130	ml	Vinagre	1,30	0,17	Funda	130	1,00	
3	330	ml	Agua	0,60	0,20	Funda	330	1,00	
4	30	gr	Azúcar	1,00	0,03		30	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
590		Peso Total receta			0,64	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,08					
Costo por kilo de elaboración				1,08					

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Salsa de pepa de zambo							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Fuerte	Tamaño porción						15
Costo por		0,04	Raciones						12
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	100	gr	Pepa de zambo	3,00	0,30	Propio	100	1,00	
2	50	gr	Cebolla	2,00	0,10	Funda	50	1,00	
3	5	gr	Ajo	1,00	0,01	Propio	5	1,00	
4	4	gr	Sal	0,60	0,00	Funda	4	1,00	
5	10	gr	Crema de leche	1,60	0,02	Funda	10	1,00	
6	6	gr	Aceite	1,20	0,01	Botella de plastico	6	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		175	Peso Total receta		0,43	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,11					
Costo por kilo de elaboración				2,46					

 www.sudamericano.edu.ec								
Costos:		Espuma de menestra de lenteja						
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin						
Tipo de Plato:		Fuerte	Tamaño porción					15
Costo por		0,02	Raciones					27
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	200	gr	Lenteja cocinada	1,60	0,32	Propio	200	1,00
2	90	gr	Tomate riñón	2,00	0,18	Funda	90	1,00
3	80	gr	Cebolla	1,00	0,08	Funda	80	1,00
4	8	gr	Sal	0,60	0,00	Funda	8	1,00
5	5	gr	Ajo	1,60	0,01	Funda	5	1,00
6	10	ml	Aceite	1,30	0,01	Botella de plastico	10	1,00
7	3	ml	Aceite de color	2,30	0,01	Funda al vacío	3	1,00
8	4	gr	Agar agar	5,00	0,02	Funda	4	1,00
9	1	und.	Capsula de CO2	7,80	0,01	Capsulas	1	1,00
10	0	gr	0		0,00		0	1,00
11	0	0	0		0,00		0	
12	0	0	0		0,00		0	
401		Peso Total receta			0,64	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):		0,07						
Costo por kilo de elaboración		1,60						

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Crocante de piel de trucha							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Fuerte	Tamaño porción		8				
Costo por		0,01	Raciones		10				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	50	gr	Piel de trucha	2,00	0,10	Propio	50	1,00	
2	25	ml	Aceite	1,30	0,03	Funda	25	1,00	
3	3	gr	Sal	0,60	0,00	Funda	3	1,00	
4	0	gr	0		0,00		0	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		78	Peso Total receta		0,13	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,04					
Costo por kilo de elaboración				1,72					

5.1.3.3 Mousse de dulce de arroz con leche.

N°		CA	NT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección																																																																																																																																																																					
 www.sudamericano.edu.ec																																																																																																																																																																															
Costos:		Mousse de dulce de arroz con leche																																																																																																																																																																													
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin																																																																																																																																																																													
Tipo de Plato:		Postre		Tamaño porción		115																																																																																																																																																																									
Costo por		0,40		Raciones		1																																																																																																																																																																									
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>N°</th> <th>CA</th> <th>NT</th> <th>UND.</th> <th>INGREDIENTE</th> <th>Costo por kilo</th> <th>Costo receta</th> <th>Presentación</th> <th>Gramaje bruto por comprar</th> <th>Factor Corrección</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>80</td> <td></td> <td>gr</td> <td>Mousse de dulce de arroz con leche</td> <td>3,99</td> <td>0,32</td> <td>Propio</td> <td>80</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>10</td> <td></td> <td>gr</td> <td>Escaifado de durazno</td> <td>1,82</td> <td>0,02</td> <td>Envase de vidrio</td> <td>10</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>10</td> <td></td> <td>gr</td> <td>Terrificación de chocolate</td> <td>3,33</td> <td>0,03</td> <td>Funda</td> <td>10</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>10</td> <td></td> <td>gr</td> <td>Mistela de pasas</td> <td>1,77</td> <td>0,02</td> <td>Envase de vidrio</td> <td>10</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>2</td> <td></td> <td>gr</td> <td>Flor de estación</td> <td>2,50</td> <td>0,01</td> <td>Propio</td> <td>2</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>0</td> <td></td> <td>gr</td> <td>0</td> <td></td> <td>0,00</td> <td></td> <td>0</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>0</td> <td></td> <td>gr</td> <td>0</td> <td></td> <td>0,00</td> <td></td> <td>0</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>0</td> <td></td> <td>gr</td> <td>0</td> <td></td> <td>0,00</td> <td></td> <td>0</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>0</td> <td></td> <td>gr</td> <td>0</td> <td></td> <td>0,00</td> <td></td> <td>0</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>0</td> <td></td> <td>gr</td> <td>0</td> <td></td> <td>0,00</td> <td></td> <td>0</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>0</td> <td></td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>0,00</td> <td></td> <td>0</td> <td></td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>0</td> <td></td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>0,00</td> <td></td> <td>0</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2"></td> <td>112</td> <td colspan="3">Peso Total receta</td> <td></td> <td>0,39</td> <td colspan="3">Costo de receta</td> </tr> <tr> <td colspan="2"></td> <td colspan="3">P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):</td> <td></td> <td>1,21</td> <td colspan="5"></td> </tr> <tr> <td colspan="2"></td> <td colspan="3">Costo por kilo de elaboración</td> <td></td> <td>3,51</td> <td colspan="5"></td> </tr> </tbody> </table>											N°	CA	NT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	1	80		gr	Mousse de dulce de arroz con leche	3,99	0,32	Propio	80	1,00	2	10		gr	Escaifado de durazno	1,82	0,02	Envase de vidrio	10	1,00	3	10		gr	Terrificación de chocolate	3,33	0,03	Funda	10	1,00	4	10		gr	Mistela de pasas	1,77	0,02	Envase de vidrio	10	1,00	5	2		gr	Flor de estación	2,50	0,01	Propio	2	1,00	6	0		gr	0		0,00		0	1,00	7	0		gr	0		0,00		0	1,00	8	0		gr	0		0,00		0	1,00	9	0		gr	0		0,00		0	1,00	10	0		gr	0		0,00		0	1,00	11	0		0	0		0,00		0		12	0		0	0		0,00		0				112	Peso Total receta				0,39	Costo de receta					P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				1,21								Costo por kilo de elaboración				3,51					
N°	CA	NT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección																																																																																																																																																																						
1	80		gr	Mousse de dulce de arroz con leche	3,99	0,32	Propio	80	1,00																																																																																																																																																																						
2	10		gr	Escaifado de durazno	1,82	0,02	Envase de vidrio	10	1,00																																																																																																																																																																						
3	10		gr	Terrificación de chocolate	3,33	0,03	Funda	10	1,00																																																																																																																																																																						
4	10		gr	Mistela de pasas	1,77	0,02	Envase de vidrio	10	1,00																																																																																																																																																																						
5	2		gr	Flor de estación	2,50	0,01	Propio	2	1,00																																																																																																																																																																						
6	0		gr	0		0,00		0	1,00																																																																																																																																																																						
7	0		gr	0		0,00		0	1,00																																																																																																																																																																						
8	0		gr	0		0,00		0	1,00																																																																																																																																																																						
9	0		gr	0		0,00		0	1,00																																																																																																																																																																						
10	0		gr	0		0,00		0	1,00																																																																																																																																																																						
11	0		0	0		0,00		0																																																																																																																																																																							
12	0		0	0		0,00		0																																																																																																																																																																							
		112	Peso Total receta				0,39	Costo de receta																																																																																																																																																																							
		P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				1,21																																																																																																																																																																									
		Costo por kilo de elaboración				3,51																																																																																																																																																																									

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Dulce de arroz con leche							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		700				
Costo por		1,02	Raciones		1				
Nº	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	100	gr	Arroz	2,40	0,24	Funda	100	1,00	
2	200	gr	Agua	0,60	0,12	Botella de plastico	200	1,00	
3	150	gr	Leche	0,90	0,14	Funda	150	1,00	
4	150	gr	Leche condensada	1,50	0,23	Lata	150	1,00	
5	150	gr	Leche evaporada	2,50	0,38	Lata	150	1,00	
6	5	gr	Canela	1,00	0,01	Funda	5	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		755	Peso Total receta		1,10	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				3,06					
Costo por kilo de elaboración				1,46					

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Mousse de dulce de arroz con leche							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		100				
Costo por		0,20	Raciones		9				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	80	gr	Pulpa de dulce de arroz con leche	3,00	0,24	Funda	80	1,00	
2	338	gr	Crema de leche	1,60	0,54	Botella de plastico	338	1,00	
3	171	gr	Leche	0,90	0,15	Funda	171	1,00	
4	8	gr	Gelatina sin sabor	1,50	0,01	Lata	8	1,00	
5	40	gr	Agua	0,60	0,02	Lata	40	1,00	
6	297	gr	Chocolate blanco	3,00	0,89	Funda	297	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		934	Peso Total receta		1,86	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,60					
Costo por kilo de elaboración				1,99					

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Terrificación de chocolate							
Chef:		Bueno Jose lin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		10				
Costo por		0,03	Raciones		15				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	100	gr	Chocolate semi amargo	3,00	0,30	Chocolate pesado	100	1,00	
2	50	gr	Maltodextrina	4,00	0,20	Funda	50	1,00	
3	0	gr	0		0,00		0	1,00	
4	0	gr	0		0,00		0	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
150		Peso Total receta			0,50	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):		0,10							
Costo por kilo de elaboración		3,33							

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Mistela de pasas							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		10				
Costo por		0,02	Raciones		23				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	50	gr	Pasas	4,50	0,23	Funda	50	1,00	
2	75	gr	Alcohol de caña	1,50	0,11	Funda	75	1,00	
3	100	ml	Agua	0,60	0,06	Botella de plástico	100	1,00	
4	0	gr	0		0,00		0	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		225	Peso Total receta		0,40	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,05					
Costo por kilo de elaboración				1,77					

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Escalfado de durazno							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		10				
Costo por		0,02	Raciones		22				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	100	gr	Durazno pelado	3,00	0,30	Funda	100	1,00	
2	75	gr	Azúcar	0,90	0,07	Funda	75	1,00	
3	40	gr	Agua	0,60	0,02	Botella de plástico	40	1,00	
4	0	gr	0		0,00		0	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		215	Peso Total receta		0,39	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,05					
Costo por kilo de elaboración				1,82					

5.1.3.3.4 Sopa de arroz de cebada.

 www.sudamericano.edu.ec								
Costos:		Sopa de arroz de cebada						
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin						
Tipo de Plato:		Entrada	Tamaño porción		217			
Costo por		0,41	Raciones		1			
N°	CAN	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	80	gr	Sopa de arroz de cebada	1,31	0,10	Propio	80	1,00
2	80	gr	Cos tilla de cerdo	2,71	0,22	Propio	80	1,00
3	10	gr	Crocante de mote	2,04	0,02	Propio	10	1,00
4	20	gr	Chuarut de col	1,42	0,03	Vaso de vidrio	20	1,00
5	25	gr	Espuma de arroz de cebada	1,32	0,03	Sifón	25	1,00
6	2	gr	Flor de estación	1,00	0,00	Propio	2	1,00
7	0	gr	0		0,00		0	1,00
8	0	gr	0		0,00		0	1,00
9	0	gr	0		0,00		0	1,00
10	0	gr	0		0,00		0	1,00
11	0	0	0		0,00		0	
12	0	0	0		0,00		0	
217		Peso Total receta			0,41	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				1,22				
Costo por kilo de elaboración				1,87				

Costos:		Sopa de arroz de cebada						
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin						
Tipo de Plato:		Entrada	Tamaño porción	120				
Costo por		0,16	Raciones	4				
Nº	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	100	gr	Arroz de cebada	1,60	0,16	Funda al vacío	100	1,00
2	250	gr	Agua	0,60	0,15	Botella	250	1,00
3	100	gr	Carne de cerdo	2,80	0,28	Funda al vacío	100	1,00
4	3	gr	Comino molido	2,50	0,01	Funda al vacío	3	1,00
5	4	gr	Sal	0,60	0,00	Funda al vacío	4	1,00
6	4	gr	Ajo	1,00	0,00	Funda	4	1,00
7	10	gr	Zanahoria	1,00	0,01	Funda	10	1,00
8	10	gr	Papa	0,90	0,01	Funda	10	1,00
9	30	gr	Cebolla	1,50	0,05	Funda	30	1,00
10	5	gr	Aceite	1,70	0,01	Botella de plástico	5	1,00
11	0	0	0	0,00	0,00		0	
12	0	0	0	0,00	0,00		0	
516		Peso Total receta			0,68	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):		0,47						
Costo por kilo de elaboración		1,31						

N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
 									
Costos:		Costilla de cerdo							
Chef:		Bueno Jose lin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Entrada		Tamaño porción		90			
Costo por		0,24		Raciones		5			
478		Peso Total receta		1,30		Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):		0,73							
Costo por kilo de elaboración		2,71							

N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
1	300	gr	Col	1,50	0,45	Propio	300	1,00	
2	30	gr	Sal	0,60	0,02	Funda	30	1,00	
3	0	gr	0		0,00		0	1,00	
4	0	gr	0		0,00		0	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
330		Peso Total receta				0,47	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):					0,11				
Costo por kilo de elaboración					1,42				



Costos: Chucrut de col

Chef: Bueno Joselin, Santos Katherin

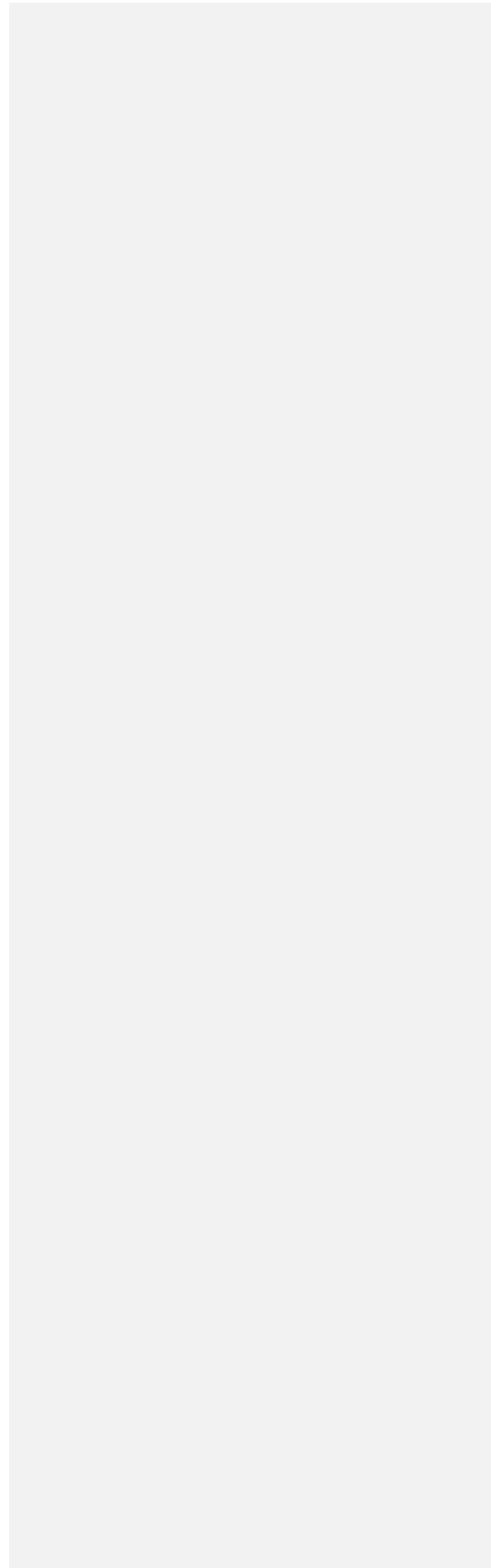
Tipo de Plato: Entrada **Tamaño porción:** 25


Costo por: 0,04 **Raciones:** 13

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Espuma de sopa de arroz de cebada							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Entrada	Tamaño porción		10				
Costo por		0,01	Raciones		40				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	400	gr	Sopa de arroz de cebada	1,31	0,52	Propio	400	1,00	
2	4	gr	Agar agar	2,50	0,01	Funda	4	1,00	
3	0	gr	0		0,00		0	1,00	
4	0	gr	0		0,00		0	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
404		Peso Total receta			0,53	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,04					
Costo por kilo de elaboración				1,32					

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Crocante de mote							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Entrada	Tamaño porción		10				
Costo por		0,02	Raciones		17				
N°	CA	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	150	gr	Mote cocido	2,00	0,30	Propio	150	1,00	
2	10	gr	Crema de leche	2,40	0,02	Funda	10	1,00	
3	6	gr	Maicena	3,00	0,02	Funda	6	1,00	
4	2	gr	Sal	0,60	0,00	Funda	2	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		168	Peso Total receta		0,34	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,06					
Costo por kilo de elaboración				2,04					


5.1.3.3.5 Seco de carne oreada.



N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto compra	Factor Corrección																																																																																																																																																																
 																																																																																																																																																																									
Costos		pure de alverja																																																																																																																																																																							
Chef:		Joselin Bueno, Katherin Santos																																																																																																																																																																							
Tipo de Plato:		fuerte		Tamaño porción		60																																																																																																																																																																			
Costo por		0,07		Raciones:		43																																																																																																																																																																			
<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">N°</th> <th>CANT</th> <th>UND.</th> <th>INGREDIENTE</th> <th>Costo por kilo</th> <th>Costo receta</th> <th>Presentación</th> <th>Gramaje bruto compra</th> <th>Factor Corrección</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>100</td> <td>9</td> <td></td> <td>alverja</td> <td>1,00</td> <td>1,00</td> <td></td> <td>200</td> <td>2,00</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>20</td> <td>ml</td> <td></td> <td>leche</td> <td>0,90</td> <td>0,25</td> <td></td> <td>80</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>5</td> <td>g</td> <td></td> <td>mantequilla</td> <td>1,00</td> <td>0,10</td> <td></td> <td>5</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>3</td> <td>g</td> <td></td> <td>ajo</td> <td>0,25</td> <td>0,05</td> <td></td> <td>3</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>sal</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>0</td> <td>0</td> <td></td> <td>0</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1,00</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td colspan="2"></td> <td colspan="2">128</td> <td colspan="2">Peso Total receta</td> <td>3,15</td> <td>1,40</td> <td colspan="2">Costo de receta</td> </tr> <tr> <td colspan="2">P.V.P (Precio de venta al Público):</td> <td colspan="2">0,03</td> <td colspan="6"></td> </tr> </tbody> </table>										N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto compra	Factor Corrección	1	100	9		alverja	1,00	1,00		200	2,00	2	20	ml		leche	0,90	0,25		80	4	3	5	g		mantequilla	1,00	0,10		5	1	4	3	g		ajo	0,25	0,05		3	1	5	0	0		sal				0	1	6	0	0		0				0	1,00									0	1									0	1									0	1									0	1									0	1									0	1									0	1			128		Peso Total receta		3,15	1,40	Costo de receta		P.V.P (Precio de venta al Público):		0,03							
N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto compra	Factor Corrección																																																																																																																																																																
1	100	9		alverja	1,00	1,00		200	2,00																																																																																																																																																																
2	20	ml		leche	0,90	0,25		80	4																																																																																																																																																																
3	5	g		mantequilla	1,00	0,10		5	1																																																																																																																																																																
4	3	g		ajo	0,25	0,05		3	1																																																																																																																																																																
5	0	0		sal				0	1																																																																																																																																																																
6	0	0		0				0	1,00																																																																																																																																																																
								0	1																																																																																																																																																																
								0	1																																																																																																																																																																
								0	1																																																																																																																																																																
								0	1																																																																																																																																																																
								0	1																																																																																																																																																																
								0	1																																																																																																																																																																
								0	1																																																																																																																																																																
		128		Peso Total receta		3,15	1,40	Costo de receta																																																																																																																																																																	
P.V.P (Precio de venta al Público):		0,03																																																																																																																																																																							

N°		CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección
 									
Costos:		falso caviar de aji							
Chef:		Joseline Bueno, Katherin Santos							
Tipo de Plato:		fuerte		Tamaño porción		10			
Costo por		0,02		Raciones:		3			
52		Peso Total receta		0,05		Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):		0,05							
Costo por kilo de elaboración		0,87							

5.1.3.3.6 Helado de dulce de babaco.

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Helado de dulce de babaco							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción						160
Costo por		0,38	Raciones						1
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	90	gr	Helado de dulce de babaco	2,42	0,22	Propio	90	1,00	
2	20	gr	Mistela de babaco	2,32	0,05	Funda	20	1,00	
3	30	gr	Esponja de pan mes fino	2,09	0,06	Funda	30	1,00	
4	2	gr	Flor de estación	1,00	0,00	Funda	2	1,00	
5	10	gr	Dulce de babaco	3,33	0,03	Funda	10	1,00	
6	0	gr	0		0,00	Funda	0	1,00	
7	0	gr	0		0,00	Funda	0	1,00	
8	0	gr	0		0,00	Cubeta	0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		152	Peso Total receta	0,36		Costo de receta			
		P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):		1,14					
		Costo por kilo de elaboración		2,38					

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Dulce de babaco							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		180				
Costo por		0,42	Raciones		1				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	100	gr	Babaco	2,50	0,25	Propio	100	1,00	
2	50	gr	Panela	3,00	0,15	Funda	50	1,00	
3	25	ml	Agua	0,60	0,02	Botella de plastico	25	1,00	
4	5	gr	Canela	1,00	0,01	Funda	5	1,00	
5	0	ml	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		180	Peso Total receta		0,42	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				1,26					
Costo por kilo de elaboración				2,33					

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Helado de dulce de babaco							
Chef:		Bueno Joselin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		180				
Costo por		0,26	Raciones		5				
N°	CANT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	75	gr	Pulpa de dulce de babaco	2,33	0,17	Propio	75	1,00	
2	80	gr	Azúcar invertida	1,50	0,12	Funda	80	1,00	
3	20	gr	Dextrosa	2,00	0,04	Funda	20	1,00	
4	4	gr	Estabilizante	2,00	0,01	Funda	4	1,00	
5	500	gr	Leche	0,90	0,45	Funda	500	1,00	
6	120	gr	Crema de leche	1,75	0,21	Funda	120	1,00	
7	40	gr	Leche en polvo	1,50	0,06	Funda	40	1,00	
8	73	gr	Yema de huevo	3,20	0,23	Cubeta	73	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
		912	Peso Total receta		1,30	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):				0,77					
Costo por kilo de elaboración				1,42					

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Esponja de pan mestizo							
Chef:		Bueno Jose lin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		30				
Costo por		0,06	Raciones		17				
N°	CA N°	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	120	gr	Harina	1,30	0,16	Funda	120	1,00	
2	20	gr	Harina morena	1,40	0,03	Funda	20	1,00	
3	3	gr	Sal	0,60	0,00	Funda	3	1,00	
4	5	gr	Azúcar	0,90	0,00	Funda	5	1,00	
5	120	ml	Leche	0,90	0,11	Funda	120	1,00	
6	14	gr	Mantequilla	1,50	0,02	Funda	14	1,00	
7	150	gr	Huevos	3,20	0,48	Cubeta	150	1,00	
8	90	gr	Clara de huevo	3,20	0,29	Cubeta	90	1,00	
9	1	und.	Cápsula de CO2	7,80	0,01	Cápsulas	1	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
523		Peso Total receta			1,10	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):		0,19							
Costo por kilo de elaboración		2,09							

 www.sudamericano.edu.ec									
Costos:		Mistela de babaco							
Chef:		Bueno Jose lin, Santos Katherin							
Tipo de Plato:		Postre	Tamaño porción		18				
Costo por		0,02	Raciones		13				
N°	CA NT	UND.	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto por comprar	Factor Corrección	
1	50	gr	Babaco	2,50	0,13	Funda	50	1,00	
2	75	gr	Alcohol de caña	1,50	0,11	Funda	75	1,00	
3	100	ml	Agua	0,60	0,06	Botella de plástico	100	1,00	
4	0	gr	0		0,00		0	1,00	
5	0	gr	0		0,00		0	1,00	
6	0	gr	0		0,00		0	1,00	
7	0	gr	0		0,00		0	1,00	
8	0	gr	0		0,00		0	1,00	
9	0	gr	0		0,00		0	1,00	
10	0	gr	0		0,00		0	1,00	
11	0	0	0		0,00		0		
12	0	0	0		0,00		0		
225		Peso Total receta			0,30	Costo de receta			
P.V.P (Precio de venta al Público Sugerido):		0,07							
Costo por kilo de elaboración		1,32							

5.1.4 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).

5.1.4.1 Estructuración del P.V.P. sugerido

Para establecer la estructuración del precio de venta al público en este trabajo, se utilizó multiplicador por tres, como estrategia de fijación de precios, en donde se refleja el costo de la materia prima, costo de la mano de obra y de la ganancia.

5.1.5. CUADRO DE PRINCIPALES MATERIAS PRIMAS

INGREDIENTE	PREPARACIÓN	DESCRIPCIÓN
Sambo	Locro de sambo	Es un fruto comestible, de planta trepadora, esta preparación se acompaña con frejol tierno, choclo tierno, papas.
Trucha	Filete de trucha frita	Pescado de agua dulce, se consume en este caso frito, y acompañado de guarniciones.
Costillas de cerdo	Sopa de arroz de cebada	El cerdo es considerado con tipo de carne blanca, en este caso se utilizó las costillas en cocción al vacío para acompañar a la sopa.

Arroz de cebada	Sopa de arroz de cebada	El arroz de cebada es un cereal muy nutritivo que se ha utilizado durante décadas, y se usa para hacer sopa.
Carne de res	Seco de carne de res oreada	Es una carne roja, en este caso se utiliza fileteada para poder obtener un secado con mayor facilidad y poder hacer el seco de carne oreada.
Babaco	Dulce de babaco	Es una fruta dulce que se come o se hace jugo. En este caso se hizo un delicioso dulce de babaco con panela.
Arroz y Leche	Dulce de arroz con leche	El arroz es un grano alargado que acompaña a comidas, la leche es proveniente de la vaca y juntando los dos ingredientes se puede elaborar el dulce de arroz con leche.

Comentado [FP10]: Los cuadros también deben llevar fuente de realización.

Tabla 10. Principales materias primas. Katherin S.

5.1.6. Cuadro de técnicas y métodos gastronómicos aplicados

TÉCNICAS	TEMPERATURA	DESCRIPCIÓN
Encurtido	4°C -8°C	Exponer un alimento a altos niveles de azúcar, sal o vinagre.
Fermentado	18 °C – 24°C	Transformación que sufren los alimentos por la acción de bacterias y levaduras, en este proceso, la sal actúa como conservante.

Blanquear	100°C	Cocción de corta duración en abundante agua hirviendo, depende del alimento no pasa de los 5 minutos.
Cocción al vacío	-100°C	Esta técnica, se asocia a cocciones prolongadas por temperaturas moderadas.
Deshidratación	80°C a 120°C	Consiste en eliminar la mayor concentración de agua presente en los alimentos, para conservar sus propiedades nutricionales.
Escalfar	60°C – 80°C	Consiste en cocer un alimento, partiendo de temperaturas bajas.
Orear	20°C – 30°C	Exponer un alimento al aire libre para eliminar su humedad.

Tabla 11. Técnicas y métodos gastronómicos. Katherin S.

CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

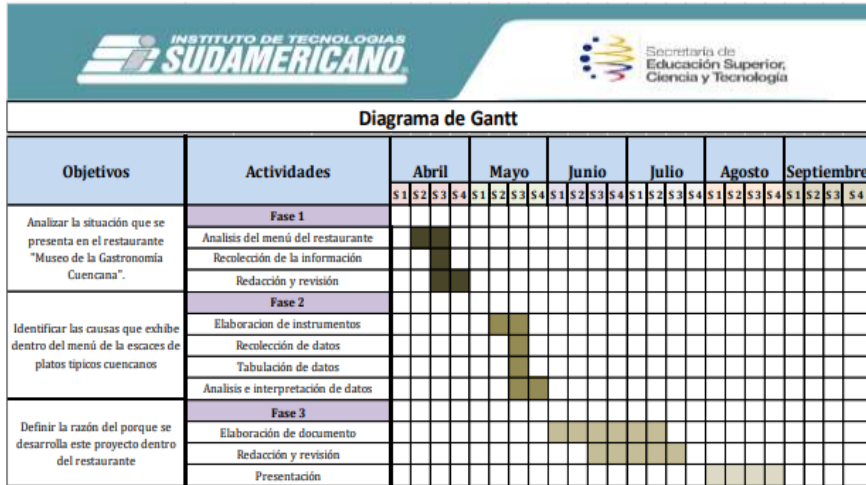


Diagrama de Gantt. Katherin Santos
 Tabla 12. Diagrama de Gantt. Katherin S.

CONCLUSIONES

Al finalizar el proyecto de titulación, se puede concluir lo siguiente:

- Se recopiló información necesaria mediante una encuesta a los comensales, entrevista a los dueños del restaurante y observación, para así poder determinar la problemática del campo de acción.
- Y gracias a la investigación en fuentes bibliográficas se logró recabar información de mediados del siglo xx, para mediante un análisis lograr recuperar platos típicos de la época.
- Mediante las bitácoras y fichas técnicas se lograron estandarizar procesos en la elaboración de los menús y evitar errores en su elaboración.
- Al proponer una propuesta gastronómica de 3 tiempos de platos típicos de mediados del siglo xx con técnicas modernas esta tuvo una gran aceptación por parte de los dueños del restaurante, clientes frecuentes y personal encargado en el área gastronómica a quien fue dirigida la degustación.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda tomar en cuenta tanto a instituciones Académicas como colegio o escuelas, el incentivar a las generaciones a investigar de donde proviene nuestras raíces y como tal saber y preparar de nuestra comida típica.
- Informarse acerca del consumo y prácticas de las nuevas técnicas de la cocina moderna que se van exponiendo en esta nueva era y que demuestra una nueva imaginación al autor.
- Investigar más del tema tanto de la cocina ancestral como de la cocina moderna ya que haciendo una función de técnicas se puede lograr nuevas sensaciones en el paladar.

GLOSARIO

Aliñar: aderezar o sazonar

Aromatizar: agregar especias o hierbas a preparados para darles un cierto sabor u olor.

Blanquear: dar un hervor a cocer a medias o para quitar el mal sabor, gusto o ciertas formas el color.

Baño maría: cocer o para derretir alguna consistencia sólida a líquida por medio de agua caliente y sobre él un bowl.

Baño maría inverso: se coloca en un recipiente agua fría con hielos para terminar o detener la cocción de alguna fruta o carne que se desee.

Escalfar: cocinar un alimento a baja temperatura entre los 60°C a 80°C, sumergiéndolo en medio graso o en almíbar.

Emplatar: poner los preparados terminados en la fuente en que ha de servirse.

Macerar: poner frutas peladas y generalmente en compañía de azúcar, o licor para que tome el sabor de ellos.

Oreada: hacer que el aire dé en algo para que se seque o se le quite la humedad o el olor que ha contraído.

Sellar: se usa en temperaturas altas para crear una rápida costra color marrón en la superficie del alimento.

Sifón: es un aparato de cocina que sirve para convertir cualquier líquido que metamos en su interior en una textura como el mousse.

Siglo XX: del año 1900 a 2000

BIBLIOGRAFÍA - WEBGRAFÍA

Sotomayor, D. (2012, 11 diciembre). *Historia de la cocina cuenca en la mitad del siglo XX*. Gastronomía Ucacue. Recuperado 24 de junio de 2022, de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/1596>

Rodriguez, I. (2021, 21 febrero). *El primer museo de la gastronomía en Ecuador*. Diario El Mercurio. Recuperado 24 de junio de 2022, de <https://elmercurio.com.ec/2021/02/21/el-primer-museo-de-la-gastronomia-delecuador-esta-en-cuenca/>

Pazos, J. (2017). *Elogio de la cocina tradicional del Ecuador*. Cocinas tradicionales del Ecuador. Recuperado 24 de junio de 2022, de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=0DMiEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT4&dq=cocina+cuencana+a+mediados+del+siglo+20&ots=9kHkIVkOWm&sig=JO-bRF1cPuSpnAgWkitfM0KMERc#v=onepage&q&f=false>

Coelho, F. (2019, 17 mayo). *Metodología de la Investigación*. «Metodología». Recuperado 28 de junio de 2022, de <https://www.significados.com/metodologia/>

FAO. (2019). *Glosario de Boletín Agrario*. Definición de tradición culinaria. Recuperado 28 de abril de 2022, de <https://boletinagrario.com/ap-6,tradicion+culinaria,4684.html>

Aguilar Y Guevara, J. F. (2017). «*El rescate de una historia Culinaria*». Eumed.

Recuperado 30 de mayo de 2022, de

<https://www.eumed.net/rev/caribe/2017/04/bolivar.html>

Casa, P. (2019). *Cocina moderna y tradicional*. Casa Pablo.net. Recuperado 28 de junio

de 2022, de <https://casapablo.net/cocina-moderna-y-tradicional-diferencia-entre-ellas/>

Turismo Cuenca Ecuador. (s. f.). Gastronomía Cuencana. Recuperado 28 de abril de

2022, de <http://cuenca.com.ec/es/gastronom%C3%ADa-cuencana>

Caivinagua, X. (2014, 4 noviembre). *Cuenca Ecuador*. Diario El Comercio. Recuperado

28 de abril de 2022, de [https://www.elcomercio.com/actualidad/ecuador/cuenca-](https://www.elcomercio.com/actualidad/ecuador/cuenca-independencia-apelativos-cultura-historia.html)

[independencia-apelativos-cultura-historia.html](https://www.elcomercio.com/actualidad/ecuador/cuenca-independencia-apelativos-cultura-historia.html)

Mata, L. (2019, 7 mayo). *Enfoque de la Investigación*. Investigalia. Recuperado 28 de

abril de 2022, de [https://investigaliacr.com/investigacion/el-enfoque-de-investigacion-](https://investigaliacr.com/investigacion/el-enfoque-de-investigacion-la-naturaleza-del-estudio/)

[la-naturaleza-del-estudio/](https://investigaliacr.com/investigacion/el-enfoque-de-investigacion-la-naturaleza-del-estudio/)

Investigación Descriptiva. (s. f.). QuestionPro. Recuperado 28 de abril de 2022, de

<https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-descriptiva/>

Castellanos, L. (2017, 2 marzo). *Metodología de Investigación*. Técnica de observación.

Recuperado 28 de abril de 2022, de

<https://lcmetodologiainvestigacion.wordpress.com/2017/03/02/tecnica-de-observacion/>

Díaz, L. (2013). *La Entrevista, recurso flexible y dinámico*. SciELO. Recuperado 28 de abril de 2022, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572013000300009

Bell. (2005). *El portal de la Tesis*. Universidad de Colima. Recuperado 28 de abril de 2022, de https://recursos.ucol.mx/tesis/investigacion_accion.php

ANEXOS**Levantamiento de información.**

Tabulación de encuestas realizadas a los comensales más frecuentes del Restaurante.

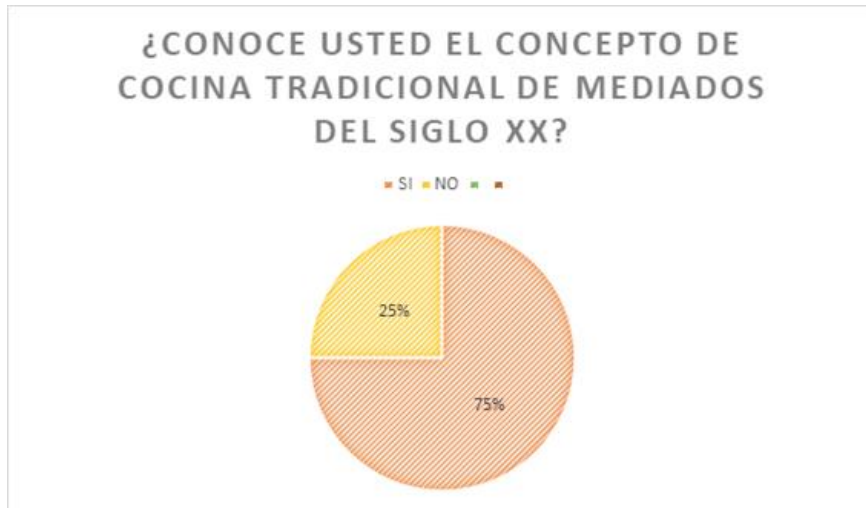


Tabla 13. Pregunta encuestados 1. Santos K

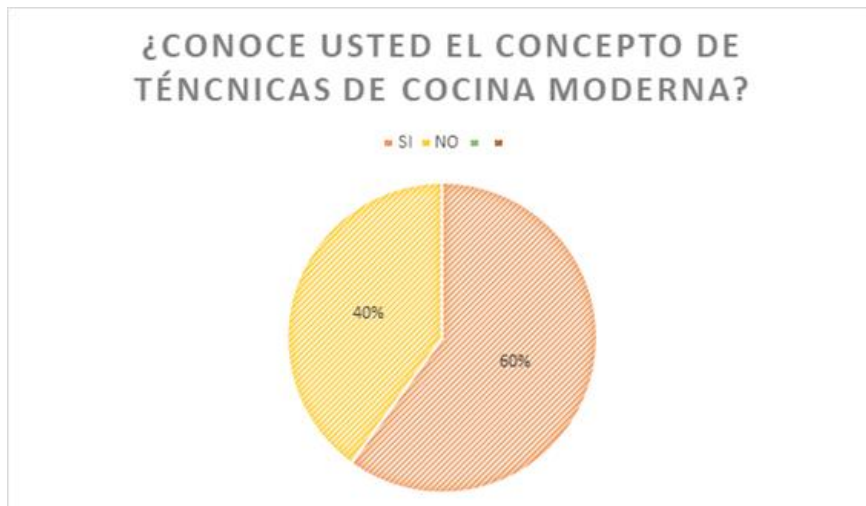


Tabla 14. Pregunta encuestados 2. Santos K



Tabla 15. Preguntas encuestados 3. Santos K

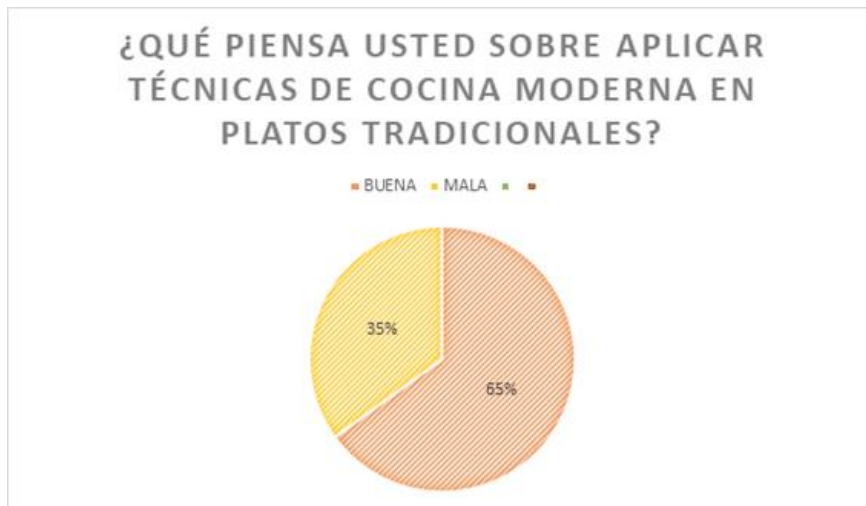


Tabla 16. Preguntas encuestados 4. Santos K

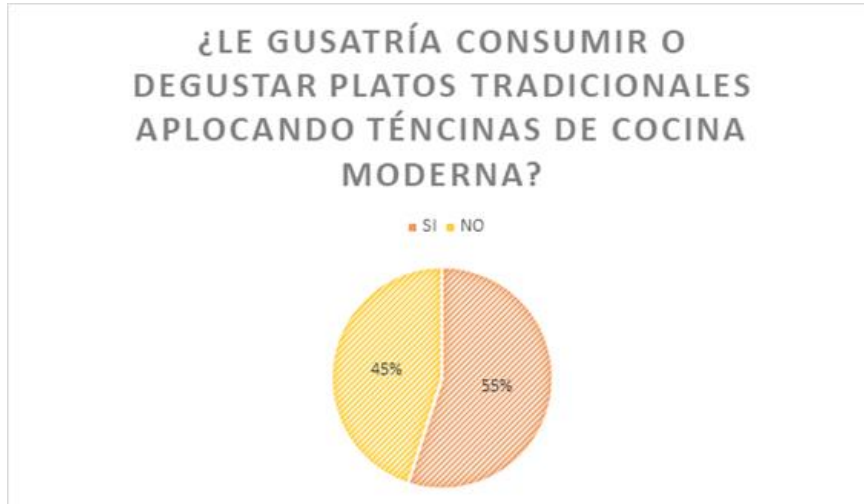


Tabla 17. Preguntas encuestados 5. Santos K

Por otro lado, se presenta la entrevista realizada a los propietarios del Restaurante Museo de la Gastronomía Cuencana.

¿Cree usted que es necesario incorporar más platos tradicionales cuencanos al menú?

Si

¿Por qué no se incorporan más platos tradicionales cuencanos al menú?

Se incorporó más platos no solo cuencanos sino platos ecuatorianos.

¿Cree usted que no se incorporan más platos tradicionales por falta de tiempo?

No, ya que se piensa reformular el menú en tiempo futuro, además que esta propuesta no se ha realizado antes es por la extensión de procesos previos a la cocinada por más compleja que sea la acción se debe planificar bien.

¿Se pueden utilizar técnicas de vanguardia en los platos rescatados?

Si la idea es buena, se puede utilizar nuevas técnicas.

¿Qué platos pueden plantearse?

Se pueden plantear bebidas, sopas, platos para vegetarianos y veganos y platos fuertes.

¿Los platos rescatados son necesariamente prepararlos como antes lo hacían o se puede realizar en la cocina moderna?

Se puede ir jugando con los paladares 50% a 50%, ya que algunas cosas si son viables por tradición e investigación.

¿Cree ud, que es necesario incorporar más platos tradicionales cuencanos al menú?

Si

¿Porqué no se incorporan más platos tradicionales cuencanos al menú?

Se incorpo. no cuencanos, sino eruatorianos

¿Cree ud, que no se incorpora más platos tradicionales por falta de tiempo?

No

¿Se puede utilizar técnicas de Vanguardia en los platos rescatados?

Si

¿Qué platos pueden plantearse?

Bebidas, sopas, vegetariños, fuertes

*¿Por qué no se ha realizado esta propuesta antes?, caso contrario que les deluvo?

Por extensión de platos por procesos previos a la cocción por más compleja la acción

Los platos rescatados son necesariamente preparalos como antes lo hacían o se puede realizar en la cocina moderna?

El juego con los sabores 50% a 50%, cosas q son vistes por tradición e investigación.

Ilustración 19. Entrevista I. Santos K.

Propuestas



Ilustración 20. Locro de sambo. Bueno J



Ilustración 21. Trucha frita. Bueno J.



Ilustración 22. Mousse de dulce de arroz con leche. Bueno J.



Ilustración 23. Sopa de arroz de cebada. Bueno J




Ilustración 24. Seco de carne oreada. Bueno J.




Ilustración 25. Helado de dulce de babaco. Bueno J

Encuestas de degustación en el campo de acción.

Encuestas de la degustación de la propuesta en el Museo de la Gastronomía

 Museo de la Gastronomía Cuencana Restaurante

 SUDAMERICANO

Recuperación de platos típicos Cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuencana"

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan cómo la del plato original? Si o No

Menu 1	Si	No	Menu 2	Si	No
Locro de sambo		/	Sopa de arroz de cebada		/
Trucha frita	/		Seco de carne oreada	/	
Dulce de arroz con leche	/		Helado de dulce de batuco		

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaría que algún plato del menú presentado se incorpore al menú del restaurante?

Si No


Cuál? Dulce arroz con leche


4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?


Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?

Buena Mala

 0992507774

 Museo de la Gastronomía Cuenca Restaurante

 INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO
UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE SUDAMÉRICA

Recuperación de platos típicos Cuenecanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuenca".

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan como la del plato original? Si o No

Menu 1

	Si	No
Locro de sambo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Trucha frita	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dulce de arroz con leche	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Menu 2

	Si	No
Sopa de arroz de cebada	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Seco de carne oreada	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Helado de dulce de tábaco	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaría que algún plato del menú presentado se incorporará al menú del restaurante?

Si No





Cuál? el arroz de leche

4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?


Si No


5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?

Buena Mala

    0992507774

Elaine

 Museo de la Gastronomía Cuencana Restaurante

 INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS
SUDAMERICANO
CORPORACIÓN EDUCACIONAL S.A. SUCRE - BOLIVIA

Recuperación de platos típicos Cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuencana".

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan cómo la del plato original? Si o No

	Si	No		Si	No
Locro de sambo		X	Sopa de arroz de cebada		X
Trucha frita	X		Seco de carne oreada	X	
Dulce de arroz con leche	X		Helado de dulce de babaco	X	

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaría que algún plato del menú presentado se incorporará al menú del restaurante?

Si No


Cual? *Dulce de arroz con leche*


4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?

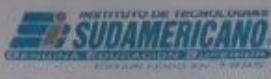
Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?

Buena Mala

 0992507774

 Museo de la Gastronomía Cuencana Restaurante

 INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO
CENTRO NACIONAL DE INVESTIGACIONES TECNOLÓGICAS
ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA

Recuperación de platos típicos Cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuencana".

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan como la del plato original? Si o No

Menu 1	Si	No	Menu 2	Si	No
Locro de sambo		X	Sopa de arroz de cebada		X
Trucha frita		X	Seco de carne oreada	X	
Dulce de arroz con leche	X		Helado de dulce de babaco		

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaría que algún plato del menú presentado se incorporará al menú del restaurante?

Si No


Cuál? Dulce de Arroz con leche


4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?


Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?

Buena Mala

 0992507774

 Museo de la Gastronomía Cuencana Restaurante

 SUDAMERICANO

Recuperación de platos típicos Cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuencana".

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan cómo la del plato original? Si o No

Menu 1	Si	No	Menu 2	Si	No
Locro de sambo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sopa de arroz de cebada	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Trucha frita	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	Seco de carne oreada	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dulce de arroz con leche	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Helado de dulce de babaco	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaria que algún plato del menú presentado se incorporará al menú del restaurante?

Si No


Cuando Dulce de arroz con leche


4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?


Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?

Buena Mala

 0992507774

 Museo de la Gastronomía Cuencana Restaurante

 INSTITUTO DE INVESTIGACIONES
SUDAMERICANO
CENTRO DE INVESTIGACIONES Y DESARROLLO

Recuperación de platos típicos Cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuencana".

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan como la del plato original? Si o No

Menu 1		Si	No		Si	No
Locro de sambo		/		Sopa de arroz de cebada		/
Trucha frita			/	Seco de carne oreada	/	
Dulce de arroz con leche		/		Helado de dulce de babeco	/	

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaría que algún plato del menú presentado se incorporará al menú del restaurante?

Si No





Cuál? _____


4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?


Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?

Buena Mala

    0992507774

 Museo de la Gastronomía Cuencana Restaurante

 INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO

Recuperación de platos típicos Cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuencana".

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan como la del plato original? Si o No

Menu 1	Si	No	Menu 2	Si	No
Loor de sambo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Sopa de arroz de cebada	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Trucha frita	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Seco de carne oreada	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dulce de arroz con leche	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Helado de dulce de babaco	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaria que algún plato del menú presentado se incorporará al menú del restaurante?

Si No


Cuál? Seco de carne oreada


4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?


Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?

Buena Mala

 0992507774


Museo de la Gastronomía Cuencana Restaurante



Recuperación de platos típicos Cuencanos de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuencana"

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan como la del plato original? Si o No

Menu 1		Si	No		Si	No
Locro de sambo			<input checked="" type="checkbox"/>	Sopa de arroz de cebada		<input checked="" type="checkbox"/>
Trucha frita		<input checked="" type="checkbox"/>		Seco de carne oreada	<input checked="" type="checkbox"/>	
Dulce de arroz con leche		<input checked="" type="checkbox"/>		Helado de dulce de bebaço	<input checked="" type="checkbox"/>	

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaría que algún plato del menú presentado se incorporará al menú del restaurante?

Si No


Cual? Menu 2

4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?

Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?

Buena Mala


 0992507774

Museo de la Gastronomía Cuenca Restaurante

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO
UNIVERSIDAD TÉCNICA DE CUENCA

Recuperación de platos típicos Cuencaños de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuencaña".

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan cómo la del plato original? Si o No

	Menu 1		Menu 2	
	Si	No	Si	No
Locro de sambo		✓		✓
Trucha frita		✓	+	
Dulce de arroz con leche	+			+
			Sopa de arroz de cebada	
			Seco de carne oreada	
			Helado de dulce de babaco	

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaría que algún plato del menú presentado se incorporará al menú del restaurante?

Si No

Cuál? dulce de arroz con leche





4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?

Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas?


Buena Mala

0992507774

10/11

Museo de la Gastronomía Cuenca Restaurante


SUDAMERICANO
INSTITUTO DE RECOPIACIÓN DE LA GASTRONOMÍA SUDAMERICANA

Recuperación de platos típicos Cuancaños de mediados del siglo XX aplicando técnicas de cocina moderna para el restaurante "Museo de la gastronomía Cuancaña"

1) ¿Cree usted que los platos representan a la época de mediados del siglo 20?

Si No Tal vez Algunos

2) ¿Cree usted que los sabores de la propuesta presentada se conservan como la del plato original? Si o No

	Menu 1			Menu 2	
	Si	No		Si	No
Loco de sambo		<input checked="" type="checkbox"/>	Sopa de arroz de cebada		<input checked="" type="checkbox"/>
Trucha frita		<input checked="" type="checkbox"/>	Seco de carne oreada	<input checked="" type="checkbox"/>	
Dulce de arroz con leche	<input checked="" type="checkbox"/>		Helado de dulce de babaco		<input checked="" type="checkbox"/>

3) ¿De las propuestas ofertadas, le gustaría que algún plato del menú presentado se incorpore al menú del restaurante?

Si No


Cuál? Dulce de arroz con leche !!

4) ¿Cree usted, que es factible revalorizar la cocina tradicional mediante este tipo de propuestas gastronómicas?

Si No

5) ¿Qué opina de las técnicas modernas aplicadas? (independiente del sabor)

Buena Mala

 0992507774