



CARRERA DE GASTRONOMÍA

TEMA:

“PROPUESTA DE MENÚ DE CINCO BOCADITOS APROVECHANDO PRODUCTOS LOCALES, CON TÉCNICAS DE COCCIÓN JAPONESAS EN EL BAR DEL COLEGIO FRAY VICENTE SOLANO”

AUTOR:

QUEZADA CAPELO JOSÉ SEBASTIÁN

TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE:

TECNÓLOGO EN GASTRONOMÍA

TUTORES:

DANNY QUINDE

CUENCA – ECUADOR, 2022

DERECHOS DE AUTOR

Los derechos de esta obra son irrenunciables y corresponden a José Sebastián Quezada Capelo, 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 TECNOLOGÍA EN GASTRONOMÍA

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

Aprobación del Trabajo de Titulación

Doy fe que el trabajo desarrollado por el/ estudiante: **QUEZADA CAPELO JOSÉ SEBASTIÁN**, con el título "PROPUESTA DE MENÚ DE CINCO BOCADITOS APROVECHANDO PRODUCTOS LOCALES, CON TÉCNICAS DE COCCIÓN JAPONESAS EN EL BAR DEL COLEGIO FRAY VICENTE SOLANO", 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,



QUINDE RIVAS DANNY SEBASTIAN.

C.I: 0105927784

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL TRABAJO

Yo, **QUEZADA CAPELO JOSÉ SEBASTIÁN**, estudiante del Instituto Tecnológico Superior Particular Sudamericano de la ciudad de Cuenca - Ecuador, que cursó la Tecnología en Gastronomía, declaro en forma libre y voluntaria que la presente investigación que versa sobre "PROPUESTA DE MENÚ DE CINCO BOCADITOS APROVECHANDO PRODUCTOS LOCALES, CON TÉCNICAS DE COCCIÓN JAPONESAS EN EL BAR DEL COLEGIO FRAY VICENTE SOLANO" así como las expresiones vertidas en la misma, son autoría del compareciente, quien ha realizado en base a recopilación bibliográfica, consultas de internet y consultas de campo.

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

Atentamente,



QUEZADA CAPELO JOSÉ SEBASTIÁN

Cédula: 0107253759

RESUMEN

El proceso de titulación realizado en la Unidad Educativa “Fray Vicente Solano” tuvo como finalidad, presentar una propuesta de comida fusión de estilo japonés al bar de dicha institución para producir un mayor número de ventas generando el interés en la gastronomía de Japón y Ecuador en estudiantes y maestros de los productos ofrecidos en el bar.

La búsqueda de un menú distinto para los bares escolares se presenta con el fin aumentar el conocimiento y la cultura de la cocina fusión y la gastronomía de nuestra localidad además de cómo se relaciona con otras gastronomías. La cultura de la comida fusión ha evolucionado durante décadas, haciendo posible el interés de los más jóvenes en cómo puede la comida transformarse con un producto fusionado en otro.

Al obtener una propuesta definida se presentó primeramente a los docentes para obtener una respuesta profesional en el tema y realizar los cambios favorables sugeridos durante la cata de los productos para así obtener un producto de calidad que ofrecer en la institución “Fray Vicente Solano” manteniendo un margen de precios cómodo para los estudiantes y se procedió a desarrollar una prueba de aceptación de los productos determinados junto con una validación de los mismos. Obteniendo los resultados de las encuestas y prácticas desarrolladas se consiguió determinar la viabilidad del proyecto con éxito.

Palabras clave: Japón, Bar escolar, cocina fusión, alimentos, trigo. ´

ABSTRACT

The certification process conducted in the educational unit "Fray Vicente Solano" had the purpose of presenting a proposal of Japanese-style fusion food to the bar of this institution to produce a greater number of sales, generating interest in the gastronomy of Japan and Ecuador in students and teachers, while maintaining care in food safety and safety of the products offered in the bar.

The search for a different menu for school bars is presented in order to increase the knowledge and culture of fusion cuisine and the gastronomy of our locality as well as how it relates to other gastronomies. The culture of fusion food has evolved over the decades, enabling young people to become interested in how food can be transformed with one product fused into another.

After obtaining a definite proposal, it was first presented to the teachers to obtain a professional response on the subject and make the favourable changes suggested during the tasting of the products in order to obtain a quality product to offer in the institution "Fray Vicente Solano" while maintaining a comfortable price range for the students and proceeded to develop an acceptance test of the products determined together with a validation of the same. Obtaining the results of the surveys and practices developed, it was possible to determine the viability of the project successfully.

Keys Words: Japan, School bar, fusion cuisine, food, wheat.

DEDICATORIAS

Dedicado hacia mi familia que me apoyó durante el trayecto y formación de un sueño que poco a poco se convierte en realidad ya que gracias al esfuerzo de ellos me fue posible educarme de la mejor manera.

Y dedicado especialmente a mi querida Zalomé Díaz, quien es una inspiración para creer en las metas que tengo y además me apoyó siempre a pesar de cualquier problema.

ÍNDICE

DEDICATORIAS	VII
Objetivos	XIII
Justificación	XIV
CAPÍTULO I	16
1.1 Problemática.....	16
1.2 La falta de variedad de comida japonesa en Ecuador	16
1.3 Escaso conocimiento de la gastronomía japonesa en Ecuador	17
CAPÍTULO II.....	19
2.1 Marco referencial	19
2.1.1 Institución educativa fiscal “Fray Vicente Solano”	19
2.1.2 Historia de los inicios de Japón	20
2.1.3 Etapas de la historia de Japón	21
2.1.4 Religión en Japón.....	21
2.1.5 Comida de Japón historia e influencia	22
2.1.6 La cocina japonesa es original	22
2.1.7 Jerarquización de la comida en Japón.....	22
2.2 Marco teórico:.....	23
2.2.1 El trigo.....	23
2.2.1.1 Procesamiento del trigo	23
2.2.1.2 El trigo no es malo para la salud	24
2.2.1.3 Beneficios que presenta el trigo para las personas	24
2.2.2 Cocina fusión	25
2.2.2.1 Origen y que es la cocina fusión	25
2.2.2.2 La evolución de los gustos en las personas	26
2.2.3 Técnicas Cocción de Japón.....	27
2.2.3.1 Porque hay tantas técnicas usadas en la cocina de Japón.....	27
2.2.3.2 Agemono (揚げ物)	28
2.2.3.3 Itamemono (炒め物)	28
2.2.3.4 Mushimono (蒸し物).....	29
2.2.4 Utensilios usados en la cocina japonesa	30
2.2.5 Costumbres japonesas en la comida	31
2.2.5.1 Forma correcta de usar los palillos en Japón.....	33
2.2.6 Tipos de comidas tradicionales en Japón.....	33

2.2.6.1 Comida familiar.....	33
2.2.6.2 Comida formal.....	34
2.2.6.3 Comida para llevar	35
2.2.7 La dieta japonesa es recomendada a nivel nutricional	36
2.2.8 Importancia de la comida japonesa.....	36
2.2.9 Alimentación en bares escolares en Ecuador.....	37
2.3 Marco conceptual.....	38
CAPÍTULO III.....	41
3.1 Metodología de investigación	41
3.1.1 Enfoque.....	41
3.1.2 Técnicas de recopilación de datos.....	41
3.1.3 Tecnicas de campo.....	42
3.1.3.1 Bitácoras.....	42
3.1.3.2 Fichas técnicas.....	58
3.1.3.3 Base de datos.....	70
CAPÍTULO IV.....	74
4.1 Análisis y control de datos.....	74
4.1.1 Primera degustación.....	74
4.1.1.1 Gyozas de pollo asado.....	74
4.1.1.2 Tempura-Trucha.....	76
4.1.1.3 Dorayakis con mermelada de zapallo.....	77
4.1.1.4 Ramen-Criollo.....	79
4.1.1.5 Okonomiyaki.....	80
4.1.2 Encuesta.....	82
4.1.3 Validación de la propuesta por medio de una degustación de los estudiantes.....	84
CAPÍTULO V.....	87
5.1 Propuesta gastronómica	87
5.1.1 Onigiri de atún.....	87
5.1.2 Okonomiyaki.....	88
5.1.3 Gyozas.....	88
5.1.4 Dorayakis con miel de penco	89
5.1.5 Dorayakis con relleno de zapallo	90
5.2 Materias primas principalmente usadas	90
CONCLUSIONES	92
RECOMENDACIONES.....	93

Bibliografía94

Índice de tablas

Tabla 1	18
<i>Cantidades de productos usados para la elaboración de sushi en el 2020</i>	18
Tabla 2	24
<i>Clasificación del trigo</i>	24
Tabla 3	25
<i>Valor nutricional del trigo</i>	25
Tabla 4	26
<i>Tipos de cocina fusión más comunes</i>	26
Tabla 5	30
<i>Utensilios de cocina en Japón</i>	30
Tabla 6	32
<i>Que está bien y mal visto durante la comida en Japón</i>	32
Tabla 7	74
<i>Porcentaje de valoración. Gyozas</i>	74
Tabla 8	76
<i>Porcentaje de valoración. Tempura</i>	76
Tabla 9	77
<i>Tabla de porcentaje de valoración. Dorayakis</i>	77
Tabla 10	79
<i>Tabla de porcentaje de valoración. Ramen-Criollo</i>	79
Tabla 11	80
<i>Tabla de porcentaje de valoración</i>	80
Tabla 11	84
<i>Ficha de validación a estudiantes. Pregunta 1</i>	84
Tabla 12	85
<i>Ficha de validación a estudiantes. Pregunta 2</i>	85
Tabla 13	86
<i>Ficha de validación a estudiantes. Pregunta 3</i>	86
Tabla 14	90
<i>Productos usados en la propuesta gastronómica</i>	90

Índice de figuras

Figura 1.....	19
<i>Mapa del sector del colegio Fray Vicente Solano en la parroquia Yanuncay.....</i>	19
Figura 2.....	20
<i>Ubicación del colegio Fray Vicente Solano en el mapa.....</i>	20
Figura 3.....	28
<i>Tipo de croqueta rellena pasada por una masa que posteriormente se someterá a una fritura profunda.....</i>	28
Figura 4.....	29
<i>Salteado de vegetales con salsa y carne a una alta temperatura con un sartén wok.....</i>	29
Figura 5.....	29
<i>Vegetales cocinados al vapor sin condimentos.....</i>	29
Figura 6.....	34
<i>Almuerzo familiar en Japón.....</i>	34
Figura 7.....	35
<i>Menú formal con armonía en la decoración y en los alimentos.....</i>	35
Figura 8.....	36
<i>Bentos o pequeñas loncheras de aluminio o acero inoxidable.....</i>	36
Figura 9.....	82
<i>Encuesta a los estudiantes. Pregunta 1.....</i>	82
Figura 10.....	83
<i>Encuesta a los estudiantes. Pregunta 2.....</i>	83
Figura 11.....	83
<i>Encuesta a los estudiantes. Pregunta 3.....</i>	83
Figura 12.....	87
<i>Bolita de arroz con relleno de atún.....</i>	87
Figura 13.....	88
<i>Tortilla de huevo con col y mayonesa.....</i>	88
Figura 14.....	88
<i>Gyozas de pollo asado.....</i>	88
Figura 15.....	89
<i>Dorayakis de miel de penco.....</i>	89
Figura 16.....	90
<i>Dorayakis con relleno de zapallo.....</i>	90

Índice de Anexos

Anexos	101
Anexo 1 Cronograma	101
Anexo 2 Primera degustación	102
Anexo 3 Solicitud de análisis en el colegio “Fray Vicente Solano”	103
Anexo 4 Estructura de la institución	104
Anexo 5 Degustación de los estudiantes	105
Anexo 6 Ficha de validación de los estudiantes	106

Objetivos

Objetivo general

Elaborar un menú de cinco bocaditos para el bar del colegio “Fray Vicente Solano” reabierto después de la pandemia.

Objetivo específicos

Investigar las técnicas culinarias de Japón que puedan ser aplicables en la cocina común ecuatoriana

Aplicar las técnicas investigadas con productos locales.

Desarrollar menú al estilo japonés accesible para los estudiantes.

Presentar el menú de una forma atractiva para los estudiantes en el regreso a clases después de un periodo de pandemia.

Validar los productos que se han desarrollado con degustaciones junto con fichas de validación de las propuestas de innovación e interés.

Justificación

Las personas hoy en día buscan la buena cocina y la experiencia de “comer bien” y es que las culturas actuales se están destacando por la innovación y las distintas fusiones que se están dando para producir sabores nuevos en la cocina, que se puedan aplicar a platos

“sencillos” pero que cambien totalmente por la incorporación de técnicas, productos o métodos de distintas culturas a las que las personas acostumbran. Al ser una profesión a la cual personas ven como un arte, lugares y centro educativos se han dedicado a incorporar esta carrera, incluso se ven gran cantidad de “shows televisivos” con gran demanda de vistas gracias al interés de la gente (Ordoñez-Robalino, 2018).

La población ecuatoriana tras la pandemia de COVID-19, empezó a ofrecer el retorno voluntario a clases presenciales a casi todas las instituciones educativas del país desde septiembre de 2021. Y desde enero del presente año pasó a ser obligatorio para un grupo de alumnos y continúa siendo voluntaria para otro grupo. El 77% de planteles cuentan con el Plan Institucional de Continuidad Educativa (PICE) aprobado para el regreso a clases, es decir que tienen ciertas normas para la seguridad de los estudiantes. Sin embargo, tan solo el 33% de estudiantes del Ecuador acude personalmente (Trujillo, 2022).

Una vez que la cuarentena se expandió a meses, casi el 100% de los trabajadores de los bares escolares quedaron en el desempleo, razón por la que acudieron a otras fuentes de trabajo y en su mayoría no han retornado a las instituciones en busca del mismo empleo. Sin embargo, desde septiembre del 2021 que algunas instituciones educativas han desarrollado clases presenciales y para la actividad de las cafeterías o bares escolares han sido padres de familia o personal de instituciones privadas las que han mantenido las actividades de estos sitios para el aprovechamiento de los estudiantes. Sin embargo, de las instituciones fiscales continúan sin ocupación de los bares, algunos por miedo a la falta de ingresos o por la falta de conocimiento ante las normas de higiene e inocuidad alimentaria, aun cuando las escuelas y colegios están a poco tiempo de ocupar por completo el aforo de sus estructuras (Heredia, 2021).

CAPÍTULO I

1.1 Problemática

Las instituciones más afectadas por la falta de interés en sus bares escolares son aquellas fiscales que tienen poco apoyo por parte de los padres de familia, a veces no por desinterés sino por miedo a ocupar un espacio y no cumplir con las normas requeridas o por no generar ingresos de una correcta forma que les genere lo suficiente para el desarrollo correcto de un negocio (Diario El Heraldó, 2022).

Los escolares y adolescentes necesitan una buena dieta para crecer, desarrollarse, protegerse de las enfermedades y tener la energía para estudiar, aprender y ser físicamente activos. Los programas y las políticas escolares son necesarias para lograr los derechos humanos de los niños a la alimentación, la educación y la salud. Por medio de intervenciones complementarias, como comidas escolares saludables y educación sobre alimentación y nutrición, los alumnos pueden mejorar sus dietas, desarrollar prácticas alimentarias más sanas y extenderlas a sus familias y comunidades. Estos programas también pueden apoyar la agricultura local, fortalecer y diversificar los sistemas alimentarios del lugar. Además de que sean productos accesibles para estudiantes de colegios fiscales. Si un colegio no cuenta con el bar y el desarrollo de alimentos para los estudiantes, puede llegar a afectar al rendimiento de los chicos por la falta de energía, volviéndose un problema de rendimiento académico (FAO, 2022).

1.2 La falta de variedad de comida japonesa en Ecuador

En los últimos años el sushi ha sido una comida con acogida en todo el Ecuador, pero no se ha visto avances en la producción de algo más innovador, como es el ejemplo de la cocina Nikkei en el vecino Perú que ha combinado esas culturas consiguiendo una gastronomía nueva con una sorprendente bienvenida por parte de las personas. Y aunque se han desarrollado

intentos por la fusión del sushi con productos ecuatorianos, como es el ejemplo de J.W. Marriott Quito donde el chef Álvaro Coba presento un tipo de sushi que denominó “Sushi Andino” aplicando los productos nacionales al sushi convencional. Además, el chef Junior Córdova del restaurante Shibumi en Quito, también ha presentado un tipo de sushi con productos de la localidad tratando de fusionar sabores puros que den la experiencia del sabor a quien visite el lugar (Diario El Comercio, 2016).

1.3 Escaso conocimiento de la gastronomía japonesa en Ecuador

Para las personas por desgracia, la comida japonesa se limita solo al sushi y a veces hasta el ramen, pero no va más allá cuando existe una variedad gastronómica fuerte gracias a la riqueza que ese país tiene por sus montañas y costas pesqueras, características de Ecuador también posee. Pero la gente a veces no se fija en la amplia cultura culinaria que Japón tiene como son las tempuras, platos algo más complejos como Sukiyaki, el Yosenabe o el shabu-shabu, además de sopas como la sopa de miso o Dobin-Mushi (sopa en tetera), las gyozas, takoyakis, incluso una variedad de postres como el kasutera, los mochis o los dorayakis que sin duda son agradables al paladar. Pero todos estos platillos o elaboraciones son dejados de lado porque no se han presentado con una moda tan grande como el sushi explotó en su momento (Blanco, 2013). Según un reporte desarrollado por la empresa “PedidosYa” se obtuvieron los siguientes datos:

Tabla 1

Cantidades de productos usados para la elaboración de sushi en el 2020

	Arroz	Pescado	Alga	Queso	Aguacate
Cantidades kg.	206,12	257,7	30,92	103.08	10.308
Cantidades g	206.106	257.700	3092,4	103.080	1030,8

Fuente: Merchán C. (2021).

En la tabla de datos presentada se detallan las cantidades usadas para los rollos California, Tokyo y Filadelfia. Esto quiere decir que existe un número más elevado de materia prima usado por la variedad de rollos que ofrecen distintos rollos con otros rellenos. Volviendo a la tendencia de consumir solo sushi y no ir por los distintos productos que la cultura japonesa puede ofrecer (Merchán, 2021).

CAPÍTULO II

2.1 Marco referencial

2.1.1 Institución educativa fiscal “Fray Vicente Solano”

Unidad educativa situada en la ciudad de Cuenca en las calles Francisco de Orellana y Cristóbal Colón de la parroquia Yanuncay. Cuenta con una amplia infraestructura. En su inicio el Colegio universitario Fray Vicente Solano fue fundado el 15 de mayo de 1954, funcionaba con dos primeros cursos de bachillerato en una casa en las calles Luis Cordero y Juan Jaramillo, después en 1960 se colocó en el campus de la Universidad de Cuenca pasando así hasta el año 2003 donde empezó a operar en su propio establecimiento en donde se encuentra ubicado hasta el día de hoy, sin embargo, paso a ser un colegio fiscal más o menos desde el 2015 (Academic, 2010).

Figura 1

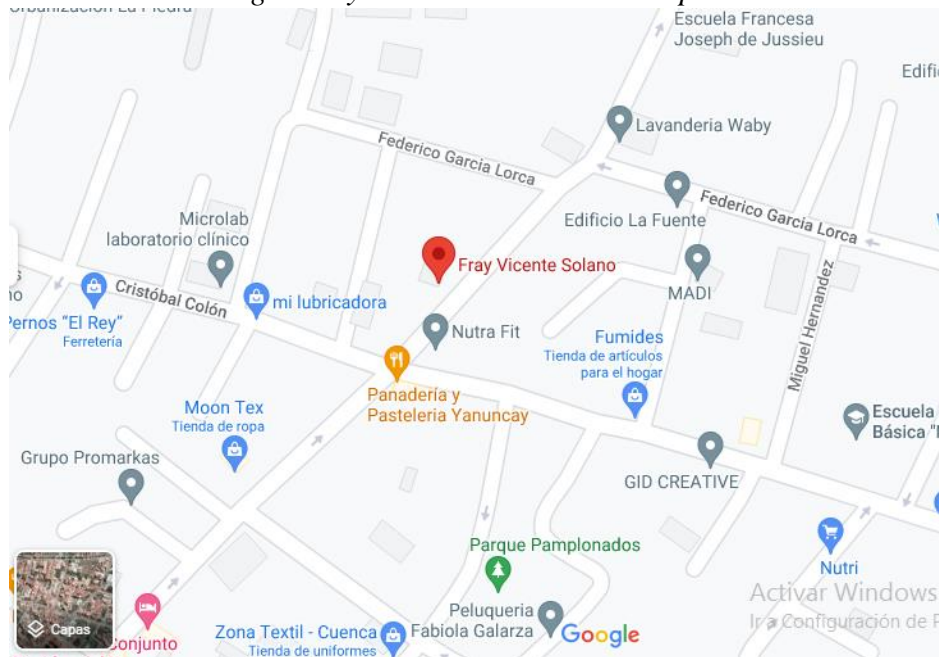
Mapa del sector del colegio Fray Vicente Solano en la parroquia Yanuncay.



Fuente: Google Maps

Figura 2

Ubicación del colegio Fray Vicente Solano en el mapa.



Fuente: Google Maps

2.1.2 Historia de los inicios de Japón

Japón, país asiático que también es conocido como la tierra del sol naciente que en un inicio tuvo una sociedad feudal misma que contaba con un emperador, quien desempeñaba a más de dirigir la nación, era una función espiritual, seguidos de este estaban los “Shogun” que eran una clase de dictadores o reyes (de la región que tuvieran en su poder) militares que gobernaban imponiendo el servicio militar y la lealtad de siervos hacia un señor. Los shogun eran normalmente budistas y después de estos estaban los jefes militares que se denominaron como Daimyo que eran una especie de general a cargo de un número determinado de samuráis, ronin quienes eran los guerreros y soldados respectivamente. Por último estaban las personas comunes o campesinas, estaban a cargo de la producción de alimentos y de trabajar la tierra para el beneficio del país. Además de estos se debe considerar a los ninjas que son de origen japonés, pero al ser considerados como asesinos a sueldo o mercenarios no estaban incorporados en la jerarquía japonesa (Castillo, 2017).

2.1.3 Etapas de la historia de Japón

Japón y su historia pueden ser divididos en tres etapas o periodos que son el “Jomón”, el “Yayoy” y el “Yamato”. El primer periodo (Jomón) según estudios antropológicos y arqueológicos confirma restos de homínidos de por lo menos cien mil años, además de antecedentes de Budus de alrededor de cincuenta mil años antes de Cristo, mismos que pertenecían a la cultura denominada “Yamachito”. Pero esta primera tiene su nombre debido a un tipo de artesanía decorada con una base de cuerdas que parecía tener relación con otras culturas cercanas como China, Corea y la India. (Tramón, Jaime, 2000).

El segundo periodo (Yayoy) se presenta con los primeros indicios de agricultura y una organización de sociedad, además que Japón empieza a formarse como una nación. Este periodo fue fundamental para poder formar las bases de lo que sería Japón. Posteriormente en el periodo Yamato fue una época de invasión cultural por la nación china que estaba esparciendo sus costumbres por toda Asia. Durante este periodo Japón introduce en su nación las sociedades más comunes de oriente. Después de esta era y con el cultivo del arroz se da paso a una rebelión interna en Japón con varias guerras y enfrentamientos entre clanes que discrepaban entre si quedarse con los modelos chinos o si eliminaban esas influencias del imperio, se podría decir que de las costumbres chinas se quedaron, pero adaptaron a su estilo la influencia que dejo dicho imperio (Tramón, Jaime, 2000).

2.1.4 Religión en Japón

La religión del Japón inicial, era el sintoísmo, la cual tenía como base la adoración y el respeto de los “Kami” o Espíritus de la naturaleza, estos eran venerados en sitios específicos que se pueden denominar como santuarios, donde las personas iban a dar oración al kami del templo, a pedir bendiciones o para brindar ofrendas a los mismos (Castillo, 2017).

2.1.5 Comida de Japón historia e influencia

La historia de la comida típica de Japón empieza con la fuerte llegada de China sobre territorio japonés a través de Corea durante los siglos V y VI, es muy importante para la gastronomía este punto ya que, con la imposición de religión budista, se redujo el consumo de carne, pero se introdujo el consumo de tofu, miso y vegetales junto con la producción de arroz sentaron las bases para los platos que hoy en día han dado la vuelta al mundo cautivando a las personas. Además, la pesca en Japón se volvió algo importante de consumo nacional gracias a la cantidad de costas e islas (miles) que están en ese territorio, desarrollando así sus platillos más importantes como lo es el internacionalmente conocido “sushi” y otros platos que han dado renombre a la gastronomía japonesa. Con la llegada de los portugueses a Japón en el siglo XVI, se introdujo de vuelta la carne de cerdo, el pollo y se originó la tempura ampliando los productos culinarios del país. Y ya en el siglo XIX es cuando Japón permite entrar un poco de la cultura occidental y comenzar a distribuir su cultura también hacia los otros continentes (Daruma, 2019).

2.1.6 La cocina japonesa es original

La cocina japonesa se caracteriza por una sencillez que raya en la rigidez de la formalidad. Ha evolucionado de una singular y original filosofía que tomó prestado de sus vecinos asiáticos y que se mantuvo cerrado a la cultura de otros países lejanos u occidentales en un inicio; la comida japonesa se distingue por un deseo de colocar antes a su cultura y gastronomía que a otras (Pérez, 2017).

2.1.7 Jerarquización de la comida en Japón

En Japón se da una primacía según los alientos se vayan a consumir por lo que se tiene en cuenta un orden al momento de servir la comida para determinar que comer primero. Se come tratando de identificar los alimentos y cada uno de sus sabores para lo cual se entregan

primero los alimentos que vengan de cultivos en montañas, o tierras altas, le siguen los productos del mar para después aquellos productos provenientes del campo, con el propósito de tener una mesa de armonía y que represente la naturaleza detrás de los platos entregados (Restrepo, 2012).

La gente del mundo actual se atrae por la comida japonesa al ser algo tan cultural y hasta ceremonioso donde cada aspecto es ordenado (la cocina tradicional). Y también la gente de hoy en día busca la experiencia gastronómica original y que genere placer a su paladar por los sabores nuevos que se busca presentar (Kyoko, 2021).

2.2 Marco teórico:

2.2.1 El trigo

El trigo o triticum en latín, es una planta con un grano comestible que pertenece a la familia de las gramíneas y significa trillado o triturado, esto haciendo referencia a su proceso de separación de la cascarilla y del grano. El origen del trigo se remonta aproximadamente unos 6.700 años a.C. a pesar de que no se sabe con precisión se han encontrado evidencias de este cultivo en Mesopotamia, así como en Turquía, en la India y en Mesoamérica (Moreno, 2001).

El trigo al ser el tercer grano más cultivado a nivel mundial se considera un producto y un alimento de importancia vital para la humanidad quedando detrás del maíz y el arroz. Y aunque existen más de veinte y cinco mil tipos de trigo distintos clasificados por su dureza y contenido en gluten (Hermida, 2019).

2.2.1.1 Procesamiento del trigo

El trigo además de todos los nutrientes que aporta, suele, en ocasiones, ser fortificado con vitaminas, hierro u otros nutrientes. El procesamiento del trigo para convertirse en harina ocurre de manera parecida a otros cereales donde se obtienen harinas y almidones.

Generalmente el trigo se muele hasta conseguir una especie de polvo y se pasa por grandes cernideros para evitar los pedazos del grano que pudieron haber quedado (FAO, 2015).

2.2.1.2 El trigo no es malo para la salud

Hoy en día las personas buscan dejar de consumir el trigo debido a la cantidad de gluten que contiene, no por una enfermedad o recomendación médica, sino por buscar una dieta mal entendida, ya que se ve al gluten y a los carbohidratos como algo dañino, porque “engorda”, pero no se toma en cuenta que los carbohidratos que el trigo y sus productos aportan, son uno de los principales nutrientes que los alimentos proporcionan al cuerpo humano para sobrevivir. Siendo los también conocidos hidratos de carbono los responsables de brindar más de la mitad de la energía al cuerpo para poder cumplir con las actividades diarias (Milenio, 2016).

2.2.1.3 Beneficios que presenta el trigo para las personas

Existen beneficios a la salud que caben resaltar por parte del trigo que al contener zinc ayuda en el proceso de cicatrización, ayuda a la asimilación y al acopio de la insulina. Incluso se ha demostrado que es beneficioso para prevenir las arrugas y a flacidez de la piel. Al ser un alimento libre de colesterol es de gran provecho para el corazón y personas que sufren de alguna enfermedad en este órgano. Incluso en la industria cosmética se ha introducido el trigo ya que se ha comprobado que puede cerrar la cutícula destruida por tintes, mal cuidado y el calor (Payares, 2020).

Tabla 2

Clasificación del trigo

Fecha de siembra	Calidad	Dureza del grano	Tipo de harina
-------------------------	----------------	-------------------------	-----------------------

Invierno	Grupo 1	Blando	Todo uso
	Calidad máxima y 13% de proteína.		
Primavera	Grupo 2 usado en Panificación	Duro	Para pan
	Grupo 3 dirigido a la bollería y pastelería.	Durum	Para pasteles
	Grupo 4 alimento para animales.		Sémola
			Durum

Fuente: (Crespo, 2017).

Tabla 3

Valor nutricional del trigo

Por cada	100g de trigo.
Proteína	11.7g
Fibra dietética	10.3g
Carbohidratos	61g
Grasas	2g
Calorías	314kcal

Fuente: Hermida, 2019.

2.2.2 Cocina fusión

2.2.2.1 Origen y que es la cocina fusión

Este tipo de cocina se genera por la necesidad creativa de los seres humanos, o por la fusión de culturas por temas de inmigraciones. Pero hay que tener claro que la base de toda cocina creativa, revolucionaria o cocina fusión es la cocina clásica y los platos típicos de un lugar o una región para después combinar platos secundarios que puedan armonizar los sabores y complementarse en una sola elaboración. No se puede determinar un número preciso de tipos de cocina fusión ya que al no basarse en una sola técnica de cocina se puede explorar cualquier

campo gastronómico que llegue a los límites de la creación culinaria o de la imaginación del cocinero (BCH, 2022). Además, la cocina fusión es llamada así gracias a que se trata de alimentos que se desarrollan con productos y técnicas de países, zonas, regiones, ciudades o ambientes distintos. Este mundo culinario da cabida a cualquier clase de invento que la imaginación de una persona pueda presentar, debido a esto se encuentran sabores y delicias impensables gracias a la creatividad de una persona que gusta de la cocina, teniendo en cuenta que no solo se queda en los alimentos sólidos, sino que también toma en cuenta las bebidas o productos líquidos (Melón, 2017).

2.2.2.2 La evolución de los gustos en las personas

El paladar y los gustos de las personas han evolucionado a su manera y es debido a la revolución que los alimentos han dado gracias a la búsqueda de sabores nuevos, curiosos y sorprendentes además que generen una experiencia culinaria única al consumidor. A pesar de que la cocina fusión se destacó desde la década de los 70 a día de hoy se continúa desarrollando pues la cantidad de platos que se pueden generar solo se limitan a la imaginación. Y desde un inicio se han esparcido por el mundo distintos tipos nuevos de comida que se han vuelto famosos y han podido generar el gusto e interés en nuevas fronteras. Como se puede observar en la siguiente lista están algunas de las comidas de estilo fusión más reconocidas a nivel mundial (Bargues, 2020).

Tabla 4

Tipos de cocina fusión más comunes

Cocina fusión	Historia	Ejemplo
Cocina China – Estadounidense	A principios del siglo XIX se produce una migración china hacia los EE.UU. que generó	Carne de ternera con brócoli al vapor.

	adaptaciones con la cultura estadounidense. Cardiel R. (1997).	
Cocina Tex – Mex	Se presenta en los 70's cuando se empiezan a elaborar platos mexicanos con productos nativos de América por la presencia de mexicanos en el estado de Texas Quiralte C. (2016).	Chili con carne, nachos tex-mex.
Cocina Nikkei	En 1930 los japoneses ya eran emprendedores con los productos peruanos, que buscaron desarrollar su comida “típica” con lo que tenían en su entorno Castillo T. (2021).	Ceviche peruano en sashimi con caldo de dashi o leche de tigre.
Cocina Balti	Alrededor de 1977 se genera la fusión de comida la cocina británica e india. Se presenta un auge en Birmingham, donde se encuentran varios “Balti House” Rodríguez N. (2009).	Kedgerree, acompañado de naan (pan tradicional).

Fuente: (Chez N, 2014.)

En la Tabla 4 “Tipos de cocina fusión más comunes”, se presenta los tipos de comida fusión más consumidos en distintos países, cabe recalcar que en varios países se hace presente gran cantidad de cocina fusión distinta una de la otra, esto gracias a la migración y apreciación de distintas culturas en un mismo país.

2.2.3 Técnicas Cocción de Japón

2.2.3.1 Porque hay tantas técnicas usadas en la cocina de Japón

Cada elaboración tiene una manera distinta de preparar los alimentos que se van a usar, esto se da debido a que dependiendo de la receta la decoración cambia, buscando así una armonía entre los platos que se presenta, ya que para los japoneses la comida primero entra por los ojos y de no ser agradable a la vista ésta perderá la mitad de su sabor total; razón por la cual la decoración es un punto esencial en la comida japonesa para que de ese modo haya un

estímulo por la comida desde el primer momento. Las técnicas que se aplican en cada producto dan camino a una experiencia culinaria distinta que genera el placer de comer (Restrepo, 2012).

2.2.3.2 Agemono (揚げ物)

El termino agemono refiere en general a las frituras, pero estas en Japón son sustancialmente más ligeras que las occidentales y poseen como todo en la gastronomía japonesa su meticuloso proceso, estas son preparadas por lo general con fécula de patata, harina de trigo, y apanadura de hojuelas de pan las cuales son llamadas panko, su ligereza a pesar de ser frituras radica en las salsas y guarniciones con las que son acompañadas algunas de estas incluso llevan vinagre (Palma, 2016).

Figura 3

Tipo de croqueta rellena pasada por una masa que posteriormente se someterá a una fritura profunda.



Fuente: Alleko, 2018

2.2.3.3 Itamemono (炒め物)

Esta abarca todo lo que a salteados refiere, en si no es una técnica de cocina japonesa tradicional, pero esta se popularizo justo después de la segunda guerra mundial, gracias también al alto consumo de vegetales en la dieta diaria, esta técnica se adhirió al vivir diario por la facilidad que brinda al cocer los ingredientes de manera rápida manteniendo todas las propiedades de los mismos, de los clásicos e icónicos tenemos al yasaiitame (野菜炒め), que

son básicamente verduras salteadas con una mezcla de soya dulce y servidos sobre fideos, arroz o simplemente solas (Palma, 2016).

Figura 4

Salteado de vegetales con salsa y carne a una alta temperatura con un sartén wok.



Fuente: Borja, 2017.

2.2.3.4 Mushimono (蒸し物)

De las técnicas más saludables, en esta están todos los platillos preparados al vapor, el Mushimono se ha simplificado ya que en la época de Edo incluso antes se usaba una loza o cuenco de barro sobre sal caliente, un proceso relativamente lento ya que buscaba que los propios ingredientes se cuezan soltando su propia humedad, el plato más común que podemos encontrar dentro de esta técnica es el Chawan-mushi (茶碗蒸し), que como base tiene huevos con pollo o verduras cocidos lentamente al vapor este tiene la consistencia de una natilla (Palma, 2016).

Figura 5

Vegetales cocinados al vapor sin condimentos.



Fuente: Montero, 2019.

Elaboraciones que llevan harina de trigo principalmente, con distintas cocciones: Gyozas, Nikuman, Okonomiyaki, Takoyaki, Kasutera, Menrui, Somen, entre otras preparaciones (Japón, 2018).

2.2.4 Utensilios usados en la cocina japonesa

En Japón se desarrollan distintos platos dependiendo de lo que se busca ofrecer, razón por la cual también existen herramientas específicas que si bien se pueden elaborar sin problema con utensilios comunes, con los correctos es más eficaz al momento de cocinar, y aunque ha existido influencia de China por el comercio entre ambos países, Japón siempre ha buscado desarrollar su propia cultura, independientemente de otros lugares o dominios. De modo que han desarrollado varios utensilios que ha día de hoy son muy reconocidos por cultura, calidad o bien por ciertas modas, como se presenta en la siguiente tabla (Dokkoi, 2021).

Tabla 5

Utensilios de cocina en Japón

Utensilios y su uso	Descripción	Cocina	Mesa	Mixto
Sashimi bōchō: Fugu hiki ふぐ引き , Tako hiki タコ引, y yanagi ba 柳刃	Son cuchillos largos y delgados utilizados para cortar sashimi (pescado crudo en rodajas y mariscos) bocho significa cuchillo (Japan, 2018).	X		
Konebachi bowl	Se utiliza para amasar el polvo de soba. Es de madera y lacado, aunque ahora también se encuentran de cerámica y plástico			X

	templado o incluso vidrio (Japan. 2018).		
Agemono nabe 揚げ物鍋	Olla de cosas fritas. Recipientes gruesos usados para comida frita en abundantes cantidades de aceite. Son hechos usualmente de molde de hierro o placa dura (Japan. 2018).	X	
Wok	Sartén originario de china pero muy usado en la cocina japonesa usada para salteados y cocciones a fuego alto (Jordan, 2019).	X	
Shamoji しゃもじ	Paleta o espátula pequeña que se usa para revolver el arroz cocido y para servirlo (Japan. 2018).		X
Saibashi (菜箸; さいばし)	Estos son palillos que se usan en la cocción, se diferencian de los que se conocen para comer makis o nigiris y miden 30cm de largo además que pueden ser de madera o de acero (Japan, 2018).	X	
Ohashi (お箸) o Hashi. (箸)	Llegados de china originalmente, los japoneses los adaptaron para que la terminación de los ohashi tenga forma cilíndrica y cónica que empiezan desde la punta de manera delgada hacia la punta a diferencia de los chinos (Britez, 2017).		X
Hashioki (箸置き)	Es una especie de soporte para los palillos el cual es indispensable ya que colocar los palillos en el plato o en la mesa se considera de mala educación (Britez, 2017).		X

Fuente: Palma, 2020.

2.2.5 Costumbres japonesas en la comida

Durante la comida se aplican normas a seguir, esto debido a la cultura misma de Japón en donde la mayoría de situaciones que se presentan son de respeto y honor para las demás

personas incluso a la hora de comer en donde para no ofender a las personas que se encuentran en la mesa lo cual puede llevar a que dichas personas se sientan ofendidas. Hay que considerar detalles que para los occidentales se pueden tomar como malos hábitos, sin embargo, sucede lo contrario en Japón. En la siguiente tabla se presentan algunas costumbres que se deben seguir o evitar (Hirano, 2016).

Tabla 6

Que está bien y mal visto durante la comida en Japón

Costumbres en Japón	Descripción o porqué	Bien vistas	Mal vistas
Hacer ruidos al comer fideos con caldo	Al momento de aspirar los fideos se debe hacer ruido esto con el fin de enfriarlos puesto que siempre suele estar muy calientes, y como signo de que los fideos están buenos.	X	
Coger con la mano el cuenco de arroz o comida para comer	Es mejor tomar el bowl de arroz, acercárselo a la boca y comer para no derramar.	X	
Servir bebida a compañeros de mesa	En este caso de debe tener presente quien es el anfitrión o en caso de estar en familia la madre o el hijo menor debe procurar llenar los vasos de los demás antes de que queden vacíos o se puede tomar como una ofensa.	X	
Comer sushi con las manos	Para comer sushi se debe tomar con las manos, no con los palillos después mojarlo en la salsa siempre con el pescado mirando hacia abajo y llevárnoslo a la boca directamente de un solo bocado.	X	
Servir bebida si mismo	Aunque la bebida del anfitrión se termine, este no puede llenar el vaso así mismo, debe ser llenado por otra persona o se verá cómo alguien egoísta y sin cortesía.		X
Kiraibashi (嫌い箸), el uso inadecuado de los palillos.	Aquí hay que tener en cuenta las consideraciones que puede ser tomadas de mal modo. Remover la sopa u otros alimentos con los palillos.		X

Chupar los palillos o morder.

No se puede dudar que alimento escoger de la mesa y llevar los palillos de un plato a otro y si ya se tomó un alimento no se debe devolver al plato base.

No se debe clavar los palillos en los alimentos. Y menos de forma vertical ya que esa es una forma de comer solo en los altares de personas fallecidas por lo que se puede malinterpretar.

Apuntar a alguien con los palillos se considera grosero.

Tampoco se debe colocar los palillos encima del bowl o plato.

Fuente: (Hirano, 2016).

Como se presenta hay reglas que seguir al comer en la cultura japonesa lo cual hace que sea casi una ceremonia ya que para las tradiciones japonesas la comida es sagrada y se debe respetar a las personas que acompañan, a quienes prepararon la comida, y a las plantas y animales que fueron sacrificadas para consumirlos. Esto también ha hecho que la hora de la comer sea distinta según la situación por lo que se distinguen en los siguientes tipos de comidas.

2.2.5.1 Forma correcta de usar los palillos en Japón

Uno de los utensilios principales son los palillos. En Japón se complica ya que en restaurantes no se ofrecen otros cubiertos. La técnica no es fácil y requiere de cierta práctica. Aunque el cuenco de arroz se puede acercar a la boca. Además, los palillos no pueden colocarse de cualquier manera en la mesa para esto se entrega los conocidos hashioki (Calero, 2021).

2.2.6 Tipos de comidas tradicionales en Japón

2.2.6.1 Comida familiar

Ésta comida está conformada por sopa, tres platos que pueden ser de pescado crudo otro algún producto cocido o tempura y otro asado (se puede cambiar por otro tipo de carne

como la de ave), también se presentan conservas, algo de fruta, el infaltable té, además siempre se proporciona una olla con arroz cocido para acompañar la comida y una salsa de soja (Restrepo, 2012).

Figura 6

Almuerzo familiar en Japón



Fuente: Mcvay Ryan, 2017.

2.2.6.2 Comida formal

Es un evento muy estricto, generalmente dado en matrimonios, ceremonias especiales, o alguna fecha especial para las personas. Se brinda algo parecido a la comida familiar pero más atractiva incluso con decorados florales dependiendo de la época. Consta de un aperitivo, de una sopa clara, pescado crudo o sashimi, un género asado en parrilla, un plato al vapor, otro cocido a fuego lento, también tempuras o fritos, alguna ensalada fresca y varias salsas. Dependiendo de la ocasión se celebra una especie de brindis con pequeños vasos de sake un licor propio del país (Restrepo, 2012).

Figura 7

Menú formal con armonía en la decoración y en los alimentos



Fuente: Camemberu, 2009.

2.2.6.3 Comida para llevar

La aparición de los bentos se remonta a la era kamakura (1185-1333) y se popularizó gracias a los pescadores y agricultores llevaban arroz cocinado en pequeñas bolsas al trabajo. Es una especie de caja o vianda con varios compartimientos que se usa para guardar comida. Es comúnmente usado para niños, jóvenes que van a la escuela o incluso para adultos que lo llevan al trabajo. Aquí también se cumple con tener productos cocidos de distinta manera como algo asado, frito, cocido, algo crudo, un encurtido o ensalada, y arroz. Aunque estos dependen totalmente de la persona que vaya a consumirlo se preocupan por la estética y la variedad de colores. Estos se pueden adquirir en distintos lugares. Se produjo esta costumbre por los viajes entre ciudades donde se llevaba arroz cocinado o desecado (Hirano, 2017).

Figura 8

Bentos o pequeñas loncheras de aluminio o acero inoxidable.



Fuente: Yumiko, 2018.

2.2.7 La dieta japonesa es recomendada a nivel nutricional

Se han presentado un alto número de personas que gracias a su estilo de alimentación aseguran, se ven más jóvenes en relación a su verdadera edad, esto es provocado generalmente por los estándares de belleza impuestos en esa sociedad. La dieta japonesa se basa en algo conocido como *ichi ju san sai* que pasa a ser un menú de 3 guarniciones con una sopa de miso que puede llevar, además, proteínas, verduras y casi siempre tofu. Sin embargo, siempre los expertos aconsejan saber pedir o consumir comida que se entienda y comprenda a un cierto nivel ya que una mala combinación o comer altas cantidades de alguna preparación puede ya no ser beneficioso para la salud de la persona que consuma dicho alimento. Además de los alimentos en si las costumbres japonesas influyen en la digestión de la comida y es que gracias a los utensilios para comer como son los “palillos” se come de una manera más lenta lo cual permite al sistema digestivo trabajar de una mejor manera (Diario El Telégrafo, 2016).

2.2.8 Importancia de la comida japonesa

La importancia de la gastronomía de cada región del mundo radica en que, ésta habla de la cultura de cada pueblo al que pertenece; y es que, además de proporcionar sabores y platos únicos, puede hablar de forma indirecta sobre costumbres y estilo de vida de cada lugar. La

gastronomía puede ser una visión extensa sobre la forma de vida y la evolución de las diferentes regiones (Chez, 2014).

Y es que la historia de la humanidad se cuenta a través de la comida y como ha hecho la misma evolucionar al hombre desde el descubrimiento del fuego hasta la industrialización del mundo actual en el que vivimos. De cierto modo la cultura de cada comida puede hacer que las personas saboreen la historia de una persona o una región (Pollan, 2016).

2.2.9 Alimentación en bares escolares en Ecuador

Para el desarrollo de los bares escolares se cumplen distintas reglas y además los mismos se clasifican según sus dimensiones como se menciona en el Art 4 del capítulo dos del reglamento de bares escolares del sistema nacional de educación 2014. En el mismo texto se encuentran las normas de higiene, inocuidad, calidad y alimentos con características específicas para la distribución de productos (Control Sanitario, 2014).

Los bares escolares según su clasificación deben asegurar las normas establecidas por el ministerio de salud y educación, la gestión de riesgos y el ARCSA, como tener acceso a agua potable segura de forma permanente, distanciamiento entre operadores del bar y estudiantes, ventilación mecánica o natural, así como iluminación y otros aspectos de vital importancia para la inocuidad de los alimentos, evitando el riesgo de contagio y contaminación cruzada entre otros peligros. (Ministerio de Educación, 2021).

Para poder mantener y asegurar la inocuidad de los alimentos además de proteger a los estudiantes de contagios el Ministerio de Educación establece algunas reglas obligatorias para las personas que operan el bar escolar y tienen algún contacto con los alimentos:

Presentar el carnet o certificado de vacunación contra la COVID- 19 con el esquema completo y con al menos 14 días de vigencia de la última dosis de quien o quienes estén atendiendo y manipulando los alimentos. Presentar el carnet o certificado de vacunación contra

la COVID- 19 con el esquema completo y con al menos 14 días de vigencia de la última dosis de quien o quienes estén atendiendo y manipulando los alimentos. El personal de los bares escolares y puntos de expendio deberá contar con cursos de capacitación en medidas de higiene (prioritario el lavado de manos), medidas de autocuidado, agua segura, salud y manejo e inocuidad de alimentos para la preparación y expendio con énfasis de la pandemia por la COVID-19. Todo el personal deberá utilizar permanentemente los EPI: mascarilla, gorros protectores y todos los equipos relacionados a la manipulación de alimentos mientras realiza las actividades en el bar escolar. Aplicar el distanciamiento físico de 2 metros en todo momento. Lavar y desinfectar las manos antes y después de manipular alimentos, equipos y utensilios, con productos de limpieza, mismos que deben contar con la notificación sanitaria o registro obligatorio (Ministerio de Educación, 2021).

La persona que maneje el dinero del bar debe aplicar medidas de cuidado y bioseguridad y evitar la manipulación de alimentos. En caso de estornudar se debe procurar hacerlo en un pañuelo desechable o en el pliegue del codo, en el caso que se estornude directamente en la mascarilla esta deberá ser reemplazada inmediatamente. Realizar diariamente la limpieza y el uso adecuado de la dotación de los EPI, teniendo en cuenta su durabilidad. Implementar y promover las medidas de higiene, medidas de manipulación de alimentos en operadores, alumnos y maestros. Evitar aglomeraciones y mantener un controlado flujo de alumnos que vayan a consumir los productos ofrecidos por el bar (Ministerio de Educación, 2021).

2.3 Marco conceptual

“Agemono”: Método de cocción por medio de frituras.

“Balti”: La comida servida bajo el estilo Balti es abundante en un picante curry elaborado en una gran olla de hierro.

“Gyozas”: empanadillas con varios tipos de rellenos (generalmente de cerdo), con una base frita y cocidas al vapor.

“Ha”: Hectárea. Medida. Que es igual a 10000m²

“Harina de trigo”: Polvo que resulta de la molienda del trigo.

“Itamemomo”: Método de cocción de salteado popularizada en Japón tras la segunda guerra mundial.

“Kasutera”: Bizcocho popular japonés. Muy suave al tacto.

“Nikuman”: Bollo de harina, relleno de carne de cerdo cocido al vapor.

“Manufactura”: Proceso de fabricación de un producto que se realiza con las manos con ayuda de máquinas.

“Metodología”: Conjunto de métodos que se siguen en una investigación.

“Menrui”: En si engloba a todas las clases de fideos con las que se preparan distintas elaboraciones típicas de Japón.

“Mushimono”: Método de cocción al vapor.

“Okonomiyaki”: Cocción a la plancha, al gusto.

“Primacia”: Superioridad, ventaja o excelencia que algo tiene con respecto a otra cosa de su especie.

“Somen”: Fideos finos elaborados a partir de harina de trigo que se suelen servir fríos.

“Takoyaki”: Bolitas de harina horneadas rellenas generalmente de pulpo,

“Tempura”: Preparación culinaria típica de la cocina japonesa que consiste en rebozar un alimento con una fina masa de harina y después freírlo en aceite.

“Yasai itame”: Cocci3n de vegetales en aceite.

CAPÍTULO III

3.1 Metodología de investigación

La metodología del proyecto es de nivel o método descriptivo, que describe las situaciones sobre un determinado tema, buscando especificar las propiedades de una comunidad, tratando de medir los datos obtenidos de la manera más precisa posible. Con una orientación que se centra en responder la pregunta de cómo es una realidad estudiada. Además, que aporta y permite en ocasiones realizar predicciones en base a la información que se tiene. En esta tesis se proyectará dicho nivel a la producción y el aprovechamiento del trigo en el Ecuador como materia prima para la elaboración de alimentos y productos que puedan ser aplicados a un negocio en auge o un emprendimiento en la ciudad de Cuenca (Galindo, 2016).

3.1.1 Enfoque

Con un enfoque mixto que es cuantitativo y cualitativo que ayuda a recopilar datos más rápidos para una solución en la problemática. La función de la metodología de la investigación es otorgar validez y rigor científico a los resultados obtenidos en el proceso de estudio y análisis además de orientar de forma sencilla y concreta para facilitar el trabajo de investigación en Cuenca recolectando datos de la gente que degusta un producto. Todo esto con la finalidad de conseguir una reflexión de los puntos críticos de las aplicaciones que da la sociedad al trigo y sus derivados sobre todo en los negocios. En esta investigación el enfoque cuantitativo se aplica al determinar resultados numéricos utilizando técnicas de recopilación de datos precisos a personas comunes y experimentadas también (Corona, 2016).

3.1.2 Técnicas de recopilación de datos

Técnicas documentales como referencias bibliográficas, citas, técnicas de campo, técnicas de laboratorio, paráfrasis, etc., que puedan dar validez a la información presentada de modo que el proyecto tenga fuentes de información sólida y confiable. Adema de técnicas de

campo que corroboren resultados de las respuestas otorgadas por el público al que se dirige la investigación junto con entrevistas con el objetivo de es obtener determinada información, ya sea de tipo personal o no (Ayala, 2021).

3.1.3 Tecnicas de campo

3.1.3.1 Bitácoras

Fichas de documentación de datos a base de la experimentación previa para obtener resultados. Detalles y observaciones (RAE, 2022).

Integrante	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>06/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Onigiri					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Arroz	500	g	Cocción lenta	35 minutos	Color: Blanco brillante	El arroz debe quedar más glutinoso o soso. Menos cantidad de vinagre	
Atún	100	g			Olor: característico		
Mayonesa	40	g			Sabor: ácido primero, luego suave		
Agua	600	ml			Textura: cremosa y se deshace.		
Ajonjolí negro	5	g					
Vinagre de arroz	20	ml					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>08/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Onigiri					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Arroz	500	g	Cocción lenta	35 minutos	Color: Blanco brillante	El arroz debe quedar más glutinoso o soso. Aumentar agua. Un poco más de cantidad de vinagre	
Atún	100	g			Olor: característico		
Mayonesa	70	g			Sabor: predomina el sabor de la mayonesa y opaca los demás		
Agua	700	ml			Textura: cremosa y se deshace.		
Ajonjolí negro	5	g					
Vinagre de arroz	6	g					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>3</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>15/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Onigiri					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Arroz	500	g	Cocción lenta	35 minutos	Color: Blanco brillante	El arroz quedó firme al moldearlo y se pudo rellenar fácilmente. Se identifica cada sabor.	
Atún	100	g			Olor: característico		
Mayonesa	35	g			Sabor: suave atún y una acidez agradable		
Agua	750	ml			Textura: cremosa y se deshace.		
Ajonjolí negro	5	g					
Vinagre de arroz	12	ml					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>06/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Gyozas					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Carne molida de res	100	g	Cocción al vapor	5 minutos 3 minutos	Color: Amarillento oscuro pero brillante Olor: a masa, como si fuesen fideos Sabor: simple, no se encuentra el sabor de la soja Textura: suave, algo esponjada y moldeable.	La sazón de la carne debe aumentar.	
Comino	3	g					
Sal	5	g					
Masa para gyozas	150	ml					
Agua	350	g					
Pimienta negra	2	g					
Salsa de soja	5	ml					
Col	50	g					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>10/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Gyozas					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Carne molida de res	100	g	Cocción al vapor	5 minutos 3 minutos	Color: Amarillento oscuro pero brillante. Olor: a masa, como si fuesen fideos, se percibe el olor del relleno Sabor: equilibrado, combina el relleno con la masa condimentada. Textura: suave, algo esponjada y moldeable.	Aumentó el sabor. El sellado debe ser más fuerte, de lo contrario tiende a romperse al tomarlo para comer.	
Comino	3	g					
Sal	6	g					
Masa para gyozas	150	ml					
Agua	350	g					
Pimienta negra	2	g					
Salsa de soja	8	ml					
Col	50	g					
Achiote	15	ml					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>3</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>21/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Gyozas					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Carne molida de res	100	g	Cocción al vapor	5 minutos 3 minutos	Color: Amarillento oscuro pero brillante Olor: a masa, como si fuesen fideos Sabor: se siente el sabor de la carne y sus jugos con una col suave con el achiote Textura: suave, algo esponjada y moldeable.	Los sabores quedaron equilibrados y se complementan juntos.	
Comino	4	g					
Sal	5	g					
Masa para gyozas	150	ml					
Agua	350	g					
Pimienta negra	2	g					
Salsa de soja	5	ml					
Col	50	g					
Achiote		ml					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					N° Bitácora:	<u>1</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>07/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Okonomiyaki					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Col	100	g	Cocción	3 minutos por lado	Color: Amarillo brillante	Hay que mermar la harina, casi parece que se está haciendo pan.	
Huevo	50	g			Olor: suave, fresco y a masa		
Sal	1	g			Sabor: algo desabrido y sabe a harina.		
Harina	80	g			Textura: firme y casi dura de comer.		
Agua	30	ml					
Pimienta negra	0.5	g					
Mote pelado	30	g					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					N° Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>13/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Okonomiyaki					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Col	100	g	Cocción	3 minutos por lado	Color: Amarillo brillante	La textura se vuelve muy espesa. Bajar la harina y cambiar la cocción.	
Huevo	50	g			Olor: suave, fresco y a masa		
Sal	2	g			Sabor: característico y equilibrado.		
Harina	70	g			Textura: firme pero esponjoso.		
Agua	30	ml					
Pimienta negra	1	g					
Mote pelado	30	g					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>14/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Okonomiyaki					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Col	100	g	Cocción	3 minutos	Color: Amarillo brillante	Los sabores al revolverlo al momento de la cocción combinaron y se armonizaron.	
Huevo	60	g			Olor: suave, fresco y a masa		
Sal	2	g			Sabor: agradable y equilibrado		
Harina	55	g			Textura: esponjosa, suave,		
Agua	30	ml			sensación de que se derrite en la boca		
Pimienta negra	1	g					
Mote pelado	30	g					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>1</u>	
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>28/12/2021</u>	
Nombre de la elaboración:	Dorayakis					Asignatura:		
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones		
Azúcar	75	g	Reposado	1 hora	Color: café claro	Es muy empalagoso desde el primer bocado. Bajar la cantidad de azúcar.		
Huevo	150	g			Olor: azucarado			
sal	0.5	g			Sabor: dulce pero empalaga			
Harina de trigo	250	g			Textura: suave y esponjosa			
agua	125	ml	Cocción	1 minuto por lado				
Mermelada de zapallo	100	g						
Polvo para hornear	10	g						

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>2</u>
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>11/01/2022</u>
Nombre de la elaboración:	Dorayaki					Asignatura:	
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones	
Azúcar	55	g	Reposado	1 hora	Color: café poco oscuro	Acompañado de la mermelada de zapallo queda perfecto pero solo es casi como un pan sin sal ni dulce.	
Huevo	150	g			Olor: azucarado		
sal	0.5	g			Sabor: casi neutral, se siente muy poco el azúcar.		
Harina de trigo	300	g			Textura: suave y esponjosa		
agua	125	ml	Cocción	1 minuto por lado			
Mermelada de zapallo	100	g					
Polvo para hornear	10	g					

Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>3</u>	
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>24/01/2022</u>	
Nombre de la elaboración:	Dorayaki					Asignatura:		
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones		
Azúcar	75	g	Reposado	1 hora	Color: café claro	Es muy empalagoso desde el primer bocado. Bajar la cantidad de azúcar.		
Huevo	150	g			Olor: azucarado			
sal	0.5	g			Sabor: dulce pero empalaga			
Harina de trigo	250	g			Textura: suave y esponjosa			
agua	125	ml	Cocción	1 minuto por lado				
Mermelada de zapallo	100	g						
Polvo para hornear	10	g						



Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>1</u>	
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>16/01/2022</u>	
Nombre de la elaboración:	Dorayaki con miel de penco					Asignatura:		
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones		
Azúcar	10	g	Reposado	1 hora	Color: café oscuro	Hay que reducir la cantidad de miel, se siente como si solo se estuviese comiendo miel.		
Huevo	150	g			Olor: azucarado			
sal	0.5	g			Sabor: dulce, pero empalaga el sabor de la miel y opaca dorayaki como tal.			
Harina de trigo	250	g			Textura: muy suave y esponjoso			
agua	125	ml	Cocción	1 minuto por lado				
Miel de penco	85	g						
Polvo para hornear	10	g						



Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>2</u>	
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>17/01/2022</u>	
Nombre de la elaboración:	Dorayaki con miel de penco					Asignatura:		
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones		
Azúcar	15	g	Reposado	1 hora	Color: café opaco	Hay que reducir un poquito la cantidad de miel para al servir acompañar el dorayaki con un leve goteo de miel.		
Huevo	150	g			Olor: azucarado			
sal	0.5	g			Sabor: dulce estable. Sobresale el sabor a la miel de penco.			
Harina de trigo	250	g			Textura: muy suave y esponjoso			
agua	125	ml	Cocción	1 minuto por lado				
Miel de penco	70	g						
Polvo para hornear	10	g						



Integrante(s):	<u>Sebastián Quezada</u>					Nº Bitácora:	<u>3</u>	
Instructor:	<u>Danny Quinde</u>					Fecha:	<u>26/01/2022</u>	
Nombre de la elaboración:	Dorayaki con miel de penco					Asignatura:		
Ingredientes	Peso	Und	Técnica	Tiempo	Características organolépticas	Observaciones		
Azúcar	15	g	Reposado	1 hora	Color: café opaco	Hay que reducir un poquito la cantidad de miel para al servir acompañar el dorayaki con un leve goteo de miel.		
Huevo	150	g			Olor: azucarado			
sal	0.5	g			Sabor: dulce estable. Mantiene un delicado sabor a la miel de penco			
Harina de trigo	250	g			Textura: muy suave y esponjoso			
agua	125	ml	Cocción	1 minuto por lado				
Miel de penco	60	g						
Polvo para hornear	10	g						




3.1.3.2 Fichas técnicas



Una lista estandarizada de elementos usados en algún proyecto con procedimientos para obtener el mismo resultado (RAE, 2022).




INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 <small>www.sudamericano.edu.ec</small>	
FICHA TÉCNICA: Onigiri			
Tipo de Plato:		bocadito	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	250	g	Atún
	80	g	Mayonesa
	1	g	Sal
	10	g	ajonjolí negro
	1100	g	agua
	800	g	Arroz de grano largo
	25	g	Vinagre de arroz
	1		
	1		
1			
1			
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
Atún	N/A	Mayonesa	N/A
Sal	N/A	ajonjolí negro	N/A
agua	N/A	Arroz de grano largo	N/A
Vinagre de arroz	N/A	0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Arroz/ cocción 20 min/90 °C			
Equipos y Utensilios:			
3 Bowls, 1 tabla, olla...			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Lavar el arroz y ponerlo a cocinar con suficiente agua 2. Mezclar el atún con la mayonesa y mantener en refrigeración 3. una vez que el arroz esté listo, se pasa a enfriar con un poco de mirin o vinagre de arroz 4. con el arroz frío rellenar con atún y dar forma de una bolita pequeña (bocado) 5. agregar un poco de ajonjolí negro encima 6. 7. 			
Observaciones:			
En este caso se busca un arroz glutinoso que sea firme al darle la forma para que no se rompa.			



 								
Costos:		Onigiri						
Chef:		Sebastian Quezada						
Tipo de Plato:		Bocadito	Tamaño porción		40			
Costo por		0,07	Raciones:		70			
N°	CANT	UND	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto	Factor Composición
1	250	g	Atún	8,10	2,03	enlatado	250	1
2	80	g	Mayonesa	9,07	0,73	funda sellada	80	1
3	1	g	Sal	0,41	0,00	funda sellada	1	1
4	10	g	ajonjolí negro	2,36	0,02	funda sellada	10	1
5	1100	g	agua	0,44	0,48	embotellada	1100	1
6	800	g	Arroz de grano largo	1,55	1,24	funda sellada	800	1
7	25	g	Vinagre de arroz	10,00	0,25	botella de vidrio	25	1
8	0	0	0	0,90	0,00		0	1
9	1	0	0	0,00	0,00		1	1
10	1	0	0	0,00	0,00		1	1
11	1	0	0	0,00	0,00		1	1
12	1	0	0	0,00	0,00		1	1
2269		Peso Total receta			4,75	Costo de receta		
P.V.P (Precio de venta al Público)				0,20				




INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 www.sudamericano.edu.ec		
FICHA TÉCNICA: Gyozas				
Tipo de Plato:		bocadito		
		INGREDIENTES:		
		Cant.	Und.	Nombre
		300	g	Pollo
		12	g	comino
		15	g	Sal
		700	g	masa de trigo para gyozas
		350	g	agua
		3	g	pimienta negra molida
		20	g	salsa de soja
		175	g	col
		1		
		1		
1				
1				
MISE EN PLACE:				
Técnicas de Corte:				
Pollo	N/A	comino	N/A	
Sal	N/A	masa de trigo para	N/A	
agua	N/A	pimienta negra molida	N/A	
salsa de soja	N/A	col	chiffonade	
0		0		
0		0		
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura				
Suprema de pollo/Marinado, 2h, 4 °C/ plancha 5 min 74°C				
Equipos y Utensilios:				
3 Bowls, 1 tabla, plancha...				
PREPARACIÓN:				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Sasonar la carne y sofreir con la col picada y salsa de soja 2. sin dejar que se sequen los jugos de la carne apagar el fuego y dejar reposar 3. rellenar la masa cortada con la carne y la col, dando forma de gyoza 4. sellar o dorar la base de la gyoza en un sarten caliente y echar agua fría al mismo para cocinar al vapor 5. 6. 7. 				
Observaciones:				
Hay que tener cuidado que la masa se llegue a quemar. Es decir hay que controlar los tiempos de sellado y de cocción al vapor				




INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
FICHA TÉCNICA: Masa para Gyozas			
Tipo de Plato:		masa	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	600	g	harina de trigo
	7	g	comino
	10	g	Sal
	5	g	pimienta negra molida
	5	g	paprika
	175	ml	agua
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
harina de trigo	N/A	comino	N/A
Sal	N/A	pimienta negra molida	N/A
paprika	N/A	agua	N/A
0	N/A	0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Equipos y Utensilios:			
3 Bowls, 1 tabla, plancha, sartén, rodillo...			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Mezclar primero los ingrediente secos y luego incorporar agua 2. Amasar hasta tener una masa homogenea, elástica y sin grumos. 3. Estirar la masa hasta tener un grosor de unos 2milímetros máximo 4. Cortar con un molde circular 5. Reservar con harina y en papel film 6. 7. 			
Observaciones:			
No amasar demás la masa.			



 								
Costos:		Gyozas						
Chef:		Sebastian Quezada						
Tipo de Plato:		Bocadito	Tamaño porción		35			
Costo por		0,05	Raciones:		75			
N°	CANT	UND	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto	Factor Composición
1	300	g	Pollo	4,87	1,46	funda	1400	4,67
2	12	g	comino	14,87	0,18	funda	12	1
3	15	g	Sal	0,41	0,01	funda	15	1
4	700	g	masa de trigo para gyozas	2,36	1,65	funda	700	1
5	350	g	agua	0,44	0,15	borella	350	1
6	3	g	pimienta negra molida	12,00	0,04	frasco	4	1,37
7	20	g	salsa de soja	9,18	0,18	borella	20	1
8	175	g	col	0,50	0,09	funda	175	1
9	1	0	0	0,00	0,00		1	1
10	1	0	0	0,00	0,00		1	1
11	1	0	0	0,00	0,00		1	1
12	1	0	0	0,00	0,00		1	1
1578		Peso Total receta			3,76	Costo de receta		
I.V.A (Precio de venta al Público)					0,15			




INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
FICHA TÉCNICA: Okonomiyaki			
Tipo de Plato:		Bocadito	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	500	g	col
	250	g	huevo
	4	g	sal
	400	g	harina de trigo
	120	ml	agua
	2	g	pimienta negra molida
	150	g	mote pelado
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
col	chiffonade	huevo	N/A
sal	N/A	harina de trigo	N/A
agua	N/A	pimienta negra molida	Majado
mote pelado	N/A	0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
tortilla/cocción/ sarten 5 min 74°C			
Equipos y Utensilios:			
Bowls, tabla, ollas, sarten, cocina, paletas, globo, cucharon...			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Mezclar los huevos, la harina, el mote y el agua. 2. tamizamos y mezclamos bien. 3. agregando sal y pimienta terminamos de mezclar 4. en un sarten antihaderente cocinamos de dos a tres minutos por lado 5. 6. 7. 			
Observaciones:			
Cuidar que no se queme la tortilla.			



 								
Costos:		Okonomiyaki						
Chef:		Brigada 1						
Tipo de Plato:		Bocadito	Tamaño porción		30			
Costo por		0,05	Raciones:		50			
N°	CAN	UND	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto	Factor Composición
1	500	g	col	0,93	0,47	funda plastica	500	1,00
2	250	g	huevo	2,96	0,74	funda plastica	250	1
3	4	g	sal	0,41	0,00	funda sellada	4	1
4	400	g	harina de trigo	1,8979592	0,76	funda sellada	400	1
5	120	ml	agua	0,44	0,05	embotellada	120	1
6	2	g	pimienta negra	12,12	0,02	frasco de plástico	2	1,00
7	150	g	mote pelado	2,91	0,44	funda sellada	150	1
8	0	0	0	0,00	0,00		0	1
9	0	0	0	0,00	0,00		0	1
10	0	0	0	0,00	0,00		0	1
11	0	0	0	0,00	0,00		0	1
12	0	0	0	0,00	0,00		0	1
1426		Peso Total receta		21,67	2,48	Costo de receta		
I.V.A. (Precio de venta al Público)				0,15				

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
FICHA TÉCNICA: Dorayakis			
Tipo de Plato:		bocadito	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	300	g	huevo
	75	g	azúcar
	1	g	Sal
	700	g	harina de trigo
	350	g	agua
	200	g	mermelada de zapallo
	20	g	polvo para hornear
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
huevo	N/A	azúcar	N/A
Sal	N/A	harina de trigo	N/A
agua	N/A	mermelada de zapallo	N/A
polvo para hornear	N/A	0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Masa/ reposado, 1h, 16 °C/ plancha 1 min por lado 80°C			
Equipos y Utensilios:			
3 Bowls, 1 tabla, plancha, batidora, cuchara...			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Batir los huevos con la miel, el azúcar y la sal, hasta que triplique su tamaño 2. tamizar la harina y con movimientos envolventes mezclar bien con el polvo para hornear y el 3. dejar reposar la mezcla por una hora y luego con una manga pastelera o un cucharón porcionar 4. cuando estén listos se reservan en un recipiente hermético y se les agrega mermelada de zapallo 5. 6. 7. 			
Observaciones:			
El sartén debe er antihaderente de lo contrario los dorayakis se van a romper.			

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
FICHA TÉCNICA: Mermelada de zapallo			
Tipo de Plato:		mermelada	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	250	g	zapallo amarillo
	75	ml	leche semidecremada
	50	g	azúcar
	1	g	canela en polvo
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
zapallo amarillo	N/A	leche semidecremada	N/A
azúcar	N/A	canela en polvo	N/A
0	N/A	0	N/A
0	N/A	0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
zapallo amarillo/ Sobre cocción a 90 °C / 40min			
Equipos y Utensilios:			
3 Bowls, licuadora, olla, colador...			
PREPARACIÓN:			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Cocinar el zapallo por 40 minutos o hasta que este bien suave 2. procesar el zapallo con azúcar, leche, canela 3. una vez procesado todo se pasa por un colador el resultado a una olla para reducirlo un poco y 4. por último dejar enfriar y reservar en un frasco de vidrio 			
Observaciones:			
El sartén antiadherente para poder hacer los dorayakis y al momento de cocinar el zapallo mover constantemente			

 								
Costos:		Dorayakis						
Chef:		Sebastian Quezada						
Tipo de Plato:		Bocadito	Tamaño porción		15			
Costo por		0,04	Raciones:		75			
N°	CANT	UND	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto	Factor Composición
1	300	g	huevo	2,96	0,89	funda plástica	300	1,00
2	75	g	azúcar	0,93	0,07	funda sellada	75	1
3	1	g	Sal	0,41	0,00	funda sellada	1	1
4	700	g	harina de trigo	1,89	1,32	funda sellada	700	1
5	350	g	agua	0,44	0,15	embotellada	350	1
6	200	g	mermelada de zapallo	2,08	0,42		274	1,37
7	20	g	polvo para hornear	4,42	0,09	frasco de aluminio	20	1
8	0	0	0	0,00	0,00		0	1
9	0	0	0	0,00	0,00		0	1
10	0	0	0	0,00	0,00		0	1
11	0	0	0	0,00	0,00		0	1
12	0	0	0	0,00	0,00		0	1
	1646	Peso Total receta			2,94	Costo de receta		
I.V.A (Precio de venta al Público)				0,12				

INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO		 	
FICHA TÉCNICA: Dorayakis			
Tipo de Plato:		bocadito	
	INGREDIENTES:		
	Cant.	Und.	Nombre
	300	g	huevo
	12	g	azúcar
	15	g	Sal
	700	g	harina de trigo
	350	g	agua
	60	g	miel de penco
	20	g	polvo para hornear
MISE EN PLACE:			
Técnicas de Corte:			
huevo	N/A	azúcar	N/A
Sal	N/A	harina de trigo	N/A
agua	N/A	miel de penco	N/A
polvo para hornear	N/A	0	
0		0	
0		0	
Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura			
Masa/ reposado, 1h, 16 °C/ plancha 1 min por lado 80°C			
Equipos y Utensilios:			
3 Bowls, 1 tabla, plancha, batidora, cuchara...			
PREPARACIÓN:			
1. Batir los huevos con la miel, el azúcar y la sal, hasta que triplique su tamaño 2. tamizar la harina y con movimientos envolventes mezclar bien con el polvo para hornear y el 3. dejar reposar la mezcla por una hora y luego con una manga pastelera o un cucharón porcionar 4. cuando estén listos se reservan en un recipiente hermético y se les agrega mas miel de penco al 5. 6. 7.			
Observaciones:			
El sartén debe er antihaderente de lo contrario los dorayakis se van a romper.			

 								
Costos:		Dorayakis						
Chef:		Sebastian Quezada						
Tipo de Plato:		Bocadito	Tamaño porción		15			
Costo por		0,04	Raciones:		75			
N°	CANT	UND	INGREDIENTE	Costo por kilo	Costo receta	Presentación	Gramaje bruto	Factor Composición
1	300	g	huevo	2,96	0,89	funda plástica	300	1,00
2	12	g	azúcar	0,93	0,01	funda sellada	12	1
3	15	g	Sal	0,41	0,01	funda sellada	15	1
4	700	g	harina de trigo	1,89	1,32	funda sellada	700	1
5	350	g	agua	0,44	0,15	embotellada	350	1
6	60	g	miel de penco	10,10	0,61	embotellada	60	1,00
7	20	g	polvo para hornear	4,42	0,09	frasco de aluminio	20	1
8	0	0	0	0,00	0,00		0	1
9	0	0	0	0,00	0,00		0	1
10	0	0	0	0,00	0,00		0	1
11	0	0	0	0,00	0,00		0	1
12	0	0	0	0,00	0,00		0	1
1457		Peso Total receta			3,08	Costo de receta		
I.V.A. (precio de venta al Público)				0,12				

3.1.3.3 Base de datos

Memoria informática donde se pueden registrar datos accesibles por medios electrónicos para su uso (RAE, 2022).

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	OBSERVACIONES
CÁRNICOS													
	Alitas	pollo entero	Pronaca	1	Kg	3,00	0,35	0,055	0	35	2,86	8,57	
	Molida de cerdo	funda molida de cerdo	Italiana	1	kg	5,86	0,80	0	0	80	1,25	7,33	
	Molida de res	funda molida de res	Italiana	1	kg	9,5	1,00	0	0	100	1,00	9,50	
	Suprema de pollo	suprema de pollo limpio	Italiana	1	kg	4,87	1,00	0	0	100	1,00	4,87	
MARISCOS													
	Camarón limpio	funda de camaron limpio	MAE	1	kg	8,8	1,00	0	0	100	1,00	8,80	
	Atún	enlatado	coral	1	Kg	8,1	1,00	0	0	100	1,00	8,10	
	Corvina limpio	funda de corvina limpio	MAE	1	kg	7,7	1,00	0	0	100	1,00	7,70	
LÁCTEOS													
	Crema de leche	funda	nutri	1	kg	2,74	1,00	0	0	100	1,00	2,74	
	Dulce de leche	envase plástico	super	1	kg	6	1,00	0	0	100	1,00	6,00	
	Leche	funda	nutri	1	kg	0,75	1,00	0	0	100	1,00	0,75	
	Queso chedar	funda	super	1	kg	12,38	1,00	0	0	100	1,00	12,38	
	Queso crema	tarrina	super	1	kg	10	1,00	0	0	100	1,00	10,00	
	Queso mozarella	funda	super	1	kg	8,69	1,00	0	0	100	1,00	8,69	
	Queso parmesano	funda	super	1	kg	8,55	1,00	0	0	100	1,00	8,55	
FRUTAS													
	Arandanos	tarrina	gran sol	1	kg	12,6	1,00	0,15	0	100	1,00	12,60	
	Cereza	funda	gran sol	1	kg	3,73	1,00	0,03	0	100	1,00	3,73	
	Frutilla	funda	gran sol	1	kg	2,52	1,00	0,018	0	100	1,00	2,52	
	Guineo	funda	gran sol	1	kg	0,49	1,00	0,063	0	100	1,00	0,49	
	Kiwi	funda	gran sol	1	kg	3,79	1,00	0,01	0	100	1,00	3,79	
	Mango	funda	gran sol	1	kg	0,91	1,00	0,12	0	100	1,00	0,91	
	Manzana	funda	gran sol	1	kg	1,7	1,00	0,027	0	100	1,00	1,70	
	Naranja	funda	gran sol	1	kg	0,62	1,00	0,096	0	100	1,00	0,62	
	Naranjailla	funda	gran sol	1	kg	1,4	1,00	0,08	0	100	1,00	1,40	
	Pera	funda	gran sol	1	kg	2,06	1,00	0,002	0	100	1,00	2,06	
	Piña	funda	gran sol	1	kg	0,72	1,00	0,09	0	100	1,00	0,72	
	Uvas	funda	gran sol	1	kg	3,99	1,00	0,05	0	100	1,00	3,99	
	Uvilla	funda	gran sol	1	kg	8,4	1,00	0	0	100	1,00	8,40	

	Piña	funda	gran sol	1	kg	0,72	1,00	0,09	0	100	1,00	0,72	
	Uvas	funda	gran sol	1	kg	3,99	1,00	0,05	0	100	1,00	3,99	
	Uvilla	funda	gran sol	1	kg	8,4	1,00	0	0	100	1,00	8,40	
HORTALIZAS													
	Aguacate limpio	funda	gran sol	1	kg	1,79	1,00	0,11	0,00	100	1,00	1,79	
	Ajo pelado	bolsa de ajo pelado	gran sol	1	kg	1,56	1,00	0,00	0,00	100	1,00	1,56	
	Albahaca sin tallo	funda	gran sol	1	kg	2,4	1,00	0,00	0,00	100	1,00	2,40	
	Apio limpio	bolsa de apio sucio	gran sol	1	kg	0,85	1,00	0,00	0,00	100	1,00	0,85	
	Cebolla limpio	bolsa de cebolla sucio	gran sol	1	kg	0,77	1,00	0,00	0,00	100	1,00	0,77	
	Champiñones	tarrina	gran sol	1	kg	7,58	1,00	0,00	0,00	100	1,00	7,58	
	Col	funda	gran sol	1	kg	0,5	1,00	0,01	0,00	100	1,00	0,50	
	Culantro	funda	gran sol	1	kg	2,66	1,00	0,39	0,00	100	1,00	2,66	
	Lechuga	funda	gran sol	1	kg	2,58	1,00	0,02	0,00	100	1,00	2,58	
	Limón	funda	gran sol	1	kg	0,75	1,00	0,30	0,00	100	1,00	0,75	
	Papas	funda	gran sol	1	kg	0,72	1,00	0,07	0,00	100	1,00	0,72	
	Perejil	funda	gran sol	1	kg	1,53	1,00	0,40	0,00	100	1,00	1,53	
	Pimiento rojo	funda	gran sol	1	kg	1,93	1,00	0,12	0,00	100	1,00	1,93	
	Pimiento verde	funda	gran sol	1	kg	1,76	1,00	0,14	0,00	100	1,00	1,76	
	Tomate	funda	gran sol	1	kg	0,76	1,00	0,02	0,00	100	1,00	0,76	
ABARROTÉS													
	aceite	botella	coral	1	kg	1,5	1,00	0	0	100	1,00	1,50	
	agua	botella	coral	1	kg	0,44	1,00	0	0	100	1,00	0,44	
	achiote	botella	coral	1	Kg	4,13	1,00	0	0	100	1,00	4,13	
	aji seco	funda	cadelaes	1	kg	4,96	1,00	0	0	100	1,00	4,96	
	ajonjolí negro	funda	onigiri	1	Kg	18,5	1,00	0	0	100	1,00	18,50	
	arroz de grano largo	funda	coral	1	Kg	1,55	1,00	0	0	100	1,00	1,55	
	azúcar	funda	coral	1	kg	0,66	1,00	0	0	100	1,00	0,66	
	canela	funda	cadelaes	1	kg	20,85	1,00	0	0	100	1,00	20,85	
	chocolate	funda	cadelaes	1	kg	8,19	1,00	0	0	100	1,00	8,19	

chocolate	funda	cadelaes	1	kg	8,19	1,00	0	0	100	1,00	8,19	
clavo de olor	funda	cadelaes	1	kg	17,6	1,00	0	0	100	1,00	17,60	
comino	funda	cadelaes	1	kg	7,28	1,00	0	0	100	1,00	7,28	
esencia de vainilla	botella	cadelaes	1	kg	3,82	1,00	0	0	100	1,00	3,82	
fecula de maiz	funda	cadelaes	1	kg	0,85	1,00	0	0	100	1,00	0,85	
gelatina sin sabor	funda	cadelaes	1	kg	17,84	1,00	0	0	100	1,00	17,84	
harina	funda	coral	1	kg	0,8	1,00	0	0	100	1,00	0,80	
huevos	cubeta	MAE	1	kg	3,1	1,00	0,01	0	100	1,00	3,10	
miel de penco	botella	arenal	1	lt	10	1,00	0	0	100	1,00	10,00	
mayonesa	funda	coral	1	Kg	9,07	1,00	0	0	100	1,00	9,07	
mostaza	funda	cadelaes	1	kg	1,9	1,00	0	0	100	1,00	1,90	
mote	funda	gran sol	1	kg	1,2	1,00	0	0	100	1,00	1,20	
nuez	funda	cadelaes	1	kg	23,5	1,00	0	0	100	1,00	23,50	
nuez moscada	funda	cadelaes	1	kg	6,68	1,00	0	0	100	1,00	6,68	
pan tortilla de trigo	funda	super	1	kg	5,49	1,00	0	0	100	1,00	5,49	
pasas	funda	cadelaes	1	kg	2,5	1,00	0	0	100	1,00	2,50	
pimienta	funda	cadelaes	1	kg	10,02	1,00	0	0	100	1,00	10,02	
salsa soja	botella	coral	1	kg	9,18	1,00	0	0	100	1,00	9,18	
vinagre de arroz	botella	coral	1	lt	10	1,00	0	0	100	1,00	10,00	
zapallo	funda	super aki	1	kg	1	1	0	0	100	1	1	

CAPÍTULO IV

4.1 Análisis y control de datos

Con el análisis de datos recopilados a través de distintas formas se busca desarrollar un menú de bocaditos con estilo japonés accesible a los estudiantes del colegio “FRAY VICENTE SOLANO” que pueda incentivar las ventas en el bar de dicha institución para aumentar las ventas del establecimiento en dicha institución.

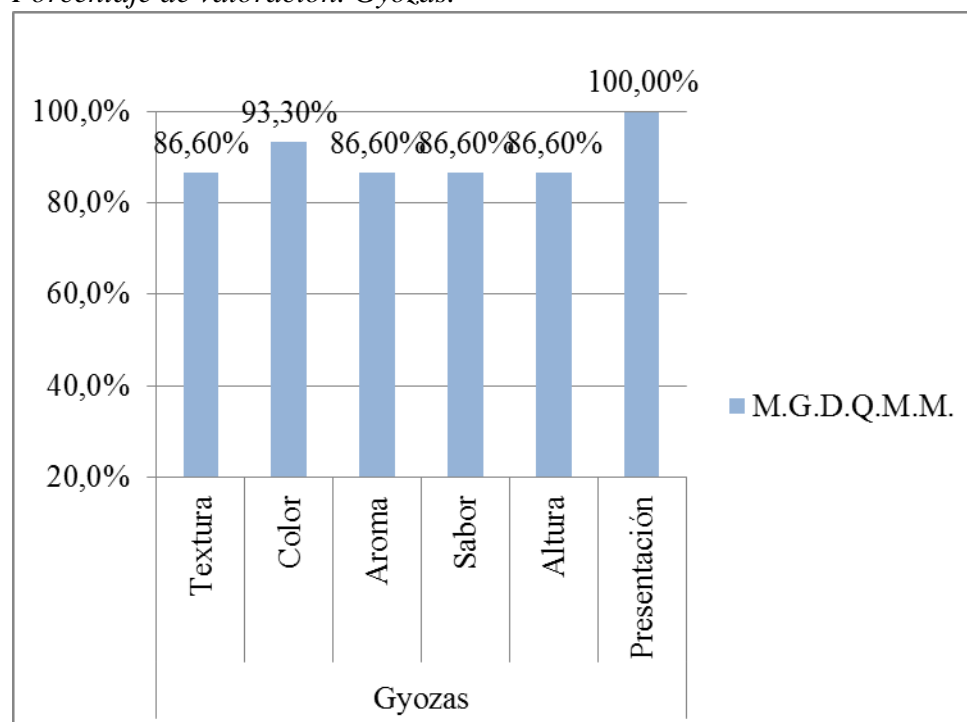
4.1.1 Primera degustación

La primera degustación se concentró en una validación de los docentes del instituto con amplio conocimiento en el área gastronómica de los productos planteados.

4.1.1.1 Gyozas de pollo asado

Tabla 7

Porcentaje de valoración. Gyozas.



Fuente: Sebastián Quezada

Las gyozas son empanadillas pequeñas rellenas de alguna proteína (en este caso el pollo), además de col sofrita y condimentada, con una cocción al vapor. Los valores resultados determinaron que las gyozas estaban casi listas para una segunda degustación.

Se obtuvieron los siguientes resultados:

Textura: 86.6%, un porcentaje aceptable, cuidando siempre de la temperatura de la masa y el relleno es un bocado muy suave y que agrada al paladar.

Color: 93.3%, con un color algo oscuro pero brillante gracias a su cocción al vapor, se consigue destacar a la vista.

Aroma: 86.6%, el aroma de las gyozas es como de una masa con un leve olor a pollo sazonado.

Sabor: 86.6%, el sabor está bien pero se puede lograr un mejor desempeño con una salsa que acompañe a la Gyoza.

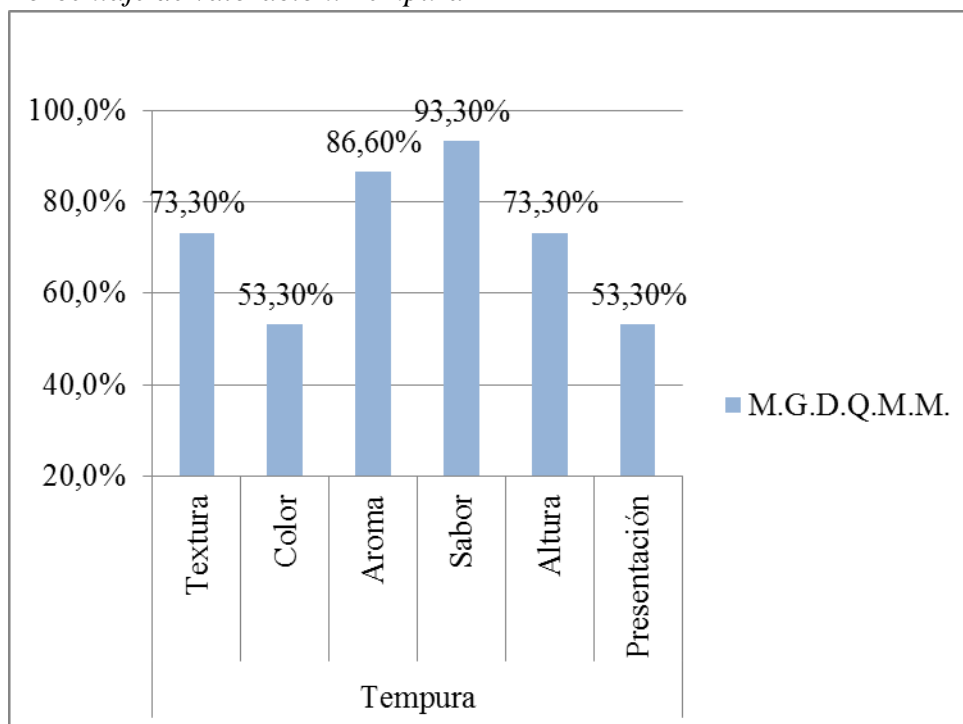
Altura: 86.6% al ser un bocadito su altura no sobrepasa los 5cm, sin embargo la altura que proporciona la masa y el repulgado son suficientes para este tipo de comida.

Presentación: 100%, el estilo y la forma le dan un aspecto único y además resalta entre otros al ser llamativo.

4.1.1.2 Tempura-Trucha

Tabla 8

Porcentaje de valoración. Tempura



Fuente: Sebastián Quezada

Como segundo producto se desarrolló y presento un tempurizado de trucha que es un bocado de pescado rebozado en huevo, harina y panko. Los pescados al ser de una carne delicada y de rápida cocción pueden llegar a quemarse y echarse a perder el plato.

Se obtuvieron los siguientes resultados:

Textura: 73.3% la textura del tempura tiene que ser muy crocante además de mantener la proteína bien cocida pero no seca. Para un mejor resultado hay que cuidar más la temperatura y los tiempos de cocción.

Color: 53.3% el color oscuro le da un mal aspecto por haberse pasado del tiempo de cocción, razón por la cual se obtiene un resultado tan bajo. También se debe cuidar la temperatura y los tiempos de cocción para tener valoraciones más altas.

Aroma: 86.6% el aroma del temporizado es agradable gracias al marinado del pescado y a como está condimentada la harina. Esto permite tener una ventaja para poder llegar a convencer al consumidor del producto.

Sabor: 93.3% el sabor convenció más que la apariencia gracias al marinado del pescado, esto es una gran ventaja, sin embargo si la apariencia no llega a la persona será difícil poder convencerle de que lo pruebe.

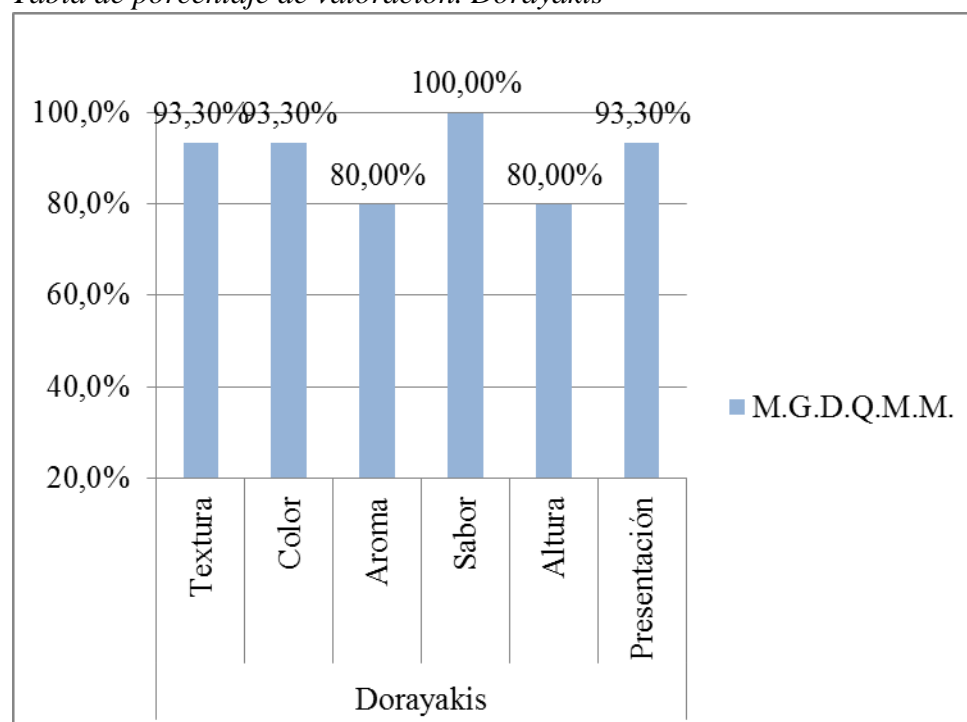
Altura: 73.3% la posible altura del tempura solo se alcanza gracias a la harina y al panko usado, se puede aumentar con cortes perfeccionados.

Presentación: 53.3% la presentación, debido al aspecto que se tenía no se apreció mucho, del mismo modo se puede mejorar esto controlando los tiempos y temperaturas.

4.1.1.3 Dorayakis con mermelada de zapallo

Tabla 9

Tabla de porcentaje de valoración. Dorayakis



Fuente: Sebastián Quezada

Los dorayakis son una especie de pan consumido a diario en Japón, famoso por series animadas y por tener una especie de mermelada de judías (frijoles) negras o rojas normalmente usadas en postres. Para esta propuesta se endulzó la masa del dorayaki con miel de penco y se desarrolló una mermelada de zapallo que gustó. Se considera como una opción acompañarlo de una bebida caliente o bien de calentar el producto. Se obtuvieron los siguientes resultados:

Textura: 93.3%, un porcentaje bueno, además se tiene una aceptación buena gracias a lo suave del dorayaki y que además se puede humedecer con mermelada.

Color: 93.3%, con un color café suave atrae a la persona con el parecido que tiene a un pan cake.

Aroma: 86.6%, el aroma azucarado gustó y la suavidad del mismo ayuda a atraer al cliente,

Sabor: 100%, el sabor está perfecto y se complementa con la mermelada.

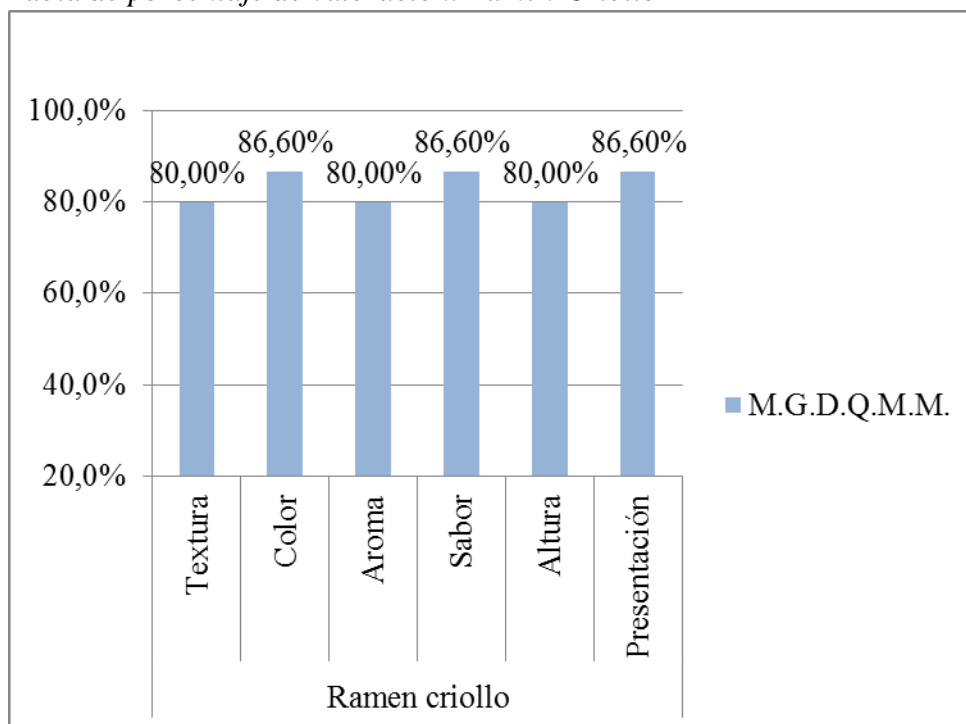
Altura: 80% la altura le da la mermelada y o bien colocando un dorayaki mas encima de otro con mermelada, pero la aceptación fue buena.

Presentación: 93%, con una forma pequeña y circular se ve como un pequeño pan de dulce que atrae al consumidor y se puede incentivar a la compra.

4.1.1.4 Ramen-Criollo

Tabla 10

Tabla de porcentaje de valoración. Ramen-Criollo



Fuente: Sebastián Quezada

El ramen es un plato famoso a nivel internacional y existen varios tipos de ramen, tomando las bases japonesas se presentó una fusión entre el miso ramen y un caldo de gallina criolla. En este plato se presentaron algunas observaciones para mejorar el producto final, como sustituir la papa cocinada que se utilizó por una papa frita pre-cocida al vacío y también no amasar demasiado la masa de los fideos. Se obtuvieron los siguientes resultados:

Textura: 80%, un porcentaje aceptable, cuidando siempre de la temperatura del servicio y no sobre amasar la masa de los fideos.

Color: 86.6%, con un color algo oscuro gracias al fondo mezclado con miso rojo, armoniza bien con los fideos, la carne y el germinado.

Aroma: 86.6%, el aroma a fondo de ave con el bonito seco mezclado da una sensación de frescura y calor. Ayuda a que la persona se sienta atraída por un olor interesante, delicado y agradable.

Sabor: 80%, el sabor es bueno, pero para un mayor atractivo en este aspecto se puede desarrollar un fondo de ave más cargado para aportar su sabor en el caldo.

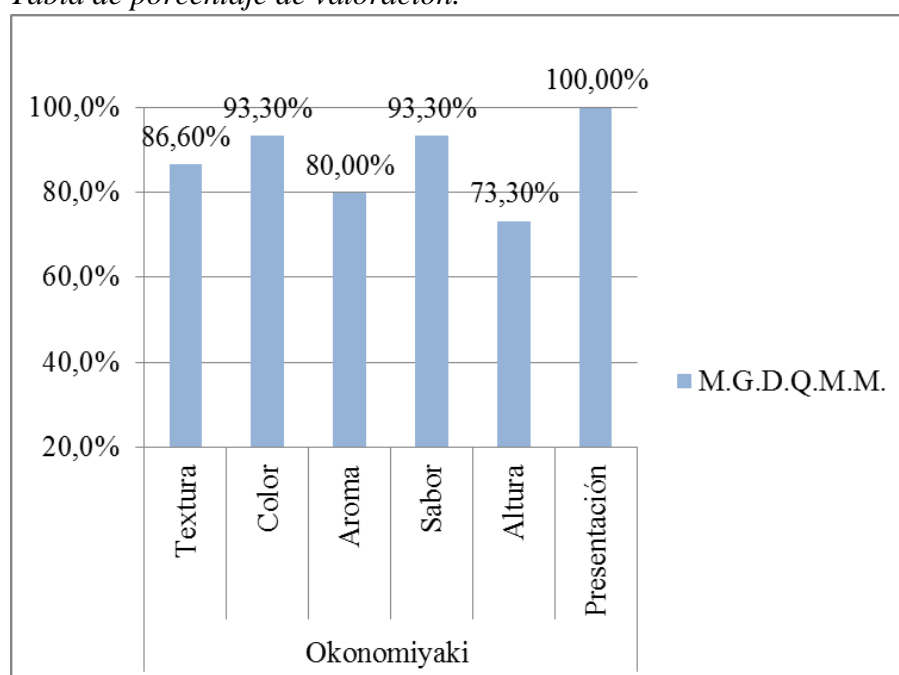
Altura: 86.6%, la altura está compuesta principalmente por los fideos que sobresalen, la carne y el germinado de alfalfa que logra una altura bonita y que no parece ni una montaña de comida pero tampoco algo plano.

Presentación: 80%, el estilo del ramen que distribuye cada ingrediente para que se puedan apreciar convierte su atractivo principal la armonía que tiene, y además es un punto a favor para el interés de la gente que observa un tipo de sopa distinta a lo acostumbrado.

4.1.1.5 Okonomiyaki

Tabla 11

Tabla de porcentaje de valoración.



Fuente: Sebastián Quezada

El okonomiyaki es una tortilla de huevo y repollo con una o dos salsas que la acompañan, generalmente una mayonesa al estilo japonés usando bastante mirín o vinagre de arroz. Este plato se presentó como una mini tortilla, y aunque la aceptación del plato fue buena en el plato no se nota por ser de una estructura muy plana por ello se buscó en siguientes intentos dar más vista al producto para así llamar la atención del cliente. Se obtuvieron los siguientes resultados:

Textura: 86.6%, con este porcentaje se comprende que la textura del okonomiyaki puede mejorar para conseguir algo suave pero que se sientan los ingredientes además que no se seque el producto ni tampoco salga aguado.

Color: 93.3%, con un color amarillo brillante atrae a las personas por la diferencia que tiene con una tortilla de huevo común.

Aroma: 80%, el aroma del okonomiyaki recuerda mucho al del motepillo, que puede ayudar a que las personas que gustan de este plato tradicional cuencano se encuentren interesadas por consumirlo.

Sabor: 93.3%, la calificación del sabor fue excelente, y se puede mejorar acompañando al producto con una mayonesa de finas hiervas.

Altura: 73.3% la altura de este producto se vuelve algo difícil debido a su presentación ya que es totalmente plana, se podría ganar altura haciendo torres de tortilla es decir incorporando un pedazo sobre otro, o al momento de cocinar revolver el producto como un motepillo.

Presentación: 100%, el aspecto del okonomiyaki casi llegando a lo formal ayuda a que se vea muy delicado y elegante a la vista, un punto que sin duda atrae a las personas.

4.1.2 Encuesta

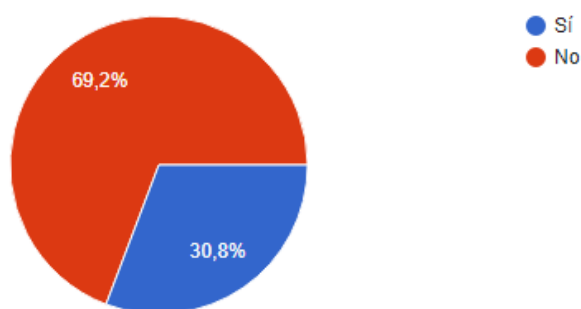
Para la segunda degustación se desarrolló una encuesta con los estudiantes del colegio “FRAY VICENTE SOLANO” sobre sus conocimientos y preferencias hacia la comida japonesa obteniendo los siguientes resultados:

Figura 9

Encuesta a los estudiantes. Pregunta 1

¿Conoces más platos originales de Japón que no sean el sushi o el ramen?

182 respuestas



Fuente: Sebastián Quezada

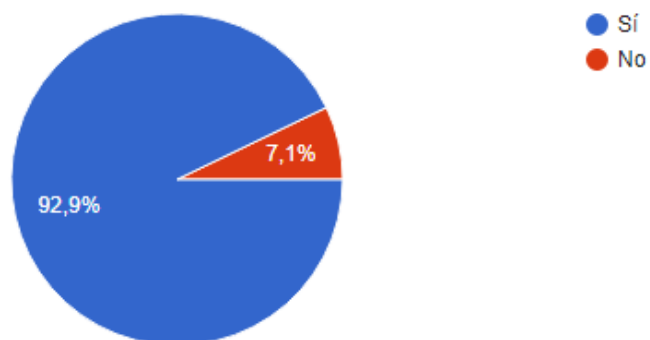
Como se puede observar el conocimiento de los estudiantes acerca de la comida de estilo japonés es bastante bajo. Si bien conocen el sushi o el ramen, no va más allá lo que saben de esa gastronomía y esto se podría aprovechar de modo que con elaboraciones atractivas encender el interés de los alumnos.

Figura 10

Encuesta a los estudiantes. Pregunta 2

¿Te gustaría conocer más comida de estilo japonesa?

182 respuestas



Fuente: Sebastián Quezada

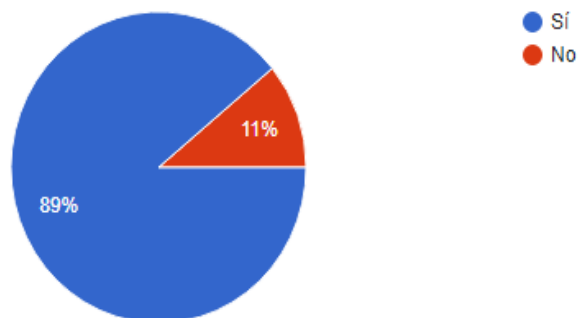
Aunque no se tenga conocimiento de variedades de comida japonesa, la mayor parte de los estudiantes encuestados tienen un interés por este estilo de comidas y quieren aprender sobre esta gastronomía. El intentar brindar productos de otra cultura genera un interés en las personas que se puede tomar como base para algo innovador.

Figura 11

Encuesta a los estudiantes. Pregunta 3

¿Si en tu institución se comercializaran alimentos de origen japonés, los consumirías?

182 respuestas



Fuente: Sebastián Quezada

Tomando en cuenta el interés de los jóvenes estudiantes de colegio “Fray Vicente Solano”, en caso de llegar a vender productos de origen japonés el 89% como se observa serian clientes interesados en consumir esos alimentos lo cual es un porcentaje bastante algo teniendo en cuenta que muchos alumnos no se atreven a probar alimentos un tanto desconocidos por alguna clase de temor que se puede solucionar por medio de información acerca del alimento.

4.1.3 Validación de la propuesta por medio de una degustación de los estudiantes

Para la validación de la propuesta de los estudiantes se presentaron 5 bocaditos y una hoja para poder obtener información de si les gustó o no los productos que consumieron. Para esto se preparó 30 bocaditos de cada tipo (Gyozas, okonomiyaki, onigiri, dorayaki de miel de penco y dorayaki de mermelada de zapallo). En total 150 bocaditos que se expendieron y los resultados fueron:

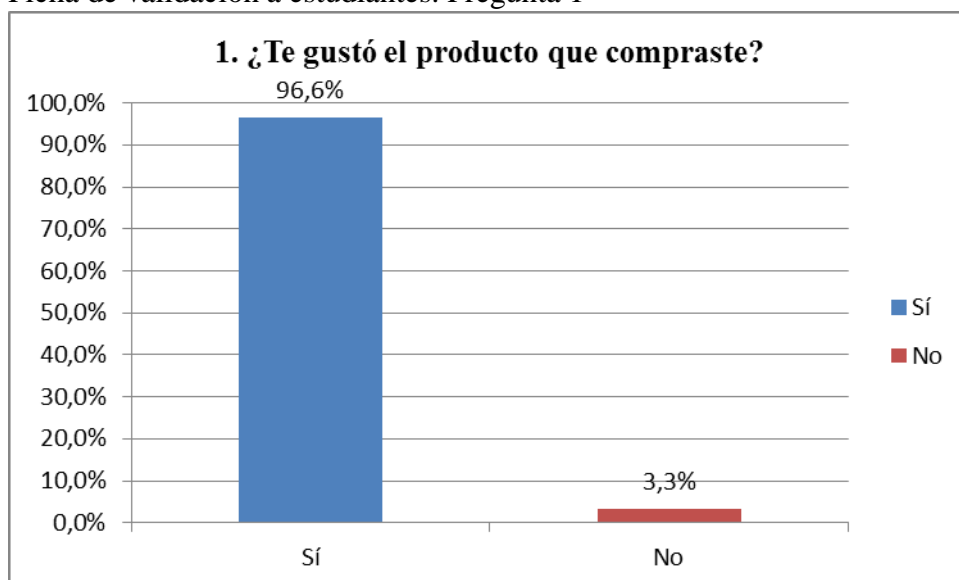
¿Te gustó el producto que compraste? (Sabor, vista, aroma, precio).

Sí Respondió el 96,6% de los estudiantes

No Respondió el 3,3% de los estudiantes

Tabla 11

Ficha de validación a estudiantes. Pregunta 1



Fuente: Sebastián Quezada

Una vez consumido el producto se obtiene que el 96% de los estudiantes están satisfechos con el producto. En ocasiones los estudiantes temen probar algo nuevo por miedo a que no les guste, sin embargo, si se incentiva de una manera apropiada y el aspecto antes que resultar extraño les parece interesante como fue el caso se consigue una buena respuesta por parte de quienes consumieron los productos.

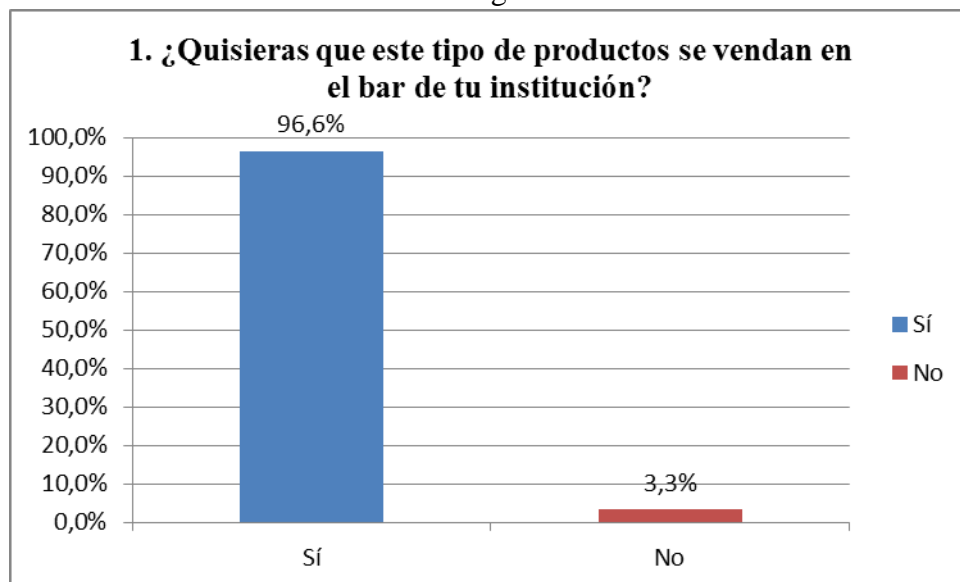
¿Quisieras que este tipo de alimentos se vendan en el bar de tu institución?

Sí Respondió el 96,6% de los estudiantes

No Respondió el 3,3% de los estudiantes

Tabla 12

Ficha de validación a estudiantes. Pregunta 2



Fuente: Sebastián Quezada

En cuanto a si los estudiantes desearían tener a su alcance este tipo de productos el 96% nuevamente afirma que les gustaría poder adquirir estos alimentos lo que resulta en una brecha para la incorporación de productos con esta temática que pueden ser comercializados de forma segura en la institución educativa.

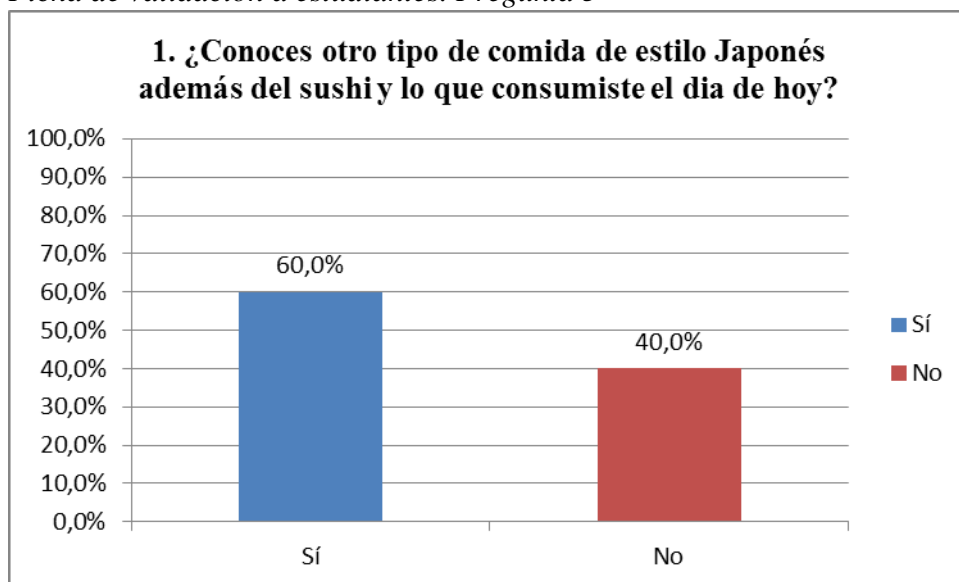
¿Conoces otro tipo de comida de estilo japonés además del sushi y lo que consumiste el día de hoy?

Sí Respondió el 60% de los estudiantes

No Respondió el 40% de los estudiantes

Tabla 13

Ficha de validación a estudiantes. Pregunta 3



Fuente: Sebastián Quezada

El conocimiento acerca de la gastronomía japonesa sigue estando bajo, sin embargo, los estudiantes muestran interés o sorpresa por esta comida. Con esta ventaja se puede sacar provecho a una distribución diaria para que los estudiantes se sientan satisfechos y así si se brindase otro producto relacionado tuviera más acogida ya que se tiene una mejor idea de lo que se puede adquirir.

CAPÍTULO V

5.1 Propuesta gastronómica

Es aquella oferta que brinda un establecimiento de alimentos y bebidas o a uno de ellos, esto dentro de un amplio mercado competitivo. En este proyecto se presenta el siguiente menú:

5.1.1 Onigiri de atún

Figura 12

Bolita de arroz con relleno de atún



Fuente: Sebastián Quezada

Los onigiris originalmente se desarrollan con un arroz de grano corto como el que se usa para el sushi. En este caso se elaboró con un arroz glutinoso y con bastante agua. En ocasiones en la cocina común se puede apreciar que si se cocina tiempo el arroz se vuelve “soposo” y generalmente no es bien apreciado. En esta ocasión aprovechamos ese factor para poder dar una forma circular que sea consistente y que pueda llevar un relleno sin perder su estructura o romperse.

5.1.2 Okonomiyaki

Figura 13

Tortilla de huevo con col y mayonesa



Fuente: Sebastián Quezada

Si se comparara con algo se tendría a su altura a un motepillo pero en vez de revolver los huevos se les da una forma plana como de tortilla. Para aumentar la cantidad visual del producto se optó por tomar los ingredientes y revolverlos como un motepillo y servirlo con una mayonesa verde.

5.1.3 Gyozas

Figura 14

Gyozas de pollo asado



Fuente: Sebastián Quezada

Las gyozas son un plato muy reconocido en Japón y fácilmente se comparan con las empanas ecuatorianas, solo que tienen un método distinto de cocción, en vez ser fritas en

abundante aceite, se cocinan al vapor sellando la parte inferior. En estas empanadillas tomamos la carne molida sazonada bien con suficiente comino y achiote. Se realiza un sofrito con col y la carne y se rellena en la masa ya elaborada dando forma cocinándola al vapor.

5.1.4 Dorayakis con miel de penco

Figura 15

Dorayakis de miel de penco.



Fuente: Sebastián Quezada

Los dorayakis son una especie de pan cake japonés a base de harina, azúcar, huevos y miel en esta propuesta se endulzo principalmente con miel de penco, generalmente se rellenan de una especie de mermelada de judías o frijoles rojos, pero en esta propuesta se ofrece un producto poco reconocido de la sierra que es la miel de penco, producida en su mayoría en los campos de la región.

5.1.5 Dorayakis con relleno de zapallo

Figura 16

Dorayakis con relleno de zapallo.



Fuente: Sebastián Quezada

Estos dorayakis al igual que el anterior tienen una base de harina, huevos, agua, miel y azúcar. Pero en esta variedad se presenta con un sabor de vainilla y acompañado de una mermelada de zapallo.

5.2 Materias primas principalmente usadas

Tabla 14

Productos usados en la propuesta gastronómica

Col	Verdura.
Huevos	Proteína
Achiote	Colorante natural utilizado también como condimento.
Mote	Grano
Harina de trigo	Es el resultante de la molienda del trigo. Es decir es un derivado de un cereal
Salsa de soja	Condimento muy usado en fermentaciones

Fuente: Sebastián Quezada

La producción de la propuesta gastronómica tiene relación entre cada bocadito por los ingredientes presentados, es decir que en su mayoría se han usado la col, los huevos, la harina de trigo o la salsa de soja para poder obtener el producto final.

CONCLUSIONES

En el desarrollo de este proyecto se presentaron las dificultades de un establecimiento de alimentos escolar tras la pandemia y es que se habían cerrado todos estos lugares y su operación fue cada vez más estricta para evitar riesgos de contagio. Lo que preocupa principalmente a los miembros del bar del colegio son las ventas. Es por esto que se presentó con éxito la oferta de un menú de fusión con lo interesante de la cultura japonesa y los sabores del Ecuador.

Durante el proceso de análisis y recopilación de datos se encontró un gran interés por la comida de origen japonés en los estudiantes de la institución estudiada, por esto se presentó un menú de cinco bocados, el cual por medio de degustaciones y fichas de validación fue exitosamente aceptado por los estudiantes.

Se consiguió incentivar a las personas que atienden el bar escolar y generar un interés por implementar otro tipo de platos ya no típicos del Ecuador sino buscar nuevos platillos que se puedan desarrollar con productos que se tengan al alcance de modo que se mantengan esos sabores que a generalmente todos les gusta, pero con una forma más innovadora y distinta.

Las personas que están encargadas del bar escolar de la institución fiscal “Fray Vicente Solano” también presentaron una aceptación al ver la degustación de los bocados ya que es un producto que llama la atención y puede tener más de un solo sabor, es decir los productos propuestos son versátiles en cuanto a su sabor, lo cual facilita saber que producto puede ser más consumido. El proyecto desarrollado y su propuesta fueron un éxito en aceptación por parte de los encargados del bar y por casi el total de estudiantes encuestados lo que es signo de viabilidad para poder producir dicho menú generando más ventas que es lo que se busca.

RECOMENDACIONES

Como recomendación puedo mencionar que el interés de un potencial cliente en el producto que se le ofrece es tan importante como el buen sabor del mismo o como el servicio que se le brinda, por eso siempre investigar e implementar nuevas tendencias, modas o culturas que colaboren al desarrollo de un establecimiento de alimentos de modo que vaya creciendo y los consumidores se sientan satisfechos con lo que compraron.

El estilo de un lugar, su ambientación y su aspecto cuentan mucho del tipo de lugar donde se va a ir y si eso cumple las expectativas de la persona que vaya a comprar en dicho espacio, si no se siente seguro con el lugar que le ofrece no va a adquirir ningún producto y por esta razón el establecimiento va a ir poco a poco decayendo.

Por último, en el desarrollo de un proyecto de este tipo es de ayuda tener un cuaderno o un control de cuantos alimentos se consumen al día (%) para poder considerar que producto beneficia más. También se debe tomar en cuenta que la gastronomía va de la mano con la moda pues es un arte que es tendencia cada vez que se crea algo nuevo e innovador.

Bibliografía

Academic (2010). Colegio Universitario Fray Vicente Solano. Obtenido de: <https://es-academic.com/dic.nsf/eswiki/1278099>

Ayala M. (2021) Investigación mixta. Obtenido de: <https://www.lifeder.com/investigacion-mixta/>

Azcoytia C. (2017). Historia de la gastronomía japonesa. Obtenido de: <https://www.historiacocina.com/es/historia-de-la-gastronomia-japonesa>

Bargues G (2020). Los 5 mejores platos de la cocina fusión. Obtenido de: <https://www.bonviveur.es/lifestyle/los-mejores-platos-de-la-cocina-fusion>

BCH. (2022). Todo sobre la cocina fusión. Obtenido de: <https://www.barcelonaculinaryhub.com/blog/todo-sobre-cocina-fusion>

Benalcázar W. (2021). Agricultores carchenses reviven la producción del trigo nacional. Obtenido de: <https://www.elcomercio.com/actualidad/ecuador/agricultores-carchi-produccion-trigo-sierra.html>

Britez D. (2017). Ohashi (お箸) – Comiendo con los palillos japoneses. Obtenido de: <https://mirandohaciajapon.com/ohashi-%E3%81%8A%E7%AE%B8-palillos-japoneses/>

CCQ (2021). El “PROGRAMA CULTIVA” de MODERNA ALIMENTOS fomenta la producción de 2,6 mil toneladas de trigo nacional en este año. Obtenido de: <https://ccq.ec/el-programa-cultiva-de-moderna-alimentos-fomenta-la-produccion-de-26-mil-toneladas-de-trigo-nacional-en-este-ano/>

Cardiel R. (1997). LA MIGRACIÓN CHINA EN EL NORTE DE BAJA CALIFORNIA, 1877-1949. Destino México: un estudio de las migraciones asiáticas a México,

Siglos XIX y XX. Obtenido de:

https://www.jstor.org/stable/j.ctvhn0dmp.9?seq=1#metadata_info_tab_contents

Carmona N. (2020). “A este país yo lo amo porque me ha dado todo”. Obtenido de:

<https://democracia.esquel.org.ec/noe-carmona-a-este-pais-yo-lo-amo-porque-me-ha-dado-todo/>

Castillo E. (2017). BREVE HISTORIA DE JAPÓN. Obtenido de:

<https://elucabista.com/2017/01/20/breve-historia-japon/>

Castillo T. (2021). Cocina nikkei, mestizaje culinario entre Japón y Perú. Obtenido de:

<https://www.excelenciasgourmet.com/es/tradiciones/cocina-nikkei-mestizaje-culinario-entre-japon-y-peru>

Chez N. (2014). Nouvelle Cuisine – Cocina de Autor – Cocina Fusión. Obtenido de:

<https://cheznenequadalajara.wordpress.com/2014/07/02/nouvelle-cuisine-cocina-de-autor-cocina-fusion/>

Control S. (2014). REGLAMENTO DE BARES ESCOLARES DEL SISTEMA NACIONAL DE EDUCACION. Obtenido de: <https://www.controlsanitario.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2016/12/A-0514-Reglamento-de-bares-escolares-del-sistema-nacional-de-educacion.pdf>

Daruma. (2019). Breve historia de la comida típica de Japón. Obtenido de:

<http://daruma.com.mx/breve-historia-de-la-comida-tipica-de-japon/#:~:text=Con%20la%20llegada%20de%20los,su%20propia%20comida%2C%20y%20viceversa.>

Echeverría P. (2010). LA INFLUENCIA JAPONESA EN ECUADOR. Obtenido de:
<http://blog.espol.edu.ec/vicenteriofrio/tag/la-influencia-japonesa-en-ecuador/>

EcuRed. (2019). Provincia de Carchi (Ecuador). Obtenido de:
[https://www.ecured.cu/Provincia de Carchi \(Ecuador\)#Descripci.C3.B3n](https://www.ecured.cu/Provincia_de_Carchi_(Ecuador)#Descripci.C3.B3n)

El Comercio (2017). La cocina de Asia, fácil de adaptarse. Obtenido de:
<https://www.elcomercio.com/sabores/cocina-asia-gastronomia-platos-tecnicas.html>

El Comercio (2016). El sushi se innova con productos locales. Obtenido de:
<https://www.elcomercio.com/sabores/sushi-productos-locales-gastronomia-cocina.html>

El Herald. (2022). Bares escolares no están funcionando. Obtenido de:
<https://www.elheraldo.com.ec/bares-escolares-no-estan-funcionando/>

FAO. (2015). Guía para la producción sostenible de cereales. Obtenido de:
<https://www.fao.org/3/i4009s/i4009s.pdf>

FAO. (2020). Marco de la FAO para la alimentación y la nutrición escolar. Obtenido de:
<https://www.fao.org/3/ca4091es/CA4091es.pdf>

Ministerio de Educación (2021). PROTOCOLO DE BIOSEGURIDAD PARA EL MANEJO DE BARES ESCOLARES EN LAS INSTITUCIONES EDUCATIVAS DENTRO DEL PROCESO DE RETORNO A LAS ACTIVIDADES PRESENCIALES EN EL MARCO DE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID-19. Obtenido de:
https://www.gestionderiesgos.gob.ec/wp-content/uploads/2021/09/Protocolo-bioseguridad-bares_escolares_rev_msp-mineduc.pdf

Moreno E. (2016). Metodología de investigación, pautas para hacer tesis. Obtenido de:
<https://tesis-investigacion-cientifica.blogspot.com/2016/12/niveles-de-investigacion-cientifica.html>

García J. (2021). *¿Qué es una oferta gastronómica?* Obtenido de: <https://joinposter.com/mx/post/oferta-gastronomica-que-es#:~:text=En%20la%20industria%20de%20la,un%20mercado%20amplio%20y%20competitivo.>

Gómez S. (2018). 10 grandes platos japoneses que no son sushi, ramen o tempura. Obtenido de: https://www.alimente.elconfidencial.com/gastronomia-y-cocina/2018-06-06/gastronomia-japonesa-10-platos_1571678/

Hermida A. (2019). Trigo: el alimento milenario lleno de energía y aminoácidos. Obtenido de: https://www.alimente.elconfidencial.com/nutricion/2019-05-28/trigo-valores-nutricionales-gluten-harina-cereal_1517947/

Heredia V. (2021). ¿Cómo funcionan bares o cafeterías de planteles, tras el regreso a clases presenciales? Obtenido de: <https://www.elcomercio.com/tendencias/sociedad/bares-cafeterias-clases-presenciales-colegios.html#:~:text=En%20Quito%2C%20varios%20planteles%20particulares,1%20de%200septiembre%20del%202021.>

Higa E. (2016). Cocina nikkei: historia, evolución y expansión internacional. De los huariques a la conquista del mundo. Asociación Peruano Japones. Obtenido de: <http://www.discovernikkei.org/es/journal/2016/2/4/cocina-nikkei/>

Hirano T (2017). Todo lo que necesitas saber sobre la comida para llevar japonesa, el bento. Obtenido de: <https://japonesenlanube.com/blog-sobre-el-idioma-japones/todo-lo-que-necesitas-saber-sobre-la-comida-para-llevar-japonesa-el-bento/>

Holgín P. Alvarado A (2017). COMPORTAMIENTO DE LA PRODUCCIÓN DE HARINA DE TRIGO EN ECUADOR. Obtenido de: <https://www.eumed.net/cursecon/ecolat/ec/2017/produccion-harina-trigo.html>

Importancia (2016). Importancia de la Gastronomía. Obtenido de:
<https://www.importancia.org/gastronomia.php>

INEC (2014). Impulso a la producción de trigo en la Sierra. Obtenido de:
<https://issuu.com/mauriciocuaspud/docs/agro14>

INIAP (2014). Costo de producción. Obtenido de:
<http://tecnologia.iniap.gob.ec/images/rubros/contenido/trigo/9costos.pdf>

Jordan M. (2019). Los errores que más cometes cuando cocinas con wok. Obtenido de:
<https://www.lavanguardia.com/comer/tendencias/20190404/461445463602/errores-cocina-wok-trucos.html>

Kyoko. (2021). Gastronomía japonesa (los mejores platos). Obtenido de:
<https://japonpedia.com/gastronomia-japonesa/>

Melón M (2017). ¿Qué es la cocina Fusión? Obtenido de:
<https://www.revistaesmas.com/que-es-la-cocina-fusion.html>

Merchan C. (2021) Día Internacional del Sushi: 206.160 gr de arroz se han ocupado en pedidos de delivery de este platillo. Obtenido de: <https://elmercurio.com.ec/2021/06/23/dia-internacional-del-sushi-206-160-gr-de-arroz-se-han-ocupado-en-pedidos-de-delivery-de-este-platillo/>

Milenio. (2016). La importancia de consumir trigo. Obtenido de:
<https://www.milenio.com/ciencia-y-salud/la-importancia-de-consumir-trigo>

Moreno, Irene, & Ramírez, A., & Plana, R., & Iglesias, L. (2001). EL CULTIVO DEL TRIGO. ALGUNOS RESULTADOS DE SU PRODUCCIÓN EN CUBA. Obtenido de:
<https://www.redalyc.org/pdf/1932/193230162009.pdf>

.Moreta M. (2015). 48 000 toneladas de harina consume el país. Obtenido de: <https://www.revistalideres.ec/lideres/consumo-harina-ecuador-toneladas-molinos.html>

Payares M. (2020). El trigo: Conozca los beneficios de consumir este cereal. Obtenido de: <https://www.tododisca.com/el-trigo-conozca-los-beneficios-de-consumir-este-cereal/>

Pérez C. (2017). Japón y el arte de la cocina: El sabor como momento de conocimiento. Obtenido de: <https://www.avispero.com.mx/blog/articulo/japon-y-el-arte-de-la-cocina-el-sabor-como-momento-de-conocimiento>

Pérez S. (2020). La Cocina Japonesa. Obtenido de: <https://www.afuegolento.com/articulo/la-cocina-japonesa-1/154/>

PowerDate. (2017). 10 técnicas de análisis de datos para estadísticas de big data. Obtenido de: <https://blog.powerdata.es/el-valor-de-la-gestion-de-datos/10-tecnicas-de-analisis-de-datos-para-estadisticas-de-big-data>

Palma C. (2020). Cultura. MÉTODOS DE ELABORACIÓN JAPONESES. Obtenido de: <https://www.condospalillos.com/2016/07/02/los-mtodos-de-elaboracin-de-la-cocina-japonesa>

Quiralte C. (2016). Cocina tex-mex, fusión de sabores. Obtenido de: <https://nortedigital.mx/cocina-tex-mex-fusion-sabores/>

RAE (2022). Base de datos. Obtenido de: <https://dpej.rae.es/lema/base-de-datos#:~:text=Memoria%20inform%C3%A1tica%20en%20la%20que,electr%C3%B3nicos%20o%20de%20otra%20forma.>

RAE (2022). Ficha técnica. Obtenido de: <https://dpej.rae.es/lema/ficha-t%C3%A9cnica#:~:text=Lista%20en%20la%20que%20se,maquilladores%2C%20los%20electricistas%2C%20etc.>

RAE (2019). Bitácora. Obtenido de: <https://www.rae.es/dpd/bit%20C3%A1cora>

Restrepo C. (2012). Algo sobre la gastronomía de Japón. Obtenido de: <https://www.historiacocina.com/es/gastronomia-japonesa>

Rodríguez N. (2009). Balti, la exquisitez de Birmingham. Obtenido de: <https://sobreinglaterra.com/2009/08/31/balti-la-exquisitez-de-birmingham/>

Tramón O., Jaime (2000). HISTORIA Y CULTURA DE JAPON. Obtenido de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20807106>

Trujillo Y. (2022). Estas son las reglas del retorno a clases presenciales. Obtenido de: <https://www.elcomercio.com/tendencias/sociedad/reglas-clases-presenciales-ecuador-cursos-estudiantes.html>

Web japan (s/f). Cultura gastronómica japonesa. Obtenido de: https://web-japan.org/factsheet/es/pdf/S36_food.pdf

Anexo 2 Primera degustación



Fuente: Sebastián Quezada



Fuente: Sebastián Quezada

Anexo 3 Solicitud de análisis en el colegio "Fray Vicente Solano"

Cuenca, 03 de marzo de 2022

Licenciado Xavier Muñoz
Inspector General del colegio "Fray Vicente Solano"

Su despacho:

Yo José Sebastián Quezada Capelo, con ID 0107253759 solicito a usted de la manera más comedida que se me permita desarrollar una degustación a los estudiantes de su institución con fines académicos para obtener la validación de una propuesta de un menú de cinco bocaditos con técnicas de cocción japonesas, teniendo en cuenta las normas de alimentación en bares escolares y el manejo de alimentos para garantizar la inocuidad de los mismos.

Esperando una respuesta favorable agradezco mucho la acogida a la presente de antemano.

Atentamente:


Sebastián Quezada
Estudiante


Marco Gómez
Coordinador de la carrera de gastronomía


Danny Quinde
Tutor de tesis

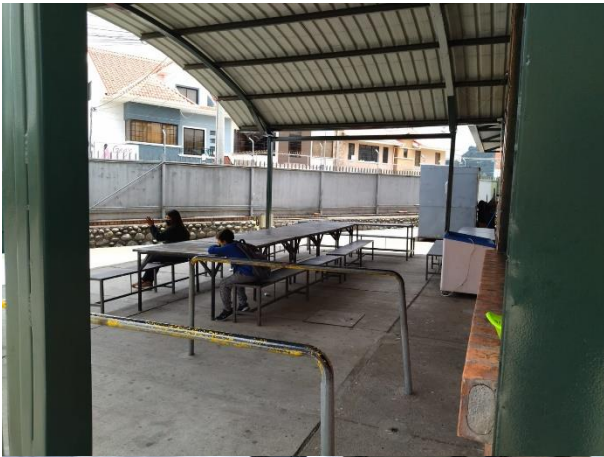


Fuente: Sebastián Quezada

Anexo 4 Estructura de la institución



Fuente: Sebastián Quezada



Fuente: Sebastián Quezada

Anexo 5 Degustación de los estudiantes



Fuente: Sebastián Quezada



Fuente: Sebastián Quezada

Anexo 6 Ficha de validación de los estudiantes

Ficha de validación
 "Fray Vicente Solano"
 Nombre: Andres Guatembel Curso: 1 "D"
 03 de marzo de 2022
 Producto:

1. ¿Te gustó el producto que compraste? (Sabor, vista, aroma, precio).
 Sí No
2. ¿Quisieras que este tipo de alimentos se vendan en el bar de tu institución educativa?
 Sí No
3. ¿Conoces otro tipo de comida de estilo Japonés además del sushi y lo que consumiste el día de hoy?
 Sí No

Fuente: Sebastián Quezada