

***Título:* Elaboración de un menú de tapas basado en cocina de producto ecuatoriano para el restaurante “LaMaría”.**

Trabajo presentado para optar al título de Tecnólogo Superior en Gastronomía.

Proyecto de grado presentado por:

Carrera:

Línea de Investigación: Gestión de bares y restaurantes

Tutor académico: Marco Antonio Gómez Parra.

Cuenca, agosto 2023

DEDICATORIA

Dedico el siguiente trabajo principalmente a mis padres ya que ellos son el pilar fundamental en nuestras vidas, tanto por su apoyo moral como también económico, por nunca dejar que me rinda a pesar de todo y que logre cumplir con todos mis propósitos, también un agradecimiento especial a mi familia y amistades las cuales han estado allí para mí con su apoyo, sus consejos, y a pesar de las adversidades he seguido en pie en la lucha de cumplir este objetivo.

AGRADECIMIENTO

Agradezco primero a Dios por guiarme en el transcurso de mi camino dándome el valor de seguir adelante hasta alcanzar mis objetivos. Agradezco el esfuerzo de mis padres ya que sin ellos yo no podría haber llegado hasta este punto. A mi familia y amigos que siempre estuvieron presentes y apoyándome en cada momento de dificultad y satisfacción. También agradezco a mi tutor de tesis Marco Gómez por guiarme, ser un apoyo en este proceso, y mi profesor: Richard Martínez por brindarme todas las pautas y herramientas para el correcto desarrollo de este documento. Finalmente agradezco a todos los docentes del Instituto Sudamericano, que me brindaron sus conocimientos a lo largo de toda mi carrera, compañeros, amigos y a las personas que dejaron sus conocimientos, consejos, y grandes aprendizajes para poder con llevar las adversidades presentes.

ÍNDICE

| | |
|--|----|
| ÍNDICE..... | 4 |
| ÍNDICE DE TABLAS..... | 6 |
| ÍNDICE DE FIGURAS..... | 8 |
| ÍNDICE DE ANEXOS..... | 9 |
| RESUMEN..... | 10 |
| ABSTRACT..... | 11 |
| INTRODUCCIÓN..... | 12 |
| Objetivos de la investigación..... | 13 |
| Preguntas de investigación..... | 13 |
| Justificación..... | 14 |
| CAPÍTULO I: PROBLEMÁTICA..... | 16 |
| CAPÍTULO II: MARCO REFERENCIAL..... | 19 |
| 2.1. Marco Teórico..... | 19 |
| 2.1.1. Gastronomía Española..... | 19 |
| 2.1.2. Principales productos ecuatorianos previstos para la propuesta..... | 30 |
| 2.1.3. Principales técnicas de cocción previstas para la propuesta..... | 37 |
| 2.2. Marco Contextual..... | 43 |
| 2.3. Marco Conceptual..... | 45 |
| CAPÍTULO III..... | 47 |
| METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN..... | 47 |
| 3.1. Tipo de Estudio..... | 47 |
| 3.2. Enfoque o Paradigma..... | 48 |
| 3.3. Método..... | 49 |
| 3.4. Técnicas e instrumentos..... | 49 |
| 3.4.1. Técnicas de campo..... | 50 |
| 3.5. Técnicas de información documental..... | 51 |
| 3.5.1. Referencias bibliográficas..... | 51 |
| 3.5.2. Fichas bibliográficas..... | 51 |
| 3.5.3. Paráfrasis..... | 51 |
| 3.5.4. Citas..... | 51 |
| 3.6. Técnicas de laboratorio..... | 52 |
| 3.6.1. Bitácoras..... | 52 |

| | |
|--|-----|
| 3.6.2. Bases de datos..... | 52 |
| 3.6.3. Fichas estándar | 52 |
| 3.7. Población y muestra | 53 |
| 3.8. Tratamiento muestral..... | 53 |
| CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS | 55 |
| CAPÍTULO V: PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN | 60 |
| CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES | 104 |
| CONCLUSIONES..... | 105 |
| RECOMENDACIONES | 106 |
| BIBLIOGRAFÍA | 107 |
| ANEXOS | 117 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| <i>Tabla 1 Población y Muestra</i> | 53 |
| <i>Tabla 2 Bitácora Morcilla y mapahuirá</i> | 61 |
| <i>Tabla 3 Bitácora Ceviche</i> | 61 |
| <i>Tabla 4 Bitácora ceviche 2</i> | 62 |
| <i>Tabla 5 Canasta de verde y filete de pescado</i> | 62 |
| <i>Tabla 6 Bitácora croqueta de moro de lenteja y filete de pescado</i> | 63 |
| <i>Tabla 7 Bitácora espumilla de guayaba</i> | 63 |
| <i>Tabla 8 Bitácora tartar de trucha curada</i> | 64 |
| <i>Tabla 9 Bitácora espumilla de guayaba</i> | 64 |
| <i>Tabla 10 Tartar trucha curada</i> | 65 |
| <i>Tabla 11 Ficha Mapahuirá de mote sucio</i> | 66 |
| <i>Tabla 12 Ficha morcilla</i> | 67 |
| <i>Tabla 13 Ficha ají tomate de árbol</i> | 68 |
| <i>Tabla 14 Ficha papel llapingacho</i> | 69 |
| <i>Tabla 15 Ficha criollita</i> | 70 |
| <i>Tabla 16 Ficha tapa mapahuirá y morcilla</i> | 71 |
| <i>Tabla 17 Ficha base cítrica de ceviche</i> | 72 |
| <i>Tabla 18 Ficha líquido de gobierno</i> | 73 |
| <i>Tabla 19 Ficha relleno de ceviche</i> | 74 |
| <i>Tabla 20 Ficha aceite culantro</i> | 75 |
| <i>Tabla 21 Ficha ceviche palmito y tuna</i> | 76 |
| <i>Tabla 22 Ficha sofrito</i> | 77 |
| <i>Tabla 23 Ficha fondo de pescado</i> | 78 |
| <i>Tabla 24 Ficha moro lenteja</i> | 79 |
| <i>Tabla 25 Ficha salsa fondo de pescado</i> | 80 |
| <i>Tabla 26 Ficha emulsión cítrica</i> | 81 |
| <i>Tabla 27 Ficha croqueta lenteja y pescado</i> | 82 |
| <i>Tabla 28 Ficha masa empanada de viento</i> | 83 |
| <i>Tabla 29 Ficha espumilla de guayaba</i> | 84 |
| <i>Tabla 30 Ficha cannoli relleno de espumilla de guayaba</i> | 85 |
| <i>Tabla 31 Guacamole</i> | 86 |

| | |
|--|-----|
| <i>Tabla 32 Ficha relleno tartar</i> | 87 |
| <i>Tabla 33 Ficha tartar de trucha curada</i> | 88 |
| <i>Tabla 34 Base de datos</i> | 89 |
| <i>Tabla 35 Costos mapahuirra</i> | 90 |
| <i>Tabla 36 Costos morcilla</i> | 90 |
| <i>Tabla 37 Costos ají tomate de árbol</i> | 91 |
| <i>Tabla 38 Costos papel llapingacho</i> | 91 |
| <i>Tabla 39 Costos criollita</i> | 92 |
| <i>Tabla 40 Costos morcilla y mapahuirra</i> | 92 |
| <i>Tabla 41 Costos base de ceviche</i> | 93 |
| <i>Tabla 42 Costos líquido de gobierno</i> | 93 |
| <i>Tabla 43 Costos relleno de ceviche</i> | 94 |
| <i>Tabla 44 Costos aceite culantro</i> | 94 |
| <i>Tabla 45 Costos ceviche de palmito y tuna</i> | 95 |
| <i>Tabla 46 Costos sofrito</i> | 95 |
| <i>Tabla 47 Costos fondo de pescado</i> | 96 |
| <i>Tabla 48 Costos moro lenteja</i> | 96 |
| <i>Tabla 49 Costos salsa fondo pescado</i> | 97 |
| <i>Tabla 50 Costos emulsión cítrica</i> | 97 |
| <i>Tabla 51 Costos croqueta lenteja y pescado</i> | 98 |
| <i>Tabla 52 Costos masa empanada</i> | 98 |
| <i>Tabla 53 Costos espumilla de guayaba</i> | 99 |
| <i>Tabla 54 Costos cannoli relleno de espumilla de guayaba</i> | 99 |
| <i>Tabla 55 Costos guacamole</i> | 100 |
| <i>Tabla 56 Costos relleno tartar</i> | 100 |
| <i>Tabla 57 Costos tartar trucha curada</i> | 101 |
| <i>Tabla 58 Principales materias primas utilizadas en la preparación</i> | 101 |
| <i>Tabla 59 Cortes más frecuentes</i> | 103 |
| <i>Tabla 60 Métodos y técnicas gastronómicas aplicadas</i> | 103 |
| <i>Tabla 61 Cronograma de actividades</i> | 104 |

ÍNDICE DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| <i>Figura 1 Cocción al vapor</i> | 23 |
| <i>Figura 2 Cocción en medio graso</i> | 24 |
| <i>Figura 3 Cocción por humedad</i> | 24 |
| <i>Figura 4 Neapia</i> | 31 |
| <i>Figura 5 Palmito</i> | 33 |
| <i>Figura 6 Mapa huiria empleada para elaborar mote sucio</i> | 35 |
| <i>Figura 7 Mote</i> | 36 |
| <i>Figura 8 Plátano maduro</i> | 37 |
| <i>Figura 9 Fritura profunda</i> | 38 |
| <i>Figura 10 Deshidratación</i> | 39 |
| <i>Figura 11 Encurtidos</i> | 40 |
| <i>Figura 12 Técnica de blanqueado</i> | 41 |
| <i>Figura 13 Decantación</i> | 42 |
| <i>Figura 14 Embutidos</i> | 43 |
| <i>Figura 15 Ubicación geográfica</i> | 44 |
| <i>Figura 16 Tapa de morcilla y mapahuiria</i> | 56 |
| <i>Figura 17 Tapa de ceviche de tuna y palmito</i> | 56 |
| <i>Figura 18 Tapa de croqueta de lenteja y pescadito</i> | 57 |
| <i>Figura 19 Tapa de cannoli de dulce de guayaba</i> | 58 |
| <i>Figura 20 Tapa de tartar de trucha curada</i> | 58 |

ÍNDICE DE ANEXOS

| | |
|---|-----|
| <i>Anexo 1 Primera elaboración de practica de tapas</i> | 117 |
| <i>Anexo 2 Ficha de validación</i> | 120 |
| <i>Anexo 3 Fotos de la degustación</i> | 121 |
| <i>Anexo 4 Montaje tapa 1</i> | 123 |
| <i>Anexo 5 Montaje tapa 2</i> | 123 |
| <i>Anexo 6 Montaje tapa 3</i> | 124 |
| <i>Anexo 7 Montaje tapa 4</i> | 124 |
| <i>Anexo 8 Montaje tapa 5</i> | 125 |

RESUMEN

El presente trabajo de titulación denominado “Elaboración de un menú de tapas basado en cocina de producto ecuatoriano para el restaurante LaMaría” tiene como objetivo principal proponer un menú de tapas con temática ecuatoriana, con el fin de implementar la utilización de productos ecuatorianos para el restaurante LaMaría. Para este propósito, se ha optado por el empleo de un proceso metodológico basado en un tipo de estudio longitudinal o estudio de cohorte, descriptivo, con un enfoque mixto, es decir, tanto cualitativo como cuantitativo y método deductivo. En ese sentido, se han aplicado técnicas de campo tales como la observación, entrevista y encuesta; técnicas de información documental como las referencias bibliográficas, fichas bibliográficas, paráfrasis, citas; técnicas de laboratorio como bitácoras, bases de datos, fichas estándar. En lo referente a la validación de la propuesta, se contó con la participación de siete participantes entre el personal del restaurante e invitados por parte de los chefs del restaurante. Entre los resultados más relevantes se menciona que cada una de las tapas tuvieron buenas calificaciones en cada una de sus características organolépticas, por lo que se concluye que el empleo de productos ecuatorianos para la elaboración de tapas para el restaurante LaMaría fue del agrado tanto de los chefs de restaurante, así como de los clientes, por lo cual la propuesta de menú de tapas resulta atractiva, novedosa y viable para el campo de estudio.

Palabras clave: productos ecuatorianos, propuesta gastronómica, restaurante LaMaría, tapas.

ABSTRACT

The main objective of this degree project entitled "Elaboration of a tapas menu based on Ecuadorian product cuisine for the restaurant LaMaría" is to propose a tapas menu with an Ecuadorian theme, in order to implement the use of Ecuadorian products for the restaurant LaMaría. For this purpose, a methodological process based on a longitudinal or cohort study type, descriptive, with a mixed approach, i.e., both qualitative and quantitative and deductive method, has been chosen. In this sense, field techniques such as observation, interview and survey have been applied; documentary information techniques such as bibliographic references, bibliographic files, paraphrases, quotations; laboratory techniques such as logs, databases, standard files. As regards the validation of the proposal, there were seven participants among the restaurant staff and guests invited by the restaurant's chefs. Among the most relevant results, it is mentioned that each of the tapas had good ratings in each of their organoleptic characteristics, so it is concluded that the use of Ecuadorian products for the elaboration of tapas for the restaurant LaMaría was liked by both the restaurant chefs and the customers, so the tapas menu proposal is attractive, novel and viable for the field of study.

Key words: ecuadorian products, gastronomic proposal, LaMaría restaurant, tapas.

INTRODUCCIÓN

El objetivo que persigue esta investigación es desarrollar una propuesta gastronómica enfocada o dirigida a un menú de tapas para el Restaurante “LaMaría”, utilizando productos de origen andino, amazónico y producto local de la ciudad de Cuenca, para la correcta elaboración de un menú de tapas basado en cocina de producto ecuatoriano.

Conceptualmente se puede decir que las tapas son pequeñas porciones de comida, pero no necesariamente minúsculas y estas siempre parten o son en su mayoría cocina de sal, tapas pueden ser muy elaboradas o increíblemente sencillas, Los menú de tapas hoy en día buscan en las personas a parte de brindar un servicio mucho más rápido, poder ofrecer o experimentar diferentes e intensas sensaciones emocionales a lo cual se puede llegar mediante la gastronomía, estos menú de tapas pueden ser llamados o interpretados como porciones pequeñas de alimentos (Folgado-Fernández et al., 2011).

De acuerdo con las consideraciones anteriores, la implementación de un menú de tapas basado en el empleo de productos ecuatorianos para el Restaurante “LaMaría” puede llegar a ser una opción viable además de única en el medio, tanto para la clientela local y extranjera, debido a que la gastronomía del país resalta por su diversidad de sabores, influencias ancestrales, así como españolas, el empleo de productos endémicos y de alta calidad. Se desea que la propuesta de tapas combine los sabores tradicionales del Ecuador en un plato característico español, lo cual lo hace ideal para la difusión de una gran variedad de sabores y texturas, que sorprendan al consumidor.

Objetivos de la investigación

Objetivo general

- Proponer un menú de tapas con temática ecuatoriana, con el fin de implementar la utilización de producto ecuatoriano para el restaurante “LaMaría”

Objetivos específicos

- Recopilar información bibliográfica y efectuar un diagnóstico de la problemática presentada en el restaurante “LaMaría”.
- Desarrollar la propuesta del menú de tapas orientado en la utilización de productos ecuatorianos para el restaurante “LaMaría”.
- Validar la propuesta planteada conjuntamente con los socios del restaurante “LaMaría” y clientes frecuentes que permitan determinar la factibilidad de su implementación.

Preguntas de investigación

La aplicación de las preguntas de investigación son la guía para llevar a cabo el trabajo, las cuales serán respondidas en el progreso del capítulo, por consiguiente, todo el trabajo de indagación va girar en torno a las preguntas planteadas.

- ¿Cuáles podrían ser los desafíos y oportunidades que resultan de la implementación de un menú de tapas elaboradas con productos ecuatorianos en el Restaurante LaMaría y sus clientes?
- ¿El menú de tapas con productos ecuatorianos obtendrá el nivel de aceptación y preferencia deseados?
- ¿Cuál será el impacto que tendrá el menú de tapas con productos ecuatorianos en los clientes que acuden al Restaurante LaMaría?

Justificación

Con el presente trabajo se busca incrementar dentro del restaurante “LaMaría” un nuevo concepto gastronómico partiendo o tomando como referencia el “tapeo”, el cual es propio de la cultura además de la gastronomía española, pero que a la vez este es un sistema difundido en Latinoamérica que se ha ido adaptando a las culturas locales, el cual desde la parte operativa los restaurantes generan un ingreso interesante.

Incluso el desarrollo de este trabajo es oportuno para el Restaurante “LaMaría” ya que entre los clientes frecuentes del restaurante existen comensales que visitan el establecimiento con la finalidad de solo “coctear”, los cuales no desean consumir un plato fuerte o entradas, sino algo más ligero que se pueda solo acompañar para “picar y beber”.

Al implementar el tapeo dentro del menú del restaurante se genera un nuevo atractivo gastronómico el cual ayudará de manera positiva a incrementar mucho más la gastronomía dentro de la ciudad, resultando como beneficiados no solo el turismo, la gastronomía o los dueños de restaurantes, sino todas aquellas personas o pequeños proveedores que trabajan conjuntamente con los dueños de los establecimientos, puesto que al fomentar la aplicación de un menú de tapas con la utilización de los productos locales o a nivel nacional, se va a generar fuentes de trabajo, siendo la economía positivamente beneficiada porque mediante la compra directa con estos proveedores locales o a nivel nacional por decirlo así la economía se mueve en un mismo círculo económico.

El proyecto beneficiará en primer plano a todos aquellos clientes actuales así como frecuentes del Restaurante “LaMaría” que visitan el establecimiento con la finalidad de compartir un momento en familia o amigos, sin la necesidad o consumir una cena completa o platos fuertes, sino algo más ligero que se pueda acompañar con

las opciones de cocteles que ofrece la barra del restaurante, dicha opción la cual no existe dentro de la carta del local, luego la ciudadanía en general que busca cada vez nuevas experiencias culinarias así como culturales.

En ese sentido, se prevén varias mejoras, iniciando con la ampliación de la carta con alimentos ligeros que pueden acompañar a bebidas que disfrutan los clientes; por otra parte, se mejora la imagen del Restaurante, debido a la innovación que se desea presentar con una propuesta novedosa, poco frecuente en el medio.

CAPÍTULO I: PROBLEMÁTICA

Las tapas, bocadillos, picadas, botanas, entre otros, aunque tienen una definición común además de que existen diferentes estilos, se entienden como diferentes formas de comida. Estos platillos han tenido un gran impacto en la gastronomía global, pero han sido adaptados a las interpretaciones culinarias de cada país. En otras palabras, cada nación tiene su propio nombre representativo para estos platillos (Granja, 2014).

“Tapeando” es un festival gastronómico el cual se llevó a cabo en la ciudades de Buenos Aires, La Plata, Rosario, Córdoba, Mendoza, principalmente, en el cual la propuesta fue vivir la experiencia del tapeo repartido en 80 restaurantes o bares de las ciudades antes mencionadas en un lapso corto de días, específicamente del 21 al 30 de abril. La finalidad de ofertar el festival del tapeo en estas ciudades de Argentina se basó en rendirle culto a la costumbre española, para que de esta manera se pueda potenciar a España como destino turístico, mediante su cultura de tapas (Fuchs, 2023).

Por otro lado en Cartajena, Colombia, conocida como la ciudad amarillada existe un lugar de tapas españolas, ubicado en los llamados “bobedas” su local denominado “La tapería” propietaria Cindy, el cual no existe un menú específico o establecido, sino que se maneja bajo una oferta nueva cada día con precios accesibles, enfocada a los turistas. En su oferta está la tortilla española, empanadilla, huevos rotos, papas bravas, tapas, sangría, entre otros (Ramírez, 2023).

Por su parte, la franquicia 100 montaditos abrió sus dos primeros locales en el Mall del Sol así como en el centro comercial Village Plaza, en Ecuador, donde no se ha podido manejar bajo el mismo concepto llamado Euromania propio de Europa, aplicado otros países, la promoción euromania se basa en los días miércoles así como los

domingos, en los que toda la carta cuesta 1 euro, incluida la jarra de sangría o jarra de cerveza. A diferencia de Ecuador, no se ha logrado ofertar esta accesibilidad de precios en sí, dado por los altos aranceles e impuestos que actualmente se manejan dentro del país, lo que dificulta a los emprendimientos como el anterior mencionado (Gourman, 2019).

Según Córdova Puente (2018), en su tesis titulada “Estudio de Factibilidad de un Mercado de Tapas Ecuatorianas”, detalla que:

Los turistas que ingresan a Ecuador aumentan con el pasar de los años y cada vez más la industria turística, esta crece y la oferta de ciertos servicios y productos es muy limitada, Los turistas buscan probar sabores ancestrales de todas las regiones del país. (p. 32)

En Ecuador, se ha observado un incremento en la cantidad de turistas que visitan el país en los últimos años. Sin embargo, la disponibilidad de ciertos servicios o productos gastronómicos sigue siendo escasa, ya que los turistas están interesados en probar sabores tradicionales, ancestrales, de todas las regiones del país. Aunque en el Ecuador existen varias alternativas gastronómicas, no existe en sí un sitio en específico que oferte conjuntamente platillos con productos ecuatorianos que involucren las tres regiones del Ecuador. Por la gran variedad, amplia gastronomía tradicional que existe en el país, así como por el tiempo limitado por parte de los turistas dentro de su visita, no alcanzan a degustar todos los platos que ofrece la cocina tradicional ecuatoriana (Córdova Puente, 2018).

Actualmente en Cuenca, el incremento de establecimientos gastronómicos es cada vez más fuerte, pero dentro de este círculo gastronómico no existe el mismo nivel de implementación dentro la carta un menú sobre tapas, ya que hace falta más investigación acerca del producto para poder explotar de manera positiva la aplicación de dicho menú dentro de los restaurantes. Dado a la buena acogida turística que vive la ciudad actualmente, sería totalmente viable la implementación de tapeo porque es

accesible, brinda un servicio más rápido para que el restaurante no se verá afectado y no incurrirá mayores esfuerzos.

En Cuenca, especialmente en los establecimientos de la calle Larga, se puede percatar mediante la visita a los mismos, que en su mayoría los bares o restaurantes de la zona no cuentan con un menú establecido para el tapeo. No obstante, dada la buena acogida de turistas que transitan por la zona, sería una buena opción la implementación de esta nueva oferta en las cartas de los establecimientos. Tan solo el Restaurante Inca Real ubicado en la Tarqui con intersección en Presidente Córdoba, es el único que cuenta con un menú de tapas clásicas españolas.

El Restaurante LaMaría posee un amplio menú desde bebidas, entradas, platos fuertes además de postres, pero gracias a la entrevista realizada a uno de los socios del establecimiento, el Chef Manolo Morocho, se pudo recalcar que existe la necesidad de implementar un menú de tapas dirigido a los clientes que visitan el restaurante solo con la necesidad de coctear pero sin ingerir una cena completa, sino algo más ligero con que acompañar sus bebidas.

CAPÍTULO II: MARCO REFERENCIAL

2.1. Marco Teórico

En el presente apartado, se detallan las bases bibliográficas, mismas que hacen referencia a la gastronomía de España, su historia, cultura, costumbres, técnicas de cocción, ingredientes de la cocina española, tapas, el tapeo, los productos ecuatorianos que se emplean en la propuesta y las técnicas de cocción aplicadas, mismas que se desarrollan a continuación.

2.1.1. Gastronomía Española

De acuerdo con Ruijter (2018) la gastronomía española es reconocida internacionalmente por su riqueza además de diversidad culinaria. Además, cuenta con una fusión de influencias regionales, así como tradiciones culinarias únicas, la cocina española ofrece una amplia variedad de platos. Del mismo modo, en España, cada región tiene su propia especialidad gastronómica, lo que resulta en una experiencia culinaria variada.

Asimismo, Guillén (2019) indica que uno de los platos más emblemáticos de la gastronomía española es la paella, originaria de la región de Valencia. Este delicioso arroz se combina con una variedad de ingredientes, tales como mariscos, pollo, conejo, verduras, principalmente, creando una explosión de sabores en cada bocado. De igual modo, otro plato icónico es la tortilla de patatas, una combinación de huevos con patatas que se cocina a fuego lento hasta obtener una textura tierna además de sabrosa.

De manera semejante, los pintxos son otra parte importante de la gastronomía española, especialmente en el País Vasco. Estos pequeños bocados de comida se sirven en rebanadas de pan que se pueden encontrar en numerosos bares o tabernas. Desde

deliciosos jamones, quesos hasta mariscos frescos con salsas, los pintxos ofrecen una experiencia gastronómica única (González Tejel, 2018).

En cuanto a Galicia, el pulpo a la gallega o polbo á feira es un plato tradicional que destaca. Dicho alimento se cocina en agua salada que se sirve cortado en rodajas con aceite de oliva, sal, pimentón. Presenta una consistencia tierna además de sabrosa, que se ha convertido en uno de los platos más populares de la gastronomía gallega (Monedero Pardo, 2016).

Además de estos platos regionales, la gastronomía española se caracteriza por su amplia selección de productos frescos de alta calidad. El aceite de oliva, los quesos, los embutidos, el tomate, así como los productos del mar son ingredientes fundamentales en la cocina española. Cabe destacar que, España es conocida por su tradición vinícola, con una amplia variedad de vinos que complementan perfectamente los platos locales (Arija Val et al., 2019).

En consecuencia, se puede decir que la gastronomía española es una celebración de la diversidad de la tradición culinaria. Desde la paella valenciana hasta los pintxos vascos, así como el pulpo a la gallega, cada plato representa una parte de la rica historia cultural culinaria de España. Por lo que explorar la gastronomía española es adentrarse en un mundo de sabores además de experiencias únicas que deleitan tanto a locales como a visitantes.

2.1.1.1. Historia de la gastronomía española

Inicialmente, se puede decir que la historia de la gastronomía española es rica, así como diversa, con una evolución que abarca varios siglos, con una influencia de diferentes culturas y regiones. La cocina española nace de lo popular, que se enriquece con los diversos medios regionales de cocinar. Aunque se conocen pocos detalles sobre la cocina española antes del siglo X, las referencias documentales mencionan

ingredientes o nombres de platos, pero no se sabe mucho acerca de su proceso culinario (Aguirregoitia-Martínez & Fernández-Poyatos, 2019).

Sin embargo, a lo largo de la Edad Media, la gastronomía española experimentó diversas fases, tuvo influencias árabes, judías sefarditas además de europeas, así como la incorporación progresiva de ingredientes culinarios del Nuevo Mundo. Estos factores contribuyeron a la creación de una personalidad culinaria que influyó en la cocina francesa en el siglo XVII (Berasaluce Linares, 2021).

No obstante, la cocina española posee un fuerte arraigo en lo popular que ha sido transmitida a lo largo de los años. A finales del siglo XIX, se comenzó tanto a escribir como a recopilar información sobre la gastronomía española, lo que se conoce como la generación gastronómica del 27. Esta generación consideraba la cocina española como una mezcla de las costumbres culinarias de los pueblos que habitaron el territorio a lo largo de la historia. Por lo que se puede decir que la cocina clásica española tiene raíces religiosas profundas que han evolucionado hasta adquirir una identidad propia dentro de su diversidad (Lyu, 2019).

En efecto, a partir del siglo XX, la cocina española se ha dado a conocer internacionalmente gracias a algunos de sus platos regionales más característicos. En ese sentido, en las últimas décadas, ha surgido la nueva cocina española, marcada por un fuerte espíritu creativo además de la experimentación culinaria. Esto ha llevado a la aparición de renombrados chefs, así como restaurantes en España, que han contribuido a consolidar la reputación, aumentando el reconocimiento de la gastronomía española a nivel mundial (Aguirregoitia Martínez & Fernández Poyatos, 2019).

2.1.1.2. Cultura y gastronomía española

La relación entre la cultura con la gastronomía española es profunda ya se manifiesta en la diversidad de platos, ingredientes, así como las técnicas culinarias que

forman parte de la tradición culinaria del país. Por lo mismo, la gastronomía española es el resultado de una fusión de influencias históricas, paisajes, climas variados, así como de la mezcla de culturas que han dejado su huella en el territorio español a lo largo de los siglos (Cantón Rodríguez & López Santiago, 2021).

De modo similar, la cocina española ha sido influenciada por los pueblos que han conquistado o colonizado España, lo que ha dado lugar a una gran variedad de técnicas culinarias e ingredientes. Gracias a esta diversidad, se puede apreciar en platos emblemáticos como la paella, el jamón ibérico, la tortilla de patatas, los pintxos, la fabada, entre otros. Idénticamente, los ingredientes tradicionales como el aceite de oliva, los quesos, el arroz, los productos del mar, los embutidos, así como el pimentón también desempeñan un papel fundamental en la gastronomía española (Nogal Arias, 2019).

En efecto, la cocina española ha evolucionado a lo largo del tiempo, ya que se ha consolidado como una identidad nacional. A partir del siglo XX, se produjo un resurgimiento culinario con la aparición de escritores especializados en gastronomía, conocidos como la "generación gastronómica del 27". Estos escritores ensalzaron los platos tradicionales, investigaron su historia, origen, con lo cual sentaron las bases de la nueva cocina española (Quinchoa, 2022).

Al mismo tiempo, la gastronomía española no se limita a una sola cocina, sino que abarca una amplia diversidad de cocinas regionales. Al respecto, coexisten la cocina clásica con la popular, arraigada en la tradición, la cocina actual, que incorpora técnicas innovadoras, es reconocida a nivel internacional. En igual forma, la gastronomía española se destaca por su apego a las raíces religiosas en la cocina clásica (Almodóvar, 2022).

Sin duda, la cultura española se refleja en la forma en que los españoles disfrutan de la gastronomía. Con respecto a la popular costumbre del tapeo, que consiste en disfrutar de pequeñas porciones de comida en bares mientras se socializa, es una de las señas de identidad más destacadas de la gastronomía española. Es decir, la cocina española no se trata solo de alimentarse, sino que también se considera una experiencia sensorial que involucra los cinco sentidos (Torres Martínez, 2021).

2.1.1.3. Principales técnicas de cocción de la cocina española

Las principales técnicas de cocción de la cocina española incluyen varios métodos con tipos de cocción que se utilizan para preparar una amplia variedad de platos. A continuación, se detallan algunas de las técnicas más empleadas:

2.1.1.3.1. Cocción al vapor

Esta técnica utiliza el vapor del agua para cocinar los alimentos de manera lenta además de uniforme. Por lo tanto, cocinar al vapor es considerado una opción saludable, ya que permite que los alimentos retengan sus nutrientes con sus respectivas texturas. Evidentemente, no se requiere el uso de aceite, lo que hace que los platos sean más ligeros. En consecuencia, es importante no cocinar por encima de los 100 °C, para evitar una pérdida excesiva de nutrientes (Cruz Vázquez, 2021).

Figura 1 Cocción al vapor



Fuente: Cruz Vázquez, 2021.

2.1.1.3.2. Cocción en medio graso

Esta técnica implica cocinar los alimentos sumergiéndolos en un medio graso, como aceite o manteca. Por lo que las técnicas de freír o saltear son ejemplos comunes de cocción en medio graso. Esta técnica añade sabor además de textura a los alimentos, aunque puede ser más calórica que otras técnicas (Bahls et al., 2019).

Figura 2 Cocción en medio graso



Fuente: Bahls et al., 2019.

2.1.1.3.3. Cocción por humedad

Esta técnica utiliza un medio líquido, acuoso o calor húmedo para cocinar los alimentos. Ejemplos de cocción por humedad son hervir, escalfar, estofar; no obstante, estas técnicas permiten una cocción suave además de lenta, lo que ayuda a realzar los sabores, ablandando los ingredientes más duros (Naranjo-Ramírez & Arias-Giraldo, 2020).

Figura 3 Cocción por humedad



Fuente: Naranjo-Ramírez & Arias-Giraldo, 2020.

2.1.1.3.4. Cocción mixta o combinada

La técnica de cocción mixta combina diferentes métodos de cocción para obtener resultados específicos. A saber, se puede utilizar una combinación de cocción al vapor para luego asar a la parrilla para lograr un sabor ahumado. Es decir, la cocción mixta ofrece versatilidad en la preparación de platos, lo que permite crear combinaciones únicas de sabores, así como texturas (Vásquez Córdova & Lulichac Briones, 2020).

2.1.1.4. Principales ingredientes de la cocina española

De acuerdo con las consideraciones descritas por Delgado González (2023), la cocina española es diversa, ya ofrece una gran variedad de elaboraciones culinarias. Algunas de ellas, las más famosas son la paella, el gazpacho, la tortilla española, el jamón serrano, las tapas, el cocido, etc. De modo que, la paella es un plato originario de Valencia, que combina arroz con mariscos, pollo o conejo, verduras, principalmente. Por el contrario, el gazpacho es una sopa fría que se prepara con tomates, pepinos, pimiento, aceite de oliva con ajo. En cuanto a la tortilla española, es una tortilla de patatas, cebolla, huevo, que puede ser servida fría o caliente. Por su parte, el jamón serrano es un jamón curado de consistencia seca que se sirve frecuentemente como aperitivo. Finalmente, las tapas son pequeños platos de comida que se sirven en bares que pueden ser de diversas variedades. Cabe indicar que el cocido es un guiso hecho con garbanzos, tocino, chorizo, patatas, así como verduras, que se sirve caliente en invierno.

Uno de los ingredientes más sobresalientes es el aceite de oliva, ya que se utiliza en muchos platillos de la gastronomía española, como la tortilla española, el salmorejo o la cazuela de calabacín. Otro ingrediente común en la cocina española es el ajo, el cual

se utiliza en salsas o adobos, además de dar sabor a muchos platos, como la sopa de ajo o el famoso alioli (Córdova Puente, 2014).

Cabe mencionar que en la cocina española también se utiliza una gran variedad de pescados o mariscos, como el bacalao, la merluza, los berberechos, las gambas (camarones), langostinos, ya que estos ingredientes son muy populares en platos como la paella de mariscos conjuntamente con el arroz con bogavante (Lizarralde Burbano, 2013).

De esta forma, la carne de cerdo es otro ingrediente muy utilizado en la cocina española, especialmente en la región de Extremadura. De ella, el jamón ibérico es popular, tanto que se considera un tesoro de la gastronomía española. Otras carnes destacadas son el cordero, el pollo, el conejo, que se utilizan en platos tradicionales como el guiso de arroz con conejo y caracoles, el guiso de cordero al ajillo, así como la pechuga de pollo rellena de queso con jamón serrano (Villegas Becerril, 2014).

Por consiguiente, dentro de la cocina española también se encuentra el tomate, que se utiliza en la elaboración del gazpacho el sofrito, también el pimiento, que se utiliza en platos como la tortilla de pimiento con cebolla (Delgado González, 2023).

2.1.1.5. Tapas

De acuerdo con Ramos Álvarez y Pascual Migueláñez (2008), el origen etimológico de la palabra "tapa" se relaciona con la antigua costumbre de tapar las copas o vasos de vino en las tabernas con un trozo de pan o una rebanada de jamón para evitar la entrada de insectos o la acumulación de polvo. A lo largo de la historia, las tapas también se han conocido con otros nombres en diferentes regiones de España, como "poteo" en el País Vasco o "alifara" en Aragón o Navarra.

Por su parte Martínez Cabezudo (2016), señala que las tapas españolas representan una parte esencial de la gastronomía, así como de la cultura de España. Son

pequeñas porciones de alimentos que se sirven junto a una bebida, las mismas que han adquirido una gran importancia, debido a que se han convertido en un símbolo de la cocina española desde hace mucho tiempo. En el mismo contexto, el tapeo, el acto de ir de tapas o ir de pinchos, es una manifestación cultural, alimentaria, así como social que varía en cada región del país. El tapeo se ha convertido en un atractivo turístico que muchos empresarios, así como cocineros intentan llevar el concepto de tapa a otros países.

Cabe señalar que existe gran variedad de tapas, así como de pinchos icónicos que se pueden encontrar en toda España. Al respecto, una de las formas más populares de tapeo es a base de productos, como selecciones de chacinas o embutidos, quesos, encurtidos, conservas, etc. Como se sabe, entre las tapas más destacadas se encuentran el jamón ibérico o serrano, una variedad de embutidos ibéricos, así como locales, quesos como el Manchego o el Idiazábal, las aceitunas encurtidas, entre otros (Folgado-Fernández et al., 2011).

Al respecto se considera que otras tapas clásicas incluyen la tortilla española, que se sirve como "pincho de tortilla" que se prepara con huevo, patatas, aceite de oliva; las patatas bravas, que son patatas fritas cubiertas de una sabrosa salsa, ya sea brava (picante) o alioli (con aceite de oliva y ajo). Así, el montado de jamón ibérico también es muy popular, donde el jamón se sirve con pan o picos, así como colines. Otras opciones incluyen las croquetas, los mejillones al vapor, el pan tumaca (pan con tomate y aceite de oliva), los pintxos de chorizo, morcillas con chorizos, etc. (Rahn Brandt & Valera Fernández, 2020).

2.1.1.5.1. Historia de las tapas

Según la Escuela de Gastronomía Scoolinary (2021), la creación de las tapas se remonta al siglo XIII, cuando los monarcas españoles Alfonso X, así como Fernando III

ordenaron que se sirviera vino acompañado de una pequeña porción de comida para evitar que el alcohol afectara las razones de sus soldados. En tal caso, la tradición se mantuvo con el tiempo, lo cual se volvió popular entre la población, especialmente en el sur del país.

De hecho, la costumbre de servir tapas se popularizó durante el siglo XIX y el siglo XX, pero con el tiempo se volvió una parte esencial de la cultura gastronómica española. Actualmente, existen muchos bares, así como restaurantes especializados en tapas en toda España (Mireia, 2016).

En la actualidad, existen diferentes tipos de tapas en la gastronomía española. Algunas de las más populares incluyen la tortilla española, la croqueta, el jamón serrano, la aceituna, el queso manchego o el pulpo a la gallega. A menudo, las tapas se sirven en una gran variedad de comida en pequeñas porciones, ya pueden ser tanto frías como calientes (Gutiérrez Gutiérrez & Rodríguez Vela, 2018).

2.1.1.5.2. Tipos de tapas

Para Fuchs (2023), las tapas son una parte muy importante de la cultura gastronómica española, ya que se caracterizan por ser preparaciones pequeñas o sencillas de comida. A continuación, se detallan los principales tipos de tapas que se encuentran en España.

Inicialmente, una de las tapas más populares en el país ibérico es la tortilla española, la cual consiste en una preparación de huevo con patatas que se cocina a fuego lento hasta que se forma una tortilla esponjosa. Cabe indicar que la tortilla es uno de los platos más representativos de la gastronomía española, que es considerada por muchos como una tapa imprescindible (Turismo de España, 2020).

Otra tapa muy popular en España es el jamón serrano, el cual se suele presentar sobre una rebanada de pan, acompañada de queso manchego. Por tal motivo, el jamón

es un producto muy valorado en la gastronomía española, ya que es considerado como uno de los mejores jamones del mundo (Jamal, 2022).

A su vez, Fernández (2016) señala que el queso manchego es otro de los ingredientes más recurrentes en la cocina española, se caracteriza por su textura firme además de su sabor intenso, por lo que este, se suele presentar en pequeñas porciones como acompañamiento de otras tapas, o como plato principal en combinación con frutas o mermeladas.

Adicionalmente, la aceituna es otra tapa muy popular en España, se sirve en una gran variedad de preparaciones. En ese sentido, las aceitunas se suelen presentar rellenas de anchoas, atún, queso o pimiento, entre otros ingredientes, o simplemente se sirven solas como aperitivo (Montufar, 2022).

No obstante, una de las tapas con mayor tradición española, son las famosas patatas bravas, las cuales se elaboran cortándolas en cubos para posteriormente aplicar fritura profunda. Una vez cocida, se le agrega una salsa brava o picante, misma que está elaborada con ajo, pimentón y tomate, principalmente. La elaboración suele presentarse en una cazuela de barro (Gómez Hernández, 2022).

Por último, cabe destacar la paella, un plato originario de Valencia que se ha convertido en una tapa muy popular en toda España. Este plato, es un arroz con diferentes ingredientes, como mariscos, carnes o verduras, que se cocina en una paellera que se sirve en pequeñas porciones (Manchego, 2019).

2.1.1.5.3. El tapeo

El tapeo es una tradición muy arraigada en la cultura española, que consiste en salir de bares para probar diferentes tipos de tapas acompañadas de bebidas alcohólicas. Además, el tapeo es considerado como una práctica muy popular en toda España, pero especialmente en el sur del país, donde se dice que nació. De igual modo, Andalucía es

una de las comunidades autónomas donde el tapeo tiene mayor relevancia; en ciudades como Sevilla o Granada es muy común encontrarse con bares, así como restaurantes especializados en tapas (Fernández Martínez, 2019).

Se puede agregar que, el tapeo es una actividad social muy importante en España, ya es una forma de reunirse con amigos o conocidos para disfrutar de una experiencia gastronómica distendida. Consecuentemente, suele ser más económico que sentarse a comer un plato completo en un restaurante (Fernández, 2018).

Otra particularidad del tapeo, es que es una forma de descubrir la gastronomía local. Cada región de España cuenta con especialidades culinarias únicas, ya que el tapeo es una forma de probar una gran variedad de platillos, lo que lleva a conocer las preferencias de cada zona (López Acosta, 2017).

Finalmente, cabe mencionar que el tapeo es un fenómeno que se ha popularizado en todo el mundo, con bares o restaurantes españoles que ofrecen tapas con bebidas alcohólicas en ciudades de todo el mundo. Se debe de considerar que, la práctica del tapeo ha inspirado a chefs o cocineros a nivel mundial a crear nuevas versiones, adaptaciones de las tapas españolas (Aymerich, 2019).

2.1.2. Principales productos ecuatorianos previstos para la propuesta

La gastronomía ecuatoriana es sumamente variada, además está influenciada por la geografía conjuntamente con la diversidad cultural del país. En Ecuador, existen varios ingredientes que son considerados como emblemáticos de la cocina local, los cuales son utilizados en una gran variedad de platillos (Maldonado Cevallos, 2017). A continuación, se presentan los productos que se van a emplear en la presente propuesta:

2.1.2.1. Neapia

De acuerdo con Noboa Quespas (2017), la neapia, también conocida como yuca dulce o mandioca, es una planta nativa de América del Sur que se ha cultivado durante varios miles de años por su raíz comestible.

En cuanto a su componente botánico, se puede decir que es un arbusto que puede llegar a medir hasta 5 m de altura, cuenta con hojas grandes, con 5 a 7 lóbulos, pueden ser verdes o púrpuras según la variedad. De la misma forma, la raíz de la planta es gruesa además de fibrosa, puede tener una longitud de hasta 2 m (Tapia Burbano, 2020).

En términos culinarios, la neapia se utiliza para hacer diversos productos alimenticios como el almidón, la harina, panes, pasteles hasta bebidas fermentadas. A menudo, se considera un sustituto de la papa por sus propiedades nutritivas, así como su versatilidad culinaria (Chirif, 2021).

Por otra parte, es importante destacar que la neapia es una fuente rica en carbohidratos con diversos nutrientes como la vitamina C, el hierro o el calcio. Al mismo tiempo, se cree que puede tener propiedades medicinales, como ser un remedio natural para la diarrea o incluso el estreñimiento (Medina, 2022).

Figura 4 Neapia



Fuente: Medina, 2022.

2.1.2.2. Palmito

El palmito es un tipo de alimento que se obtiene a partir del cogollo central de ciertas especies de palmas que a menudo es considerado como un manjar debido a su sabor único además de textura crujiente (Reynolds Mejía, 2013).

En torno a la planta, el palmito se obtiene de la parte interna de las palmeras más jóvenes, está formado por capas de hojas no desarrolladas que se encuentran en el centro de la corona de la palma. Por lo que, para la obtención de su fruto, se corta la palma joven, quitando las hojas exteriores para exponer el cogollo central (Cabrera Mamani, 2022).

En ese sentido, se puede decir que el palmito es muy versátil en la cocina, ya que se puede consumir crudo, en ensaladas, salsas o como ingrediente para preparar sopas o guisos. También se puede cocinar como un platillo independiente ya que es un ingrediente popular en la elaboración de platillos vegetarianos (González, 2023).

Es importante señalar que, el palmito tiene un gran valor nutricional, ya que es bajo en calorías, así como en grasas. De manera semejante, es una buena fuente de vitamina C, así como de potasio; se cree que tiene propiedades diuréticas además de purificadoras. Sin embargo, es importante asegurarse de comprar palmito de fuentes confiables, ya que algunas especies de palmeras están en peligro, por lo que no se deben cosechar (González, 2019).

Figura 5 Palmito



Fuente: González, 2019.

2.1.2.3. Mapa Huira

En el ámbito culinario ecuatoriano, la mapahuirra se refiere a un componente de la gastronomía serrana, ya que es el residuo grasiento de color oscuro que queda después de preparar la fritada, que es una fritura de carne de cerdo en su propia grasa. Adicionalmente, este compuesto está conformado por grasa de cerdo con restos quemados de ajos, cebollas, pimienta, comino, entre otros aliños que se utilizaron para sazonar la carne de cerdo (Salazar Cadena, 2020).

En este contexto, la mapahuirra se utiliza para preparar platos como el "mote sucio". De hecho, el mote es un tipo de maíz blanco, que al mezclarse con la mapahuirra adquiere un color oscuro, lo que le da su nombre. Otro plato que se puede preparar con la combinación de mote con huevos es el "mote pillo" (Saraguro Maño & Toapanta Lucero, 2020).

Por otra parte, la mapahuirra es un componente culinario que se utiliza en Ecuador, especialmente en la zona del Austro, como en la ciudad de Cuenca. Cabe indicar que la palabra "mapahuirra" proviene del quichua que significa "manteca sucia", la cual se refiere a la grasa animal con los restos de carne condimentados (como ajos, cebollas, pimienta, comino) que quedan después de preparar un guiso o fritada,

generalmente utilizando carne de cerdo. En efecto, es un subproducto de la preparación de la manteca de chancho, que es ampliamente utilizada en la cocina serrana tradicional de Ecuador (Herrera Morales, 2019).

Dentro de este marco, la mapahuiria tiene un aspecto oscuro, grasiento que se utiliza como ingrediente para dar sabor además de color a diversos platos. En tal sentido, uno de los platos más conocidos que utiliza mapahuiria es el "mote sucio". El mote es un tipo de maíz blanco que se cocina junto con la mapahuiria, adquiriendo así un aspecto negruzco con un sabor particular. En consecuencia, el mote sucio es una preparación tradicional que combina el mote con la mapahuiria, creando un plato rico en sabores, así como en texturas (Marín, 2020).

Por otra parte, en la gastronomía de Cuenca, así como en sus alrededores, se destaca el uso frecuente del mote, por lo que la combinación con mapahuiria es una opción popular, ya que la mapahuiria se obtiene al preparar la fritada, que es una fritura de carne de cerdo en su propia grasa. Después de este proceso, los residuos grasientos oscuros, junto con los restos de condimentos, se convierten en la mapahuiria, que se utiliza para enriquecer los platos tradicionales (Medina, 2022).

Es importante tener en cuenta que la mapahuiria contiene ingredientes de origen animal que se utiliza principalmente en preparaciones tradicionales que incluyen carne de cerdo. Sin embargo, también se pueden encontrar opciones veganas o vegetarianas que buscan replicar el sabor además de la textura de la mapahuiria utilizando ingredientes vegetales. Estas versiones adaptadas pueden ser una alternativa para aquellos que siguen una dieta vegana o vegetariana, pero desean experimentar los sabores tradicionales de la cocina ecuatoriana (Montalvo De La Torre, 2023).

Figura 6 Mapa huiria empleada para elaborar mote sucio



Fuente: Montalvo De La Torre, 2023.

2.1.2.4. Mote

El mote es un alimento que se origina en América del Sur, el cual es muy popular en los países andinos, como Ecuador, Perú o Bolivia. Se obtiene a partir de granos de maíz seco que han sido tanto remojados como pelados, además se utiliza en diversos platos de la cocina andina (Carchi Ramón & Espinoza Rendon, 2022).

Ahora bien, para preparar el mote, se comienza remojando el maíz seco en agua durante varios días hasta que esté suave, luego se lleva a cabo el pelado, que implica quitar la piel externa del grano para darle una textura más suave. Posteriormente, una vez preparado, se puede utilizar en platillos como la sopa de mote, las humitas, tamales, entre otros (Robalino-Vallejo et al., 2019).

Asimismo, el mote es rico en nutrientes, lo que puede ser una excelente adición a una dieta saludable. Este alimento está lleno de carbohidratos complejos, fibra, así como de proteína, lo que lo convierte en una fuente de energía duradera además de ayudar a mantenerte lleno durante más tiempo. También contiene vitamina B, hierro, lo que lo convierte en una buena opción de alimento para vegetarianos o incluso veganos (Padilla Palacios et al., 2022).

En tal sentido, es importante tener en cuenta que el mote debe cocinarse bien antes de consumirse, ya que contiene lectinas, una sustancia tóxica que puede causar malestar estomacal si se consume cruda. Una vez cocido, el mote se puede almacenar durante varios días en el refrigerador, lo que lo convierte en un ingrediente ideal para una alimentación planificada (Quishpi Pilataxi, 2022).

Figura 7 Mote



Fuente: Quishpi Pilataxi, 2022.

2.1.2.5. Plátano maduro

El plátano maduro es una variedad de plátano que se consume cuando el fruto está en un estado avanzado de madurez. A diferencia del plátano verde, el plátano maduro tiene un sabor dulce con una textura suave además de suelta (Macías Villegas, 2020).

Igualmente, el plátano maduro es una excelente fuente de carbohidratos, así como de nutrientes, rico en fibra, vitaminas, minerales, lo que lo convierte en un ingrediente ideal para una dieta equilibrada. Nutricionalmente, el plátano maduro es bajo en grasas tanto como de calorías, por lo que es una buena opción para las personas que buscan cuidar su salud o controlar su peso (Ramírez Gonzales, 2019).

Cabe considerar que, en la cocina, el plátano maduro se utiliza de diversas maneras. En algunos países, como Colombia, se fríen como acompañamiento de diversos platos. También se utilizan en postres, como el flan de plátano maduro, o en

platos principales, como estofados o guisos (Zapata Guerrero & Barrionuevo Salas, 2020).

Es importante destacar que el plátano maduro es una excelente fuente de energía para los deportistas o personas activas. De hecho, en combinación con otros alimentos con sus respectivos nutrientes, el plátano maduro puede ayudar a mejorar el rendimiento físico además de la recuperación muscular después del ejercicio (Menéndez Ventura et al., 2021).

Figura 8 Plátano maduro



Fuente: Menéndez Ventura et al., 2021.

2.1.3. Principales técnicas de cocción previstas para la propuesta

Existen diversas técnicas de cocción que se utilizan en la cocina para preparar alimentos de manera efectiva, para alcanzar resultados específicos en términos de sabor, textura, apariencia, seguridad. En general, estas técnicas implican la aplicación de distintos tipos de calor, las cuales pueden ser clasificadas en diferentes categorías según su intensidad o método. A continuación, se presentan las principales técnicas que se van a emplear en el presente estudio:

2.1.3.1. Fritura profunda

La fritura profunda es una técnica de cocción que implica sumergir alimentos en aceite caliente para obtener una textura crujiente en el exterior con una textura suave en

el interior. En general, esta técnica se utiliza para preparar alimentos como papas fritas, pollo frito, camarones, churros, entre otros (Valverde et al., 2022).

Para llevar a cabo la fritura profunda, se utiliza aceite vegetal o aceite de cocina que se calienta a una temperatura entre 160 °C hasta los 190 °C. Luego, se sumerge el alimento en el aceite para cocinar hasta que esté dorado además de crujiente por fuera. Es importante no sobrecargar el aceite con demasiado alimento para evitar que la temperatura del aceite baje demasiado, con lo cual el alimento se vuelva aceitoso o empalagoso (Gil Martínez, 2010).

Aunque la fritura profunda puede proporcionar excelentes sabores además de texturas, tiene algunas desventajas para la salud, ya que los alimentos fritos en exceso pueden contener altos niveles de grasas trans, así como calorías, lo que puede aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes, entre otros. Además, la exposición frecuente al aceite caliente puede ser peligrosa, con lo que se puede provocar quemaduras (Crespo Fernández & González González, 2016).

Figura 9 Fritura profunda



Fuente: Crespo Fernández & González González, 2016.

2.1.3.2. Deshidratación

La deshidratación es una técnica de conservación de alimentos que consiste en retirar la mayor cantidad de agua posible de un alimento para prolongar su vida útil. En

relación con este tema, esta técnica se utiliza para alimentos como frutas, verduras, carnes, pescados, entre otros, no obstante, se utiliza comúnmente en la producción de alimentos deshidratados como la fruta seca, las hierbas secas o los alimentos enlatados (Hermann Grüner & Gil Martínez, 2008).

Para llevar a cabo la deshidratación, se utiliza una combinación de calor con circulación de aire. En otras palabras, el alimento se corta en rodajas finas o en trozos pequeños para facilitar la eliminación del agua. Luego, se coloca en un deshidratador o en un horno para someterlo a temperaturas bajas pero constantes durante varias horas o incluso días hasta que el agua se evapora por completo (Armendáriz Sanz, 2006).

Sin duda, la deshidratación tiene varias ventajas en términos de conservación de alimentos, ya que, al retirar la mayor cantidad de agua posible, se reduce la actividad microbiana, para evitar la proliferación de bacterias u hongos que pueden provocar la descomposición. Por otra parte, los alimentos deshidratados son fáciles de almacenar, transportar o utilizar en recetas, así como en preparaciones (Duarte-Casar et al., 2018).

Figura 10 Deshidratación



Fuente: Duarte-Casar et al., 2018.

2.1.3.3. Encurtidos

Los encurtidos son alimentos que se preservan sumergiéndolos en un líquido ácido, como vinagre o jugo de limón. Típicamente, los encurtidos se preparan a partir de

vegetales como pepinos, cebollas, pimientos, zanahorias, entre otros. A menudo se les añaden hierbas o especias para darles sabor (Toralva Garay, 2018).

Evidentemente, para preparar los encurtidos, el alimento se lava, se corta en rodajas finas o en trozos pequeños, para posteriormente colocarlos en un envase resistente al ácido. Luego, se calienta el líquido de marinada (vinagre, agua, sal, azúcar) para que se vierta sobre los vegetales. Por último, el envase se sella, se deja reposar en el refrigerador durante varias horas o días para que los sabores se intensifiquen (Islam, 2013).

En esta perspectiva, los encurtidos tienen varias ventajas como alimento. Además de tener un sabor picante además de ácido, también son bajos en calorías, grasas, pero ricos en fibra dietética, vitaminas, así como en minerales. Estos alimentos son una excelente manera de agregar sabor sin perder la nutrición a ensaladas, sándwiches, entre otros platos (Maillet, 2013).

Figura 11 Encurtidos



Fuente: Maillet, 2013.

2.1.3.4. Blanquear

La técnica de cocción de blanquear es un método utilizado en la cocina para cocinar alimentos de manera parcial o preventiva antes de que sean cocidos en otras preparaciones. Por lo general, se utiliza para removerle a los alimentos su piel o suciedad, para ablandar alimentos duros antes de cocinarlos, ya que esta técnica también

se utiliza para los alimentos que se vuelven más atractivos visual como texturalmente cuando son blanqueados, como las verduras crucíferas como el brócoli o la coliflor (Soto García, 2020).

Para blanquear alimentos, primero se debe calentar agua en una olla grande o sartén hasta que hierva, luego se agrega sal para que los alimentos se sumerjan en el agua hirviendo por un breve período, generalmente unos pocos minutos. Luego de sumergirlos, se retiran rápidamente, se sumergen en un recipiente de agua fría para detener la cocción además de mantener su color (Gutiérrez Quecano & Maldonado Ladino, 2019).

Cabe indicar que las ventajas de la técnica de blanquear son numerosas. En primer lugar, ayuda a preservar los nutrientes en los alimentos, así como a mantener los colores brillantes. Por consiguiente, los alimentos blanqueados no solo son atractivos a la vista, sino que también son más fáciles de cortar para después cocinar, puesto que esta técnica también reduce el tiempo necesario para cocinar ciertos alimentos (Guerrero Luján, 2019).

Figura 12 Técnica de blanqueado



Fuente: Guerrero Luján, 2019.

2.1.3.5. Decantar

La decantación es una técnica utilizada para separar sólidos de líquidos, pero también viceversa, mediante la sedimentación de las partículas más pesadas. Esta

técnica es muy utilizada en diferentes procesos, tales como la purificación de líquidos, la eliminación de impurezas, así como en la elaboración de bebidas alcohólicas o aceites esenciales (Blasco et al., 2022).

En su forma más común, se realiza colocando un líquido contaminado en un recipiente, dejándolo en reposo hasta que las partículas más pesadas se asientan al fondo. Luego, se retira cuidadosamente el líquido limpio de la parte superior con el fin de eliminar las impurezas. En ese sentido, para separar sólidos de líquidos, se deja reposar la mezcla de manera similar en tanto que se elimina el líquido superior (Lopera, 2020).

Cabe indicar que la decantación es una técnica sencilla, pero eficaz además de económica; es muy utilizada en los procesos de purificación o separación de sustancias. Por supuesto, la decantación también se utiliza en el proceso de elaboración de vinos, cervezas, aceites esenciales, donde se separa el líquido de la pulpa, entre otras impurezas (Buele, 2015).

Figura 13 Decantación



Fuente: Buele, 2015.

2.1.3.6. Embutidos

Los embutidos son alimentos procesados a partir de carne picada, que se mezclan con especias, sal, entre otros aditivos para crear una variedad de productos, como jamón, salchichas, chorizos, mortadela, entre otros. Cabe indicar que los

embutidos son una parte común de la dieta en varias culturas que se han consumido desde hace siglos (Frómata Cardentey, 2022).

Así, la preparación de embutidos implica la molienda de la carne en una pasta fina para su mezcla con sal, especias, entre otros ingredientes. En efecto, la carne se introduce en un envoltorio, como una tripa o un envase sintético, que se utiliza para dar forma al producto final. Luego, los embutidos se pueden cocinar, curar o ahumar para mejorar su sabor además de su textura (Gorostiague & López Bastián, 2019).

Si bien algunos embutidos pueden contener altos niveles de grasa además de sodio, muchos también son una excelente fuente de proteínas entre otros nutrientes como hierro, zinc o vitamina B12, principalmente. Como todos los alimentos procesados, es importante elegir productos de alta calidad para comerlos con moderación. Por lo tanto, los embutidos frescos pueden ser una opción más saludable que los embutidos procesados o ahumados (Rodríguez et al., 2010).

Figura 14 Embutidos



Fuente: Rodríguez et al., 2010.

2.2. Marco Contextual

Este proyecto se estará llevando a cabo en el restaurante “LaMaría” cocina libre, promueve la buena mesa, así como la despensa diversa, utilizando los productos más frescos directamente de productores campesinos, que en alianza con casa Yangoe los abastecen diariamente. Además, buscan reducir el impacto en la naturaleza, evitando el

En sala y barra, para servicio y bebidas existen 4 personas: Verónica Herrera, Mary Urgirles, Kathy, Sofia Artieda.

2.3. Marco Conceptual

- **Blanquear:** Cocinar alimentos de manera parcial o preventiva.
- **Cocción al vapor:** Utiliza el vapor del agua para cocinar los alimentos.
- **Cocción en medio graso:** Cocinar los alimentos sumergiéndolos en un medio graso.
- **Cocción mixta o combinada:** Combina diferentes métodos de cocción para obtener resultados específicos.
- **Cocción por humedad:** Utiliza un medio líquido, acuoso o calor húmedo para cocinar los alimentos.
- **Cultura y gastronomía española:** Se manifiesta por la diversidad de platos.
- **Decantar:** Separar sólidos de líquidos.
- **Deshidratación:** Retirar la mayor cantidad de agua posible de un alimento para prolongar su vida útil.
- **El tapeo:** Tradición muy arraigada en la cultura española.
- **Embutidos:** Alimentos procesados a partir de carne picada.
- **Encurtidos:** Sumergir alimentos en un medio ácido.
- **Fritura profunda:** Sumergir alimentos en aceite caliente para obtener una textura crujiente en el exterior y una textura suave en el interior.
- **Gastronomía Española:** Caracterizada por su amplia selección de productos frescos y de alta calidad.
- **Historia de la Gastronomía Española:** Es rica y diversa, con la evolución de los siglos e influencia de diferentes culturas y regiones.
- **Historia de las tapas:** La costumbre de servir tapas se popularizó durante el siglo XIX.
- **Mapahuira:** Es el residuo grasiento y oscuro que queda después de preparar la fritada.
- **Mote:** Se obtiene a partir de granos de maíz secos.
- **Neapia:** Fermento de yuca.
- **Palmito:** alimento que se obtiene a partir del cogollo central de algunas palmas.

- **Plátano maduro:** Variedad del plátano que se consume cuando el fruto está en un avanzado estado de madurez.
- **Tapas:** Pequeñas porciones de alimentos que se sirven junto a una bebida.
- **Tipos de tapas:** Paellas, tortilla española, jamón serrano, queso manchego, aceituna.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA DE INVESTIGACIÓN

En este capítulo, se exponen los distintos enfoques, así como procedimientos de investigación empleados para llevar a cabo el análisis bibliográfico que posibilitó la identificación de conceptos fundamentales, además de la revisión de trabajos previos relacionados con los temas de estudio. Asimismo, se detalla la elección de las herramientas adecuadas, como encuestas o entrevistas, para obtener información primaria.

3.1. Tipo de Estudio

Para el presente estudio, se decidió aplicar el tipo de estudio longitudinal, debido a que Dagnino (2014) señala una importante definición referente a este tipo de estudio, afirmando que:

También se usa la denominación de cohortes para este tipo de estudios, son aquellos que investigan un proceso a lo largo del tiempo, en relación o no a una intervención. Los observados pueden ser individuos, partes de individuos o preparaciones experimentales, organizaciones o incluso poblaciones. (p. 106)

Los estudios longitudinales, también conocidos como estudios de cohortes, se refieren a aquellos que se centran en analizar un proceso a lo largo del tiempo, ya sea vinculado o no a una intervención específica. Los objetos de observación pueden ser individuos, partes de individuos, preparaciones experimentales, organizaciones e incluso poblaciones completas.

Asimismo, se ha optado por emplear el tipo de estudio descriptivo, ya que de acuerdo con la Universidad Nacional de Colombia (2015) en su investigación sobre el tipo de estudio descriptivo, aporta valiosas definiciones alegando que:

Este estudio se dirige fundamentalmente a la descripción de fenómenos sociales o educativos en una circunstancia temporal y espacial, en un estudio descriptivo se selecciona una serie de cuestiones y se mide cada una de ellas independientemente, de forma tal de describir lo que se investiga. Este tipo de estudio puede ofrecer la posibilidad de llevar a cabo algún nivel de predicción (aunque sea elemental). (p. 6)

El propósito principal de este estudio es proporcionar una descripción detallada de fenómenos sociales o educativos en un contexto temporal y espacial específico. En un estudio descriptivo, se seleccionan una serie de variables, para medir cada una de ellas de manera independiente con el objetivo de ofrecer una descripción exhaustiva de la investigación. Aunque sea de manera básica, este tipo de estudio puede ofrecer la posibilidad de realizar cierto nivel de predicción.

3.2. Enfoque o Paradigma

El enfoque seleccionado es el mixto, debido a que Ortega (2018) en su aporte investigativo recalca que:

El enfoque mixto se caracteriza porque favorece una perspectiva amplia y profunda del fenómeno que se estudia, así mismo, esto le permite al investigador plantear el problema con claridad y formular objetivos apropiados para el estudio junto a una conceptualización teórica justa al fenómeno que se investiga. Su fundamento está en el pragmatismo. (p. 20)

El enfoque mixto se distingue por su capacidad para proporcionar una visión amplia además de profunda del fenómeno bajo estudio. Esto permite al investigador plantear el problema de manera clara, establecer objetivos adecuados para el estudio, de manera que se pueda desarrollar una conceptualización teórica precisa del fenómeno investigado.

Por su parte, Sánchez Gómez (2015) señala que este enfoque es el resultado de combinar las metodologías cuantitativas con las cualitativas, con la finalidad de obtener una mejor comprensión acerca de la problemática de la cual se estudia. En el caso del

enfoque cuantitativo, permite el acceso a la información numérica o que se puede medir por medio de aplicaciones estadísticas, las cuales facilitan la generación de respuestas a la pregunta de investigación planteada. Por otra parte, el enfoque cualitativo, permite la recolección de datos acerca de las características, propiedades, así como los componentes de las variables de investigación, generando un sustento teórico con el cual fundamentar la solución a la problemática de estudio.

3.3. Método

En cuanto al método, se ha optado el deductivo, debido a que Abreu (2014) indica que este método se emplea para la obtención de conclusiones lógicas, mismas que parte de un conjunto de premisas. Si bien este método se basa en la lógica, parte de conceptos generales, con la finalidad de comprobar una conclusión en particular. Es decir, se comprueba la veracidad de la hipótesis de investigación. Por lo tanto, para la aplicación del método deductivo, se procede a definir la premisa general, con la cual parte la investigación, para posteriormente construir una segunda premisa particular con la cual se pueda generar una comparación, para así concluir de manera lógica.

3.4. Técnicas e instrumentos

Al llevar a cabo una investigación, es fundamental tener en cuenta los métodos, las técnicas, así como los instrumentos como elementos que garantizan la base empírica de la investigación, las técnicas comprenden el conjunto de herramientas utilizadas para aplicar el método; el instrumento se refiere al recurso o medio que facilita la realización de la investigación (Olarde Cabana, 2020). En ese sentido, se presenta a continuación las técnicas e instrumentos empleados:

3.4.1. Técnicas de campo

Esta técnica es de gran importancia, ya que nos permite establecer una conexión con el objeto de estudio, para así llevar a cabo la investigación deseada. Además, contribuye a recopilar información relevante sobre el tema que se está investigando (Nieto, 2020).

3.4.1.1. Observación

La observación desempeña un papel fundamental en cualquier proceso de investigación, ya que permite al investigador recolectar la máxima cantidad de datos. Su principal objetivo es comprender cómo los usuarios de sistemas interactivos llevan a cabo sus tareas, centrándose específicamente en conocer todas las acciones que realizan durante el proceso (Campos Covarrubias & Lule Martínez, 2012).

3.4.1.2. Entrevista

Es un proceso en el que se recopilan de manera oral una personalizada información, acontecimientos, experiencias, así como las opiniones de individuos. En este proceso, siempre participan al menos dos personas: una asume el papel de entrevistador en tanto que la otra, de entrevistado, lo que implica una interacción centrada en un tema específico (Piza Burgos et al., 2019).

3.4.1.3. Encuesta

Es una técnica de la investigación la cual permite elaborar, así como obtener de un modo rápido además de eficaz información mediante una serie de preguntas formuladas en un cuestionario previamente diseñado. Este cuestionario puede ser presentado en diferentes formatos, como tríptico, gráfica, tabla o escrita (Anguita, 2003).

3.5. Técnicas de información documental

3.5.1. Referencias bibliográficas

Las referencias bibliográficas son el conjunto de fuentes utilizadas a lo largo de una investigación, tesis, proyecto o monografía, entre otros documentos, se encuentran al final de cualquier texto académico. Su objetivo es registrar, así como detallar los trabajos en los que te has fundamentado (Lam Díaz, 2005).

3.5.2. Fichas bibliográficas

La función de una ficha bibliográfica es identificar las fuentes de información que se van a examinar o estudiar para la redacción del trabajo, como libros, folletos, leyes, artículos de revistas, periódicos, documentos gubernamentales, tesis, fuentes audiovisuales, entre otros, se registran los detalles importantes de una obra, como el autor, el título del libro, la editorial, el lugar de edición, el año de publicación, así como el número de páginas (Santana Rabell, 2008).

3.5.3. Paráfrasis

La paráfrasis implica la tarea de reestructurar un texto basándonos en nuestra comprensión del mismo. Por lo tanto, podemos considerarla como una herramienta valiosa tanto para la comprensión de la lectura como para la producción académica. Para llevar a cabo una paráfrasis, es esencial realizar una interpretación del mensaje que el autor está transmitiendo (Mota Montoya et al., 2016).

3.5.4. Citas

Es la exposición, ya sea de forma textual o resumida, de las ideas expresadas por otros autores que respaldan al investigador, contradicen lo que él afirma o brindan información adicional sobre un tema específico (Sabaj-Meruane & Páez Muñoz, 2010).

3.6. Técnicas de laboratorio

En la siguiente sección se mostrarán las definiciones correspondientes de cada una de las técnicas, las cuales son de vital importancia debido a que permiten verificar qué elementos deben incluirse, pero cuáles no. Además, estos documentos ayudan a calcular el costo de cada producto.

3.6.1. Bitácoras

Es una herramienta que posibilita una evaluación formativa en la adquisición de conocimientos, así como habilidades. Los estudiantes deben registrar las bitácoras de manera sistemática, cronológica, con la aprobación del tutor, con el fin de establecer metas tanto generales como específicas, objetivos de aprendizaje, rendimiento o resultados, el impacto en el aprendizaje durante cada año de residencia, para así realizar un análisis para realizar ajustes necesarios (Kanare, 1985).

3.6.2. Bases de datos

Las bases de datos son la opción más utilizada para almacenar datos de manera estructurada. Desde aplicaciones multiusuario de gran escala hasta dispositivos móviles o agendas electrónicas, todas utilizan tecnología de bases de datos para garantizar la integridad de los datos, para que de esta manera se pueda facilitar el trabajo tanto de los usuarios como de los programadores responsables de su desarrollo (Minayo et al., 2023).

3.6.3. Fichas estándar

Es un documento que detalla las especificaciones técnicas necesarias para el seguimiento de la producción, así como del producto, estableciendo una conexión entre los diferentes procesos con el objetivo de asegurar la comunicación entre las diversas

dependencias involucradas en la transformación de la materia prima para obtener un producto de alta calidad (Tortosa Garrigos, 2014).

3.7. Población y muestra

Para la presente investigación, se ha decidido realizar un grupo focal para aplicar la validación de la propuesta. De acuerdo con lo descrito por Buss Thofehrn et al. (2013) el grupo focal puede estar conformado entre cuatro a doce personas, con el fin de obtener la percepción de personas con conocimientos en el tema acerca de la propuesta realizada, de manera que se pueda mejorar la misma. Por lo tanto, el grupo focal estará conformado por seis personas, divididas en tres participantes del Restaurante “LaMaría” con tres docentes del Instituto Sudamericano, de la carrera de Gastronomía.

Tabla 1 Población y Muestra

| Población | Muestra |
|---|---|
| En Cuenca según la última actualización cuenta con 580.000 habitantes | Alrededor de 1500 personas visitan el restaurante “LaMaria” |

Fuente: Elaboración propia.

3.8. Tratamiento muestral

De acuerdo con Torres (2020), una vez recogida la información, se debe realizar un tratamiento, mismo que depende del enfoque metodológico empleado. En ese sentido, se empleará Microsoft Excel para la tabulación de los datos recopilados durante el grupo focal.

En el campo de estudio trabajado restaurante “LaMaria” se llegó al análisis que mensualmente visitan el establecimiento un número de comensales promedio de 1.500, los cuales varían entre jóvenes de 16 a 26 años estudiantes de bachillerato/ universitarios, profesionales, adultos y adultos mayores entre los 35 y 65 años, niños de

1 año a 11 años, extranjeros, dentro de todo este grupo de personas son profesionales conocedores del área gastronómica, turistas, comensales que trabajan directa o indirectamente con el área de gastronomía.

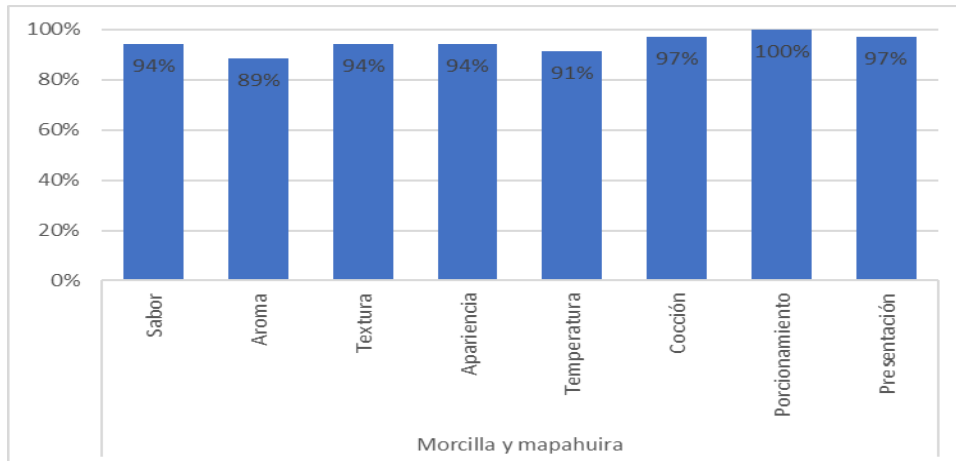
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

El presente trabajo de titulación, pretende elaborar un menú de tapas para el Restaurante “LaMaría” con el empleo de productos amazónicos, andinos y de la ciudad, con el fin de brindar un servicio más rápido y generar una nueva experiencia gastronómica en los clientes que asisten al establecimiento. De esta manera, se busca incrementar un nuevo concepto gastronómico principalmente para los clientes que acuden únicamente a tomar una bebida alcohólica y no desean consumir platos fuertes, sino por el contrario, un alimento que pueda acompañar a su bebida.

En ese sentido, se presenta en análisis e interpretación de los resultados de la validación, a la cual asistieron tres chefs del Restaurante LaMaría así como cuatro invitados, mismos que son clientes frecuentes del restaurante.

En la siguiente figura, se observa que en la validación realizada a la tapa de morcilla y mapahuirá, obtuvo buenos resultados, en sabor se tuvo una calificación del 94 %, el aroma obtuvo el 89 % de aprobación, la textura consiguió el 94 % de aceptación, en apariencia se logró el 94 %, en cuanto a la temperatura, se obtuvo el 91 % de aprobación, en lo referente a la cocción, se consiguió una calificación del 97 %, la calificación más alta fue en el porcionamiento, puesto que se consiguió el 100 % de aprobación, y finalmente, en relación a la presentación, se obtuvo el 97 % de aprobación, tal como se observa a continuación:

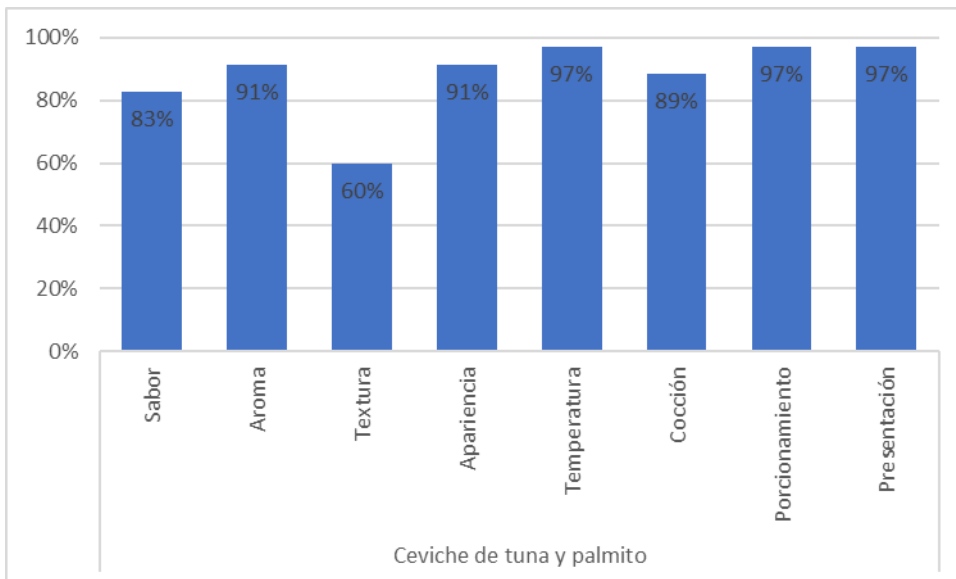
Figura 16 Tapa de morcilla y mapahuir



Fuente: Elaboración propia.

En cuanto a la validación de la tapa de ceviche de tuna y palmito, se tuvo en el sabor una calificación del 83 %, en aroma se logró el 91 %, en cuanto a la textura, se consiguió el 60 %, en apariencia se logró el 91 %, en relación a la temperatura, se obtuvo el 97 %, en cuanto al término de cocción, se logró el 89 %, en cuanto al porcionamiento, se logró el 97 %, y finalmente, en presentación se logró una calificación del 97 % de aceptación, tal como se indica a continuación:

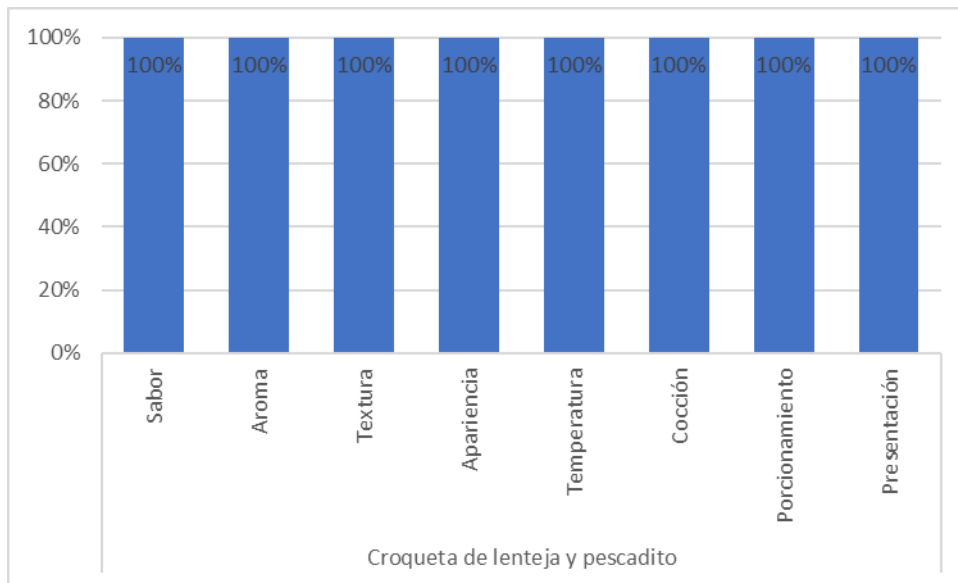
Figura 17 Tapa de ceviche de tuna y palmito



Fuente: Elaboración propia.

En relación a la validación de la tapa de croqueta de lenteja y pescadito, fue del total agrado de todos los participantes en la presentación de la propuesta, debido a que en cada una de las características organolépticas que se calificaron: sabor, aroma, textura, apariencia, temperatura, cocción, porcionamiento y presentación, se obtuvo una calificación perfecta, es decir, del 100 % en cada una de ellas, tal como se observa a continuación:

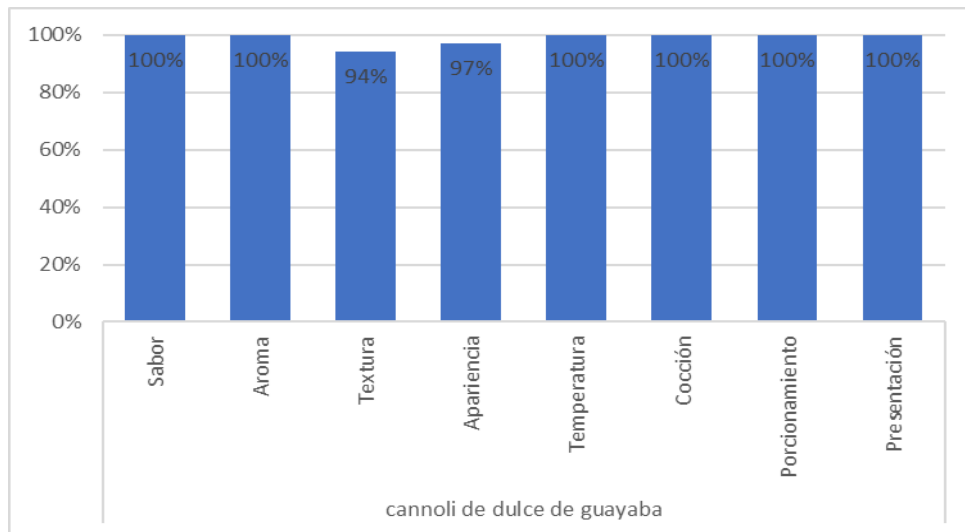
Figura 18 Tapa de croqueta de lenteja y pescadito



Fuente: Elaboración propia.

En el mismo sentido, la tapa de cannoli de dulce de guayaba, se obtuvo excelentes resultados en cada una de sus características organolépticas, debido a que en su sabor, aroma, temperatura, cocción, porcionamiento y presentación, se obtuvo una calificación del 100 % en cada una de ellas, en tanto que en apariencia se obtuvo el 97 % y en textura, el 94 %, que también son muy buenos resultados, tal como se observa en la siguiente figura:

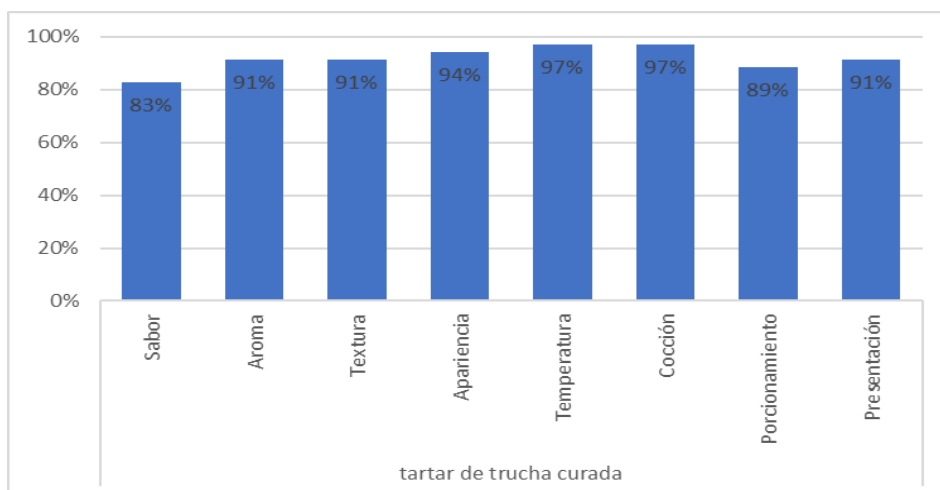
Figura 19 Tapa de cannoli de dulce de guayaba



Fuente: Elaboración propia.

Finalmente, en la tapa de tartar de trucha curada, en lo referente a la temperatura y el término de cocción, se obtuvo el 97 % de aprobación para cada una, en cuanto al aroma, textura y presentación, se obtuvo una calificación del 91 %, en torno a la apariencia, la tapa obtuvo una calificación del 94 %, el porcionamiento consiguió el 89 % de aprobación, y finalmente, el sabor logró el 83 % de aceptación, tal como se observa en la siguiente figura:

Figura 20 Tapa de tartar de trucha curada



Fuente: Elaboración propia.

Una vez realizada la validación de la propuesta, es importante destacar la diversidad, calidad y aplicabilidad que presentan los productos ecuatorianos seleccionados para la elaboración de tapas. Lo anterior descrito ratifica que el país cuenta con una rica biodiversidad, amplia variedad de alimentos frescos, los cuales pueden ser aprovechados como ingredientes de diversas elaboraciones culinarias, como en este caso, las tapas. Gracias a la validación, se pudo comprobar que la propuesta fue del agrado tanto de los chefs del restaurante así como de sus clientes, los cuales validaron cada una de las elaboraciones con calificaciones altas en cada una de las características organolépticas, consiguiendo en promedio una aceptación superior del 90 % en cada una de las tapas, de las cuales sobresale la tapa de croqueta de lenteja y pescadito con un 100 % de aprobación.

CAPÍTULO V: PROPUESTA DE INVESTIGACIÓN

La propuesta presentada para el desarrollo de este proyecto de titulación se enfocó en el desarrollo de un menú de tapas basado en cocina de producto ecuatoriano para el Restaurante “LaMaría”, las cuales, la primera tapa está inspirada en la gastronomía cuencana fusionando la mapahuirra, mote sucio, morcilla y llapingacho, como segunda opción se presentó una opción vegetariana con una base cítrica de cáscaras de limón, rellena de palmito, mashua y tuna.

La tercera tapa es una opción de pescado acompañado de una croqueta de lenteja, acompañado de una salsa a partir de un fondo y una emulsión cítrica como parte de su decoración. Como cuarta opción se presentó la mezcla de una tapa mixta entre sal y dulce, con una base inspirada en la masa de empanada de viento, pero rellena de una espumilla de guayaba acompañada y decorada con tomillo fresco, queso rallado. En la última opción se presentó un tartar de trucha curada sobre una base crocante, aguacate, eneldo y pepinillo o pepino.

5.1. Bitácoras

Tabla 2 Bitácora Morcilla y mapahuiria

| | | | | | | | |
|----------------------------------|-----------------------|------------|----------------|---------------|---|----------------------|---|
| Integrante(s): | Jorge Luis Macas León | | | | | N.º | 1 |
| Instructor: | Lcdo. Marco Gómez | | | | | Fecha: | |
| Nombre de la elaboración: | Morcilla y mapahuiria | | | | | Asignatura: | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones | |
| Mapahuiria | 15 | g | Procesar | 2 min | Textura: pastosa/cremosa/untable, color: ligeramente café, Sabor: profundo y fino, olor: ligeramente dulce. | | |
| Mote | 50 | g | | | | | |
| Morcilla | 40 | g | | | | | |
| Papel llapingacho | 7 | g | | | Textura: crujiente, color: café dorado. | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 3 Bitácora Ceviche

| | | | | | | | |
|----------------------------------|-----------------------------|------------|----------------------|----------------|--|---|---|
| Integrante(s): | Jorge Luis Macas León | | | | | N.º | 2 |
| Instructor: | Lcdo. Marco Gómez | | | | | Fecha: | |
| Nombre de la elaboración: | Ceviche de palmito y neapia | | | | | Asignatura: | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones | |
| Base yogurt y neapia | 30 | g | Procesar Encurtir | 5 min 2 min | Textura: líquida y fibrosa, color: oscuro, sabor: ligeramente picante y salado, olor: picante y salado | Verificar que no quede muy picante por la neapia. | |
| Relleno de palmito | 25 | g | | | | | |
| brotos | 1 | g | | | | | |
| | | | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 4 Bitácora ceviche 2

| Integrante(s) : | Jorge Luis Macas León | | | | | N.º | 3 |
|-----------------------------------|---------------------------|------------|--|----------------|--|--|---|
| Instructor : | Lcdo. Marco Gómez | | | | | Fecha: | |
| Nombre de la elaboración: | Ceviche de palmito y tuna | | | | | Asignatura: | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones | |
| Base cítrica | 30 | g | Procesar Encurtir Fritura profunda | 5 min 2 min | Textura: líquida y fibrosa, color: gris, sabor: ligeramente picante y salado, olor: picante y salado | Verificar que la tuna tenga un correcto proceso de limpieza y sellado. | |
| Relleno de palmito, tuna y mashua | 25 | g | | | | | |
| Chips remolacha | 4 | g | | | | | |
| Brotos | 1 | g | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 5 Canasta de verde y filete de pescado

| Integrante(s) : | Jorge Luis Macas León | | | | | N.º | 4 |
|----------------------------------|--------------------------------------|------------|-------------------------------|----------------|--|---|---|
| Instructor : | Lcdo. Marco Gómez | | | | | Fecha: | |
| Nombre de la elaboración: | Canasta de verde y filete de pescado | | | | | Asignatura: | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones | |
| Canasta de verde | 25 | g | Reducción Fritura profunda | 5 min 2 min | Textura: crocante, color: amarillo y marrón, sabor: característico de pescado salado, olor: ahumado. | Verificar que el sellado del pescado sea el adecuado. | |
| Salsa de fondo de pescado | 5 | g | | | | | |
| Filete pescado | 40 | g | | | | | |
| Brotos | 1 | g | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 6 Bitácora croqueta de moro de lenteja y filete de pescado

| Integrante(s) : | Jorge Luis Macas León | | | | | N.º | 5 |
|----------------------------------|---|------------|--|----------------------|---|---|---|
| Instructor : | Lcdo. Marco Gómez | | | | | Fecha: | |
| Nombre de la elaboración: | croqueta de moro de lenteja y filete de pescado | | | | | Asignatura: | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones | |
| Croqueta Moro de lenteja | 40 | g | Reducción Fritura profunda Emulsiona r | 5 min 2 min | Textura: crocante, color: café y marrón, sabor: característico de pescado, salado, olor: ahumado. | Verificar que el sellado del pescado sea el adecuado. | |
| Salsa de fondo de pescado | 3 | g | | | | | |
| Filete pescado | 40 | g | | | | | |
| Emulsión cítrica brotes | 3 1 | g | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 7 Bitácora espumilla de guayaba

| Integrante(s) : | Jorge Luis Macas León | | | | | N.º | 7 |
|----------------------------------|-----------------------|------------|-----------------------|---------------|--|---|---|
| Instructor : | Lcdo. Marco Gómez | | | | | Fecha: | |
| Nombre de la elaboración: | Espumilla de guayaba | | | | | Asignatura: | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones | |
| Cannoli de masa de empanada | 20 | g | Crocante Espumilla | 5 min | Textura: crocante, color: amarillo y rosado, sabor: dulce característico de guayaba, olor: frutal. | Verificar que el yogurt y la pulpa de guayaba se monten bien. | |
| Relleno de espumilla de guayaba | 40 | g | | | | | |
| Queso rallado | 2 | g | | | | | |
| | | g | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 8 Bitácora tartar de trucha curada

| | | | | | | | |
|----------------------------------|-----------------------|------------|-------------------------|---------------|---|---|---|
| Integrante(s): | Jorge Luis Macas León | | | | | N.º | 5 |
| Instructor: | Lcdo. Marco Gómez | | | | | Bitácora: | |
| Nombre de la elaboración: | Homado prensado | | | | | Fecha: | |
| Nombre de la elaboración: | | | | | | Asignatura: | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones | |
| Base crocante de maíz morado | 40 | g | Reducción | 5 min 2 min | Textura: suave y crocante, jugosa, color: café, sabor: característico del cerdo, olor: ahumado. | Verificar que el prensado del cerdo este bien compactado. | |
| Relleno de tartar | 5 | g | Cocción/deshidratación/ | | | | |
| Papel de plátano maduro | 7 | g | reventado | | | | |
| Guacamole | 5 | g | Emulsionar | | | | |
| amaranto | 1 | g | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 9 Bitácora espumilla de guayaba

| | | | | | | | |
|----------------------------------|-----------------------|------------|-----------------------|---------------|--|---|---|
| Integrante (s): | Jorge Luis Macas León | | | | | N.º | 7 |
| Instructor: | Lcdo. Marco Gómez | | | | | Bitácora: | |
| Nombre de la elaboración: | Espumilla de guayaba | | | | | Fecha: | |
| Nombre de la elaboración: | | | | | | Asignatura: | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones | |
| Cannoli de masa de empanada | 20 | g | Crocante Espumilla | 5 min | Textura: crocante, color: amarillo y rosado, sabor: dulce característico de guayaba, olor: frutal. | Verificar que el yogurt y la pulpa de guayaba se monten bien. | |
| Relleno de espumilla de guayaba | 40 | g | | | | | |
| Queso rallado | 2 | g | | | | | |
| | | | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.




Tabla 10 Tartar trucha curada

| | | | | | | |
|--------------------------------------|-----------------------|------------|----------------|---------------|--|--|
| Integrante(s) : | Jorge Luis Macas León | | | | N.º | 8 |
| Instructor : | Ldo. Marco Gómez | | | | Bitácora: | |
| Nombre de la elaboración: | Tartar trucha curada | | | | Fecha: | |
| Asignatura: | | | | | | |
| Ingrediente | Peso | Und | Técnica | Tiempo | Características organolépticas | Observaciones |
| Case crocante de masa de maíz morado | 20 | g | Crocante | 7 min | Textura: crocante, color: morado y rojiza, sabor: cítrico, fresco a pescado, olor: característico de pasta de achiote. | Curar la trucha en partes iguales de sal y azúcar. |
| Relleno trucha curada | 50 | g | Tartar | | | |
| guacamole | 5 | g | Emulsión | | | |
| brotas | 3 | g | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

5.2. Fichas estandarizadas

Tabla 11 Ficha Mapahuirra de mote sucio

| | | | |
|---|----------------------|---|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |   | |
| FICHA TÉCNICA: Mapahuirra de mote sucio | | | |
| Tipo de Plato: | | Mapahuirra | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 50 | g | mote pelado |
| | 15 | g | manteca negra |
| | 7 | g | cebolla |
| | 3 | g | pasta ajo |
| | 3 | g | sal |
| | 3 | g | cebollin |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| manteca negra | N/A | mote pelado | N/A |
| Cebolla | Brunoise | Pasta ajo | N/A |
| Cebollin | Shiffonade | Sal | N/A |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| mote, herbor/90 min./100°C | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| cacerola, bowl,thermomix | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Remojar previamente el mote 1 o 2 horas 2. Llevar a cocción el mote hasta que su textura sea totalmente suave, casi sobrecocinado. 3. Procesar el mote cocido hasta que su textura sea la de un pure 4. Realizar sofrito de cebolla y pasta de ajo y despues añadir pure de mote y mapahuirra 5. Agregar sobre sarten pure de mote, mapahuirra, cebolla y pasta de ajo 6. Retirar y reservar. | | | |
| Observaciones: | | | |
| Textura de cocción del mote super blanda. | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 12 Ficha morcilla

| | | | |
|---|----------------------|---|----------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: morcilla | | | |
| Tipo de Plato: | | morcilla | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 240 | g | Tripa de cerdo |
| | 75 | g | Arroz |
| | 50 | g | Col blanca |
| | 75 | g | Papa |
| | 3 | g | Sal |
| | 10 | g | Culantro |
| | 10 | g | Cebollin |
| | 2 | g | Orégano |
| | 10 | g | Albahaca |
| | 5 | g | Ajo |
| | 10 | g | Cebolla |
| | 5 | g | Apio |
| | 35 | ml | Sangre |
| 3 | g | Comino | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Tripa cerdo | N/A | Arroz | N/A |
| Col blanca | Shiffonade | Papa | Cubos |
| Sal | N/A | Culantro | Shiffonade |
| Cebollin | Shiffonade | orégano | N/A |
| Albahaca | N/A | Ajo | Brunoise |
| Cebolla | Brunoise | Apio | Brunoise |
| Sangre | N/A | Comino | N/A |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Morcilla/Herbor/30min/fuego medio. | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| cacerola | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Lavar bien la tripa, voltearla y refregarla con sal y limón, restregarla con hierba buena y dejar reposar con agua por 1 hora. 2. Cocinar el arroz, picar todos los vegetales y hierbas finamente. 4. Mezclar el arroz, papa, sangre vegetales y hierbas rectificar sabor. 5. Escurrir la tripa y rellenarla con el condumio, amarrar la tripa en 3 lugares, pincharla con un tenedor y cocinar la morcilla. 6. Retirar del fuego, revisar si esta cocida y para finalizar sellar en manteca de cerdo. | | | |
| Observaciones: | | | |
| La morcilla se porciona en tamaños de 10 cm., Limpiar la tripa hasta que se vaya el mal olor. Hay que aplicar estrictamente las buenas prácticas de manufactura. | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 13 Ficha ají tomate de árbol

| | | | |
|---|----------------------|---|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Mapahuira y morcilla | | | |
| Tipo de Plato: | | Ají tomate árbol | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 150 | g | Tomate árbol |
| | 12 | g | Cebolla |
| | 5 | g | Pimiento |
| | 3 | g | Sal |
| | 4 | g | Mostaza |
| | 30 | ml | Aceite |
| | 15 | g | Ají criollo |
| | 5 | g | Orégano |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Tomate árbol | Cuartos | cebolla | Gajos |
| Pimiento | Cubos | Sal | N/A |
| Mostaza | N/A | Aceite | N/A |
| Ají criollo | Entero | orégano | N/A |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Tomate árbol, Emulsión/ Tamizar/1min/Temperatura Ambiente. | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| Cuchillo, Licuadora, colador. | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Lavar y picar todos los vegetales, tomate sin cáscara 2. Colocar en licuadora y agregar las especias y mostaza. 3. Procesar todo y emulsionar con aceite. 4. Retirar, colar y agregar en un tetero. 5. Refrigerar. | | | |
| Observaciones: | | | |
| No agregar casi nada de agua para que la consistencia de el ají quede como una emulsión. | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 14 Ficha papel llapingacho

| | | | |
|--|----------------------|--|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |   | |
| FICHA TÉCNICA: Mapahuira y morcilla | | | |
| Tipo de Platc | | Papel de Llapingacho | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 175 | g | papa chola |
| | 5 | g | Cebolla perla |
| | 3 | g | Sal |
| 15 | ml | Achiote | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Papa | N/A | Agua | N/A |
| Aceite | N/A | Cebolla perla | Brunoise |
| Sal | N/A | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Papa , Hornear,90 min./ 90°C | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Hierva las papas con agua y sal hasta que estén suaves 2. Caliente el sartén a temperatura media y prepare un refrito con la cebolla y el achiote, cocine hasta que las cebollas estén suaves, aproximadamente unos cinco minutos. 3. Realizar un puré con las papas, agregar refrito de cebolla y sal al puré de papas y mezclar bien. 3. Extender la masa sobre un silpat. 4. Hornear por 1 hora y media a 90°C. 5. Retirar y reservar | | | |
| Observaciones: | | | |
| Al realizar fritura profunda debemos tomar en cuenta la temperatura del aceite | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 15 Ficha criollita

| | | | |
|--|----------------------|---|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Ceviche palmito | | | |
| Tipo de Plato: | | Criollita | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 50 | g | cebolla |
| | 50 | g | tomate |
| | 1 | g | sal |
| | 3 | g | culantro |
| 20 | ml | Zumo limón | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| cebolla | brunoise | tomate | brunoise |
| sal | N/A | limón | N/A |
| culantro | chiffonade | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| vegetales, encurtido. | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| bowls, cuchillo | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Cortar todos los vegetales en brunoise y culantro en chiffonade 2. Encurtir los vegetales con zumo de limon y sal. 3. Refrigerar, hasta usar. | | | |
| Observaciones: | | | |
| No repicar la cebolla ya que se desprendera muchas más cantidad de azufre, dando un mal sabor a la preparación. | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 16 Ficha tapa mapahuiria y morcilla

| | | | |
|---|----------------------|---|------------------------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Mapahuiria y morcilla | | | |
| Tipo de Plato: | | Papel de Llapingacho | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 10 | g | Pure mote sucio y mapahuiria |
| | 40 | g | Morcilla |
| | 4 | g | Manzana |
| | 3 | g | Criollita |
| | 1 | g | Ají tomate arbol |
| 5 | g | Papel Llapingacho | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Pure mote sucio y mapahuiria | Procesado | Morcilla | Sellada |
| Aceite | N/A | Cebolla perla | Brunoise |
| Sal | N/A | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Papa , Emplatado/ 7 min , servir caliente. | | | |
| MONTAJE: | | | |
| 1. Colocar una base del pure de mote sucio, mapahuiria y criollita. 2. Agregar la morcilla sellada sobre la base de mapahuiria. 3. Decorar sobre la morcilla con gotas de ají de tomate y manzana sellada. 3. Finalizar dando altura al emplatado con papel de Llapingacho | | | |
| Observaciones: | | | |
| Montar y servir enseguida para que la morcilla no llegue fria a la mesa. | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 17 Ficha base cítrica de ceviche

| | | | |
|---|----------------------|---|-----------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Ceviche palmito | | | |
| Tipo de Plato: | | Base cítrica de ceviche | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 70 | ml | Limón |
| | 21 | g | Sal |
| | 7 | g | Tallos culantro |
| | 35 | ml | Ají |
| | 180 | g | Nuez |
| | 40 | ml | Zumo maracuyá |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Limón | N/A | Sal | N/A |
| Tallos culantro | N/A | Ají | N/A |
| Nuez | Hidratada | Maracuyá | Zumo |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| maracuyá,Nuez/licuar, procesar,tamizar/ambiente | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| bowl, licuadora, colador | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1.Realizar una base cítrica con: limón, sal,tallos culantro, ají, nuez,zumo maracuyá. 2. Licuar todo, con un mínimo de agua, colar 3. Refrigerar una vez ya este colada la mezcla de la base. | | | |
| Observaciones: | | | |
| Hidratar de un día para otro las nueces antes de utilizarlas. | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 18 Ficha líquido de gobierno

| | | | | | |
|--|----------------------|---|----------------|---|--|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  | |  | |
| FICHA TÉCNICA: Ceviche palmito | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Líquido de gobierno | | | |
|  | INGREDIENTES: | | | | |
| | Cant. | Und. | Nombre | | |
| | 83 | ml | vinagre blanco | | |
| | 250 | ml | agua | | |
| | 8 | g | sal | | |
| 25 | g | azúcar | | | |
| MISE EN PLACE: | | | | | |
| Técnicas de Corte: | | | | | |
| vinagre | N/A | agua | N/A | | |
| sal | N/A | azúcar | N/A | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | | | |
| Mashua/ Encurtido,Herbor/100°C. | | | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | | | |
| cacerolas. | | | | | |
| PREPARACIÓN: | | | | | |
| <ol style="list-style-type: none"> 1. Pesar todo junto en una cacerola, agua, vinagre, sal y azúcar 2. Llevar a ebullición, revisar si esta bien de sabor 3. Agregar sobre el líquido en ebullicion la mashua y retirar del fuego 4. Dejar enfriar y reservar/ guardar | | | | | |
| Observaciones: | | | | | |
| Ninguna | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 19 Ficha relleno de ceviche

| | | | |
|---|----------------------|---|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Ceviche palmito | | | |
| Tipo de Plato: | | Relleno de ceviche | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 140 | g | Palmito |
| | 14 | g | Mashua |
| | 14 | g | Tuna |
| | 2 | g | Sal |
| 28 | g | Chips de remolacha | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Palmito | N/A | mashua | Encurtida |
| Tuna | Brunoise | Sal | N/A |
| Brotos | N/A | Chips remolacha | Rondeles |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Palmito,Tuna, mashua/ encurtido, 10 min. | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| bowls, cacerola, mandolina. | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Cortar en rondelos y encurtir la mashua sobre un líquido de gobierno. 2. Realizar una criollita de cebolla, tomate, culantro, limón y sal. 3. Cortar el palmito en rondelos. 4. Mezclar, mashua encurtido cortado en brunoise, criollita,tuna sellada y rectificar sabor 5. Palmito cortado en rondelos para decorar, agregar brotes de culantro. 6. Agregar aceite de culantro | | | |
| Observaciones: | | | |
| Lavar bien la tuna para retirar la parte babosa de ella | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 20 Ficha aceite culantro

| | | | | | |
|---|-----|---|-------------|---|--|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  | |  | |
| FICHA TÉCNICA: Ceviche palmito | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Aceite culantro | | | |
|  | | INGREDIENTES: | | | |
| | | Cant. | Und. | Nombre | |
| | | 75 | ml | aceite | |
| | | 150 | g | hojas culantro | |
| MISE EN PLACE: | | | | | |
| Técnicas de Corte: | | | | | |
| aceite | N/A | culantro | | hojas/blanquear | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | | | |
| hojas culantro blanqueado, 10seg. 90°C | | | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | | | |
| colador, bowl, cacerola | | | | | |
| PREPARACIÓN: | | | | | |
| 1. Escoger hojas de culantro y blanquearlas 2. colar y dar choque termico 3. colocar en agua con hielo 4. procesar junto con aceite, hielo para mantener temperatura fria 5. procesar y dejar decantar de 1 dia para otro | | | | | |
| Observaciones: | | | | | |
| blanquear las hojas de culantro nos ayuda a que la clorofila se conserve | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 21 Ficha ceviche palmito y tuna

| | | | | | |
|--|-----------|---|-------------|---|--|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  | |  | |
| FICHA TÉCNICA: Ceviche palmito y Tuna | | | | | |
| Tipo de Plato: | | | Tapa | | |
|  | | INGREDIENTES: | | | |
| | | Cant. | Und. | Nombre | |
| | | 30 | ml | Base cítrica | |
| | | 25 | g | Relleno palmito, Mashua, Tuna | |
| | | 4 | g | Chips remolacha | |
| | | 1 | g | Brotes | |
| MISE EN PLACE: | | | | | |
| Técnicas de Corte: | | | | | |
| Base cítrica | Procesado | Relleno palmito y Tuna | | Brunoise | |
| Chips remolacha | Rondelos | Brotes | | N/A | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | | | |
| Palmito , Emplatado/7 min/ Temperatura Fria. | | | | | |
| MONTAJE: | | | | | |
| 1. Agregar para el emplatado 30 ml. de base cítrica 2. Añadir sobre la base cítrica 30 g de relleno distribuido en palmito cortado en rondelos ,y tuna, mashua encurtida en corte brunoise, rectificar sabores. 3. 3. | | | | | |
| Observaciones: | | | | | |
| Montar y servir enseguida para que la morcilla no llegue fria a la mesa. | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 22 Ficha sofrito

| | | | |
|---|----------------------|---|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Sofrito | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 25 | g | Pimiento |
| | 25 | g | Cebolla |
| 25 | g | Tomate | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Pimiento | gajos | Cebolla | gajos |
| Tomate | gajos | | N/A |
| | | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| vegetales/ Reduccion/30 a 40 min/Fuego bajo. | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Pelar, lavar los vegetales y cortar en gajos 2. Procesar todos los vegetales 3. Llevar a coccion a fuego bajo hasta que se evapore todo el líquido | | | |
| Observaciones: | | | |
| | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 23 Ficha fondo de pescado

| | | | |
|--|----------------------|---|-----------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Fondo pescado | | | |
| tipo de Platc | | Tapa | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 454 | g | Huesos pescado |
| | 50 | g | Cebolla |
| | 50 | g | Pimiento |
| | 10 | g | Tallos culantro |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| huesos pescado | N/A | Cebolla | gajos |
| Pimiento | gajos | Tallos culantro | N/A |
| Tomate | gajos | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Huesos pescado/Herbor/1 a 2 horas/Fuego bajo. | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Sellar todos los huesos de pescado 2. Agregar agua, vegetales y tallos de culantro. 3. Dejar en hervor a fuego bajo por mínimo 1 a 2 horas. | | | |
| Observaciones: | | | |
| Entre más tiempo dejamos en hervor, mucho mejor concentración de sabor tendrá | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 24 Ficha moro lenteja

| | | | | | |
|--|-----|---|-------------|---|--|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  | |  | |
| FICHA TÉCNICA: Moro lenteja | | | | | |
| Tipo de Plato: | | | Tapa | | |
|  | | INGREDIENTES: | | | |
| | | Cant. | Und. | Nombre | |
| | | 70 | g | Lenteja | |
| | | 35 | g | Arroz | |
| | | 11 | g | Sofrito | |
| | | 7 | g | Achiote | |
| | | 1 | g | Sal | |
| MISE EN PLACE: | | | | | |
| Técnicas de Corte: | | | | | |
| Lenteja | N/A | Arroz | N/A | | |
| Sofrito | N/A | Achiote | N/A | | |
| Sal | N/A | | | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | | | |
| | | | | | |
| PREPARACIÓN: | | | | | |
| 1. Colocar sobre una caerola el achiote con el sofrito y sal. 2. Incorporar el arroz y la lenteja previamente cocinada. 3. Rectificar sal. | | | | | |
| Observaciones: | | | | | |
| Textura del moro debe ser melosa. | | | | | |


Fuente: Elaboración propia.

Tabla 25 Ficha salsa fondo de pescado

| | | | | | |
|---|----------|---|-------------|--|--|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  | |  | |
| FICHA TÉCNICA: Salsa fondo pescado | | | | | |
| Tipo de Plato | | | Tapa | | |
|  | | INGREDIENTES: | | | |
| | | Cant. | Und. | Nombre | |
| | | 15 | g | Cebolla | |
| | | 225 | g | Fondo pescado | |
| | | 15 | g | Pasta de maní | |
| | | 5 | g | Achiote | |
| | | 2 | g | Sal | |
| MISE EN PLACE: | | | | | |
| Técnicas de Corte: | | | | | |
| Cebolla | Brunoise | Fondo pescado | | N/A | |
| Pasta maní | N/A | Achiote | | N/A | |
| Sal | N/A | | | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | | | |
| Pasta maní, cebolla/Sofrito/2 min/fuego alto y bajo | | | | | |
| PREPARACIÓN: | | | | | |
| 1. Sofreír sobre una sartén cebolla perla, con achiote y sal. 2. Agregar Fondo de pescado, pasta de maní y dejar reducir a fuego bajo hasta espesar. 3. Retirar, rectificar sabor y reservar. | | | | | |
| Observaciones: | | | | | |
| La pasta de maní no debe opacar el sabor del fondo de pescado | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 26 Ficha emulsión cítrica

| | | | |
|---|----------------------|---|----------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Emulsión cítrica | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 150 | g | Cáscaras limón |
| | 30 | ml | Aceite |
| | 3 | g | Goma Xantana |
| | 1 | g | Sal |
| | 10 | g | Azúcar |
| | 1 | ml | Achiote |
| 15 | g | Zumo limón | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Cáscaras limón | N/A | Aceite | N/A |
| Goma xantana | N/A | Sal | N/A |
| Azúcar | N/A | Achiote | N/A |
| Zumo limón | N/A | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Cáscaras limón, blanquear, emulsionar, licuar/1min/Ambiente | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| cacerola, licuadora | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Blanquear 3 veces las cáscaras de limón 2. Colocar en licuadora y agregar todos los ingredientes antes mencionados y emulsionar con aceite 3. tamizar y reservar | | | |
| Observaciones: | | | |
| No agregar casi nada de agua para que la consistencia de el aji quede como una emulsión. | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 27 Ficha croqueta lenteja y pescado

| | | | | |
|---|--------|---|-------------|------------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | | |
| FICHA TÉCNICA: Croqueta lenteja y pescado | | | | |
| Tipo de Plat | | Tapa | | |
|  | | INGREDIENTES: | | |
| | | Cant. | Und. | Nombre |
| | | 3 | g | Salsa de maní |
| | | 40 | g | Croqueta lenteja |
| | | 30 | g | Filete pescado |
| 3 | g | Emulsión cítrica | | |
| MISE EN PLACE: | | | | |
| Técnicas de Corte: | | | | |
| Salsa Maní | N/A | Croqueta lenteja y pescado | N/A | |
| Pescado | Filete | Emulsión cítrica | N/A | |
| | | | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | | |
| Croqueta, filete pescado/Fritura profunda, Sellado/ | | | | |
| MONTAJE: | | | | |
| 1. Colocar la emulsión de limón como base de la tapa. 2. Añadir sobre la emulsión de limón la croqueta de lenteja así como el filete de pescado, previamente porcionado 3. Añadir salsa de maní | | | | |
| Observaciones: | | | | |
| Montar y servir enseguida | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 28 Ficha masa empanada de viento

| | | | |
|--|----------------------|---|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Masa empanada de viento | | | |
| Tipo de Plato | | Tapa | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 150 | g | Harina |
| | 1 | g | Sal |
| | 3 | g | Azúcar |
| | 62 | g | Agua |
| 30 | ml | Aceite | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Harina | N/A | Sal | N/A |
| Azúcar | N/A | Agua | N/A |
| Aceite | | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Tamizar la harina 2. Mezclar harina con sal y azúcar y luego el aceite. 3. Añadir poco a poco agua y mezclar hasta formar masa. Reposar 10 minutos 4. Aplanar la masa y dar la forma deseada. Freír. | | | |
| Observaciones: | | | |
| | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 29 Ficha espumilla de guayaba

| | | | |
|--|----------------------|---|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Espumilla de guayaba | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 100 | g | Guayaba |
| | 50 | g | Azúcar |
| | 150 | g | Yogurt griego |
| | | | |
| | | | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Guayaba | N/A | Azúcar | N/A |
| Yogurt griego | N/A | | N/A |
| | | | N/A |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Espumilla Guayaba, montar, 5 a 7 min/ Temperatura ambiente. | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| cacerola, Licuadora, kitchenaid. | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1.Cocer las guayabas, retirar del fuego,procesar y colar. 2. Llevar a hervor la guayaba procesada en fuego bajo, hasta que su textura sea similar a una mermelada. 3. Juntar la guayaba, yogurt griego y azúcar sobre kitchenaid y dejar hasta Montar. 4. Retirar y reservar. | | | |
| Observaciones: | | | |
| Refrigerar para que se conserve mas tiempo. | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 30 Ficha cannoli relleno de espumilla de guayaba

| | | | |
|--|----------------------|---|----------------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Cannoli relleno de espumilla de guayaba | | | |
| Tipo de Platc | | Tapa | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 40 | g | Masa de empanada |
| | 20 | g | Espumilla de guayaba |
| | 2 | g | Queso rallado |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| | N/A | | N/A |
| | Filete | | N/A |
| | | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Masa de empanada/fritura/5 min, temperatura alta | | | |
| MONTAJE: | | | |
| 1. Doblar la masa de empanada de manera cilíndrica 2. Añadir la espumilla en el interior de la masa 3. Decorar con queso rallado | | | |
| Observaciones: | | | |
| Montar y servir enseguida | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 31 Guacamole

| | | | |
|---|----------------------|---|---------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Guacamole | | | |
| Tipo de Plato | | Tapa | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 120 | g | Aguacte |
| | 5 | g | Limón |
| 1 | g | Sal | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Guacamole | cuartos | Sal | N/A |
| Limón | N/A | | |
| | | | |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Aguacate, emulsionar, licuar/1min/Ambiente | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| Licuadora | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1. Procesar aguacte con sal y limón. 2. Colocar en tetro y refrigerar. | | | |
| Observaciones: | | | |
| | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 32 Ficha relleno tartar

| | | | |
|---|----------------------|---|----------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: relleno tartar | | | |
| Tipo de Plato: | | Trucha curada | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 280 | g | Trucha |
| | 2 | g | Sal |
| | 5 | g | Limón |
| | 7 | g | Mayonesa común |
| | 7 | g | Achiote |
| | 7 | g | Mostaza dijón |
| | 3 | g | Cebollin |
| | 3 | g | culantro |
| | 1 | g | Eneldo |
| | 1 | g | Jengibre |
| Trucha | N/A | Sal | Chiffonade |
| Limón | N/A | Mayonesa | N/A |
| Achiote | N/A | Mostaza Dijón | N/A |
| Cebollin | Chiffonade | Culantro | Brunoise |
| Eneldo | Chiffonade | Jengibre | Ralladura |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Trucha/ curado/ min, 3 horas/refrigeración. | | | |
| Equipos y Utensilios: | | | |
| Bowl, colador,cortadores. | | | |
| PREPARACIÓN: | | | |
| 1.Llevar a fritura profunda la masa de empanada en forma circular. 2. Curar trucha en Sal, en una regla 75 % sal y 25 % azúcar 3. Realizar un relleno con la trucha previamente curada en sal, limón, ralladura limón. 4. Agregar a la trucha Mayonesa, Achiote, Mostaza Dijon , cebollin,culantro,eneldo,jengibre. 5. Rectificar sabor y refrigerar. | | | |
| Observaciones: | | | |
| Curar la trucha en partes iguales de sal y azúcar para que no se pase de sal. | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 33 Ficha tartar de trucha curada

| | | | |
|---|----------------------|---|-----------------------|
| INSTITUTO DE TECNOLOGÍAS SUDAMERICANO | |  <small>www.sudamericano.edu.ec</small> | |
| FICHA TÉCNICA: Tartar de trucha curada | | | |
| Tipo de Plato | | Tapa | |
|  | INGREDIENTES: | | |
| | Cant. | Und. | Nombre |
| | 20 | g | Base masa de empanada |
| | 50 | g | Relleno trucha curada |
| | 5 | g | Guacamole |
| 3 | g | Decoración | |
| MISE EN PLACE: | | | |
| Técnicas de Corte: | | | |
| Base masa de empanada | Fritura profunda | Relleno trucha curada | Cubos |
| Guacamole | Emulsión | Decoración | N/A |
| Ingrediente /técnica, tiempo, temperatura | | | |
| Trucha/ curado/ min, 3 horas/refrigeración. | | | |
| MONTAJE: | | | |
| 1. Cortar la masa de empanada en círculos y llevar a fritura profunda. 2. Agregar emulsión de guacamole sobre la base de masa. 3. Añadir la mezcla del relleno de la trucha curada. 3. Decorar con pepinillo y eneldo. | | | |
| Observaciones: | | | |
| Ninguna | | | |

Fuente: Elaboración propia.

5.3. Base de datos



Tabla 34 Base de datos

| 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 | | | | | | | | | | | | | |
| | Tripa de cerdo | Granel | Mercado | 1 | KG | 4,40 | 1,00 | 0 | 0,00 | 100 | 1,00 | 4,40 | |
| | Sangre | Botella | Mercado | 1 | L | 1,17 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 1,17 | |
| | | | | | | | | | 0,00 | #DIV/0! | #DIV/0! | #DIV/0! | |
| LÁCTEOS | | | | | | | | | | | | | |
| | Yogurt Griego | Botella | Supermaxi | 1 | KG | 7,50 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 100 | 1,00 | 7,50 | |
| | Queso | Funda | Mercado | 1 | Kg | 8,00 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 100 | 1,00 | 8,00 | |
| FRUTAS | | | | | | | | | | | | | |
| | Tomate de árbol | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,50 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1,00 | 1,50 | |
| | Maracuyá | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,57 | 0,6 | 0,4 | 0,00 | 60 | 1,67 | 2,62 | |
| | Guayaba | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,87 | 0,9 | 0,1 | 0,00 | 90 | 1,11 | 2,08 | |
| | Aguacate | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,20 | 0,80 | 0,2 | 0,000 | 80,0 | 1,25 | 1,50 | |
| | Limón | Granel | Supermaxi | 1 | KG | 1,75 | 0,6 | 0,4 | 0,00 | 60 | 1,67 | 2,92 | |
| HORTALIZAS | | | | | | | | | | | | | |
| | Mote pelado | Granel | Mercado | 1 | KG | 3,44 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 100 | 1,00 | 3,44 | |
| | Cebolla perla | Granel | Mercado | 1 | KG | 5,70 | 0,90 | 0,10 | 0,00 | 90 | 1,11 | 6,33 | |
| | Cebollín | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,00 | 0,85 | 0,15 | 0,00 | 85 | 1,18 | 1,18 | |
| | Col blanca | Granel | Mercado | 1 | KG | 5,70 | 0,95 | 0,05 | 0,00 | 95 | 1,05 | 6,00 | |
| | Papa | Granel | Mercado | 1 | KG | 2,50 | 0,95 | 0,05 | 0,00 | 95 | 1,05 | 2,63 | |
| | Culantro | Atado | Mercado | 1 | KG | 1,00 | 0,70 | 0,30 | 0,00 | 70 | 1,43 | 1,43 | |
| | Orégano | Granel | Mercado | 1 | KG | 12,20 | 0,95 | 0,05 | 0,00 | 95 | 1,05 | 12,84 | |
| | Albahaca | Granel | Mercado | 1 | KG | 12,20 | 0,90 | 0,10 | 0,00 | 90 | 1,11 | 13,56 | |
| | Apio | Granel | Mercado | 1 | KG | 3,27 | 0,85 | 0,15 | 0,00 | 85 | 1,18 | 3,85 | |
| | Pimienta | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,14 | 0,90 | 0,10 | 0,00 | 90 | 1,11 | 1,27 | |
| | AjÍ | Granel | Mercado | 1 | KG | 3,60 | 0,95 | 0,05 | 0,00 | 95 | 1,05 | 3,79 | |
| | Tomate | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,50 | 0,90 | 0,10 | 0,00 | 90 | 1,11 | 1,67 | |
| | Palmito | Envase | Mercado | 1 | KG | 5,87 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | 100 | 1,00 | 5,87 | |
| | Mashua | Granel | Mercado | 1 | KG | 5,68 | 0,90 | 0,10 | 0,00 | 90 | 1,11 | 6,31 | |
| | Tuna | Granel | Mercado | 1 | KG | 2,33 | 0,95 | 0,05 | 0,00 | 95 | 1,05 | 2,45 | |
| | Remolacha | Granel | Mercado | 1 | KG | 0,43 | 0,90 | 0,10 | 0,00 | 90 | 1,11 | 0,48 | |
| | Jengibre | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,43 | 0,90 | 0,10 | 0,00 | 90 | 1,11 | 1,59 | |
| | Eneldo | Granel | Mercado | 1 | KG | 1,50 | 0,95 | 0,05 | 0,00 | 95 | 1,05 | 1,58 | |
| | Ajo | Granel | Mercado | 1 | KG | 2,50 | 0,95 | 0,05 | 0,00 | 95 | 1,05 | 2,63 | |
| Mariscos | | | | | | | | | | | | | |
| | Dorado | Empaque al vacío | Supermaxi | 1 | KG | 14,50 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 14,50 | |
| | Huesos de pescado | Granel | Mercado | 1 | KG | 2,60 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 2,60 | |
| | Trucha | Granel | Mercado | 1 | KG | 6,17 | 0,85 | 0,15 | 0,00 | 85 | 1,18 | 7,26 | |
| | | | | | | | | 0 | 0,00 | #DIV/0! | #DIV/0! | #DIV/0! | |
| Abarrote | | | | | | | | | | | | | |
| | Manteca negra | Funda | Mercado | 1 | KG | 1,50 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 1,50 | |
| | Arroz | Funda | Mercado | 1 | KG | 1,00 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 1,00 | |
| | Comino | Funda | Mercado | 1 | KG | 6,26 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 6,26 | |
| | Mostaza | Botella | Mercado | 1 | KG | 4,10 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 4,10 | |
| | Maicena | Paquete | Mercado | 1 | KG | 3,90 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1,00 | 3,90 | |
| | Achiote | Botella | Mercado | 1 | KG | 5,56 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 5,56 | |
| | Nuez | Granel | Mercado | 1 | KG | 7,50 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 7,50 | |
| | Aceite Girasol | Botella | Mercado | 1 | L | 2,50 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 2,50 | |
| | Vinagre blanco | Botella | Mercado | 1 | L | 2,16 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 2,16 | |
| | Sal | Funda | Mercado | 1 | KG | 0,54 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 0,54 | |
| | Pimienta | Botella | Supermaxi | 1 | KG | 18,00 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 18,00 | |
| | Azúcar | Funda | Mercado | 1 | KG | 1,00 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 1,00 | |
| | Pasta de mani | Botella | Mercado | 1 | KG | 8,15 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 8,15 | |
| | Xantana | botella | Mercado | 1 | KG | 5,70 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 5,70 | |
| | Harina | Funda | Mercado | 1 | KG | 2,50 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 2,50 | |
| | Mayonesa | Envase | Mercado | 1 | KG | 5,67 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1 | 5,67 | |
| | Mostaza Dijon | Envase | Supermaxi | 1 | KG | 9,50 | 1 | 0 | 0,00 | 100 | 1,00 | 9,50 | |

Fuente: Elaboración propia.



5.4. Hoja de gramaje y costos

Tabla 35 Costos mapahuiria

|   | | | | | | | | | |
|--|------|-----------------------|--------------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Mapahuiria | | | | | | | |
| Alumno: | | Jorge Luis Macas León | | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | | |
| Costo por Plato: | | 0,02 | Raciones: | | 42 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 227 | g | Mote pelado | 3,44 | 0,78 | Funda/granel | 68 | 0,3 | |
| 2 | 20 | g | manteca negra | 1,50 | 0,03 | Funda/granel | 6 | 0,3 | |
| 3 | 15 | g | Cebolla | 5,70 | 0,09 | Rama | 3 | 0,2 | |
| 4 | 20 | ml | pasta ajo | 2,50 | 0,05 | Botella | 7 | 0,35 | |
| 5 | 7 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | Funda | 2 | 0,25 | |
| 6 | 10 | g | Cebollin | 1,00 | 0,01 | Funda/granel | 6 | 0,6 | |
| | | 299 | Peso Total receta | | 0,96 | Costo de receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,07 | | | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 36 Costos morcilla

|   | | | | | | | | | |
|--|------|-----------------------|--------------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Morcilla | | | | | | | |
| Alumno: | | Jorge Luis Macas León | | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | | |
| Costo por Plato: | | 0,02 | Raciones: | | 76 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 240 | g | Tripa de cerdo | 4,40 | 1,06 | Funda/granel | 72 | 0,3 | |
| 2 | 75 | g | arroz blanco | 1,00 | 0,08 | Funda/granel | 23 | 0,3 | |
| 3 | 50 | g | Col blanca | 5,70 | 0,29 | Rama | 10 | 0,2 | |
| 4 | 75 | g | Papa | 2,50 | 0,19 | Botella | 26 | 0,35 | |
| 5 | 3 | g | Sal | 1,17 | 0,00 | Funda | 1 | 0,25 | |
| 6 | 10 | g | Culantro | 1,00 | 0,01 | Funda/granel | 6 | 0,6 | |
| 7 | 10 | g | Cebollin | 1,58 | 0,02 | Funda/granel | 6 | 0,6 | |
| 8 | 2 | g | Orégano | 12,20 | 0,02 | Funda/granel | 1 | 0,6 | |
| 9 | 10 | g | Albahaca | 12,20 | 0,12 | Funda/granel | 6 | 0,6 | |
| 10 | 5 | g | Ajo | 2,06 | 0,01 | Entero | 3 | 0,6 | |
| 11 | 10 | g | Cebolla | 1,58 | 0,02 | Funda/granel | 6 | 0,6 | |
| 12 | 5 | g | Apio | 3,27 | 0,02 | Funda/granel | 3 | 0,6 | |
| 13 | 3 | g | Comino | 6,26 | 0,02 | Funda | 2 | 0,6 | |
| 14 | 35 | g | Sangre | 1,17 | 0,04 | Funda/granel | 21 | 0,6 | |
| | | 533 | Peso Total receta | | 1,88 | Costo de receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,07 | | | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 37 Costos ají tomate de árbol

|   | | | | | | | | |
|--|------|-------------------------|--------------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Ají Tomate árbol | | | | | | |
| Alumno: | | Jorge Luis Macas León | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | | | 7 | |
| Costo por Plato: | | 0,01 | Raciones: | | | | 35 | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 150 | g | Tomate árbol | 1,50 | 0,23 | Funda/granel | 45 | 0,3 |
| 2 | 12 | g | cebolla | 1,58 | 0,02 | Funda/granel | 4 | 0,3 |
| 3 | 5 | g | Pimiento | 1,14 | 0,01 | Funda | 1 | 0,2 |
| 4 | 30 | ml | Aceite | 2,50 | 0,08 | Botella | 11 | 0,35 |
| 5 | 3 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | Funda | 1 | 0,25 |
| 6 | 4 | g | Mostaza | 4,10 | 0,02 | Funda/granel | 2 | 0,6 |
| 7 | 15 | g | Ají | 3,60 | 0,05 | Funda/granel | 9 | 0,6 |
| 8 | 5 | g | Orégano | 12,20 | 0,06 | Funda/granel | 3 | 0,6 |
| | | 224 | Peso Total receta | | 0,46 | Costo de receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,04 | | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 38 Costos papel llapingacho

|   | | | | | | | | |
|--|------|--------------------------|--------------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Papel Llapingacho | | | | | | |
| Alumno: | | Jorge Luis Macas León | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | | | 7 | |
| Costo por Plato: | | 0,01 | Raciones: | | | | 29 | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 175 | g | Papa | 0,84 | 0,15 | Funda/granel | 53 | 0,3 |
| 2 | 5 | g | cebolla | 1,58 | 0,01 | Funda/granel | 2 | 0,3 |
| 3 | 5 | g | maicena | 3,90 | 0,02 | Funda | 1 | 0,2 |
| 4 | 15 | ml | Achiote | 5,56 | 0,08 | Botella | 5 | 0,35 |
| 5 | 3 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | Funda | 1 | 0,25 |
| | | 203 | Peso Total receta | | 0,26 | Costo de receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,03 | | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 39 Costos criollita

|   | | | | | | | | | |
|--|------|------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Criollita | | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | | |
| Costo por Plato: | | 0,01 | Raciones: | | 18 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 50 | g | Cebolla perla | 1,58 | 0,08 | Envase | 50 | 1,00 | |
| 2 | 50 | g | Tomate | 1,50 | 0,08 | Envase | 63 | 1,25 | |
| 3 | 1 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | Rama | 1 | 1,00 | |
| 4 | 3 | g | Culantro | 9,00 | 0,03 | funda | 3 | 1,00 | |
| 5 | 20 | g | Limón | 2,00 | 0,04 | funda | 20 | 1,00 | |
| | | 124 | Peso Total receta | | 0,22 | costo de la receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,04 | | | | | |


Fuente: Elaboración propia.

Tabla 40 Costos morcilla y mapahuiria

|   | | | | | | | | | |
|--|------|------------------------------|------------------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Morcilla y Mapahuiria | | | | | | | |
| Alumno: | | | Jorge Luis Macas León | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 67 | | | | |
| Costo por Plato: | | 0,30 | Raciones: | | 6 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 70 | g | Pure mote sucio y mapahuiria | 3,50 | 0,25 | Envase | 21 | 0,3 | |
| 2 | 280 | g | Morcilla | 5,00 | 1,40 | Envase | 84 | 0,3 | |
| 3 | 28 | g | Manzana | 1,00 | 0,03 | Envase | 6 | 0,2 | |
| 4 | 21 | g | Criollita | 2,50 | 0,05 | Botella | 7 | 0,35 | |
| 5 | 7 | g | Ají Tomate Árbol | 1,00 | 0,01 | Funda | 2 | 0,25 | |
| 6 | 35 | g | Papel Llapingacho | 1,98 | 0,07 | Envase | 21 | 0,6 | |
| | | 441 | Peso Total receta | | 1,80 | Costo de receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,90 | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 41 Costos base de ceviche

|   | | | | | | | | |
|--|------|------------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Base de ceviche | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | |
| Costo por Plato: | | 0,03 | Raciones: | | 49 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 70 | g | Limón | 1,10 | 0,08 | Envase | 70 | 1,00 |
| 2 | 180 | g | Nuez | 7,50 | 1,35 | Envase | 225 | 1,25 |
| 3 | 35 | g | Ají | 3,60 | 0,13 | Rama | 35 | 1,00 |
| 4 | 21 | g | Sal | 0,58 | 0,01 | funda | 21 | 1,00 |
| 5 | 40 | g | Maracuyá | 1,57 | 0,06 | funda | 40 | 1,00 |
| | | 346 | Peso Total receta | | 1,63 | costo de la receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,10 | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 42 Costos líquido de gobierno

|   | | | | | | | | |
|--|------|-------------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Líquido Gobierno | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | |
| Costo por Plato: | | 0,01 | Raciones: | | 18 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 83 | g | Vinagre blanco | 2,16 | 0,18 | Galón | 83 | 1,00 |
| 2 | 8 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | Funda | 8 | 1,00 |
| 3 | 25 | gr | Azúcar | 1,00 | 0,03 | Funda | 25 | 1,00 |
| | | 116 | Peso Total receta | | 0,21 | costo de la receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,03 | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 43 Costos relleno de ceviche

|   | | | | | | | | |
|--|------|---------------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Relleno de ceviche | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | |
| Costo por Plato: | | 0,03 | Raciones: | | 28 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 140 | g | Palmito | 5,87 | 0,82 | Envase | 140 | 1,00 |
| 2 | 14 | g | Mashua | 5,68 | 0,08 | Funda/granel | 14 | 1,00 |
| 3 | 14 | g | Tuna | 2,33 | 0,03 | Pesado | 14 | 1,00 |
| 5 | 2 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | Funda | 2 | 1,00 |
| 6 | 28 | g | Chips remolacha | 0,43 | 0,01 | Funda/granel | 28 | 1,00 |
| | | 198 | Peso Total receta | | 0,95 | costo de la receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,10 | | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 44 Costos aceite culantro

|   | | | | | | | | |
|--|------|------------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Aceite culantro | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | |
| Costo por Plato: | | 0,01 | Raciones: | | 32 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 75 | ml | Aceite | 2,50 | 0,19 | Botella | 75 | 1,00 |
| 2 | 150 | g | Hojas de culantro | 1,00 | 0,15 | Funda | 188 | 1,25 |
| | | 225 | Peso Total receta | | 0,34 | costo de la receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,03 | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 45 Costos ceviche de palmito y tuna

|   | | | | | | | | | |
|--|------|-------------------------------|--------------------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Ceviche palmito y tuna | | | | | | | |
| Alumno: | | Jorge Luis Macas León | | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | | | 60 | | |
| Costo por Plato: | | 0,15 | Raciones: | | | | 7 | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 210 | g | Base cítrica | 1,98 | 0,42 | Envase | 63 | 0,3 | |
| 2 | 175 | g | Relleno palmito, tuna y mashua | 3,50 | 0,61 | Envase | 53 | 0,3 | |
| 3 | 28 | g | Chips remolacha | 1,14 | 0,03 | Envase | 6 | 0,2 | |
| 4 | 7 | g | Brote culantro | 1,00 | 0,01 | Botella | 2 | 0,35 | |
| | | 420 | Peso Total receta | | 1,07 | Costo de receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,46 | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 46 Costos sofrito

|   | | | | | | | | | |
|---|------|----------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Sofrito | | | | | | | |
| Alumno: | | Brigada 1 | | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | | | 7 | | |
| Costo por Plato: | | 0,01 | Raciones: | | | | 11 | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 25 | g | Pimiento | 1,14 | 0,03 | Entero | 25 | 1,00 | |
| 2 | 25 | g | Cebolla | 1,58 | 0,04 | Funda | 25 | 1,00 | |
| 3 | 25 | g | Tomate | 1,50 | 0,04 | Botella | 25 | 1,00 | |
| | | 75 | Peso Total receta | | 0,11 | costo de la receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,03 | | | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 47 Costos fondo de pescado

|   | | | | | | | | | |
|--|------|----------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Fondo pescado | | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | | |
| Costo por Plato: | | 0,02 | Raciones: | | 79 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 50 | g | Cebolla perla | 1,58 | 0,08 | Pesado | 50 | 1,00 | |
| 2 | 50 | g | pimiento | 1,14 | 0,06 | Entero | 50 | 1,00 | |
| 3 | 454 | g | huesos pescado | 2,60 | 1,18 | Funda | 454 | 1,00 | |
| | | 554 | Peso Total receta | | 1,32 | costo de la receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,05 | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 48 Costos moro lenteja

|   | | | | | | | | | |
|--|------|---------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Moro lenteja | | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | | |
| Costo por Plato: | | 0,02 | Raciones: | | 18 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 70 | g | Lenteja | 2,78 | 0,19 | funda | 70 | 1,00 | |
| 2 | 35 | g | Arroz | 1,00 | 0,04 | funda | 44 | 1,25 | |
| 3 | 11 | g | Sofrito | 0,33 | 0,00 | Envase | 11 | 1,00 | |
| 4 | 7 | g | Achiote | 5,56 | 0,04 | Botella | 7 | 1,00 | |
| 5 | 1 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | funda | 1 | 1,00 | |
| | | 124 | Peso Total receta | | 0,27 | costo de la receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,05 | | | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 49 Costos salsa fondo pescado

|   | | | | | | | | |
|--|------|----------------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Salsa fondo pescado | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | |
| Costo por Plato: | | 0,02 | Raciones: | | 37 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 15 | g | Pasta maní | 8,15 | 0,12 | Pesado/granel | 15 | 1,00 |
| 2 | 15 | g | Cebolla | 1,58 | 0,02 | Envase | 19 | 1,25 |
| 3 | 5 | g | Achiote | 5,56 | 0,03 | Tarrina | 5 | 1,00 |
| 4 | 2 | g | Sal | 7,66 | 0,02 | funda | 2 | 1,00 |
| 5 | 225 | ml | Fondo pescado | 1,85 | 0,42 | | 225 | 1,00 |
| | | 262 | Peso Total receta | | 0,61 | costo de la receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,05 | | | | |



Fuente: Elaboración propia.

Tabla 50 Costos emulsión cítrica

|   | | | | | | | | |
|--|------|-------------------------|------------------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Emulsión cítrica | | | | | | |
| Alumno: | | | Jorge Luis Macas León | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | |
| Costo por Plato: | | 0,01 | Raciones: | | 30 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 150 | g | Cáscaras limón | 2,00 | 0,30 | Funda/granel | 45 | 0,3 |
| 2 | 30 | g | Aceite | 2,50 | 0,08 | Funda/granel | 9 | 0,3 |
| 3 | 3 | g | xantana | 5,70 | 0,02 | Rama | 1 | 0,2 |
| 4 | 1 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | Botella | 0 | 0,35 |
| 5 | 10 | g | Azúcar | 0,58 | 0,01 | Funda | 3 | 0,25 |
| 6 | 1 | g | Achiote | 5,56 | 0,01 | Funda/granel | 1 | 0,6 |
| 7 | 15 | g | Zumo Limón | 2,00 | 0,03 | Funda/granel | 9 | 0,6 |
| | | 210 | Peso Total receta | | 0,43 | Costo de receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,04 | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 51 Costos croqueta lenteja y pescado

|   | | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|--------------------------|------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | Croqueta lenteja y pescado | | | | | | | |
| Alumno: | Jorge Luis Macas León | | | | | | | |
| Tipo de Plato: | Tapa | Tamaño porción | | 76 | | | | |
| Costo por Plato: | 0,11 | Raciones: | | 7 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 21 | ml | Salsa maní | 1,50 | 0,03 | Envase | 6 | 0,3 |
| 2 | 280 | g | Croqueta lenteja | 1,58 | 0,44 | Envase | 84 | 0,3 |
| 3 | 210 | g | Filete pescado | 1,14 | 0,24 | Envase | 42 | 0,2 |
| 4 | 21 | g | Emulsión cítrica | 2,50 | 0,05 | Botella | 7 | 0,35 |
| 532 | | Peso Total receta | | | 0,77 | Costo de receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,33 | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 52 Costos masa empanada

|   | | | | | | | | |
|--|----------------------|--------------------------|-------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | Masa empanada | | | | | | | |
| Alumno: | Jorge Luis Macas | | | | | | | |
| Tipo de Plato: | Tapa | Tamaño porción | | 26 | | | | |
| Costo por Plato: | 0,09 | Raciones: | | 7 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 150 | g | Harina | 2,50 | 0,38 | Pesado/granel | 150 | 1,00 |
| 2 | 1 | g | Sal | 1,58 | 0,00 | Envase | 1 | 1,25 |
| 3 | 3 | g | Azúcar | 2,50 | 0,01 | Tarrina | 3 | 1,00 |
| 4 | 30 | ml | Aceite | 7,66 | 0,23 | funda | 30 | 1,00 |
| 184 | | Peso Total receta | | | 0,61 | costo de la receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,26 | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 53 Costos espumilla de guayaba

|   | | | | | | | | |
|--|------|-----------------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Espumilla de guayaba | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | |
| Costo por Plato: | | 0,03 | Raciones: | | 43 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 100 | g | Guayaba | 1,87 | 0,19 | Pesado/granel | 100 | 1,00 |
| 2 | 150 | g | Yogurth griego | 7,50 | 1,13 | Envase | 188 | 1,25 |
| 3 | 50 | g | Azúcar | 0,58 | 0,03 | Tarrina | 50 | 1,00 |
| | | | | | 0,00 | funda | 0 | 1,00 |
| | | 300 | Peso Total receta | | 1,34 | costo de la receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,09 | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 54 Costos cannoli relleno de espumilla de guayaba

|   | | | | | | | | |
|--|------|--|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|
| Costos: | | Cannoli relleno de espumilla de guayaba | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 62 | | | |
| Costo por Plato: | | 0,10 | Raciones: | | 7 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección |
| 1 | 240 | g | Masa de empanada | 2,20 | 0,53 | Envase | 240 | 1,00 |
| 2 | 50 | g | Espumilla de guayaba | 1,80 | 0,09 | Envase | 63 | 1,25 |
| 3 | 7 | g | Queso | 8,00 | 0,06 | Funda | 7 | 1,00 |
| | | | | | 0,00 | | 0 | 1,00 |
| | | 297 | Peso Total receta | | 0,67 | costo de la receta | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,29 | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 55 Costos guacamole

|   | | | | | | | | | |
|--|------|------------------|--------------------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Guacamole | | | | | | | |
| Alumno: Jorge Luis Macas | | | Brigada 1 | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 7 | | | | |
| Costo por Plato: | | 0,03 | Raciones: | | 28 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 180 | g | Aguacate | 3,60 | 0,65 | Pesado/granel | 180 | 1,00 | |
| 2 | 15 | g | Limón | 5,00 | 0,08 | Envase | 19 | 1,25 | |
| 3 | 2 | g | Sal | 2,50 | 0,01 | Tarrina | 2 | 1,00 | |
| | | 197 | Peso Total receta | | 0,73 | costo de la receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,08 | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 56 Costos relleno tartar

|   | | | | | | | | | |
|--|------|-----------------------|------------------------------|----------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Relleno tartar | | | | | | | |
| Alumno: | | | Jorge Luis Macas León | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | Tapa | Tamaño porción | | 45 | | | | |
| Costo por Plato: | | 0,28 | Raciones: | | 7 | | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 280 | g | Trucha | 6,17 | 1,73 | Funda/granel | 84 | 0,3 | |
| 2 | 2 | g | Sal | 0,58 | 0,00 | Funda/granel | 1 | 0,3 | |
| 3 | 5 | g | Limón | 9,00 | 0,05 | Rama | 1 | 0,2 | |
| 4 | 7 | g | Mayonesa | 5,97 | 0,04 | Botella | 2 | 0,35 | |
| 5 | 7 | g | Achiote | 5,56 | 0,04 | Funda | 2 | 0,25 | |
| 6 | 7 | g | Mostaza Dijon | 9,50 | 0,07 | Funda/granel | 4 | 0,6 | |
| 7 | 3 | g | Cebollin | 1,58 | 0,00 | Funda/granel | 2 | 0,6 | |
| 8 | 3 | g | Culantro | 1,00 | 0,00 | Funda/granel | 2 | 0,6 | |
| 9 | 1 | g | Eneldo | 1,50 | 0,00 | Funda/granel | 1 | 0,6 | |
| 10 | 1 | g | Jengibre | 1,43 | 0,00 | Entero | 1 | 0,6 | |
| | | 316 | Peso Total receta | | 1,93 | Costo de receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,83 | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.





Tabla 57 Costos tartar trucha curada









|   | | | | | | | | | |
|--|------|-----------------------------|--------------------------|-----------------------|--------------|------------------------|----------------------|-------------------|--|
| Costos: | | Tartar trucha curada | | | | | | | |
| Alumno: | | | Jorge Luis Macas León | | | | | | |
| Tipo de Plato: | | | Tapa | Tamaño porción | | 78 | | | |
| Costo por Plato: | | | 0,32 | Raciones: | | 7 | | | |
| Nº | CANT | UND. | INGREDIENTE | Costo por kilo | Costo receta | Presentación | Gramaje bruto compra | Factor Corrección | |
| 1 | 140 | g | base crocante | 1,00 | 0,14 | Envase | 42 | 0,3 | |
| 2 | 350 | g | Relleno de trucha | 5,85 | 2,05 | Envase | 105 | 0,3 | |
| 3 | 35 | g | Guacamole | 1,14 | 0,04 | Envase | 7 | 0,2 | |
| 4 | 21 | g | Decoración | 1,00 | 0,02 | Botella | 7 | 0,35 | |
| | | 546 | Peso Total receta | | 2,25 | Costo de receta | | | |
| P.V.P (Precio de venta al Público): | | | | 0,96 | | | | | |

Fuente: Elaboración propia.

5.5. Cuadro de principales materias primas utilizadas

Tabla 58 Principales materias primas utilizadas en la preparación

| Ingrediente | Características / aporta | Producto en el que se emplea | Fotografía |
|-----------------------|--|------------------------------|---|
| Tripa de cerdo | Se emplea para la elaboración de la morcilla | Morcilla |  |
| Sangre | Se emplea para dar sabor y textura. | Morcilla |  |
| Mote pelado | Aporta con la fijación del resto de productos. | Mapahuirá |  |
| Manteca Negra | Se emplea para la fijación del resto de ingredientes | Mapahuirá |  |

| | | | |
|--------------------------|--|---|---|
| Tomate de árbol | Brinda consistencia a la salsa | Ají tomate de árbol |  |
| Papa chola | Se utiliza para hacer puré | Papel de Llapingacho |  |
| Palmito | Se emplea para la elaboración del ceviche de palmito | Ceviche de palmito |  |
| Mashua | Se emplea mashua encurtida para el ceviche | Ceviche de palmito |  |
| Tuna | Forma parte del relleno del ceviche | Ceviche de palmito |  |
| Filete de pescado | Producto principal en la tapa de croqueta | Croqueta de lenteja y pescado |  |
| Guayaba | Se emplea como espumilla | Cannoli relleno de espumilla de Guayaba |  |
| Aguacate | Se usa para dar textura a la salsa de guacamole | Guacamole |  |

Fuente: Elaboración propia.








5.6. Cuadro de técnicas y métodos gastronómicos aplicados

Tabla 59 Cortes más frecuentes

| Corte | Descripción |
|-------------------|--|
| Chiffonade | Tiras finas de verduras de hojas grandes |
| Brunoise | Cubo de 2 mm por cada lado. |
| Mirepoix | Cortes de 1,5 mm, generalmente irregulares. |
| Cubos | Cubos de 6 mm x 6 mm. |
| Gajos | Se corta en cuatro trozos a lo largo del producto. |
| Rondeles | Rodaja o rebanada con un grosor de entre 5 a 9 ml. |

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 60 Métodos y técnicas gastronómicas aplicadas

| Técnica | Característica | Producto en el que se emplea | Imagen |
|-------------------------|--|------------------------------|---|
| Moler/ Procesar | Moler mote pelado hasta obtener textura de puré | Mapahuirá |  |
| Embutir | Se coloca el condumio dentro de la tripa de cerdo | Mapahuirá y morcilla |  |
| Emulsionar | Genera consistencia para la salsa de ají | Ají de tomate de árbol |  |
| Hornear | Obtener textura crocante | Papel de llapingacho |  |
| Blanquear | Se lo emplea para trabajar con las hojas de culantro en el aceite. | Aceite de culantro |  |
| Sellar | Se sellan los huesos de pescado previo a la elaboración del fondo | Fumet de pescado |  |
| Fritura profunda | Para la masa de la empanada | Tartar de trucha curada |  |

Fuente: Elaboración propia.

CONCLUSIONES

Una vez realizado el presente estudio, se presentan las siguientes conclusiones:

- En torno al primer objetivo, se puede indicar que se ha recopilado toda la información bibliográfica acerca de la gastronomía española, tapas, su proceso de elaboración, así como lo asociado a los productos ecuatorianos empleados en la propuesta, conjuntamente con las técnicas de cocción empleadas.
- En relación con el segundo objetivo específico, se ha desarrollado una propuesta con cinco tapas, las cuales emplearon, entre sus ingredientes, productos ecuatorianos, con la finalidad de promocionar la biodiversidad que presenta el país en el restaurante “LaMaría” de la ciudad de Cuenca.
- Finalmente, en cuanto al objetivo específico tres, se pudo validar la propuesta en el restaurante objeto de estudio con la participación de siete personas entre los cocineros del establecimiento, conjuntamente con clientes del mismo, los cuales, de acuerdo con los resultados obtenidos, fueron elaborados de manera exitosa, debido a que las calificaciones en cuanto a sus características organolépticas fueron altas.

RECOMENDACIONES

Si bien la propuesta presentada obtuvo buenos resultados en la validación realizada en las instalaciones del restaurante “LaMaría”, para futuras investigaciones es recomendable ahondar en la investigación de más productos nacionales, debido a que el país cuenta con gran diversidad de productos en todas las regiones, lo cual puede diversificar las propuestas gastronómicas.

Además, es recomendable que los propietarios de los restaurantes, se mantengan al tanto de las nuevas innovaciones y tendencias que los restaurantes de la competencia proponen, con el fin de mantenerse a la vanguardia gastronómica tanto nacional como internacional.

En lo referente al restaurante objeto de estudio, se recomienda implementar el menú en el área de bar del mismo, con el fin de ofrecer maridajes con bebidas que se ofertan en el lugar, y de esta manera, los clientes puedan consumir alimentos ligeros mientras disfrutan de sus bebidas favoritas.

BIBLIOGRAFÍA

- Abreu, J. (2014). *El Método de la Investigación*. 9(3), 195-204.
- Aguilar, M. (2012). Aprendizaje y Tecnologías de Información y Comunicación: Hacia nuevos escenarios educativos. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 10(2), 801-811.
- Aguirregoitia Martínez, A., & Fernández Poyatos, M. D. (2019). La simplicidad como proceso creativo culinario: Una tendencia en el turismo gastronómico. *PASOS Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 17(5). <https://doi.org/10.25145/j.pasos.2019.17.062>
- Almodóvar, M. Á. (2022). *Eso no estaba en mi libro de historia de la cocina española*. Editorial Almuzara.
- Anguita, J. C. (2003). *La encuesta como técnica de investigación. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos (I)*. 31(8), 527-162.
- Arija Val, M. V., Pérez Rodrigo, C., Serra Majem, L., & Aranceta Bartrina, J. (2019). Gastronomía y nutrición en Cataluña. *Nutrición hospitalaria: Órgano oficial de la Sociedad española de nutrición parenteral y enteral*, 36(Extra 1 (Junio 2019)), 78-85.
- Armendáriz Sanz, J. (2006). *Técnicas de cocina para profesionales*. Ediciones Paraninfo, S.A.
- Aymerich, P. (2019, junio 19). Tapas, costumbre, tradición y creatividad. *Cocina y Vino*. <https://www.cocinayvino.com/en-la-cocina/especiales/tapas-costumbre-tradicion/>
- Bahls, Á., Wendhausen Krause, R., & da Silva Añaña, E. (2019). Comprensión de los conceptos de culinaria y gastronomía: Una revisión y propuesta conceptual. *Estudios y perspectivas en turismo*, 28(2), 312-330.
- Berasaluce Linares, F. J. (2021). *La ética del trabajo gastronómico en España*. 22, 371-379. <https://doi.org/10.25267/Periferica.2021.i22.32>
- Blasco, A. I., Soguero, C., & Alonso, R. (2022). Habilidades lógicas: Decantación y clasificación. *Entorno Abierto*, 45, 20-25.
- Buele, U. (2015, septiembre 20). *¿Qué es la Decantación?* <https://www.tplaboratorioquimico.com/laboratorio-quimico/procedimientos-basicos-de-laboratorio/que-es-la-decantacion.html>
- Buss Thofehn, M., López Montesinos, M. J., Rutz Porto, A., Coelho Amestoy, S., Oliveira Arriera, I. C. de, & Mikla, M. (2013). Grupo focal: Una técnica de recogida de datos en

- investigaciones cualitativas. *Index de Enfermería*, 22(1-2), 75-78.
<https://doi.org/10.4321/S1132-12962013000100016>
- Cabrera Mamani, R. S. (2022). *Plan de exportación de palmito en conserva con destino al mercado de Italia* [Universidad Mayor de San Simón].
<http://ddigital.umss.edu.bo:8080/jspui/handle/123456789/32161>
- Campos Covarrubias, G., & Lule Martínez, N. E. (2012). La observación, un método para el estudio de la realidad. *Xihmai*, 7(13), 45-60.
- Cantón Rodríguez, M. L., & López Santiago, M. (2021). Denominación, traducción y transferencia cultural en el ámbito de la gastronomía. *Onomázein*, 54.
<https://doi.org/10.7764/onomazein.54.01>
- Carchi Ramón, G. A., & Espinoza Rendon, J. S. (2022). El color del maíz: Gastronomía azuaya a través de la literatura entre lo tradicional y lo contemporáneo. *Raíces: Revista Nicaragüense de Antropología*, 73-83. <https://doi.org/10.5377/raices.v6i11.14473>
- Carmen María Córdova puente. (2018). Repositorio Digital USFQ. Recuperado el jueves de 04 de 2023, de Repositorio Digital USFQ:
<https://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/8024>
- Causas, D. (2015). Biblioteca electrónica de la universidad Nacional de Colombia. Obtenido de biblioteca electrónica de la universidad Nacional de Colombia:
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/36805674/1-Variables-libre.pdf?1425133381=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3Dvariables_de_Daniel_Cauas.pdf&Expires=1685558442&Signature=hMmzApHtEpkWoY-b2svS3hxb8HGe288WlfoPACGyOp4w3gjJSTzADr~cpl6UtLV5C
- Chirif, A. (2021). Culinaria de la yuca brava: Transformando veneno en alimento. En *Estado Pluricultural. Perú del Bicentenario* (pp. 63-78). Editorial Horizonte.
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/75056233/Estado_pluricultural_Final_PDF-libre.pdf?1637710074=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DEstado_pluricultural_Final_PDF.pdf&Expires=1686776465&Signature=V2QhSnZDZ6yvaNXXvfxaK5Aqn5jxDkWyebB1ArctLM2YYV PXIRojRZyARULYFqE6hOVE1kV8adZ~ynN4DXAK0bYobiAx6kULZjfRfp9ZgEc1-wqcLoIOiQfAqdINE7GnsuLkeZpqzKnmJkfZ0SdKQB42UiFgIW6eeq3p1~YcJfzMrPL UXJD2LX196LGjmwvGbpwqtxqI0ppBHzdSv9bhZXBG1q~0AFGdMwPQBgmjrtZGF 2FxrwHNCDXK5Bijvdrhq4RqLB-

[ZUZejeraUZXqUw2jZASn7960KbgZX~fxQ0noU31CafIIZDGZiZbt8y7gQ6Xu5fo2-d8y1hWwhXCUGw_ &Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA#page=63](http://ZUZejeraUZXqUw2jZASn7960KbgZX~fxQ0noU31CafIIZDGZiZbt8y7gQ6Xu5fo2-d8y1hWwhXCUGw_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA#page=63)

- Córdova Puente, M. (2014). «*Por el gusto de tenerles en mi casa*» influencia de la cocina española y francesa dentro de la cocina ecuatoriana tradicional [Universidad San Francisco de Quito]. <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/3181>
- Crespo Fernández, E., & González González, N. (2016). *Técnicas culinarias*. Ediciones Paraninfo, S.A.
- Cruz Vázquez, C. (2021). *Factores fisicoquímicos que influyen en la estructura de las masas de maíz nixtamalizado cocidas al vapor* [Universidad Autónoma del Estado de México]. <http://ri.uaemex.mx/handle/20.500.11799/109908>
- D'Alessandro, M. (2019). *Palmito. Planta y sus características, cómo se obtiene*. <https://www.flores.ninja/palmito/>
- Dagnino, J. (2014). Revista Chilena de Anestesia. Obtenido de Revista Chilena de Anestesia: https://www.sachile.cl/upfiles/revistas/54e63653e200e_05_tipos-2-2014_edit.pdf
- Delgado González, F. (2023). *Cocina española e internacional*. IC Editorial.
- Duarte-Casar, R., Pacheco, A., Armendáriz, M., Armendáris, J., López, J., Rojas-Le-Fort, M., & González, J. (2018). *Guía de Técnicas Culinarias*. Asociación de Chefs del Ecuador. https://www.researchgate.net/profile/Rodrigo-Duarte-Casar/publication/328410036_Guia_de_Tecnicas_Culinarias/links/5bcb65fb458515f7d9ccdb16/Guia-de-Tecnicas-Culinarias.pdf
- Escuela de Gastronomía Scoolinary. (2021, noviembre 16). *Una breve historia de la cocina tradicional española*. <https://blog.scoolinary.com/una-breve-historia-de-la-cocina-tradicional-espanola/>
- Fernández Martínez, D. (2019). *Tapeo con Dany* [Universidad de Sevilla]. <https://idus.us.es/handle/11441/92200>
- Fernández, D. (2018). *La tapa y el tapeo: Tradición, gastronomía, arte y placer*. Típico de Andalucía. <https://tipicodeandalucia.com/tapa-tapeo-tradicion-gastronomia-placer/>
- Fernández, S. (2016, agosto 19). *Lista de las tapas típicas españolas más importantes*. Astelus. <https://astelus.com/lista-de-las-mejores-tapas-espanolas/>
- Folgado-Fernández, J., Hernández Mogollón, J. M., & Campón-Cerro, A. (2011). *El turismo gastronómico como atractivo innovador del destino: un estudio empírico sobre rutas gastronómicas españolas*. Fundación Caja de Extremadura. https://www.researchgate.net/profile/Jose-Folgado-Fernandez/publication/272997226_EL_TURISMO_GASTRONOMICO_COMO_ATR

[ACTIVO INNOVADOR DEL DESTINO UN ESTUDIO EMPIRICO SOBRE RUTAS GASTRONOMICAS ESPANOLAS/links/54f442230cf2f9e34f0943ae/EL-TURISMO-GASTRONOMICO-COMO-ATRACTIVO-INNOVADOR-DEL-DESTINO-UN-ESTUDIO-EMPIRICO-SOBRE-RUTAS-GASTRONOMICAS-ESPANOLAS.pdf](https://www.uva.es/uvadoc/uvadoc/handle/10324/55726)

- Frómata Cardentey, R. (2022). *Revisión bibliográfica: Incorporación de fibras en embutidos cárnicos* [Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/55726>
- Fuchs, L. (2023). *Tapas españolas: Cuáles son las más típicas*. <https://www.directoalpaladar.com/recetario/tapas-espanolas-cuales-tipicas>
- Gil Martínez, A. (2010). *Técnicas Culinarias*. Ediciones AKAL.
- González Tejel, R. (2018). *Taller Para abrir el apetito: La gastronomía española*. 4(61), 1-9.
- González, P. (2023, mayo 8). *10 beneficios Del Palmito: Para Qué Sirve Y Propiedades*. <https://saludresponde.org/nutricion/10-beneficios-de-palmito-para-que-sirve-y-propiedades/>
- Gorostiague, J. I., & López Bastián, F. E. (2019). *Variables de formulación en embutidos cárnicos secos* [Universidad Nacional de La Plata]. <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/73835>
- Gourman. (3 de Agosto de 2019). El Universo. Obtenido de El Universo: <https://www.eluniverso.com/entretenimiento/2019/08/03/nota/7453890/montaditos/>
- Guerrero Luján, R. (2019). *Procesos básicos de preparación de alimentos y bebidas 2.^a edición*. Ediciones Paraninfo, S.A.
- Guillén, S. R. (2019). Gastronomía, creatividad y autoría culinaria: Propuesta de creación de un Código deontológico de la gastronomía española y de un registro nacional de creaciones culinarias, 69-83.
- Gutiérrez Gutiérrez, L., & Rodríguez Vela, A. (2018). *Gastronomía Española*. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. https://www.bne.es/es/Micrositios/Guias/gastronomia/resources/pdf/GASTRONOMIA_ESPAxOLA.pdf
- Gutiérrez Quecano, R., & Maldonado Ladino, M. (2019). Elementos epistemológicos y socioculturales de la gastronomía. *PALMA Express*, 8-27.
- Hermann Grüner, R., & Gil Martínez, A. (2008). *Procesos de cocina* (8va edición). Ediciones AKAL.

- Herrera Morales, D. S. (2019). *Levantamiento del patrimonio gastronómico de la comunidad de Yunguilla* [Universidad de las Américas]. <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/11220>
- Hidalgo Freire, D. (2020). *Muestreo y tratamiento previo*. https://www.uv.es/gidprl/multimedia%20medioambiente_industrial/muestreo/index.htm
- Islam, M., & Molinar-Toribio, E. M. (2013). Desarrollo de productos novedosos de papaya panameña: encurtidos en forma de deditos y rayados. *Tecnociencia*, 15(1).
- Jamal, J. (2022). *Las 20 mejores tapas típicas españolas*. <https://www.thefork.es/blog/mejores-tapas-tipicas-espanolas>
- Kanare, H. M. (1985). *Writing the laboratory notebook*. American Chemical Society. <http://www.tortolero.net/atortolero/downloads/bitacora.pdf>
- Lam Díaz, M. (2005). Metodología para la confección de un proyecto de investigación. *Revista Cubana de Hematología, Inmunología y Hemoterapia*, 21(2), 0-0.
- Lizarralde Burbano, G. (2013). *Recorrido por la guía Michelin España cocina vanguardia* [Universidad San Francisco de Quito]. <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/1798>
- Lopera, G. (2020, febrero 6). *Decantación: Concepto, ejemplos y tipos*. Lifeder. <https://www.lifeder.com/ejemplos-de-decantacion/>
- López Acosta, F. (2017). *Todo lo que tienes que saber sobre las Tapas y el Tapeo*. <https://www.ostealea.com/actualidad/blog-turismo/todo-lo-que-tienes-que-saber-sobre-las-tapas-y-el-tapeo>
- Lyu, X. (2019). Las paremias de la alimentación y la gastronomía en español: Léxico y contenido metafórico [Universitat Rovira i Virgili]. En *TDX (Tesis Doctorals en Xarxa)*. <https://www.tdx.cat/handle/10803/668380>
- Macías Villegas, P. G. (2020). *Elaboración de fórmulas de yogures naturales usando almíbares de plátano maduro y banano* [Universidad Earth]. <https://repositorio.earth.ac.cr/handle/UEARTH/163>
- Maillet, J. (2013). *El confitero moderno: Tratado completo y práctico de confitería y de pastelería, del licorista y de toda clase de refrescos pertenecientes [á] la repostería, con el método de preparar toda clase de encurtido*. Editorial MAXTOR.
- Maldonado Cevallos, K. A. (2017). *Investigación sobre el impacto de una dieta compuesta por productos endémicos del Ecuador (quinua, chocho, maíz, cacao y guayusa) en el desarrollo integral del ser humano* [Universidad de las Américas]. <http://dspace.udla.edu.ec/handle/33000/7424>

- Manchego, C. (2019, marzo 8). *Tapas españolas—Exquisitas variedades, sanas y sabrosas*. De viajes y turismo. <https://www.deviajesturismo.com/gastronomia/tapas-espanolas>
- María José Granja. (2014). Universidad de las Américas. Obtenido de Universidad de las Américas: <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/3347/1/UDLA-EC-TLG-2014-02%28S%29.pdf>
- Marín, C. (2020, septiembre 3). Ecuador: Entre mote, mapahuiria y huevos. *El Estado.Net*. <https://elestado.net/2020/09/03/ecuador-entre-mote-mapahuiria-y-huevos/>
- Martínez Cabezado, P. (2016). *Business plan: Tapas y olé Spanish Restaurant* [Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/18559>
- Medina, I. (2022a). Mapahuiria, hornado y oca, las delicias del mercado de Ambato. *Primicias*. <https://www.primicias.ec/noticias/el-chat/mapahuiria-hornado-y-oca-las-delicias-del-mercado-de-ambato/>
- Medina, I. (2022b). Neapia, de la selva a la alta cocina. *Primicias*. <https://www.primicias.ec/noticias/el-chat/neapia-selva-alta-cocina-ecuador/>
- Menéndez Ventura, J. I., Vera Gómez, L. A., & Tagle Freire, D. (2021). *Desarrollo de un producto de panificación a partir de plátano maduro y cacao proveniente de agricultores asociados* [Escuela Superior Politécnica del Litoral]. <http://www.dspace.espol.edu.ec/handle/123456789/54757>
- Minayo, M., Deslandes, S., & Gomes, R. (2023). *Investigación social: Teoría, método y creatividad*. Universidad Nacional de Lanús. <https://doi.org/10.18294/9789878926261>
- Mireia, A. (2016, abril 18). Historia de la cocina española: Orígenes. *Culinary Spain*. <https://www.culinaryspain.es/2016/04/historia-de-la-cocina-espanola-origenes/>
- Monedero Pardo, M. (2016). *El turismo gastronómico: La gastronomía española en Londres. Estudio de caso: el chef español José Pizarro* [Universidad de Valladolid]. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/18023>
- Montalvo De La Torre, D. (2023). *Relación del consumo de alimentos y el estado nutricional de los vendedores del mercado de la parroquia San Roque, 2020* [Universidad Técnica del Norte]. <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/13526>
- Montufar, M. (2022, abril 15). ¿Qué son las tapas españolas y cuál es su origen? *Restaurante Chankete*. <https://chankete.com/que-son-las-tapas-espanolas-y-cual-es-su-origen/>
- Moreira, M. J. (2014). Udla. Recuperado el 27 de marzo de 2023, de Udla: <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/3347/1/UDLA-EC-TLG-2014-02%28S%29.pdf>

- Mota Montoya, M. A., Da Cunha, I., & López-Escobedo, F. (2016). Un corpus de paráfrasis en español: metodología, elaboración y análisis. *RLA. Revista de lingüística teórica y aplicada*, 54(2), 85-112. <https://doi.org/10.4067/S0718-48832016000200005>
- Naranjo-Ramírez, S., & Arias-Giraldo, S. (2020). Tendencias en el mundo de la gastronomía y la alimentación: Una revisión desde la perspectiva colombiana. *Agroalimentaria*, 26(50), 51-65. <https://doi.org/10.53766/Agroalim/2020.26.50.04>
- Noboa Quespas, N. (2017). *Menú «Cejas Andinas Ecuatorianas»* [Universidad San Francisco de Quito]. <https://core.ac.uk/download/pdf/160260166.pdf>
- Nogal Arias, L. (2019). *Un modelo gastronómico para León: «León, turismo gastronómico, Manjar de Reyes»* [Universidad de Oviedo]. <https://digibuo.uniovi.es/dspace/handle/10651/51722>
- Olarte Cabana, J. A. (2020). Análisis de contenido, alternativa al diseño de instrumentos tradicionales para el levantamiento de información. Un estudio empírico. *Tendencias en la Investigación Universitaria: Una visión desde Latinoamérica volumen IX, 2020*, ISBN 978-980-7857-27-7, págs. 42-58, 42-58. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8098027>
- Ortega, A. O. (2018). Enfoque de Investigación. Obtenido de ResearchGate: https://www.researchgate.net/profile/Alfredo-Otero-Ortega/publication/326905435_ENFOQUES_DE_INVESTIGACION/links/5b6b7f9992851ca650526dfd/ENFOQUES-DE-INVESTIGACION.pdf
- Padilla Palacios, M. F., Toledo Ochoa, D., & Martínez Villegas, R. A. (2022). Tradición culinaria del Azuay: La fiesta del carnaval y el protagonismo gastronómico del cerdo. *Revista Publicando*, 9(33), 87-96.
- Piza Burgos, N. D., Amaiquema Márquez, F. A., & Beltrán Baquerizo, G. E. (2019). Métodos y técnicas en la investigación cualitativa. Algunas precisiones necesarias. *Conrado*, 15(70), 455-459.
- Quinchoa, J. (2022). *Memorias del VI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Antropología* (Vol. 7). https://www.researchgate.net/profile/Julian-Quinchoa/publication/366272067_ALA-ACTAS-DEL-CONGRESO-7-2022_compressed/links/6399e8b6e42faa7e75c14503/ALA-ACTAS-DEL-CONGRESO-7-2022-compressed.pdf#page=1189
- Quishpi Pilataxi, F. A. (2022). *Plan de salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial, ámbito patrimonio alimentario y gastronómico de la parroquia Licto, cantón*

- Riobamba, provincia Chimborazo [Escuela Superior Politécnica de Chimborazo].
<http://dspace.espoch.edu.ec/handle/123456789/18235>
- Rahn Brandt, N. A., & Valera Fernández, M. M. (2020). *Sazones: Evento de fusión gastronómica española-venezolana* [Universidad Monteávila].
<http://repositoriodigital.uma.edu.ve/jspui/handle/123456789/60>
- Ramírez Gonzales, A. H. (2019). *Elaboración de vino de plátano maduro (Musa paradisiaca) variedad Harton en diferentes diluciones en Pucallpa* [Universidad Nacional de Ucayali]. <http://repositorio.unu.edu.pe/handle/UNU/3899>
- Ramírez, I. (marzo de 2023). Youtube. Obtenido de Youtube:
<https://www.youtube.com/watch?v=RkXbn825CLI>
- Ramos Álvarez, A., & Pascual Migueláñez, A. (2008). *De tapeo por España. 1*, 1-8.
- Reynolds Mejía, L. A. (2013). *Percepciones y preferencias del consumidor de palmito fresco. Caso: Unión de asociaciones de productores de plantines y palmito*. 32, 61-104.
- Robalino-Vallejo, J. A., Moreno-Guerra, A. M., & Villacis-Galarza, J. C. (2019). Aporte gastronómico del pueblo Salasaca como fortalecimiento del patrimonio cultural en Ecuador. *Revista Científica FIPCAEC (Fomento de la investigación y publicación científico-técnica multidisciplinaria)*. ISSN: 2588-090X. *Polo de Capacitación, Investigación y Publicación (POCAIP)*, 4(4), 225-258.
<https://doi.org/10.23857/fipcaec.v4i4.131>
- Rodríguez, R., Martín, J. P. E. S., González, C. J., Díaz, T. M. L., & Carballeira, A. O. (2010). Utilización de mohos y levaduras en la elaboración de embutidos cárnicos fermentados. *Alimentaria: Revista de tecnología e higiene de los alimentos*, 32(1), 25-32.
- Ruijter, M. (2018). *Una cucharada de la gastronomía española* [Utrecht University].
<https://studenttheses.uu.nl/handle/20.500.12932/29281>
- SabajMeruane, O., & Páez Muñoz, D. (2010). Tipos y funciones de las citas en artículos de investigación de tres disciplinas. *Literatura y lingüística*, 22, 117-134.
<https://doi.org/10.4067/S0716-58112010000200009>
- Salazar Cadena, I. A. (2020). *Informe identidad culinaria: Menú «cholonización»* [Universidad San Francisco de Quito]. <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/9295>
- Sánchez Gómez, M. (2015). La dicotomía cualitativo-cuantitativo: Posibilidades de integración y diseños mixtos. *Campo Abierto. Revista de Educación*, 11-30.
- Santana Rabell, L. (2008). *Guías para elaborar fichas bibliográficas en la redacción de ensayos, monografías y tesis* [Universidad de Puerto Rico].

http://sociales.uprrp.edu/egap/wp-content/uploads/sites/13/2016/04/guias_elaboracion_fichas.pdf

- Saraguro Maño, L. G., & Toapanta Lucero, J. D. (2020). *Elaboración de una propuesta de cinco aperitivos y cinco postres, basados en la cocina tradicional del Azuay, para el restaurante 'Bioyanuncay' de la parroquia San Joaquín sector Barabón*. [Instituto de Tecnologías Sudamericano]. <http://localhost/xmlui/handle/123456789/171>
- Soto García, A. (2020). El «Arte de cocina» de Francisco Martínez Montañó: Una introducción a su terminología culinaria. *Estudios interlingüísticos*, 8, 257-268.
- Tapia Burbano, M. A. (2020). *Alimentos, celebraciones y rituales de los pueblos indígenas del Ecuador* [Universidad San Francisco de Quito]. <http://repositorio.usfq.edu.ec/handle/23000/10361>
- Tetreault, D. V. (2008). Escuelas de pensamiento ecológico en las Ciencias Sociales. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 16(32), 227-263.
- Toral, E. (2021). youtube. Obtenido de youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=2UHUp4Cvj20>
- Toralva Garay, K. (2018). Procesadora de Encurtidos. *Concebir*, 1(1).
- Torres Martínez, M. (2021). Recetas y léxico culinario en prensa española del siglo XIX. *Boletín de filología*, 56(1), 203-233. <https://doi.org/10.4067/S0718-93032021000100203>
- Tortosa Garrigos, V. (2014). *Metodología de la investigación científica: Guía para la elaboración del trabajo académico humanístico*. Universidad de Alicante.
- Turismo de España. (2020). *¿Qué tapas pedir en España?* Spain.info. <https://www.spain.info/es/top/tapas-recomendadas-populares-espana/>
- Valverde, J. M., Viva, D. G., Guapisaca, Á. H., & Pucha, M. V. (2022). Estudio del uso del coco en la gastronomía tradicional esmeraldeña aplicado en cinco recetas ecuatorianas. *Alfa Revista de Investigación en Ciencias Agronómicas y Veterinaria*, 6(17), 270-281. <https://doi.org/10.33996/revistaalfa.v6i17.167>
- Vásquez Córdova, M., & Lulichac Briones., M. A. (2020). *Nivel de originalidad de la gastronomía en el distrito de Cajamarca: Insumos y técnicas culinarias 2019*. [Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1275>
- Villegas Becerril, A. (2014). *Cocina española e internacional*. Ideaspropias Editorial.

Vota, A. M. D. G. A., Gastelú, C. A. T., & Muñoz-Repiso, A. G. V. (2011). Competencias en Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) de los estudiantes universitarios. *Revista latina de comunicación social*, (66), 1-26.

Zapata Guerrero, D. P., & Barrionuevo Salas, J. I. (2020). *Creación de una empresa de comercialización y producción de carne a base de cáscara de plátano maduro* [Universidad Técnica de Ambato].

<https://repositorio.uta.edu.ec:8443/jspui/handle/123456789/31139>

ANEXOS

Anexo 1 Primera elaboración de practica de tapas







Fuente: Elaboración propia.

Anexo 2 Ficha de validación

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO

Ficha de validación

A continuación, se solicita calificar cada una de las tapas presentadas, con el fin de validarlas para la propuesta del trabajo de titulación denominado "Elaboración de un menú de tapas basado en cocina de producto ecuatoriano para el restaurante La María". Para ello, se deberá marcar una sola casilla por variable:

Tapa: Morcilla y mapahuiria

| Variable | Excelente 100 % | Muy buena 80 % | Buena 60 % | Regular 40 % | Deficiente 20 % |
|----------------|--------------------|-------------------|---------------|-----------------|--------------------|
| Sabor | ✓ | | | | |
| Aroma | | ✓ | | | |
| Textura | | | | | |
| Apariencia | ✓ | | | | |
| Temperatura | | | | | |
| Cocción | | ✓ | | | |
| Porcionamiento | ✓ | | | | |
| Presentación | ✓ | | | | |

Observaciones: _____

Comentarios: _____

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO

Ficha de validación

A continuación, se solicita calificar cada una de las tapas presentadas, con el fin de validarlas para la propuesta del trabajo de titulación denominado "Elaboración de un menú de tapas basado en cocina de producto ecuatoriano para el restaurante La María". Para ello, se deberá marcar una sola casilla por variable:

Tapa: Ceviche de palmito

| Variable | Excelente 100 % | Muy buena 80 % | Buena 60 % | Regular 40 % | Deficiente 20 % |
|----------------|--------------------|-------------------|---------------|-----------------|--------------------|
| Sabor | ✓ | | | | |
| Aroma | | ✓ | | | |
| Textura | | | ✓ | | |
| Apariencia | ✓ | | | | |
| Temperatura | ✓ | | | | |
| Cocción | ✓ | | | | |
| Porcionamiento | ✓ | | | | |
| Presentación | ✓ | | | | |

Observaciones: _____

Comentarios: _____

INSTITUTO TECNOLÓGICO SUDAMERICANO

Ficha de validación

A continuación, se solicita calificar cada una de las tapas presentadas, con el fin de validarlas para la propuesta del trabajo de titulación denominado "Elaboración de un menú de tapas basado en cocina de producto ecuatoriano para el restaurante La María". Para ello, se deberá marcar una sola casilla por variable:

Tapa: Dulce de higo

| Variable | Excelente 100 % | Muy buena 80 % | Buena 60 % | Regular 40 % | Deficiente 20 % |
|----------------|--------------------|-------------------|---------------|-----------------|--------------------|
| Sabor | ✓ | | | | |
| Aroma | ✓ | | | | |
| Textura | ✓ | | | | |
| Apariencia | ✓ | | | | |
| Temperatura | ✓ | | | | |
| Cocción | ✓ | | | | |
| Porcionamiento | ✓ | | | | |
| Presentación | ✓ | | | | |

Observaciones: _____

Comentarios: _____

Fuente: Elaboración propia.

Anexo 3 Fotos de la degustación





Fuente: Elaboración propia.

Anexo 4 Montaje tapa 1



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 5 Montaje tapa 2



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 6 Montaje tapa 3



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 7 Montaje tapa 4



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 8 Montaje tapa 5



Fuente: Elaboración propia.

Anexo 9 Talento Humano

| | |
|---------------------------|--|
| Lic. Marco Antonio Parra. | Tutor del proyecto. |
| Jorge Luis Macas León | Autor. |
| Talento humano | Personal y sala de cocina del Restaurante “LaMaria”. Cocina y equipos cocina del Restaurante “LaMaria”. Aulas, Cocina y Biblioteca del Instituto Tecnológico Sudamericano. Bodeguero de las aulas Instituto Tecnológico Sudamericano. |

Fuente: Elaboración propia.

Al tener en cuenta que el campo de estudio es el mismo lugar de trabajo del autor del proyecto de titulación, se da a conocer que las instalaciones del establecimiento tanto como cocina, equipos y utensilios de cocina como: cacerolas, bowls, cuchillos, sartenes, y utensilios como: pinzas, espumaderas, etc. Se tiene permiso de parte de los chefs del establecimiento “LaMaria” para hacer uso de todo este material de apoyo para llevar a cabo con la realización del proyecto, así como el uso de la vajilla y cubertería para la presentación y degustación del menú de tapas presentado para beneficio del mismo restaurante ya antes mencionado.

Las aulas y cocina del Instituto Sudamericano se utilizaron para la presentación y aprobación de las 5 propuestas en base a menú de tapas, aprobadas directamente por el tutor de tesis. La biblioteca del Instituto Sudamericano se utilizó para trabajar en el desarrollo del documento a presentar.

Recursos financieros

Para el desarrollo y realización de este proyecto se tiene un aproximado valor de \$1.045, los cuales están destinados a la compra de insumos, menaje, transporte y gastos varios. El valor mencionado proviene directamente como responsabilidad del autor de este proyecto

Anexo 10 Recursos Financieros

| | | | | | |
|---|--------|---|------------------|---|----------------|
| Inscripción de proyecto de titulación. | \$ 840 | Insumos: Materia prima para prueba (carne, abarrotes, brotes, flores,) Material para envasar y almacenar producto (tapper, papel film, salseros) | \$120 | Varios: Transporte Hojas papel boom Tinta para impresora | \$ 35 |
| Menaje. (Compra de vajilla para prueba de montaje de tapas) | \$50 | Utensilios. (tenedor, cuchillo o cuchara) | \$0 Prestados | | |
| | | | | TOTAL | \$1.045 |

Fuente: Elaboración propia.