



**INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y**

**HOTELERÍA**

**CARRERA: GASTRONOMÍA**

**TEMA:**

**PRODUCTOS INNOVADORES CON EL JACKFRUIT EN  
LA REPOSTERÍA TRADICIONAL ECUATORIANA**

Trabajo de investigación previo a la obtención del título de

Tecnólogo en Gastronomía

**Autor:** Jorge Luis García Pazmiño

**Director:** Teg. Carlos Ernesto Burbano Larrea

**Quito – Ecuador**

**2015**

## **DEDICATORIA**

Dedico esta tesis a Dios y a mis padres, a Dios porque mi es mi respiración espiritual, a mis padres ya que he recibido de ellos apoyo tanto moral como económico, para la conclusión de esta tesis en teología gastronómica, ellos son el motor que me impulsa a seguir adelante y no desmallar. Además dedico esta tesis a aquellas personas que siempre quisieron verme superado.

## **AGRADECIMIENTO**

Muchas fueron las personas que en forma directa o indirecta, me ayudaron, poniendo a mi disposición sus conocimientos, y compartiendo mis dudas, ayudándome e impulsándome para que continúe adelante, es por ello que agradezco a todas aquellas personas que me motivaron a seguir y culminar mis estudios.

## **AUTORÍA**

Yo, Jorge Luis García Pazmiño, autor del presente informe, me responsabilizo por los conceptos, opiniones y propuestas contenidos en el mismo.

Atentamente

JORGE LUIS GARCÍA PAZMIÑO

Quito, Agosto de 2015

Tecnólogo Carlos Ernesto Burbano Larrea

**DIRECTOR DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**CERTIFICA**

Haber revisado el presente informe de investigación, que se ajusta a las normas institucionales y académicas establecidas por el Instituto Tecnológico Superior de Turismo y Hotelería ITHI, de Quito, por tanto se autoriza su presentación final para los fines legales pertinentes.

Teg. Carlos Ernesto Burbano Larrea

Quito, Agosto de 2015

## **ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS DE TRABAJO FIN DE CARRERA**

Conste por el presente documento la cesión de los derechos en trabajo fin de carrera, de conformidad con las siguientes cláusulas:

**PRIMERA:** El Lcdo. Carlos Ernesto Burbano Larrea y por sus propios derechos en calidad de Director del trabajo fin de carrera; y el Sr. Jorge Luis García Pazmiño, por sus propios derechos, en calidad de autor del trabajo fin de carrera.

### **SEGUNDA:**

**UNO.-** El Sr. Jorge Luis García Pazmiño realizó el trabajo fin de carrera titulado: **Tecnólogo Gastronómico, para optar por el título de, Productos Innovadores con El jackfruit En La Repostería Tradicional Ecuatoriana, en el Instituto Tecnológico Superior de Turismo y Hotelería ITHI, bajo la dirección de el Lcdo. Carlos Ernesto Burbano Larrea.**

**DOS.-** Es política del Instituto Tecnológico Superior de Turismo y Hotelería ITHI, que los trabajos fin de carrera se aplique, se materialicen y difundan en beneficio de la comunidad.

**TERCERA:** Los comparecientes, el Lcdo. Carlos Ernesto Burbano Larrea, en calidad de director del trabajo fin de carrera y el Sr. Jorge Luis García Pazmiño, como autor del mismo, por medio del presente instrumento, tienen a bien ceder en forma gratuita sus derechos en el trabajo fin de Carrera titulado: **Productos Innovadores con El jackfruit En La Repostería Tradicional Ecuatoriana, y conceden autorización para que el ITHI pueda utilizar este trabajo en su beneficio y/o de la comunidad, sin reserva alguna.**

**CUARTA:** aceptación: las partes declaradas que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derecho.

Teg.. Carlos Ernesto Burbano Larrea.

Sr. Jorge Luis García Pazmiño

Quito, Agosto de 2015

## ÍNDICE

<b>PORTADA</b> .....	<b>i</b>
<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>ii</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>iii</b>
<b>DECLARACIÓN DE AUTORÍA</b> .....	<b>iv</b>
<b>CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO</b> .....	<b>v</b>
<b>ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS</b> .....	<b>vi</b>
<b>ÍNDICE DE CONTENIDOS</b> .....	<b>vii</b>
<b>ÍNDICE DE TABLAS</b> .....	<b>ix</b>
<b>ÍNDICE DE FIGURAS</b> .....	<b>x</b>
<b>RESUMEN</b> .....	<b>11</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>12</b>
<b>PRIMERA PARTE – PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	
1.1. Identificación del problema de investigación.....	15
1.2. Formulación del Problema.....	16
1.3. Objetivos.....	17
1.3.1. Objetivo General.....	17
1.3.2. Objetivos Específicos.....	17
1.4. Justificación.....	17
<b>SEGUNDA PARTE – MARCO TEÓRICO</b>	
2.1 Fundamentación Teórica.....	19
2.2. Estructura Marco Teórico.....	19
<b>Capítulo 1 El jackfruit</b>	
1.1. Que es el jackfruit.....	19
1.2. Taxonomía del jackfruit.....	20
1.3. Origen del jackfruit.....	20
1.4. Valor nutricional de la fruta.....	22
1.5. Estudios del jackfruit.....	24
<b>Capítulo 2 Conocimiento del jackfruit</b>	
2.1. Producción anua.....	25
2.2. jackfruit condiciones de cultivo.....	25
2.3. jackfruit en el Ecuador.....	26
2.4. Plagas y enfermedades.....	27
2.5. Esmeralda.....	28
2.6. Producción promedio desperdiciada.....	28
2.7. Problemas nutricionales en el Ecuador.....	28
<b>Capítulo 3 Uso y Consumo</b>	
3.1. Como Alimento Humano.....	29
3.2. Como Alimento Animal.....	29
3.3. Productos Elaborados.....	29
3.4. En La Medicina.....	30
3.5. Madera.....	31
<b>Capítulo 4 Repostería</b>	
4.1. Historia.....	31
4.2. Técnicas de Repostería.....	32
4.3. Repostería Ecuatoriana.....	40
4.4. Repostería Tradicional Ecuatoriana.....	41

### **TERCERA PARTE – METODOLOGÍA**

3.1. Tipo y diseño de Investigación .....	43
3.2. Instrumentos Recolección de datos .....	43
3.3. Descripción del campo .....	44
3.4. Recolección y Análisis de la Información .....	44

### **CUARTA PARTE – PRESENTACIÓN DE RESULTADOS**

4.1. Análisis e Interpretación de Datos .....	45
4.1.1. Análisis de la entrevista .....	45
4.1.2. Ficha de degustación .....	47
4.1.3. Ficha de observación.....	18
4.2. Conclusión .....	49
4.3. Recomendación .....	49

### **QUINTA PARTE – PROPUESTA**

5.1. Título de la propuesta.....	50
5.2. Justificación.....	50
5.3. Impacto.....	50
5.4. Objetivos .....	51
5.4.1. General .....	51
5.4.2. Específicos .....	51
5.5. Ubicación sectorial y física .....	51
5.6. Viabilidad.....	51
5.7. Plan de Ejecución .....	52
5.8. Recursos .....	75
5.8.1 Materiales .....	75
5.8.2. Económicos .....	76
5.8.3. Talento humano.....	77

<b>REFERENCIAS.....</b>	<b>78</b>
<b>APÉNDICE A ÁRBOL DE PROBLEMA.....</b>	<b>79</b>
<b>APÉNDICE B ENTREVISTA.....</b>	<b>80</b>
<b>APÉNDICE C FICHA DE DEGUSTACIÓN.....</b>	<b>81</b>
<b>APÉNDICE D FICHA DE OBSERVACIÓN.....</b>	<b>82</b>
<b>APÉNDICE E RECETA ESTÁNDAR.....</b>	<b>83</b>
<b>ANEXO 1 FIGURAS.....</b>	<b>84</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N°1 Taxonomía .....	20
Tabla N° 2 Composición nutricional del jackfruit .....	24
Tabla N° 3 Técnicas de Elaboración de masa .....	33
Tabla N° 4 Técnicas de Batidos .....	34
Tabla N° 5 Técnicas de Biscocho.....	35
Tabla N° 6 Técnicas de Batidos con grasa .....	36
Tabla N° 7 Ingredientes de Batidos.....	36
Tabla N° 8 Temperatura de repostería .....	37
Tabla N° 9 Detalle de masa Escalada.....	38
Tabla N° 10 Tipos de Merengues .....	38
Tabla N° 11 Preparación de Postres .....	39
Tabla N° 12 Presupuesto para la elaboración de productos .....	76
Tabla N° 13 Presupuesto de la Propuesta.....	76

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N°1, planta del jackfruit.....	84
Figura N° 2 planta del jackfruit.....	84
Figura N° 3Fruto del jackfruit.....	84
Figura N° 4 Fruta abierta.....	84
Figura N° 5 Bulbos del jackfruit.....	85
Figura N° 6 Semillas de jackfruit.....	85
Figura N° 7 Tora de jackfruit.....	85

# **PRODUCTOS INNOVADORES CON EL JACKFRUIT EN LA REPOSTERÍA TRADICIONAL ECUATORIANA**

**Autor:** Jorge Luis García Pazmiño  
**Director:** Teg. Carlos Ernesto Burbano Larrea  
**Fecha:** Junio de 2015

## **RESUMEN**

El presente trabajo tiene como objetivo crear productos innovadores en la repostería tradicional ecuatoriana, realizando la propuesta de crear un recetario que contenga algunos procedimientos de cómo realizar postres a base de la fruta del jackfruit. El jackfruit es una fruta exótica que se encuentra en el Ecuador, principalmente al noroccidente del país, esta fruta es originaria del Asia, está compuesta por bulbos de color amarillos en la parte interior, los mismos que a su vez recubren a la semilla. Se ha demostrado que la fruta posee un alto contenido de vitaminas y minerales, ayudando a prevenir una mala nutrición, también se la utiliza de manera medicinal, tanto su hoja tallo, látex y su fruto en sí. La propuesta, de fomentar el consumo del jackfruit en los ecuatorianos, es para reducir un poco la tasa de desnutrición que existe en el país, ya que se ha demostrado que en el Ecuador existe un 22% de desnutrición infantil, entre los niños de 0 a 5 años de edad, siendo este grupo los más vulnerables.

## INTRODUCCIÓN

La presente investigación tiene como finalidad la creación de productos innovadores con el jackfruit en la repostería tradicional ecuatoriana, el mismo que será implementado en la ciudad de Quito, en el Sector de Santa Clara, mediante el cual existirá nuevas alternativas para la degustación de postres.

Las tortas, los batidos, y la demás repostería a desarrollar, tienen la predilección de incrementar la aceptación y el consumo, debido a que posee características nutritivas, ya que contiene azúcar natural y rico en vitaminas.

En el Ecuador se produce una variedad de frutos exóticos entre las cuales se encuentra el jackfruit, este fruto puede llegar pesar 35 kg, midiendo hasta 80cm de largo y 40cm de diámetro, el exterior de la fruta es verde o amarillo, cuando es maduro, el interior consiste en bulbos comestibles grandes de color amarillento, que incluye una semilla lisa, oval, marrón clara, puede haber de 100 hasta 500 semillas en una sola fruta. Cuando se madura el Jackfruit sin estar abierto, emite un olor desagradable fuerte, asemejándose a las cebollas marchitas, mientras que abierto la pulpa tiene olores parecidos a la piña, el plátano, guanábana o melón y su sabor es como el de maracuyá, plátano maduro.

Hay dos variedades principales del jackfruit, son originarias del Asia, donde se las utiliza a diario como alimento, en la medicina tradicional o casera y su madera

es utilizada en gran manera para realizar muebles y instrumentos musicales, actualmente se cosecha en los países subtropicales.

Hoy en día la alimentación ha pasado a ser de un hábito de supervivencia, a una mejor garantía de salud y bienestar, por el modernismo y la facilidad de adquirir alimentos en la calle sin saber su composición gastronómica. La cocina comienza a estudiar la gastronomía regional, su diversidad y sus productos, con el propósito de satisfacer el paladar que busca saborear platos típicos, en este caso repostería típica, con un valor agregado, como será el valor nutricional que aporte, como resultado de esto, en los últimos quince años se han desarrollado, gastronómicamente, las nuevas tendencias, o cocina moderna que abarca los diversos estilos tales como: la cocina de autor, la cocina fusión, la cocina molecular, etc., que optan por la parte creativa y artística, enfocándose al deleite de los sentidos en su máxima expresión.

La cocina de autor es la mezcla entre la armonía, la estética y el uso de materias primas de cada zona o país, agregando la creatividad de cada autor. Las creaciones únicas y vistosas de esta cocina se caracterizan por lo talentosos y jóvenes cocineros que se proyectan, con una inmensa madurez creativa de la cocina moderna de hoy en día.

Desenterrando productos, que con el tiempo se ha perdido su uso, y se los reintegra en creaciones modernas, dándoles un toque estético, y es aquí donde podemos gustar de la madurez que la cocina ha ido adquiriendo con el tiempo.

Además de buscar nuevos la creación de nuevas recetas o postres a base de los frutos o productos cultivados dentro de una zona o región.

El Jackfruit ofrece además de una gran variedad de vitaminas y proteínas, una complejidad de sabores, ya que al momento de degustarlo se experimenta algo indescriptible porque no se puede explicar que una fruta pueda encerrar tantos sabores al mismo tiempo.

Con la investigación se busca incorpora a la alimentación diaria de los ecuatorianos la fruta del Jackfruit, implementándola en la repostería del Ecuador, ya que tiene un alto contenido de nutrientes vitamínicos.

## **I. PROBLEMA**

### **1.1. Identificación del Problema de Investigación.**

El poco desarrollo de productos gastronómicos a base del jackfruit, se relaciona con la falta de conocimiento de los frutos exóticos que existen en el país, entre los cuales se encuentra la fruta antes mencionada, además al no saber cómo realizar una buena preparación de alimentos con la fruta, ocasiona que no exista consumo de la misma, en consecuencia tenemos que hay poca comercialización del producto, por ende las personas no llegan a conocer el fruto y no se enteran de los beneficios que esta contiene.

Por ellos se busca fomentar el consumo de la fruta, para que así exista producción y comercialización de la fruta, hasta el punto de llegar a que los restaurantes oferten postres o menús a base del jackfruit. (APÉNDICE A)

Además se ha demostrado que el jackfruit posee un alto contenido proteínico, que ayuda a combatir enfermedades como; estreñimiento, osteoporosis, diabetes, úlceras estomacales, cáncer a la piel, entre otras. Además lo utilizan como desinflamatorio y antioxidante, en países como India, Birmania, Ceilán, el sur de China, Malasia, las Indias Orientales y algunos países de África, se cultivan y consume con frecuencia, como medicina y alimentación.

En consecuencia al no conocer la fruta y la falta de consumo, se desperdicia su alto contenido de vitaminas y proteínas, además que es un gran potencial

maderero, generando una falta de comercialización, por tanto los árboles que se han sembrado están en peligro de desaparecer. (Heriberto Canelos, 2005)

El jackfruit es una fruta originaria del sur de Asia, introducida desde Tahití, hacia Jamaica en América, desde ahí se ha ido extendiéndose hasta llegar al sur de América, este hecho ocurre entre el año de 1787 y 1793.

Utilizando el jackfruit en la repostería tradicional ecuatoriana, obteniendo nuevos sabores para ofertar, ya que al momento de degustar se experimenta una variedad de sabores, entre los cuales se puede notar la piña, el guineo, la guanábana, y el melón, dejando al paladar descubrir nuevos dejillos, en otros países se la conoce como la fruta de los pobres porque tiene un alto contenido de proteínas, vitaminas y minerales, además que es rica en potasio, calcio, baja en grasa, aporta energía y también se utiliza como laxante.

## **1.2. Formulación Del Problema**

¿El desconocimiento en la elaboración de postres con la fruta jackfruit evidencia una falta de innovación en la repostería tradicional ecuatoriana?

Al ser originario el jackfruit supone un descubrimiento de sabores y componentes nutritivos que al hacer investigaciones permite obtener conocimiento como contenido de azúcares, que ayudaron a crear una fusión entre técnicas nacionales aplicadas en la repostería tradicional ecuatoriana.

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. General**

Fomentar el consumo de repostería tradicional ecuatoriana, experimentando con el jackfruit como ingrediente principal en los postres del restaurante “Bembi” de la ciudad de Quito, promoviendo el consumo de la fruta de gran contenido nutricional

#### **1.3.2. Específicos**

- Recopilar la información necesaria, acerca del jackfruit, propiedades, uso a nivel nacional e internacional condiciones de producción y características nutricionales.
- Experimentar con el jackfruit para su uso dentro de la repostería típica ecuatoriana, esto promoverá el consumo del jackfruit.
- Realizar una propuesta gastronómica del uso del jackfruit en la repostería para su implementación en el menú del restaurante Bembi.

### **1.4. Justificación**

Según datos emitidos por el Ministerio de Inclusión Económica y Social, en el Ecuador hay una tasa de desnutrición del 23%, revela el informe del Observatorio de los Derechos de la Niñez y Adolescencia (ODNA), tras una investigación entre 1990 y 2011. (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2013).

Es por ello que se busca fomentar el consumo del jackfruit ya que tiene un alto contenido de nutrientes indispensables, para una mejor alimentación, utilizando también las aplicaciones gastronómicas de otras culturas, proveerán la base para el desarrollo de la propuesta de postres tradicionales ecuatorianos, ayudando a la reducción de la tasa de interés de desnutrición en el Ecuador.

Beneficiando al pequeño productor ya que se busca fomentar el consumo y a su vez la producción de la fruta, innovando en la repostería tradicional ecuatoriana obteniendo una gran variedad de postres, emprendiendo nuevas fuentes de trabajo.

## **II. MARCO TEÓRICO**

### **2.1. Fundamentación Teórica**

El jackfruit es poco conocida, por lo tanto no hay estudios que se enfoque en cómo implementar la fruta en la repostería tradicional del Ecuador, es una fruta que da unos frutos de gran tamaño los mismos que contienen bulbos de color amarillos, cuando se madura produce olores desagradables, mientras abierta su olor es como el de la piña, plátano, guanábana y su sabor es como el melón, arazá y plátano maduro. Este estudio busca incorporar el uso del jackfruit a la cocina ecuatoriana mediante repostería tradicional ecuatoriana. (Servicio de Información Agroalimentaria y Pesquera México, 2014).

Referente a la seguridad alimentaria se tomará en cuenta todos los aspectos indicados por el Comité de Seguridad Alimentaria Mundial (CSA), logrando elaborar un plan de seguridad alimentaria, ya que la seguridad depende de todos.

### **2.2. Estructura del Marco Teórico**

#### **Capítulo 1 El jackfruit**

##### **1.1. Qué es el jackfruit**

El jackfruit, es una de las frutas más grandes del mundo y también un gran reservorio de excelentes propiedades alimenticias, también conocida como yaca o jaca, es el fruto de un gran árbol, que puede llegar a medir hasta 20 metros. Esta fruta es una de la más grande, pudiendo medir hasta 90 centímetros de largo y hasta 50 de ancho, con peso entre 5 y 50 kilogramos, dependiendo de su tamaño.

Esta fruta de sabor dulce es originaria de las selvas de la India, extendida a lo largo del continente asiático, aunque actualmente también se cultiva en países como Brasil y Estados Unidos.

### 1.2. Taxonomía del jackfruit.

Dentro de la variedades del jackfruit encontramos dos grandes grupo una se clasifica por tener los frutos dulces, jugosos y aromáticos de las mejores de textura suave y la otra de frutas casi secas y aciduladas, provenientes de plantas silvestres, muchas de las cuales son conocidas en los lugares donde se cultivan o son originarios, entre los cuales encontramos la siguientes taxonomía:

**Tabla N° 1 Taxonomía del jackfruit**

<b>Reino</b>	<b>Plantae - plantes, Planta, vegetal, plantas</b>
<b>Familia</b>	Moraceae – moras
<b>Género</b>	Artocarpus
<b>Especies</b>	Communis

*Nota: Descripción del árbol de jackfruit*

**Fuente:** INIAP archivo histórico

### 1.3. Origen del jackfruit.

Nadie sabe el lugar de origen del jackfruit, pero se cree que es de las selvas tropicales de Ghats Occidental. Se cultiva a bajas altitudes en toda la India, Birmania, Ceilán, el sur de China, Malasia y las Indias Orientales. Es común en Filipinas, tanto cultivada como naturalizada. Se cultiva en medida limitada en Queensland y Mauricio. En África, es a menudo plantada en Kenya, Uganda y la antigua Zanzíbar.

En el sur de la India, el jackfruit, es un fruto tan popular como el mango y el plátano en el total de la producción anual. Hay más de 100,000 árboles en los patios y sembrados para sombra de las plantaciones de betelnut, café, cardamomo y pimienta. La superficie total sembrada con el jackfruit en toda la India se calcula en 14,826 acres (26,000 hectáreas). Los Horticultoristas del Gobierno promueven la plantación de árboles de jackfruit a lo largo de carreteras, ferrocarriles y vías fluviales para incrementar las fuentes de alimentación del país.

Hay más de 11.000 acres (4.452 ha) sembrados con jaca en Ceilán pero principalmente por su madera, siendo el fruto muy apreciado como sub-producto. El árbol se cultiva en toda Tailandia por sus frutos. En el Extremo Oriente, la jaca nunca ha ganado la aceptación concedida a la fruta de pan (excepto en los asentamientos de personas de origen indio oriental). Esto se debe en gran parte al olor de la fruta madura y la tradicional preferencia por la fruta de pan.

En el siglo XVI el jackfruit llega a Brasil junto con los esclavos, desde ahí se extendió a los demás país del sur de América.

#### 1.4. Valor nutricional de la fruta.

El jackfruit es una parte fundamental de la dieta de la India, donde se conoce como "la fruta de los pobres".

- **Aporta energía** por su contenido en carbohidratos y vitaminas. Los hidratos de carbono son fácilmente asimilables para el cuerpo, y además el jackfruit contiene altas dosis de niacina y tiamina, vitaminas que permiten la nutrición de las células nerviosas y fibras musculares. Es un fruto adecuado en casos de cansancio físico o mental, estrés, debilidad muscular, y para deportistas.
- **Es muy bajo en grasas**, y además contiene antioxidantes que ayudan a mejorar la salud del sistema cardiovascular y a prevenir la mala circulación.
- **Tiene efecto laxante** debido a su contenido en lignanos y resinas. En casos de estreñimiento puede ayudar a normalizar el ritmo intestinal.
- **Es muy rico en potasio** (323 mg. por 100g.), siendo una de las frutas con mayor contenido después del plátano. El potasio ayuda a mantener el equilibrio de líquidos en el organismo y a tratar la retención de líquidos.
- **Es rico en calcio**, y algunas variedades llegan a valores de 72 mg. por 100g., es decir, un contenido en calcio superior al de la leche. Además contiene otros minerales como el magnesio, que alcalinizan la dieta y son adecuados cuando hay osteoporosis o fibromialgia.
- **Vitamina A.** El jakfruit es una de las tantas frutas que contiene vitamina A, la cual es buena para mantener saludable la retina, ayudando a

mantener una visión óptima. También puedes conocerla como Retinol, que como sabrás es muy bueno para la piel y el cabello.

- **Proteínas.** Debido a tu alto contenido de proteínas las semillas de esta fruta pueden ser una alternativa para reemplazar las lentejas. Así que ya sabes, si te no te gustan, te aburrieron estas legumbres o simplemente tienes ganas de darle un giro a tu dieta ya tienes una nueva opción para el aporte de proteínas.
- **Vitamina C.** No es ningún secreto que la vitamina C que contienen algunas frutas como la naranja, el limón o el pomelo mejora el sistema inmunitario, aumentado las defensas, protegiendo al cuerpo de enfermedades y produciendo más anticuerpos. Así, tu organismo estará protegido frente a infecciones y enfermedades, principalmente las que se presentan en la época invernal, como la gripe y resfríos.
- **Digestivo.** Gracias a su alto contenido en fibra la jaca actúa como un alimento digestivo y laxante, previniendo la constipación.

**Tabla N° 2 Composición nutricional del jackfruit**

<b>COMPOSICIÓN NUTRICIONAL DEL JACKFRUIT POR 100G.</b>	
Agua ( g.)	73,23
Calorías ( kcal.)	94
Carbohidratos( g.)	<b>24</b>
Proteínas ( g.)	1,47
Grasas ( g.)	0,3
Fibra ( g.)	1,6
Vitamina C (mg.)	6,7
Tiamina ( mg.)	0,03
Riboflavina ( mg.)	0,11
Niacina ( mg.)	<b>0,4</b>
Ácido fólico ( mcg.)	14
Vitamina A ( mcg.) ( Eq. retinol )	<b>297</b>
Vitamina E ( mg.)	0,15
Calcio ( mg.)	<b>34</b>
Magnesio ( mg.)	37
Fósforo ( mg.)	36
Hierro ( mg.)	0,6
Potasio ( mg.)	<b>303</b>
Zinc ( mg.)	0,42
Cobre ( mg.)	0,19
Manganeso ( mg.)	0,2
Selenio ( mcg.)	0,6
Sodio ( mg.)	3

NOTA: Composición del Jackfruit, botánica-online  
Fuente: Botánica online

### **Información nutricional por gramo**

- Cada 100 gramos el jackfruit contiene cerca de 100 calorías
- Proteínas 1.5 gr en su pulpa - 6 gr en semillas
- Carbohidratos 20 gr en su pulpa 35 gr en semillas
- Fibra 1 gr en su pulpa 1.5 en semillas
- Calcio 22-50 mg en su pulpa 0.5 mg en semillas
- Vitamina A 500 I.U. en su pulpa

### **1.5. Estudios del jackfruit.**

Recientemente, en Florida y Bangladesh se están haciendo selecciones y cruzamientos para obtener plantas con frutas de características deseables; sin

embargo, los productores de modo general clasifican los frutos en dos grupos, en uno la fruta tiene carpelos pequeños, fibrosos, blandos, pulposos y muy dulces, con textura un tanto similar a los ostiones crudos, y en el otro es más tersa, aunque menos dulce; esta forma es la más importante comercialmente para el gusto occidental.

## **Capítulo 2 Conocimiento del jackfruit**

### **2.1. Producción Mundial**

Se cultiva en todo el país Asiático, como también en las zonas subtropicales, como la India, Indonesia, Tailandia, África del este e incluso en Brasil.

En la India, un buen rendimiento es de 150 frutos grandes por planta al año, aunque algunos árboles pueden tener hasta 250 y un árbol maduro puede producir 500, probablemente de mediano o pequeño tamaño.

En la India se lo puede encontrar en el mercado de alimento, sobre todo en Filipinas, en la región costa de Brasil se la encuentra en los mercados locales, en almíbar o enlatados

### **2.2. jackfruit condiciones de cultivo.**

El árbol del pan es una especie que crece rápidamente en condiciones favorables dependiendo del nivel del mar en el que se cultive, su floración principal se produce durante los meses de lluvia, su fruto tarda aproximadamente 20 semanas

en alcanzar su madurez, si el árbol es producto de la semilla fértil, tarda entre 6 y 10 años en producir su floración y dar sus primeros frutos y si el árbol es cultivado por medio de injertos generalmente dará origen a su primera floración en aproximadamente 3 o 6 años.

El jackfruit sólo se adapta al clima húmedo-tropical o muy cerca de los climas tropicales. Es sensible a las heladas en sus primeras etapas de la vida y no puede tolerar la sequía extendida. Si la lluvia es deficiente, el árbol debe ser irrigado. En la India prospera en las estribaciones del Himalaya y desde el nivel del mar a una altitud de 5000 pies (1500 m) en el sur. Se afirma que las jacas sembradas por encima de 4000 pies (1200 m) son de mala calidad y sólo utilizables cocinadas. El árbol asciende a unos 800 pies (244 m) en Kwangtung, China

El árbol de jackfruit florece en suelos ricos y profundos, de textura media o abierta, a veces en grava profunda o tierra laterítica. Puede crecer, pero más lentamente y no tan alto en la piedra caliza superficial. En la India, dicen que el árbol crece alto y esbelto en arena fina, mientras que corto y grueso en la tierra pedregosa. No puede tolerar "pies mojados". Si las raíces tocan el agua, el árbol no da frutos y puede hasta morir.

### **2.3. Jackfruit en el Ecuador**

En el Ecuador el jackfruit produce un rendimiento de 39 frutos por árbol cada año, en los primeros tres meses el fruto está tierno, se hace difícil reconocer un fruto

cuando haya alcanzado su nivel de madurez total, es poco conocido, la mayor producción se establece en el noroccidente del país, como son las zonas de San Miguel de los Bancos, La Nanegalito, Puerto Quito y Santo Domingo de los Tsachilas.

- **Clima:** el jackfruit se adapta a los climas tropicales húmedos y casi tropicales. Es sensible a las heladas en sus primeros años de vida y no pueden tolerar la sequía.
- **Suelo:** el árbol del jackfruit florece en suelo rico y profundo de textura media o abierta, a veces profundo grava o tierra laterita. Crecerá, pero más lenta y no tan alto en piedra caliza superficial.
- **Cosecha:** Dentro de los 3 a 8 meses de floración, la fruta está lista para ser cosechada.
- **¿Dónde sembrar?** • El jackfruit crece bien al sol o con un poco de sombra. Es bueno en laderas ya que necesita buen drenaje. No debe estar en agua estancada. Se puede sembrar entre el cultivo de cacao, en linderos o a lo largo de los caminos. El espacio que ocupa cada árbol es de 8 metros de lado a lado. No importa la distancia ya que las frutas se producen en los troncos. Le gustan los suelos profundos y no soporta los suelos saturados de agua. El árbol se puede morir si la raíz llega a una capa de agua.

#### **2.4. Plagas y enfermedades**

Los insectos como orugas, cochinillas entre otros y también la plaga de barrenadores de tallo y fruta son los que más afectan a la producción de la fruta.

Además en algunos sectores se ve afectada por los monos, ya que ellos se acostumbran a comerse los frutos en el árbol.

## **2.5. Jackfruit en Esmeralda**

En la zona selvática de Esmeraldas se está dando el cultivo de la asiática, las personas se encuentran asombradas, por el descubrimiento de esta fruta en la zona esmeraldeña, debido a su enorme tamaño, en esta provincia, se empieza a observar la aparición natural de esta fruta, esto sucede en las profundidades de la selva, por ello que no es tan conocida.

## **2.6. Producción Promedio Desperdiciada.**

Analizando el área de producción a nivel de Puerto Quito, se estima que un 60% de la producción de la fruta se desperdicia, ya que no se tiene el conocimiento de los beneficios que ofrece esta fruta.

## **2.7. Problemas Nutricionales En El Ecuador**

Según datos emitidos por el Ministerio de Inclusión Económica y Social, en el Ecuador hay una tasa de desnutrición del 23%, revela el informe del Observatorio de los Derechos de la Niñez y Adolescencia (ODNA), tras una investigación entre.

1990 y 2011. (Ministerio de Inclusión Económica y Social, 2013)

## **Capítulo 3 Uso y Consumo.**

### **3.1. Como alimento humano**

Los frutos se usan en estado tierno como vegetales en sopa, asados, fritos, la pulpa madura, es de color amarillo que envuelve a cada semilla se puede comer fresca, cocida, en dulces, jugos o deshidratada. Al momento de manipular la fruta se debe engrasar las manos, cuchillo y boca con aceite vegetal, debido a la leche que emana la fruta.

La semilla no se desperdicia ya que se puede consumir tostada como nuez, hacerla harina o cocina para realizar cualquier preparación.

Las hojas y las flores se pueden comer cocinadas o en infusiones, todas sirven ya sean estas tiernas o masculinas en el caso de las flores.

### **3.2. Como alimento animal.**

Las frutas y hojas del jackfruit también sirven como alimentos para animales tales como; los cerdos, ganado, cabras, caballo entre otros. La corteza se considera como un gran balanceado para los animales.

### **3.3. Productos Elaborados Del jackfruit**

En el Ecuador todavía no se ha desarrollado alguna empresa que oferte productos elaborados a base del jackfruit, pero si hay personas que están desarrollando sus investigaciones para realizar jugos a base de esta fruta. En países como Asia, se elaboran productos como:

- Conserva de jackfruit

- Mermelada de jackfruit
- Salda a base de jackfruit
- Snack
- Cremas

### **3.4. El jackfruit en la medicina.**

Se utilizan el fruto, las hojas, la raíz y el látex. Se le ha dado usos con fines de antiasmático, antidiarreico, tratamiento de conjuntivitis, diabetes, antihelmíntico, otitis, eliminación de verrugas, y tratamiento de la hipertensión arterial.

Se la utiliza de la siguiente manera:

- Antiasmático: infusión con hojas del árbol del pan, una taza por las mañanas.
- Antidiarreico: resina obtenida de la base del tronco diluida en una cucharada de agua con un -poco de sal.
- Conjuntivitis: cocimiento de hojas, dos gotas en ambos ojos durante tres días.

Diabetes: infusión de hojas, como agua de uso.

- Purga: hervir un pedazo de raíz y dar en ayunas.
- Verrugas: se macera la raíz y se aplica local.
- Hipertensión arterial y asma cocimiento de hojas como agua de uso.
- El fruto del árbol del pan puede ser congelado hasta por 5 días o se puede poner a secar y comerse como un nutritivo postre por su alto contenido proteico.

### **3.5.Su madera**

El jackfruit es una importante fuente de madera en Ceilán y, en menor medida, en la India, alguna se exporta a Europa. Cambia con la edad de color naranja o amarillo a marrón o rojo oscuro, es a prueba de termitas, bastante resistente a la descomposición por hongos y bacterias, se asemeja a la caoba y es superior a la teca para fabricar muebles, en la construcción, tornería, mástiles, remos, instrumentos , cepillos e instrumentos musicales. Su resistencia es de 75 a 80% la de la teca. Las ramas secas se utilizan para producir fuego por fricción en las ceremonias religiosas en Malabar.

Del aserrín o virutas del jackfruit, hervidos con alumbre, se deriva un rico colorante amarillo utilizado para teñir la seda y el algodón en las túnicas de los sacerdotes budistas.

## **Capítulo 4 Repostería**

### **4.1. Historia.**

Para hablar de la Repostería en el Ecuador primero tenemos que hacer un recorrido por los orígenes de la misma, es así como la idea de que una simple mezcla de harina, leche y miel, puesta a secar en una piedra calentada por el sol, podría apreciarse entonces como un manjar fuera de lo común, se puede considerar que el oficio de PASTELERO data de unos 5000 años antes de Cristo,

ya en aquella época se variaba las composiciones de las fórmulas lo que encantaba a los residentes de los primeros Palacios Reales, los mismos que degustaban con placer cada una de las delicias preparadas.

Antiguamente la palabra repostería significaba "despensa", era el lugar designado para el almacenamiento de las provisiones y en donde se elaboraban los dulces, pastas, fiambres y embutidos. El repostero mayor de un palacio era la persona que estaba encargado de gobernar todo lo referente a las necesidades domésticas; después de cierto tiempo, el cargo era honorífico y lo ocupaba siempre una persona proveniente de una familia de gran estirpe. Desde los inicios del siglo XVIII, la palabra repostería se refería al arte de confeccionar pasteles, postres, dulces, turrone, dulces secos, helados y bebidas licorosas.

En el Ecuador existen varias influencias con Colón, Cortés y Pizarro, la caña de azúcar es introducida en los países americanos (Brasil, Cuba, etc.), desarrollándose su cultivo de forma vertiginosa, de modo que, en menos de cien años, América superó en producción al resto del mundo.

#### **4.2. Técnicas de la Repostería**

Las técnicas de repostería van de acuerdo a la capacitación del chef, de las técnicas aprendidas para la elaboración, cocción, decoración de cada plato o postre, además de los utensilios a utilizar, entre los cuales tenemos:

- Técnicas de elaboración de masas secas

Comúnmente elaboramos una masa de tarta o de kuchen solo con la ayuda de nuestras manos. Para lograr una óptima masa seca necesitamos saber lo siguiente.

**Tabla N° 3 Técnica de elaboración de masa**

<b>Técnica</b>	<b>Desarrollo</b>
Creomar	Consiste en juntar el azúcar junto con la materia grasa y trabajar integrándolos y volatilizando el aroma de la margarina o mantequilla, a la vez que esta se ablanda y se integra, con la ayuda de un tenedor o batidora, para luego agregar el resto de los ingredientes secos y por último los húmedos como el huevo o el agua. De preferencia la materia grasa debe estar a temperatura ambiente, ya que helada es mucho más difícil su integración.
Cernizar	Con la ayuda de nuestras manos, juntamos los ingredientes secos como la harina y el azúcar, con la materia grasa y formamos migas integrando muy bien los ingredientes entre sí. Esta técnica es la más utilizada, ya que con un breve paso logramos una masa suave y compacta, además de volatilizar el aroma contenido en la margarina o mantequilla.
Método rápido	Utilizamos una procesadora 1, 2, 3 agregando todos los ingredientes de una vez y formamos la masa. De esta manera tenemos una masa suave y blanda en mucho menos tiempo.
Reposo	Una vez formada la masa, es necesario dar un reposo de ésta dejándola alusada o dentro de un plástico en el refrigerador. De esta manera la masa se compacta aún más, y es más fácil de trabajar.
Uslereado	Para uslerear la masa debes trabajar sobre un mesón limpio y espolvorear harina, para luego dejar la masa y pasar el uslero sobre ésta, siempre desde el centro hacia afuera, para generar un grosor parejo. Además, se debe ir moviendo la masa para evitar que se pegue en el mesón cada vez que la estiras. Debes estirar la masa dejando 0,5 cm aprox. de grosor, midiendo que el molde quede por entero sobre la masa.
Encamizado del molde	Antes de colocar la masa en el molde debes pasar por este una capa fina de mantequilla con la ayuda de un papel absorbente o tus dedos y luego espolvorear harina cubriendo todos sus lados. De esta forma, conseguirás que la masa no se pegue y se desprenda fácilmente una vez cocida.

Forrado del molde	Una vez que la masa este estirada y lista en el mesón, necesitas colocar el uslero en uno de sus extremos y enrollar la masa en éste. Luego lleva el uslero con la masa enrollada sobre el molde y desenróllalo sobre éste, siempre dejando un margen de 1 cm extra para que cuando presiones con los dedos los bordes no te falte masa y quede completamente cubierto. El exceso de masa lo puedes retirar presionando levemente el borde del molde con el uslero, o bien pasando un cuchillo.
-------------------	---

*Nota:* Se puede observa las técnicas para el preparado de la masa de torta  
Fuente: Dulce receta Nestle

- Técnicas de Batidos

En esta categoría encontraras varias preparaciones bajo una misma definición de batido donde su principal característica es ser un producto, liviano, esponjoso y flexible.

**Tabla N° 4 Técnica de Batidos**

<b>Tipo de batido</b>	<b>Elaboración</b>	<b>Preparaciones</b>
Batido sin materia grasa	Partimos batiendo los huevos, y agregando el azúcar y la harina en partes iguales. O bien variar la cantidad de harina por huevo según el tipo de uso que se le quiera dar a la preparación. Por ejemplo, batido pesado 45 a 50 gr, mediano 30 a 35 gr y liviano 20 a 25 gr.	Bizcocho (batido mediano) 4 huevos 120 gr de azúcar flor 120 gr de harina Bizcochos, empolvados, plancha de bizcocho.
Batido con materia grasa(mantequilla, margarina o aceite)	Como resultado se obtiene un producto graso, alveolado y esponjoso por consecuencia de haber utilizado mantequilla o margarina, harina y huevos. Batidos ideales para dar un sabor o bien agregar directamente otro ingrediente como frutas, esencias, etc.	Queque, muffins, magdalenas, galletas mangueadas, bizcocho guioconda, bizcocho sacher, brownie, etc.

- Método de elaboración de los bizcochos

Los bizcochos son aireados y esponjosos, ya que el batirlos permite que el aire quede contenido en su interior, debido a la estructura emulsionada de los huevos y sus proteínas. Para que los bizcochos queden de manera esponjosa y aireada se necesita una elaboración correcta siguiendo los métodos aquí indicados:

**Tabla N° 5 Elaboración de Biscocho**

<b>Método</b>	<b>Elaboración</b>
Método directo o caliente	Consiste en juntar los huevos enteros junto con el azúcar y disolver los cristales de ésta a baño maría. Una vez listo, batir enérgicamente hasta obtener 4 veces el volumen inicial. Luego se agrega poco a poco la harina cernida sobre el mismo batido, incorporándola suavemente con movimientos envolventes.
Metodo indirecto o frío	Se separan las yemas de las claras, batiendo cada una por separado. Se recomienda comenzar a batir las claras a nieve y luego incorporar la mitad del azúcar. Una vez firme, reservar y batir las yemas con el resto del azúcar, juntar ambos batidos unificando bien y agregar los ingredientes secos espolvoreándolos sobre el batido e integrándolos en forma envolvente.
Método inverso	Batir las claras a nieve bien firmes agregando poco a poco el azúcar, luego las yemas de a una y por último los ingredientes secos, todo bien rápido para contener el aire.

*Nota:* Se puede observa las técnicas para el preparado de biscocho

Fuente: Dulce receta Nestle

- Método de elaboración de los batidos con materia grasa

**Tabla N° 6 Batidos con grasas**

<b>Método</b>	<b>Elaboración, mínimo de 15 a 20 minutos aprox.</b>
Método directo	Crema la materia grasa agregando poco a poco el azúcar, luego añadir los ingredientes líquidos y finalmente los secos.
Método indirecto	Método utilizado para romper los cristales del azúcar e incorporar oxígeno consiguiendo una mezcla suave. Agregar las claras batidas a nieve o los huevos enteros batidos a espumosos o, bien, batir por separado las yemas con la mitad del azúcar y las claras batidas con la otra mitad del azúcar. Luego de realizado con alguno de estos métodos se agregan los ingredientes secos poco a poco.

*Nota:* Se puede observar las técnicas para el preparado de batidos con grasas  
Fuente: Dulce receta Nestle

- Funciones de los ingredientes en los batidos

**Tabla N° 7 Ingredientes de Batidos**

<b>Ingrediente</b>	<b>Función</b>
Huevos	Aporta la incorporación de aire, emulsión y volumen del batido
Azúcar	Puede ser granulada, rubia o flor. Es la encargada de dar la estabilidad a los huevos en su retención de aire. Si no agregamos azúcar a un bizcocho este pierde volumen y se rompe.
Harina	Debe ser considerada sin polvo de hornear o, bien, agregárselo a parte en el caso de los queques, debido a que si es una harina con alto contenido proteico el batido nos queda más bien duro, ya que se favorece la formación de gluten. Cocción mínima a considerar de la harina es de 15 minutos aprox.
Materia grasa (margarina, mantequilla o aceite)	La grasa es opcional en los bizcochos, más bien nos aporta suavidad, aroma y sabor al batido, haciéndolos más flexibles.

*Nota:* Detalle y funciones de ingredientes para los batidos  
Fuente: Dulce receta Nestle

- Temperaturas de cocción en pastelería

**Tabla N° 8 Temperatura Pastelería**

<b>Preparación</b>	<b>Temperatura aprox.</b>
Bizcocho en molde	160 a 180 °c
Bizcocho en plancha	200°c
Empolvados	180°c
Galletas	180°c
Galletas mangueadas	200 °c
Queques individuales muffins	180°c
Queque en molde corona	180°c
Queque en molde cajón	160 a 170 °c
Panqueques batido 4/4	200 °c

*Nota:* Niveles de temperatura para la cocción en la pastelería  
Fuente: Dulce receta Nestle

- Masa escaldada

Considerada como una masa básica y simple que puedes rellenar dulce o salada.

Su principal característica es que contiene una estructura de almidones y otra de proteínas, lo cual la define como una malla de almidones gelificados y otra de proteína coagulada.

**Tabla N° 9 Detalles de Masa Escalada**

<b>Ingredientes</b>	<b>Característica</b>	<b>Receta (cantidad)</b>
Agua	Aunque por lo general se recomienda la elaboración con agua (por su bajo costo), podemos utilizar cualquier líquido, como la leche que dejará la preparación más sabrosa, pero más húmeda.	200 cc
Harina	Se recomienda una harina de fuerza (bajo contenido de almidón), ya que se necesita la formación de gluten.	
Materia grasa	Puede ser margarina o mantequilla, que otorga sabor y suave textura. Al igual que el agua se puede utilizar cualquier grasa, ya sea sólida o líquida.	
Huevos	Se considera la cantidad de huevos dependiendo del tiempo de escaldado de la masa. A más tiempo más deshidratada la masa y más huevos necesitarás.	4 unidades aprox.
Sal y azúcar	Se debe considerar una pizca de las dos para que la preparación quede neutra.	
Preparación	Hervir el agua junto con la materia grasa, sal y azúcar. Aparte, cernir la harina y agregarla de golpe al agua hirviendo. Dar cocción hasta formar un bollo que se desprenda por sí solo, retírelo de la olla y dejar enfriar. Luego, con la ayuda de una batidora, agregar los huevos de a uno hasta integrar bien y lograr consistencia para manguear.	

*Nota:* Se detalla las características de los ingredientes para la preparación de una masa escalada

Fuente: Dulce receta Nestlé

- Merengues

El merengue es una crema a partir de las claras de huevo batidas con azúcar a punto de nieve, donde las claras aumentan su volumen por la incorporación de aire.

**Tabla N° 10 Tipos de Merengue**

<b>Merengue</b>	<b>Características</b>	<b>Defectos de preparación</b>
Merengue francés	Merengue básico. Se baten a nieve las claras y se incorpora el azúcar poco a poco hasta que las claras estén bien firmes y 4 veces su volumen inicial.	Si se agrega el azúcar desde un comienzo las claras no aumentarán su volumen, ya que el exceso de agua no permite la retención de aire.

Merengue suizo	1 cantidad de claras por 2 cantidades iguales de azúcar granulada. Se junta las claras con el azúcar granulada en un bowl, se lleva a baño maría hasta derretir bien los cristales de azúcar y batir hasta duplicar su volumen.	Se debe disolver muy bien el azúcar a baño maría con las claras, ya que si no lo hacemos, quedará un merengue granulado una vez batido.
Merengue taliano	1 cantidad de claras por 2 cantidades iguales de azúcar granulada. Juntar el azúcar con un poco de agua hasta humedecerla. Hacer un almíbar hasta llegar a los 117°C. Aparte, batir las claras a nieve y agregar en forma de hilo el almíbar a las claras sin dejar de batir hasta duplicar su volumen.	Se necesita que el almíbar no aumente de la temperatura indicada, si no éste pasa a ser un caramelo y al agregarlo a las claras batidas, por el cambio de temperatura, quedará cristalizado.

*Nota:* Detalle de las clase de merengue y sus características.

Fuente: Dulce receta Nestle

- Técnicas de preparación de Postres

Preparaciones dulces que contienen frutas, salsas, etc. Para complementar el almuerzo o cena.

**Tabla N° 11 Preparación de Postres**

Postres de base	Características	Preparaciones
Leche	Los postres en base a leche son siempre los más caseros y tradicionales, donde mezclamos fácilmente los ingredientes como leche, huevos, esencia y salsa, como caramelo.	Flan Leche asada Leche nevada Arroz con leche
Mousse	En este caso tenemos un postre frío que fue realizado a partir de un merengue italiano, crema, gelatina con fruta o pulpa de fruta, chocolate o licor, los que darán el sabor del mousse.	Torta de yogurt Parfait Semi fríos
Royal	Esta preparación nos ayuda en recetas dulces o saladas, con diferentes frutas o vegetales, mezclando crema y huevos (opcional con leche).	Clafoutie de plátano, manzana, peras, etc. Quiche lorreine

*Nota:* Técnicas básica de cómo prepara los postres

Fuente: Dulce receta Nestle

Los ingredientes que no deben faltar en la alacena de una repostería tenemos los siguientes:

- Mantequilla
- Aceite
- Azúcar
- Huevo
- Harina
- Levadura
- Leche
- La nata de Leche
- Cacao
- Extractos aromáticos
- Sal

### **4.3. Repostería Ecuatoriana**

La repostería, confitería o pastelería es el arte de preparar o decorar pasteles u otros postres. El término repostería es el que se utiliza para denominar al tipo de gastronomía que se basa en la preparación, cocción y decoración de platos y piezas dulces tales como tortas, pasteles, galletas, budines y muchos más, en el Ecuador se puede evidenciar por todas partes este arte de la repostería.

En la cocina ecuatoriana podemos encontrar a parte de la repostería una gran variedad de bocaditos dulces como salados.

En la provincia de Manabí, es una tradición el desarrollo en el arte de la repostería y dulcería en especial en el cantón Rocafuerte, utilizando ingredientes básico como la harina, el azúcar y la leche, entre los que predominan el alfajor, huevos moyo o troliche, galletas de almidón, cocada, suspiro, pasa pan con dulce de maní, limón relleno.

#### **4.4. Repostería Tradicional ecuatoriana**

La repostería de Ecuador es una cocina donde predomina la variedad de ingredientes. Debe tenerse en cuenta que Ecuador tiene acceso a tres diferentes tipos de recursos culinarios: las costas del Océano Pacífico e islas Galápagos, los Andes, y, por último, de la selva amazónica. La cocina gira en torno a estas tres fuentes de ingredientes, haciendo que las personas y las etnias de la zona puedan elaborar diversos platos autóctonos.

Entre los principales postres del ecuador tenemos:

- Come y bebe
- Dulce de higo
- Dulce de zapallo
- Espumillas
- Flan de coco
- Flan o queso de quiña
- Mermeladas
- Tortas
- Alfajores

- Trota de tres leche
- Dulce de leche
- Helado de paila

Entre las bebidas tenemos:

- Jucho
- Champús
- Batidos
- Chicha

### III. METODOLOGÍA

#### 3.1. Tipo y Diseño de Investigación

El tipo de investigación a desarrollar es la descriptiva, ya que se analizó el origen, productos, propiedades, del jackfruit para su uso en la repostería.

El método a utilizar fue el cualitativo ya que los datos se recopilaron y analizaron de manera objetiva a través de entrevistas, fichas de observación, receta estándar, y fichas de degustación para la aceptación del producto.

#### 3.2. Instrumentos Recolección De Datos

**Entrevista estructurada;** Se realizó una entrevista a expertos con el fin de conocer y obtener su opinión acerca de la fruta del jackfruit y uso dentro de la gastronomía, constara de 10 preguntas, (Ver apéndice B).

**Ficha de degustación;** Se realizó la ficha de degustación para observar todos los parámetros de textura, color, sabor entre otros, los mismos que ayudaran a la elaboración de nuevas recetas (ver apéndices C).

**Ficha de observación;** la cual se utilizó para recopilar la información acerca de los procesos desarrollados en la experimentación del producto. Se apoyara con recetas estándar (ver apéndice D).

### **3.3. Descripción del trabajo de campo**

Para la descripción del trabajo de campo se detalla la aplicación de los siguientes instrumentos:

La entrevista, se realizó la entrevista a expertos en el arte culinario, en especial en la repostería, con el fin de obtener criterios para la elaboración de recetario que contenga productos realizado a base de jackfruit, un parámetro de diez preguntas entre las cuales se obtendría la información necesaria para la elaboración del proyecto.

### **3.4. Recolección y Análisis de la Información**

Este proceso consiste en la recopilación de la información obtenida en el transcurso de la investigación, tanto en la entrevista, utilizando a la herramienta de Word, para desarrollarla.

Para el análisis de la información recopilada se empleó la estadística

## IV. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

### 4.1. Análisis e Interpretación de Resultado.

#### 4.1.1 Análisis de la entrevista (apéndices B)

Después de la realización de la entrevista al Licenciado Paúl Escudero, profesor de Culinary Art's School, respondió lo siguiente a las preguntas:

1. ¿Si conoce usted el jackfruit?

Si, lo conoce

2. ¿Qué opina usted sobre la creación de recetas para repostería con el jackfruit?

Será una buena idea, ya que se tendrá otra opción de donde escoger un recetario de postres.

3. ¿Qué productos innovadores haría usted con el jackfruit?

Realizaría torta, helados, batidos, y todo lo que esté a mi alcance para realizar nuevos productos.

4. ¿Cuál el impacto que tendría el jackfruit en la repostería ecuatoriana?

Serán un impacto muy grande ya que las personas solo están habituadas a consumir los mismos postres con los mismos sabores.

5. ¿Siendo el jackfruit una fruta con varios sabores a guanábana, melón, banano, piña y altos valores nutricionales que sugeriría para su uso en la repostería?

Se realice tortas y galletas para experimentar con nuevos sabores, los mismos que se pueden encontrar en la misma fruta.

6. ¿De los tipos de postres tradicionales ecuatorianos cuales cree que podría reemplazar con el jackfruit?

Creo que unos de los postres más consumidos son los helados y las tortas aunque esta última no es autóctona del Ecuador.

7. ¿Con que frutas mesclaría el jackfruit?

La fruta en si tiene algunos sabores, pero yo me atrevería a mezclarlo con melón, fresas, uvas.

8. ¿Consume habitualmente dulces con frutas, y a qué precio?

Si, consumo, desde \$ 3,00 (tres dólares con 00/100), a \$5,00 (cinco dólares con 00/100)

9. ¿Cuáles son los dulces de fruta que habitualmente consume y con qué frecuencia?

El manjar de piña, o un helado cada quince, o cuando me quiero dar una gustito.

10. ¿Cree que esta fruta pueda estar en la dieta de un diabético por su alto contenido de azúcar natural?

Eso tendríamos que consultar con los expertos en salud.

11. ¿Le parece interesantes el jackfruit y cuáles serían sus ventajas?

Sí parece interesante, unas de sus principales ventajas sería la poca utilización de azúcar química, ya que la fruta posee alto contenido de endulzante natural.

#### 4.1.2. Ficha de degustación (apéndice C)

Al realizar la ficha de degustación al Chef Paúl Escudero, se observa lo siguiente:



### INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

NOMBRE DEL PTALO: TORTA FECHA: 17/07/2015

LUGAR: Quito,

Frente a usted hay una muestra de jackfruit de la cual debe probar descubriendo las características de sabor que estén presente en la muestra

1. Marque con una x sobre la casilla del término que más se asemeje con la degustación de la muestra:

FICHA DE DEGUSTACIÓN											
PUNTAJE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
ITEMS											
TEXTURA											X
OLOR								X			
SABOR									X		
AMARGO	X										
ACIDO	X										
DULCE											X
SALADO			X								
PICANTE											
DEGUSTADO POR: Chef Paúl Escudero											
OBSERVACION O COMENTARIO: Ninguna											
MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN											

#### 4.1.3. Ficha de observación (apéndice D)



### INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

NOMBRE DEL PLATO: TORTA FECHA: 17/07/2015

LUGAR: Quito,

Una vez observado la muestra hecha a base del jackfruit proceda a realizar la calificación de acuerdo con su criterio, colocando el puntaje que usted crea conveniente de 1 a 10 puntos.

ficha de observación		
ITEM	PUNTAJES	OBSERVACIONES
PRESENTACIÓN	9	
COLOR	10	
TAMAÑO	10	
COMENTARIO O SUGERENCIAS: Realizar una buena presentación, dedicar un poco más de esmero para poder tener una calificación perfecta.		
<b>MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN</b>		

#### Análisis de degustación

Podemos observar que Chef Paúl Escudero, al momento de realizar la degustación del plato denominado Torta de jackfruit, no tiene ninguna observación, con la elaboración de la ficha de degustación se puede obtener mejores resultados para la elaboración de cada plato a producir.

## **4.2. Conclusiones.**

Luego de experimentar con la fruta al apreciar en ella alto contenido de azúcar natural evita que adicionemos azúcar procesada con químicos nocivos para la salud.

Recopilada la información necesaria acerca del jackfruit, sus propiedades, características nutritivas, para la implementación de un recetario de repostería a base de la fruta.

Con la experimentación del uso del jackfruit en la repostería ecuatoriana, se busca promover el consumo de la misma.

Realizada la propuesta de la creación de un recetario con el jackfruit como ingrediente base para la preparación de los postres.

## **4.3. Recomendaciones.**

Sugiero evitar endulzar con edulcorante artificial productos a elaborarse

Sugiero en cantidades menor a la habitualmente usada de azúcares artificiales, al momento de realizar un plato con la fruta jackfruit.

## **V. PROPUESTA**

### **5.1. Título de la propuesta**

**RECETARIO DE POSTRES Y BEBIDAS TRADICIONALES A BASE DEL JACKFRUIT.**

### **5.2. Justificación**

En el Ecuador existen varias frutas exóticas, entre las cuales tenemos el jackfruit, la misma que posee un alto contenido de vitaminas y proteínas, que la mayoría de ecuatorianos desconocen, es por ello que nace esta propuesta de investigación como es la desarrollar un recetario de postres y bebidas a base de esta fruta, para fomentar el consumo y producción de la misma, beneficiando a productores y consumidores a productores porque habrá una mayor demanda del fruto y al consumidor por su alto contenido de vitaminas aportando a la nutrición de los mismos.

### **5.3. Impacto**

Al conocer este aspecto de la fruta del jackfruit subirá el consumo de la fruta, mejorando el nivel de vida de los consumidores, además los productores tendrán un ingreso monetario por cultivo del jackfruit que en la actualidad se está desperdiciando, Ambiental: el proyecto favorece al medio ambiente mediante la reducción y reciclaje de la fruta.

## 5.4. Objetivos

### 5.4.1. General

Crear un recetario de repostería tradicional ecuatoriana, utilizando el jackfruit como base para la realización de los postres.

### 5.4.2. Específicos

- Procesar la información recopilada acerca del jackfruit.
- Realizar la propuesta gastronómica del uso del jackfruit en la repostería ecuatoriana

## 5.5. Ubicación Sectorial y Física

**Figura N° 1 Ubicación del Restaurant Bembi**



**Nota:** Ubicación: En la ciudad de Quito, Sector de Santa Clara, en la Av. Jerónimo Carrion y Juan Murillo.  
**Fuente:** Investigación Propia

## 5.6. Viabilidad

Esta investigación es viable ya que se dispone de los conocimientos técnicos necesario para la elaboración del recetario, además que se escatima un costo de producción dependiendo de la demanda del mismo, tendría un impacto social aceptable ya que donde se va a desarrollar la propuesta, las personas tienen hábitos de consumir de postres y bebidas con frecuencia.

## **5.7. Plan de Ejecución Diseño de Recetario**

### **Qué es un Recetario**

Recetario, es el libro que recopila diversas recetas de cocina. Estas recetas consisten en la descripción de los pasos a seguir para preparar una comida, incluyendo también los ingredientes que se necesitan.

Es frecuente que las recetas de cocina se transmitan a través de la vía oral, pasando de generación en generación. Sin embargo, al ser recopilada en un recetario, su alcance se multiplica. Una receta registrada en un recetario permite, por otra parte, que una preparación gastronómica permanezca en el tiempo, ya que sus ingredientes y elaboración han quedado consignados.

### **Características de un Recetario.**

Las recetas tienen unas normas y reglas precisas para su escritura. Si la receta se dirige al público en general, debería estar escrita en lenguaje llano. En muchos casos presuponen un conocimiento básico de las técnicas de cocina. Las recetas aparecen generalmente categorizadas en familias que se agrupan por ingrediente principal, tipo de preparación, país, etc. forman parte de un libro de cocina.

Las recetas formales incluyen como elementos:

- Denominación del plato o bebida acompañada de su origen
- Tiempo de preparación, y en algunas ocasiones la complicación valorada adecuadamente contra una escala. Generalmente para describir el tiempo que se dedicará a la elaboración del plato se emplean unidades de tiempo

expresadas en minutos, a lo sumo horas. La complicación del plato suele ser una combinación entre el número de ingredientes, el número de procesos y el tiempo empleado. Si el plato necesita de un intervalo de tiempo antes de ser servido, sería bueno que figurara en esta parte inicial.

- Lista de ingredientes requeridos con sus cantidades o proporciones. Suelen emplearse unidades de medida internacionales, locales o incluso culinarias como son cucharada, cucharadita, taza, pizcas, entre otras. De la lista de ingredientes, y su cantidad asociada al número de raciones que se desea preparar, se expresa el número de porciones finales, si se desea otra cantidad se emplean reglas de proporcionalidad. Los ingredientes se ordenan según su orden de uso. Cuando la disponibilidad de los ingredientes resulta comprometida, suele indicarse ingredientes alternativos. De la misma forma si los ingredientes pueden ser poco familiares, se suele hacer referencia a glosarios.
- Herramientas empleadas necesarias para la elaboración. Esta descripción no es habitual en la mayoría de los textos. Se puede deducir de la descripción de los procesos. Una receta profesional incluye el tamaño de los recipientes a emplear.
- Pasos a seguir en orden cronológico. Esta secuencia de procesos comienza indicando los procesos de preparación de los ingredientes, picado, escaldado, fritura, cocción, etcétera, y finaliza con las tareas de emplatado final y su puesta en la mesa. Suele tener una estructura enumerada en la que cada paso se incluye en cada ítem.

En recetas editadas en libros, o recetarios culinarios, usualmente se incluye una fotografía del plato ya montado, y generalmente ya decorado para su muestra a los comensales. A veces incluye una ilustración secuenciada de los procesos más notables. Para mejorar la didáctica de la receta suele incluirse indicaciones acerca de cómo elegir un buen ingrediente, detalles sobre la calidad de los mismos. Si el ingrediente indicado no es habitual al lector, proporcionar consejos acerca de donde poder encontrarlo. La inclusión sobre ciertos detalles empleados en las técnicas culinarias no habituales puede ayudar a un lector a reproducción con éxito la receta. En las recetas se incluye a veces el cómputo total de calorías que supone su ingesta, así como cualquier indicación nutricional. En las recetas culinarias generalmente es menos deseable conocer el origen histórico, sociológico del plato. (Recetas de Cocina)

### **Estructura Del Recetario.**

La estructura del recetario consiste en:

- Portada Inicial
- Resumen o índice de recetas
- El nombre del plato
- Número de porciones o cantidad total que producirá.
- Ingredientes y cantidad de cada uno.
- Método de preparación.

Portada Inicial, es la imagen que se le al folleto, en este caso el recetario, esta debe ir con diseños llamativos que atraigan al lector.

Resumen o índice de receta, es donde encontramos todos los nombres de recetas en un orden alfabético y con numeración indicando en que página se encuentra.

Numero de porción o cantidad total que producirá, este indica el número de personas quienes pueden servirse del mismo.

Ingredientes y cantidad, son todos los ingredientes a utilizar en la preparación y la cantidad exacta a utilizar.

El método de preparación es tan importante como los ingredientes y sus cantidades, sus instrucciones deben de ser claras y concisas, utilizando terminologías correctas y comprensibles. El estilo de cocinar y la temperatura deberán también estar incluidos.

### **Introducción.**

El recetario es la más amplia herramienta de comunicación en la cocina. Es una serie de instrucciones para hacer un determinado plato utilizando varios

ingredientes. La receta, algunas veces llamada fórmula, hace posible que un plato en particular sea reproducido por otra persona que no es quien originalmente lo creó. Cuantos más detalles y especificaciones tiene la receta más seguros estaremos de que la reproducción será muy parecida o igual al original. Por dicha razón es importante para el lector de nuestro recetario contar con una indicación de cómo prepara las recetas de su preferencia, de forma rápida y sencilla.

### **jackfruit**

El jackfruit es una fruta exótica, originaria del continente Asiático, se introdujo en América a mediados del siglo XIX, El árbol produce la fruta nacional de Bangladés. Posee grandes similitudes con *Artocarpus altilis* (árbol del pan), originario de Indonesia y de Melanesia.

La fruta, en su interior, es de color amarillo, similar al mango. Su jugo es ligeramente ácido y profundamente dulce, con un sabor que recuerda la mezcla de mango con naranja y otras frutas.

Esta fruta posee un olor desagradable una vez que ha llegado al punto máximo de madurez, sus bulbos al momento de saborearlo lo puede llegar a experimentar diversos sabores.

### **Las receta estándar.**

La receta estándar es un listado de todos los ingredientes que necesitamos para elaborar alguna receta, en la cual no sólo se deben incluir las cantidades de cada ingrediente con sus respectivas unidades y sus costos. Por eso, además de ser una guía para saber cómo preparar y montar algún platillo, o incluso para determinar el tiempo real de preparación, esencialmente, la receta estándar nos sirve para calcular el costo real de cualquier platillo.

El éxito o fracaso de un restaurante depende en gran medida del cuidado que se invierta en basar la oferta de platillos en recetas estándar. A diferencia de la receta convencional que encontramos en los recetarios y revistas de cocina, la receta estándar contiene muchos más parámetros que el tiempo, dificultad de preparación, clasificación de la receta o consejos, justamente para poder obtener el costo del platillo, bebida o postre. Además, de ser una herramienta para el control financiero, la receta estándar tiene otro beneficio muy importante: no importa quién y dónde prepare la receta, la calidad será la misma. Se levantan las recetas estándares ya que el trabajo requiere un nivel técnico de ejecución, siendo que el autor cuenta con esta fundamentación teórica el realizar las recetas estacares antes de desarrollar la propuesta del recetario asegurara su coherencia, eficiencia y precisión en los productos esperados.

### **Comentarios Costumbristas.**

Al momento de incluir los comentarios costumbrista en el recetario el lector puede tener un acceso rápido sobre el postre o bebida que desea prepara ya que cuenta con una pequeña reseña de ingredientes e histórica del plato a preparar para degustar.

### **Normas BPM**

Son un conjunto de regulaciones federales que se aplican en todos los procesadores, distribuidores, y almacenes de alimentos u otros. Son la base legal para determinar si las prácticas, condiciones y controles usados para procesar, manejar o almacenar productos son inofensivos y si las condiciones en las instalaciones son sanitarias.

Las buenas prácticas de manufactura nos facilitan una descripción de las características propias de la manufactura especializada, el proceso, el empaque, el manejo y almacenamiento de productos alimenticios, farmacéuticos y cosméticos.

En el proceso de alimentación la presente Norma sanitaria tiene como propósito proteger la salud de los consumidores, disponiendo los requisitos sanitarios que deben cumplir los productos de panificación, galletería y pastelería y los establecimientos que los fabrican, elaboran y expenden. Con el propósito de mantener al tanto al lector de las condiciones y manipulación de los diferentes productos, es necesario incorporar las normas BPM, al recetario.

El mismo que debe llevar un glosario, ya que en el lector puede encontrar de manera alfabetizada las palabras y expresiones utilizadas en el recetario, ya que puede hacer términos poco conocidos por el lector.

## Recetas Estándar.

### Torta

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
PLATO	TORTA DE JACKFRUIT	COCINA	CALIENTE	CÓDIGO PROD.:	
FECHA ACTUALIZACIÓN:					
CHEF RESPONSABLE:	JORGE GARCÍA				
VIDA ÚTIL CONGELADO:					
VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:	1 DÍA				
PAX:	10				
nº	Ingredientes	unid.	cantidad	costo/unid.	costo total
1	jackfruit	g	500	0.0015	0.75
2	Mantequilla	g	500	0.0017	0.85
3	Azúcar	g	500	0.0005	0.25
4	Leche	cc	1000	0.00085	0.85
5	Harina	g	500	0.0012	0.6
6	Huevo	u	8	0.15	1.2
					0
					0
					0
PREPARACIÓN:				C.M.P.	<b>4.5</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>Batir la mantequilla con el azúcar e incorporar poco a poco el resto de los ingredientes. Primero los huevos, la harina y la leche hasta obtener una mezcla homogénea, y finalmente agrega los toques de Jackfruit.</li> <li>En un molde previamente untado de mantequilla, coloca la mezcla y lleva al horno durante 40 minutos, a 150°.</li> </ol>				M.E 5-15%	0.675
				C.T.M.P.	<b>5.175</b>
				C.P	0.5175
				CIF 15%	0.077625
				M.O 45%	0.232875
				G.AD 12%	0.0621
				C.T.	0.8901
				COSTO 30%	0.26703
				PVP. IN	1.15713
				IMPUESTOS 22%	0.2545686
	P.V.P	1.41			

## Flan Casero

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>FLAN CASERO DE JACKFRUIT</b>	<b>COCINA</b>	<b>CALIENTE</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>2 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>4</b>				
N°	INGREDIENTES	UNID.	CANTIDAD	COSTO/UNID.	COSTO TOTAL
1	jackfruit	cc	384	0.0015	0.576
3	Azúcar	g	250	0.0005	0.125
4	Leche	cc	1000	0.00085	0.85
5	Huevos	u	5	0.15	0.75
<b>PREPARACIÓN:</b>  Primero preparar el caramelo con los 200 gramos de azúcar: colocar en un recipiente directamente a fuego directo el azúcar en este caso sin agua, con esto evitamos que se nos azucare, en lo personal es más cómodo ya que podemos revolverlo tantas veces como queramos hasta lograr el color caramelo claro retiramos del fuego. Pasar Al molde y comenzamos a mover en todos los sentidos para que se cubra bien el fondo y unos centímetros de las paredes. Reservar.  Hervir la leche con el jackfruit. Agregar el azúcar, sin dejar de revolver hasta que rompa hervor, retirar del fuego y dejar entibiar.  Batir ligeramente los huevos apenas para ligarlos y agregarle la leche con jackfruit y la esencia de vainilla. Verter en el molde previamente acaramelado. Cocinar a baño maría en horno moderado alrededor de 55 a 60 minutos.  Para verificar si está cocido, pincharemos con un cuchillo de mesa, si sale seco lo retiramos de inmediato.				<b>C.M.P.</b> <b>2.301</b>  <b>M.E 5-15%</b> 0.34515  <b>C.T.M.P.</b> <b>2.64615</b>  <b>C.P</b> 0.264615  <b>CIF 15%</b> 0.03969225  <b>M.O 45%</b> 0.11907675  <b>G.AD 12%</b> 0.0317538  <b>C.T.</b> 0.4551378  <b>COSTO 30%</b> 0.13654134  <b>PVP. IN</b> 0.59167914  <b>IMPUESTOS 22%</b> 0.13016941  <b>P.V.P</b> 0.72	

## Natilla

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>NATILLA DE JACKFRUIT</b>	<b>COCINA</b>	<b>CALIENTE</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>3 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>4</b>				
n°	Ingredientes	unid.	cantidad	costo/unid.	costo total
1	jackfruit	g	500	0.0015	0.75
2	Ramita de canela	u	0,5	0.1	0.05
3	Azúcar	g	160	0.0005	0.08
4	Leche	cc	1000	0.00085	0.85
5	Maicena	g	40	0.0012	0.048
6	Yemas de huevo	u	8	0.15	1.2
					0
					0
					0
<b>PREPARACIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>El primer paso para elaborar la natilla es cocinar por media hora el maíz dejar reposar hasta el otro día, coger el maíz y moler o licuar hasta que tengamos una pasta.</li> <li>Disolver la pasta de maíz con la leche o licuar junto a la leche.</li> <li>Poner en una olla ya cernido el pazo anterior y agrgar el Jackfruit licuado con 1 taza de agua cernir y agregar a la olla.</li> <li>Cocinar a fuego lento sin dejar de revolver por 45 minutos.</li> <li>Poner en moldes y dejar hasta que se enfríe para desmoldar.</li> <li>Decorar a su gusto y servir.</li> </ul>				<b>C..M.P.</b>	<b>2.978</b>
				M.E 5-15%	0.4467
				<b>C.T.M.P.</b>	<b>3.4247</b>
				C.P	0.34247
				CIF 15%	0.0513705
				M.O 45%	0.1541115
				G.AD 12%	0.0410964
				C.T.	0.5890484
				COSTO 30%	0.17671452
				PVP. IN	0.76576292
IMPUESTOS 22%	0.16846784				
P.V.P	0.93				

## Manjar

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>MANJAR</b>	<b>COCINA</b>	<b>CALIENTE</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>2 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>4</b>				
<b>n°</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/unid.</b>	<b>costo total</b>
1	jackfruit	cc	250	0.0015	0.375
3	Azúcar	g	500	0.0005	0.25
4	Leche	cc	3000	0.00085	2.55
5	Rama de canela	u	2	0.1	0.2
6	Clavos de olor	u	2	0.1	0.2
7	Arroz molido	g	60	0.005	0.3
					0
					0
<b>PREPARACIÓN</b>					<b>3.875</b>
En una olla poner a calentar la leche con los clavos de olor, la canela y el azúcar a fuego medio y dejar que tome color.				C..M.P.	
Cuando comience a hervir, añadir el arroz y el Jackfruit, revolver constantemente con una cuchara de palo hasta que espese y tome la consistencia adecuada. Este proceso puede llevar hasta dos horas.				M.E 5-15%	0.58
Para saber si el manjar está listo, vierte una cucharada de la mezcla en un plato pequeño, deja que se enfríe y voltea el plato. Si al voltearlo el dulce de leche no se escurre, quiere decir que ya está listo.				C.T.M.P.	<b>4.46</b>
				C.P	0.45
				CIF 15%	0.07
				M.O 45%	0.20
				G.AD 12%	0.05
				C.T.	0.77
				COSTO 30%	0.23
				PVP. IN	1.00
				IMPUESTOS 22%	0.22
				P.V.P	1.22

## Alfajores

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>ALFAJOR</b>	<b>COCINA</b>	<b>CALIENTE</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	JORGE GARCÍA				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	8				
<b>PAX:</b>	15				
n°	Ingredientes	unid.	cantidad	costo/unid.	costo total
1	jackfruit	kg	200	0.0015	0.3
3	Azúcar	kg	150	0.0005	0.075
4	Margarina	kg	250	0.006	1.5
5	Polvo de hornear	kg	20	0.1	2
6	Harina	kg	200	0.0019	0.38
7	Yemas de huevos	u	3	0.15	0.45
					0
<b>PREPARACIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Unir mantequilla, harina, azúcar, las yemas de huevo con el jackfruit. Mezclar con un tenedor o estribo. Terminar amasando con las manos, hasta lograr una masa uniforme, poner el polvo de hornear.</li> <li>Estirar con el rodillo en una superficie enharinada. Cortar círculos con cortador de galletas (el tamaño y forma es opcional).</li> <li>Transportar cuidadosamente a una placa engrasada.</li> <li>Llevar al horno pre-calentado 350° F (175° C) durante 12 ó 15 minutos.</li> <li>Retirar del horno. Enfriar</li> <li>Para armar los alfajores: tomar una galleta, rellenar con manjar y luego cubrir con otra galleta. Espolvorear azúcar molida.</li> </ul>				<b>C..M.P.</b>	<b>4.705</b>
				M.E 5-15%	0.71
				<b>C.T.M.P.</b>	<b>5.41</b>
				C.P	0.54
				CIF 15%	0.08
				M.O 45%	0.24
				G.AD 12%	0.06
				C.T.	0.93
				COSTO 30%	0.28
PVP. IN	1.21				
IMPUESTOS 22%	0.27				
P.V.P	1.48				

## Troliche

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>TROLICHE</b>	<b>COCINA</b>	<b>CALIENTE</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>8</b>				
<b>PAX:</b>	<b>15</b>				
n°	Ingredientes	unid.	cantidad	costo/unid.	costo total
1	jackfruit	kg	200	0.0015	0.3
2	Azúcar	kg	150	0.0005	0.075
3	Palitos de canela	kg	20	0.1	2
4	Arroz	kg	80	0.0019	0.152
5	Yemas de huevos	u	9	0.15	1.35
6	Leche	cc	1000	0.00075	0.75
<b>PREPARACIÓN</b>  Pones a hervir la leche con el azúcar y canela, dejar enfriar y cernir. Licue un poco de leche con las 9 yemas de huevo, agregarla a la mezcla anterior, poner al fuego moviendo constantemente con una cuchara de palo, dejar que se corte la leche y esperar a que se seque hasta formar una masa. Poner la masa sobre una tabla, amasarla bien y formar bolitas pequeñas, espolvorear con azúcar impalpable.				<b>C.M.P.</b>	<b>4.627</b>
				M.E 5-15%	0.69
				<b>C.T.M.P.</b>	<b>5.32</b>
				C.P	0.53
				CIF 15%	0.08
				M.O 45%	0.24
				G.AD 12%	0.06
				C.T.	0.92
				COSTO 30%	0.27
				PVP. IN	1.19
IMPUESTOS 22%	0.26				
P.V.P	1.45				

## Champús

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>CHAMPÚS</b>	<b>PLATO</b>	<b>CALIENTE</b>	<b>PLATO</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>8</b>				
<b>PAX:</b>	<b>15</b>				
<b>Ingredientes</b>	<b>unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/unid.</b>	<b>costo total</b>	
1	jackfruit	cc	250	0.0015	0.375
2	Agua	cc	3000	0.0005	1.5
3	Maíz quebrado	g	500	0.00125	0.625
4	Panela	u	1	1	1
5	Clavos de olor	u	6	0.05	0.3
6	Rama de canela	u	6	0.05	0.3
7	Hojas de naranja	u	6	0	0
8	Hielo picado	cc	1000	0.0005	0.5
<b>PREPARACIÓN</b>					
<ul style="list-style-type: none"> <li>Cocine el maíz en el agua por 1 hora aproximadamente. Cuando esté tierno, saque una taza del maíz, muele y luego regréselo y disuelva en la misma agua el resto de maíz. Aparte prepare un melao con la panela, las hojas de naranjo, los clavos, la canela y el jackfruit.</li> <li>Agregue el melao al agua que había preparado, disuelva y agregue las naranjillas en rodajas o en trozos sin forma y luego la piña finamente picada. Revuelva todo muy bien, deje que enfríe y añada hielo.</li> </ul>				<b>C.M.P.</b>	<b>4.6</b>
				M.E 5-15%	0.69
				<b>C.T.M.P.</b>	<b>5.29</b>
				C.P	0.53
				CIF 15%	0.08
				M.O 45%	0.24
				G.AD 12%	0.06
				C.T.	0.91
				COSTO 30%	0.27
				PVP. IN	1.18
IMPUESTOS 22%	0.26				
P.V.P	1.44				

## Jucho

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>JUCHO</b>	<b>COCINA</b>	<b>CALIENTE</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>2 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>4</b>				
<b>n°</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/unid.</b>	<b>costo total</b>
1	Bulbos de jackfruit	u.	12	0.0015	0.018
2	Capulíes	g	500	0.0005	0.25
4	Agua	cc	500	0.00085	0.425
5	Rama de canela	u	2	0.1	0.2
6	Clavos de olor	u	3	0.1	0.3
7	Maicena	g	80	0.002	0.16
8	Azúcar	g	200	0.001	0.2
9	Jugo de mora	cc	250	0.005	1.25
<b>PREPARACIÓN</b>				<b>C.M.P.</b>	<b>2.803</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Poner al fuego el agua con los clavos de olor, la canela y el azúcar. Cuando ha hervido 10 minutos, incorporar los capulíes, los 10 bulbos de jackfruit en tajaditas y los 2 enteros, y dejar cocinar hasta que estén suaves, más o menos unos 10 minutos. Poner el jugo de mora mezclado con cuatro cucharadas de maicena, cocinar 10 minutos más. Agregar azúcar al gusto.</li> </ul>				M.E 5-15%	0.42
				C.T.M.P.	3.22
				C.P	0.32
				CIF 15%	0.05
				M.O 45%	0.15
				G.AD 12%	0.04
				C.T.	0.55
				COSTO 30%	0.17
				PVP. IN	0.72
				IMPUESTOS 22%	0.16
P.V.P	0.88				

## Espumilla

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>ESPUMILLA</b>	<b>COCINA</b>	<b>FRÍA</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>2 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>4</b>				
<b>nº</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/unid.</b>	<b>costo total</b>
<b>1</b>	Bulbos de jackfruit	u	5	0.0015	0.0075
<b>2</b>	Azúcar	g	100	0.001	0.1
<b>4</b>	Clara de huevo	u	2	0.015	0.03
					0
<b>PREPARACIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ponga los bulbo de jackfruit en un tazón grande, agregue el azúcar y use un tenedor o machacador de papas para hacerlo puré.</li> <li>El método alternativo es cortar los bulbos por la mitad, colóquelos en la licuadora (sin agua), y licue hasta obtener un puré. Luego cierna el puré y use una batidora eléctrica para mezclarlo con el azúcar.</li> <li>Agregue las claras de huevo al puré de jackfruit y azúcar, use la batidora eléctrica para batirlo hasta que tenga textura cremosa y tiesa.</li> <li>Sirva la espumilla inmediatamente en copas o conos de helado, acompañe con la salsa de mora, grajeas y coco rallado.</li> </ul>				<b>C.M.P.</b>	<b>0.1375</b>
				M.E 5-15%	0.02
				<b>C.T.M.P.</b>	<b>0.16</b>
				C.P	0.02
				CIF 15%	0.00
				M.O 45%	0.01
				G.AD 12%	0.00
				C.T.	0.03
				COSTO 30%	0.01
				PVP. IN	0.04
IMPUESTOS 22%	0.01				
P.V.P	0.04				

## Chicha

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>CHICHA</b>		<b>COCINA</b>	<b>FRÍA</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>2 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>10</b>				
<b>n°</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/unid.</b>	<b>costo total</b>
<b>1</b>	Bulbos de jackfruit	cc	120	0.0015	0.18
<b>2</b>	Maíz amarillo	g	500	0.001	0.5
<b>4</b>	Vainilla	cc	20	0.015	0.3
<b>5</b>	Ramita de canela	u	4	0.05	0.2
<b>6</b>	Clavo de olor	u	10	0.05	0.5
<b>10</b>	Agua	cc	200	0.0005	0.1
					0
<b>PREPARACIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Para la mezcla base, remojar el maíz durante al menos 12 horas en agua. Escurrir, luego colocar en una olla con agua limpia (el agua debe estar dos dedos por encima del maíz) y cocinar a fuego medio.</li> <li>Agregar la canela en rama, los clavos de olor, la esencia de vainilla y el jackfruit. anís estrellado y hierva luisa Cocinar hasta que el maíz esté blando, al menos por dos horas. Retirar del fuego y dejar enfriar. Luego, licuar por partes la preparación y llevar a la nevera hasta que enfríe.</li> <li>Para la chicha, licuar la mezcla anterior y pasarla por un lienzo fino o cernir con el agua fría, hielo y azúcar al gusto. Servir en vasos y decorar con un poco de leche condensada y canela en polvo si desea.</li> </ul>				<b>C.M.P.</b>	<b>1.78</b>
				M.E 5-15%	0.27
				<b>C.T.M.P.</b>	<b>2.05</b>
				C.P	0.20
				CIF 15%	0.03
				M.O 45%	0.09
				G.AD 12%	0.02
				C.T.	0.35
				COSTO 30%	0.11
PVP. IN	0.46				
IMPUESTOS 22%	0.10				
P.V.P	0.56				

## Rompo

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>ROMPOPE</b>		<b>COCINA</b>	<b>fría</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>2 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>10</b>				
<b>n°</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/unid.</b>	<b>costo total</b>
<b>1</b>	Extracto de jackfruit	cc	250	0.0015	0.375
<b>2</b>	Leche	cc	1000	0.00075	0.75
<b>4</b>	Aguardiente	cc	100	0.0025	0.25
<b>5</b>	Ramita de canela	u	2	0.05	0.1
<b>6</b>	Clavo de olor	u	2	0.05	0.1
<b>10</b>	Azúcar	g	100	0.001	0.1
<b>PREPARACIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>En una olla o cacerola de tamaño mediano mezcla la leche, el azúcar y la canela. Llevar a fuego moderado hasta que empiece a hervir. No revuelvas el contenido pero sí utiliza una cuchara para espumar y retirar la piel, si se formara en la superficie.</li> <li>Hervir durante 20 minutos aproximadamente, retirar del fuego y colar para quitar las ramas de canela de la preparación.</li> <li>Coloca el contenido en una olla y llevar a fuego moderado revolviendo constantemente con una cuchara de madera hasta que espese la mezcla.</li> <li>Inmediatamente después de sacarlo del fuego, coloca la cacerola en un recipiente con agua fría (también se le pueden añadir hielos) y deja que se enfríe mientras revuelves en forma continua.</li> <li>Agrega la vainilla, el ron y el jackfruit y sigue removiendo el contenido.</li> </ul> <p>Finalmente, cuela la preparación con un colador fino y guárdelo en una botella de vidrio para licores. Manténgalo refrigerado por 8 horas (o toda la noche) para que los sabores se mezclen. Recuerda que el rompo se sirve frío</p>				<b>C..M.P.</b>	<b>1.675</b>
				M.E 5-15%	0.25
				C.T.M.P.	<b>1.93</b>
				C.P	0.19
				CIF 15%	0.03
				M.O 45%	0.09
				G.AD 12%	0.02
				C.T.	0.33
				COSTO 30%	0.10
PVP. IN	0.43				
IMPUESTOS 22%	0.09				
P.V.P	0.53				

## Mermeladas

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
Plato	MERMELADA	Cocina	CALIENTE	Código prod.	
Fecha actualizacion:					
Chef Responsable:	JORGE GARCÍA				
vida util congelado:					
vida util refrigeracion:	3 DÍAS				
PAX:	15				
Nº	Ingredientes	Unid.	cantidad	costo/Unid.	costo total
1	jackfruit en trocitos	g	1000	0.0015	1.5
3	Azúcar	g	500	0.0005	0.25
4	Rama de Canela	u	1	0.05	0.05
5	Limón	u	0.5	0.5	0.25
6	Sal	g	10	0.00035	0.0035
7	Agua	g	250	0.0005	0.125
					0
PREPARACIÓN				C..M.P.	<b>2.1785</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Se pone hervir, el agua, se le agrega la canela y al empezar hervir se le echa la pizca de sal, ya que este hirviendo bien se añade el jackfruit y cuando empieza hervir se le pone el azúcar y el limón se bate constante y a fuego lento, se bate constante para que no se pegue.</li> <li>Presentación servir en un plato plano, se disfruta haciendo galletas o empanadas, o solo la mermelada. Acompañada con un vaso de leche.</li> </ul>				M.E 5-15%	0.108925
				C.T.M.P.	<b>2.287425</b>
				C.P	0.152495
				CIF 15%	0.02287425
				M.O 45%	0.06862275
				G.AD 12%	0.0182994
				C.T.	0.2622914
				COSTO 30%	0.0457485
				pvp. In	0.3080399
				IMPUESTOS 22%	0.06776878
P.V.P	0.38				

## Sangría

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>SANGRÍA</b>		<b>COCINA</b>	<b>FRÍA</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>3 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>10</b>				
<b>n°</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/unid.</b>	<b>costo total</b>
1	Bulbo de jackfruit	u	5	0.0015	0.0075
2	Azúcar	g	80	0.001	0.08
4	Vino tinto	cc	1000	0.005	5
5	Limones	u	2	0.05	0.1
6	Gaseosa	cc	500	0.0025	1.25
6	Melon	u	2	0.5	1
6	Manzana	u	1	0.25	0.25
6	Naranjas	u	2	0.25	0.5
6	Coñac	cc	150	0.005	0.75
6	Pera	u	1	0.25	0.25
<b>PREPARACIÓN</b>				<b>C.M.P.</b>	<b>9.1875</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Empezamos cogiendo un buen recipiente, echamos el vino tinto, después le añadimos una naranja, troceados en gajos que puedes partarlos por la mitad para que desprendan mejor su jugo, acto seguido incorporamos toda la fruta picada en dados y mezclamos en el recipiente con el vino tinto.</li> <li>Disolvemos el azúcar en agua caliente para que se derrita un poco e incorporamos al vino, hay que remover para que se mezclen lo mejor posible utilizando una cuchara de buen tamaño o una varilla rígida de las que se usan para hacer cócteles.</li> <li>Dejamos reposar unas 2 o 3 horas para que la fruta deje todo su sabor y ponemos el coñac. Al servir completamos el vasito de sangría con unos cubitos de hielo y un poco de gaseosa o soda, una bebida muy habitual a la hora de preparar todo tipo de copas.</li> </ul>				M.E 5-15%	1.38
				C.T.M.P.	<b>10.57</b>
				C.P	1.06
				CIF 15%	0.16
				M.O 45%	0.48
				G.AD 12%	0.13
				C.T.	1.82
				COSTO 30%	0.55
				PVP. IN	2.36
				IMPUESTOS 22%	0.52
P.V.P	2.88				

## Batido

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>PLATO</b>	<b>BATIDOS</b>	<b>COCINA</b>	<b>FRÍA</b>	<b>CÓDIGO PROD.:</b>	
<b>FECHA ACTUALIZACIÓN:</b>					
<b>CHEF RESPONSABLE:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>VIDA ÚTIL CONGELADO:</b>					
<b>VIDA ÚTIL REFRIGERACIÓN:</b>	<b>1 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>3</b>				
<b>nº</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/unid.</b>	<b>costo total</b>
1	bulbo de jackfruit	u	5	0.0015	0.0075
2	Azúcar	g	80	0.001	0.08
4	Leche	cc	1000	0.00075	0.75
5	hielo picado	cc	100	0.003	0.3
<b>PREPARACIÓN</b>				<b>C.M.P.</b>	<b>1.1375</b>
<p>Para preparar este batido de jackfruit lo primero que debes hacer es alistar todos los ingredientes.</p> <p>Para continuar con el batido agregamos en la licuadora junto con la leche, azúcar y licuamos.</p> <p>Luego agregamos el hielo y volvemos a licuar para que quede súper helado nuestro batido.</p> <p>Servir y degusta.</p>				M.E 5-15%	0.17
				C.T.M.P.	<b>1.31</b>
				C.P	0.13
				CIF 15%	0.02
				M.O 45%	0.06
				G.AD 12%	0.02
				C.T.	0.22
				COSTO 30%	0.07
				PVP. IN	0.29
				IMPUESTOS 22%	0.06
P.V.P	0.36				

## Galletas

ITHI	FICHA TÉCNICA DE PRODUCCIÓN - RECETA ESTÁNDAR				
<b>Plato</b>	<b>GALLETAS</b>	<b>Cocina</b>	<b>CALIENTE</b>	<b>Código prod.:</b>	
<b>Fecha actualizacion:</b>					
<b>Chef Responsable:</b>	<b>JORGE GARCÍA</b>				
<b>vida util congelado:</b>					
<b>vida util refrigeracion:</b>	<b>4 DÍAS</b>				
<b>PAX:</b>	<b>15</b>				
<b>Nº</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>Unid.</b>	<b>cantidad</b>	<b>costo/Unid.</b>	<b>costo total</b>
1	Harina de jackfruit	g	1000	0.0015	1.5
3	Azúcar	g	500	0.0005	0.25
4	Mantequilla	g	100	0.0048	0.48
5	Yema de Huevo	u	2	0.1	0.2
6	Harina	g	250	0.0009	0.225
7	Polvo de Hornear	g	10	0.01	0.1
8	Ralladura de Limón	g	20	0.005	0.1
<b>PREPARACIÓN</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Para preparar estas galletas de jackfruit lo primero se debe mesclar las harinas y sobre el mesón abrir un hoyo en el centro agregar las yemas de huevo, la mantequilla, polvo de hornear mesclar hasta obtener una maza después agregar la azúcar y seguir amasando hasta que quede todo incorporado.</li> <li>Una vez que obtenemos nuestra maza de galletas estirar la maza finamente como el molde de pizza de ahí utilizar los moldes de galleta sobre la maza y realizar figuras y en una lata poner nuestros moldes de masa de galleta y al horno por media hora o hasta q estén doradas, servir y degusta.</li> </ul>				<b>C..M.P.</b> M.E 5-15% <b>C.T.M.P.</b> C.P CIF 15% M.O 45% G.AD 12% C.T. COSTO 30% pvp. In IMPUESTOS 22% P.V.P	<b>2.855</b>  0.108925 <b>2.963925</b>  0.197595 0.02963925 0.08891775 0.0237114 0.3398634 0.0592785 0.3991419 0.08781122 0.49

## **4.5. RECURSOS**

### **2.7.1. Materiales**

- Cuchillo
- Cocina
- Horno
- Cucharetas
- Espátula
- Vasos
- Sartenes
- Platos
- Vols.
- Moldes
- Licuadora
- Cucharas
- Ollas
- molino
- Paires
- Azúcar
- Leche
- Hielo
- jackfruit
- Crema de Leche
- Leche condensada
- Gelatina sin sabor

- Harina de trigo
- Galletas
- Huevos
- Frutas
- Mantequilla
- Harina

### 3.7.2. Económicos

Propuesta económica para realizar la elaboración de los productos:

**Tabla N° 12. Presupuesto para la elaboración de productos**

INGREDIENTES	MEDIDA	V. UNITARIO	V. TOTAL
Azúcar	5kg	\$ 1.00	\$ 5.00
Leche	3ltr.	\$ 0.75	\$ 2.25
Hielo	2kg	\$ 2.50	\$ 5.00
jackfruit	1	\$ 10.00	\$ 10.00
Crema de Leche	1500kg	\$ 1.50	\$ 4.50
Leche condensada	100kg	\$ 2.50	\$ 2.90
Gelatina sin sabor	200g	\$ 1.20	\$ 2.40
Harina de trigo	5k	\$ 0.35	\$ 1.75
Galletas	1kg	\$ 0.75	\$ 3.00
Huevos	30	\$ 0.15	\$ 4.50
Frutas	3 de c/u	\$ 0.50	\$ 20.00
<b>TOTAL</b>			<b>\$ 61.30</b>

Fuente: Investigación Propia.

**Tabla N° 13. Presupuesto para la elaboración de la propuesta**

MATERIAL	CANTIDAD	V. TOTAL
Hojas Bond	500	\$ 5.00
Tinta e Impresión	10	\$ 45.00
Anillado y empastes	7	\$ 42.00
<b>TOTAL</b>		<b>\$92.00</b>

Fuente: Investigación Propia.

### **3.7.3. Talento humano**

JORGE LUIS GARCÍA PAZMIÑO estudiante

CARLOS ERNESTO BURBANO LARREA director de tesis

Paul Escudero Chef Lcdo. Del Culinary Art's school entrevistado.

Pablo Maldonado Chef Lcdo. De la Universidad UDLA entrevistado.

## REFERENCIAS

- Botanica. (s.f.). Botanical Online. Recuperado el 15 de 04 de 2015, de [www.botanical.online.com](http://www.botanical.online.com)
- Diario La Hora. (s.f.). La Hora. Recuperado el 15 de 04 de 2015, de [www.lahora.com.ec](http://www.lahora.com.ec)
- Ministerio de Inclusión Económica y Social. (2013). inclusión. Recuperado el 09 de 04 de 2015, de [www.inclusion.gob.ec](http://www.inclusion.gob.ec)
- rooo. (6 de 5 de 1255). la ute. Obtenido de [www.utr.com](http://www.utr.com)
- Siap. (s.f.). Recuperado el 01 de 05 de 2015, de [www.siap.gob.mx](http://www.siap.gob.mx)
- Buenas Tareas. (20 de 03 de 2013). Obtenido de <http://www.buenastareas.com/ensayos/Reposteria-En-El-Ecuador/23875404.html>
- Heriberto Canelos. (24 de Noviembre de 2005). *Diario La Hora*. Recuperado el 16 de Junio de 2015, de [http://www.lahora.com.ec/index.php/noticias/show/434897/-1/Frutas\\_exóticas\\_desaprovechadas.html#.VZiX3ZszCS0](http://www.lahora.com.ec/index.php/noticias/show/434897/-1/Frutas_exóticas_desaprovechadas.html#.VZiX3ZszCS0)
- <http://webcache.googleusercontent.com>. (2014). Obtenido de <http://webcache.googleusercontent.com>
- JAVIER. (27 de junio de 2011). *blogspot*. Obtenido de <http://troliches.blogspot.com>
- monografias. (23 de 06 de 2015). Obtenido de <http://www.monografias.com/trabajos18/gastronomia-yaca/gastronomia-yaca.shtml>
- NESTLE. (20 de JUNIO de 2010). *DULCES Y RECTAS*. Obtenido de <https://www.dulcereceta.cl/dulce-receta-ensena/tecnicas-basicas/>
- Recetas de Cocina. (s.f.). Recuperado el 29 de junio de 2015, de [https://es.wikipedia.org/wiki/Receta\\_de\\_cocina](https://es.wikipedia.org/wiki/Receta_de_cocina)
- SERVICIO DE INFORMACIÓN AGROALIMENTARIA Y PESQUERA MÉXICO. (2014). *SECRETARIA DE AGRICULTURA GANADERIA, DESARROLLO RURAL , PESCA Y PESCA*. Recuperado el 26 de JUNIO de 2015, de <http://www.siap.gob.mx/jaca-jackfruit/>

## APÉNDICE A

### INSTRUCCIONES PARA DEFINIR EL TEMA DE INVESTIGACIÓN

1. Seleccionar del portafolio el problema de investigación que sea de su interés resolver.
2. Determinar los indicadores o síntomas del problema.
3. Definir las causas que provocan la existencia del problema.
4. Definir las consecuencias que se darían si el problema no se resuelve.

CAUSAS →	DEFINICIÓN DEL PROBLEMA	← CONSECUENCIAS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• AL no estar al tanto de los frutos exóticos del país como el jackfruit.</li> <li>• Al no conocer las formas de cómo utilizar la fruta para preparar los alimentos.</li> <li>• Falta de consumo de jackfruit.</li> </ul>	<p>POCO DESARROLLO DE PRODUCTOS GASTRONÓMICOS A BASE DE JACKFRUIT</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Falta de conocimiento del producto.</li> <li>• Falta de conocimiento de preparación del mismo.</li> <li>• Falta de comercialización del producto.</li> </ul>
↑		
INDICADORES		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bajo producción de la jackfruit.</li> <li>• En los restaurantes no se observan ofertas de postres o menús a bases de la jackfruit.</li> </ul>		

## Apéndices B: ENTREVISTA



### INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

**Entrevistado:**

**Entrevistador:**

**Fecha:**

**Lugar:**

**Hora:**

**Objetivo:**

Innovar en la repostería tradicional ecuatoriana, experimentando con el jackfruit como ingrediente principal en los postres del Restaurante “Bembi” ubicado en la ciudad de Quito, para promover el consumo de esta fruta ya que por su alto contenido de nutrientes es de gran ayuda para el ser humano.

#### DESARROLLO

12. ¿Si conoce usted el jackfruit?
13. ¿Qué opina usted sobre la creación de recetas para repostería con el jackfruit?
14. ¿Qué productos innovadores haría usted con el jackfruit?
15. ¿Cuál sería el impacto que tendría el jackfruit en la repostería ecuatoriana?
16. ¿Siendo el jackfruit una fruta con varios sabores a guanábana, melón, banano, piña y altos valores nutricionales que sugeriría para su uso en la repostería?
17. ¿De los tipos de postres tradicionales ecuatorianos cuales cree que podría reemplazar con el jackfruit?
18. ¿Con que frutas mezclaría el jackfruit?
19. ¿Consume habitualmente dulces con frutas, y a qué precio?
20. ¿Cuáles son los dulces de fruta que habitualmente consume y con qué frecuencia?
21. ¿Cree que esta fruta pueda estar en la dieta de un diabético por su alto contenido de azúcar natural?
22. ¿Le parece interesantes el jackfruit y cuáles serían sus ventajas?

## Apéndice C: PRUEBA DE DEGUSTACIÓN



### INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE TURISMO Y HOTELERÍA

NOMBRE: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

LUGAR: \_\_\_\_\_

Frente a usted hay una muestra de jackfruit de la cual debe probar descubriendo las características de sabor que estén presente en la muestra

2. Marque con una x sobre la casilla del término que más se asemeje con la degustación de la muestra:

FICHA DE DEGUSTACIÓN											
ITEMS	PUNTAJE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
TEXTURA											
OLOR											
SABOR											
AMARGO											
ACIDO											
DULCE											
SALADO											
PICANTE											
DEGUSTADO POR:											
OBSERVACIÓN O COMENTARIO											
MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN											

Conclusión con esta prueba de degustación se puede obtener mejores resultado sobre el producto elaborado.

## Apéndice D: FICHA DE OBSERVACIÓN



INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE  
TURISMO Y HOTELERÍA

NOMBRE: \_\_\_\_\_ FECHA: \_\_\_\_\_

LUGAR: \_\_\_\_\_

Una vez observado la muestra hecha a base del jackfruit proceda a realizar la calificación de acuerdo con su criterio, colocando el puntaje que usted crea conveniente de 1 a 10 puntos.

ficha de observación		
ÍTEM	PUNTAJES	OBSERVACIONES
PRESENTACIÓN		
COLOR		
TAMAÑO		
COMENTARIO O SUGERENCIAS		
MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN		

**APÉNDICE E: RECETA ESTÁNDAR**



**INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR DE  
TURISMO Y HOTELERÍA**

**NOMBRE DEL PLATO:** \_\_\_\_\_ **FECHA:** \_\_\_\_\_

**LUGAR:** \_\_\_\_\_

Numero de Porciones:				
Unidad	ingrediente	Peso	costo unitario	costo total
			<b>TOTAL</b>	
			<b>Margen de Erro7%</b>	
			<b>TOTAL</b>	
			<b>Costo Porción</b>	
			<b>Costo Gerencia 30%</b>	
			<b>P.V.P</b>	
			<b>Precio de Carta</b>	

**Elaborado por:** \_\_\_\_\_

## ANEXOS FIGURAS



Figura N° 2, planta del jackfruit.  
Foto tomada por el autor.



Figura N° 3 Fruto del jackfruit.  
Fuente: Investigación Propia



Figura N° 4 Fruto abierto del jackfruit.  
Fuente: Investigación Propia



Figura N° 5 Bulbos de jackfruit.  
Fuente: Investigación Propia



Figura N° 6 semilla del jackfruit.  
Fuente: Investigación Propia



Figura N° 7 Torta del jackfruit.  
Fuente: Investigación Propia