



**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE
TURISMO Y HOTELERÍA ITHI**

Carrera: Gastronomía

Tema:

**NUEVAS TENDENCIAS EN LA PRESENTACIÓN DE
OFERTAS GASTRONÓMICAS EN LA COMIDA
NACIONAL.**

Trabajo de investigación previo a la obtención del título de
Tecnólogo en Gastronomía.

Autor: Alex Xavier Aldana Chicaiza

Directora: Lic. Norelia Beatriz Ortega Morillo

Quito-Ecuador
2013

DEDICATORIA

Este triunfo les dedico a mis padres Jaime Aldana y Marisol Chicaiza que con su sabiduría, esfuerzo y lucha incansable han sabido guiarme por el sendero del bien, ellos fueron quienes tuvieron las palabras exactas para sacarme adelante, tuve muchos errores pero en todo momento mis padres estuvieron allí es por esto que este triunfo se los dedico a ellos.

ALEX.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a DIOS por darme la vida a través de mis padres, y permitirme concluir con éxito mi carrera profesional.

A mis padres Jaime Aldana y Marisol Chicaiza, quienes me brindaron su apoyo incondicional sin pedir nada a cambio, solo que me supere; ellos fueron quienes me dieron la mano para salir adelante siempre dándome el apoyo y su ánimo en todo momento.

A mi familia muchas gracias a todos por apoyarme cada día, cada instante, por esas palabras de aliento de parte de tíos, tías, primos, primas, abuelitos, etc.

A mis amigos/as gracias por estar apoyándome en este proyecto de investigación.

ALEX.

AUTORÍA

Yo, Alex Xavier Aldana Chicaiza autor (a) del presente informe, me responsabilizo por los conceptos, opiniones y propuestas contenidos en el mismo.

Atentamente

Alex Xavier Aldana Chicaiza

Quito, Marzo del 2013

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: La Licenciada, **Norelia Beatriz Ortega Morillo** por sus propios derechos, en calidad de Directora del trabajo fin de carrera; y el señor **Aldana Chicaiza Alex Xavier**, por sus propios derechos, en calidad de autor del trabajo fin de carrera.

SEGUNDA:

El señor **Aldana Chicaiza Alex Xavier**, realizo el trabajo fin de carrera titulado: **“NUEVAS TENDENCIAS EN LA PRESENTACIÓN DE OFERTAS GASTRONÓMICAS EN LA COMIDA NACIONAL**, para optar por el título de Tecnólogo en la carrera de gastronomía en el Instituto superior Tecnológico de Turismo y Hotelería ITHI, bajo la dirección de la licenciada: **Norelia Beatriz Ortega Morillo**.

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

TERCERA: Los comparecientes, Lic. **Norelia Beatriz Ortega Morillo** en calidad de Directora del trabajo fin de carrera, y el señor **Aldana Chicaiza Alex Xavier**, 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: **“NUEVAS TENDENCIAS EN LA PRESENTACIÓN DE OFERTAS GASTRONÓMICAS EN LA COMIDA NACIONAL** “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 declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente cesión de derechos.

Lic. Norelia Beatriz Ortega Morillo

Sr. Aldana Chicaiza Alex Xavier

Quito, Marzo del 2013.

CERTIFICACION DEL DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

Licenciada: Norelia Beatriz Ortega Morillo

DIRECTORA DE TESIS DE GRADO

CERTIFICA

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

Licenciada: Norelia Beatriz Ortega Morillo

Quito, Marzo del 2013.

INDICE DE CONTENIDOS

| | |
|--|-----|
| Portada..... | i |
| Dedicatoria..... | ii |
| Agradecimiento | iii |
| Certificación de autoría..... | iv |
| Acta de sección y derechos de trabajo fin de la carrera..... | v |
| Certificación del director del trabajo de grado..... | vi |
| Índice de contenidos | vii |
| Índice de cuadros..... | xi |
| Índice de gráficos..... | xii |
| Resumen..... | 13 |
| Introducción..... | 14 |
| I PROBLEMA..... | 15 |
| 1.1 Identificación del problema de investigación..... | 15 |
| 1.2 Formulación del problema | 17 |
| 1.3 Objetivos..... | 17 |
| 1.3.1 Objetivo general..... | 17 |
| 1.3.2 Objetivos específicos..... | 17 |
| 1.4 Justificación..... | 18 |
| 1.4.1 Relevancia social..... | 19 |
| II MARCO TEÓRICO | 20 |
| 2.1 Fundamentación teórica..... | 20 |
| 2.2 Estructura del marco teórico | 21 |
| Capítulo I Análisis general..... | 21 |

| | |
|---|----|
| 1.1 Análisis situacional en la presentación de productos nacionales..... | 21 |
| 1.2 Análisis diferencial de los platos tradicionales del Ecuador..... | 21 |
| 1.2.1 Hornado de Sangolqui – Hornado pastuso de Tulcán | 21 |
| 1.2.2 Llapingachos Quiteños – Llapingachos Ambateños | 22 |
| 1.2.3 Alfeñiques de Baños – Melcochas Santo Domingo de los Tsachilas..... | 22 |
| 1.2.4 Encocados de Esmeraldas – Encocados de Pichincha | 23 |
| 1.2.5 Ceviche serrano – Ceviche costeño..... | 23 |
| 1.2.6 Chugchucaras Cotopaxi – Fritada Quiteña | 23 |
| 1.2.7 Locros de Pichincha- Locros de Chimborazo..... | 24 |
| 1.2.8 Fanesca de Santo Domingo de los Tsachilas diferente al resto De fanescas de las otras ciudades..... | 24 |
| 1.2.9 Chicha del yamor Otavalo – Chicha de yuca masticada Oriente..... | 24 |
| 1.3 Escases de cultivos de algunos productos alimenticios que se usan para la elaboración de platos tradicionales..... | 25 |
| 1.4 Conclusión Capitulo I..... | 27 |
| Capítulo II Antecedentes de la gastronomía..... | 28 |
| 2.1 Reseña histórica | 28 |
| 2.1.1 Introducción..... | 28 |
| 2.1.2 Método de cocción utilizado: Asado | 29 |
| 2.1.3 Método de cocción utilizado: Hervido | 29 |
| 2.1.4 Método de cocción utilizado: Asado..... | 30 |
| 2.1.5 Siglo XVII y XVIII..... | 30 |
| 2.1.6 Nuevas tierras América y Asia..... | 30 |
| 2.2 Introducción a las cocciones | 31 |
| 2.2.1 Métodos y técnicas de cocción..... | 31 |
| 2.2.2 Técnicas básicas de cocción..... | 33 |

| | |
|---|----|
| 2.3 Terminología de cocina molecular..... | 34 |
| 2.4 Gastronomía molecular..... | 36 |
| 2.4.1 Gastronomía molecular o Cocina molecular..... | 36 |
| 2.5 Garnish..... | 38 |
| 2.5.1 Garnish arte ancestral de la gastronomía..... | 38 |
| 2.6 Métodos y técnicas de cocción más relevantes..... | 39 |
| Capítulo III Nuevas tendencias gastronómicas y su aplicación en platos tradicionales del Ecuador | 42 |
| 3.1 Fundamentación técnica..... | 42 |
| 3.2 Preparaciones a realizar..... | 42 |
| 3.3 Análisis para que se efectuaran estos cambios de texturas Y presentaciones en la gastronomía nacional..... | 48 |
| 2.3 Hipótesis..... | 50 |
| III METODOLOGÍA..... | 51 |
| 3.1 Tipo y diseño de la investigación..... | 51 |
| 3.2 Población y muestra..... | 51 |
| 3.2.1 Población..... | 51 |
| 3.2.2 Muestra | 52 |
| 3.3 Instrumentos de recolección de datos..... | 54 |
| 3.4 Descripción del trabajo de campo..... | 54 |
| 3.5 Procesamiento y análisis..... | 55 |
| IV PRESENTACION DE RESULTADOS..... | 56 |
| 4.1 Presentación grafica de resultados..... | 56 |
| 4.1.1 Tabulación de las encuestas..... | 56 |
| 4.2 Análisis e interpretación de resultados..... | 62 |

| | |
|--|-----|
| 4.2.1 Análisis total de las encuestas realizadas, nivel de aceptación Del proyecto de investigación..... | 62 |
| 4.2.2 Análisis de fichas de degustación de las nuevas tendencias en la presentación de ofertas gastronómicas en la cocina nacional..... | 63 |
| 4.2.3 Análisis total de fichas de degustación..... | 70 |
| 4.3 Conclusiones..... | 71 |
| 4.4 Recomendaciones..... | 71 |
| V PROPUESTA..... | 73 |
| 5.1 Título de la propuesta | 73 |
| 5.2 Justificación..... | 73 |
| 5.3 Impacto..... | 73 |
| 5.4 Objetivos | 74 |
| 5.4.1 General..... | 74 |
| 5.4.2 Específicos..... | 74 |
| 5.5 Ubicación sectorial y física..... | 75 |
| 5.6 Viabilidad | 76 |
| 5.7 Plan de ejecución..... | 77 |
| 5.7.1 Elaboración de las recetas estándar | 78 |
| 5.7.2 Diseño del recetario..... | 92 |
| 5.8 Recursos..... | 104 |
| 5.8.1 Recursos materiales..... | 104 |
| 5.8.2 Recursos económicos..... | 105 |
| 5.8.3 Talento humano..... | 109 |
| Referencias..... | 110 |
| Apéndices..... | 111 |

INDICE DE CUADROS

| | |
|--|-----|
| Cuadro No: 1 Cronograma de trabajo | 77 |
| Cuadro No: 2 Recursos materiales..... | 104 |
| Cuadro No: 3 Recursos económicos..... | 105 |
| Cuadro No: 4 Lista de precios..... | 106 |

INDICE DE GRAFICOS

| | |
|--|----|
| Grafico No: 1 Población de Cumbaya..... | 52 |
| Grafico No: 2 Usted consume platos tradicionales del Ecuador..... | 56 |
| Grafico No: 3 Con qué frecuencia consume los platos tradicionales..... | 57 |
| Grafico No: 4 Cree usted que sea importante el Consumo de comida tradicional | 57 |
| Grafico No: 5 La gastronomía es parte de la cultura del país..... | 58 |
| Grafico No: 6 Cree usted que el consumo de la Gastronomía tradicional ecuatoriana ha disminuido Debido a la introducción de gastronomía Internacional. | 58 |
| Grafico No: 7 Cree usted que, la decoración de un plato es importante..... | 59 |
| Grafico No: 8 Estaría de acuerdo en la creación De una guía de nuevas técnicas de decoración Para la comida tradicional ecuatoriana..... | 59 |
| Grafico No: 9 Cree que es bueno que existan restaurantes que Presentan platos tradicionales con nuevas técnicas de decoración..... | 60 |
| Grafico No: 10 Cuánto estaría usted dispuesto a pagar por Un plato tradicional que tenga nuevas técnicas de Decoración en su presentación..... | 61 |
| Grafico No: 11 Consumiría platos tradicionales que presenten Nuevas técnicas de decoración..... | 62 |
| Grafico No: 12 Análisis total..... | 62 |

INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE TURISMO Y HOTELERIA ITHI

**TEMA: Nuevas tendencias en la presentación de ofertas gastronómicas en la
comida nacional.**

Autor: Alex Xavier Aldana Chicaiza.

Directora: Norelia Beatriz Ortega Morillo.

Fecha: 29-marzo-2013.

Resumen

El presente trabajo de investigación tiene como objetivo principal la elaboración de una guía de nuevas presentaciones en la gastronomía tradicional del país, es decir pasar de lo normal a lo innovador, se ha acostumbrado a ver la gastronomía como un sinónimo de comer y nada más, se debe apreciar la gastronomía porque de ella depende nuestra salud y nuestra vida, si se mejoran las presentaciones de la comida típica tradicional del país aumenta la calidad de los platos.

Se realizó una investigación de campo, para conocer las necesidades gastronómicas de las personas en la parroquia de Cumbaya mediante encuestas realizadas a la comunidad del sector, se dio paso a la vez a unas degustaciones de los platos tradicionales más representativos del país con nuevas maneras de presentación y cambios de texturas en sus ingredientes.

Las encuestas que se realizaron se tabularon en Excel pregunta a pregunta acatando sugerencias y comentarios, de esta manera se pudo determinar que el trabajo de investigación tiene muy buena acogida.

Además se debe tener en cuenta que la gastronomía cada día se va desarrollando y mejorando a nivel mundial, es de ahí donde nacen los chefs que con un toque de ingenio y creatividad hacen de esta una experiencia de vida. De esta manera se mejorara uno de los principales aspectos del Ecuador: su gastronomía.

INTRODUCCION

El crear nuevas tendencias en la presentación de ofertas gastronómicas tradicionales del Ecuador, es un aspecto innovador creando nuevos mecanismos de calidad y creatividad, para que, de esta manera se logre mejorar la presentación de las ofertas gastronómicas.

Esta investigación plantea a la creatividad como herramienta esencial para la difusión de los platos tradicionales del Ecuador, y así convertirlos en elementos esenciales para la difusión de los platos.

La divulgación de las diferentes culturas culinarias del mundo se debe mucho a la globalización y al fenómeno de la inmigración. Las diferentes cocinas del mundo son cada día más cercanas. Del mismo modo, los supermercados ofrecen cada vez más productos llegados de otras latitudes que enriquecen las dietas y le aportan una visión más global de la gastronomía.

Una de las comunidades más numerosas es la ecuatoriana y posee una gastronomía variada y abundante. La diversidad de climas en el país suramericano permite que su cocina sea rica y diferente, y además cuenta con dos sabrosos puntos de partida históricos. Por un lado, la tradición nativa americana, que se nota en el gran uso de las papas, el maíz y los frijoles. Los españoles, por su lado, importaron guisos como el de la carne de cabra, que se ha convertido en uno de los más populares del país.

“Se dice que alrededor del mundo lo que el Ecuatoriano no olvidada de su país, donde quiera que este es la GASTRONOMÍA, es por esto que con la migración los restaurantes ecuatorianos alrededor del mundo también están presentes imponiendo un poco de cultura ecuatoriana”.(Vanitatis.com 2012 p. 1).

A pesar de ser un país pequeño, la gastronomía de Ecuador es bastante variada, esto se debe a que dentro del país se encuentran cuatro regiones (Costa, Andes, Amazonía e Insular) las cuales tienen diferentes costumbres y tradiciones.

De aquí parten las correctas maneras de alimentarse, tres veces al día, dietas equilibradas que benefician a la salud del ser humano.

Es por esto que se necesita la elaboración de una guía gastronómica de los platos típicos del país, que permita conocer los platos típicos tradicionales existentes y rescatar los que se han ido perdiendo con el transcurso del tiempo para mejorarlos la gastronomía cada vez se va desarrollando.

I. PROBLEMA

1.1 IDENTIFICACION DEL PROBLEMA DE INVESTIGACION

Definición del problema:

La necesidad de plantear estas nuevas tendencias es importante ya que en la actualidad en la mayoría de locales donde se pueden adquirir este tipo de platos carecen de una decoración con la estética adecuada para poder ofertar y fomentar todos los elementos que conforman parte de los platos tradicionales.

Con esta investigación se impulsa al desarrollo de nuevas técnicas culinarias en los establecimientos gastronómicos.

Indicadores del problema:

El problema central para la realización de esta investigación es la mala presentación de los platos típicos del país.

Los platos tradicionales más consumidos en la actualidad son la fritada, hornado, churrascos, llapingachos. Es por esto que se trata de realzar la presentación estos platos típicos.

Mientras que la mayoría de las personas tienen un desagrado de probar el cuy, debido a su presentación, es por esto que a este plato típico tradicional se lo presentara en forma de rollos rellenos es el más novedoso debido a su presentación, le da un realce total.

Además se nota que la gran mayoría de restaurantes gourmet, no tienen estas presentaciones.

Los platos típicos más consumidos en el Ecuador son los de la región costa a nivel nacional ya que se los prepara en cualquier parte del país.

Causas del problema:

- Desvalorización de los productos nativos, escaso uso de ingredientes locales en preparaciones culinarias actuales.
- Desconocimiento de nuevas formas de presentación de los platos; cada día la gastronomía se va desarrollando más, sin embargo hay desconocimiento técnico de la aplicación de dichas técnicas en la cocina tradicional.
- Costumbrismo al consumo de porciones y formas de decoración no estéticas, no se ve una iniciativa de nuevas maneras de presentación por parte de los elaboradores de cocina tradicional, por lo que la población está acostumbrada a recibir y consumir porciones inadecuadas y presentaciones no estéticas.
- El desconocimiento de técnicas culinarias por parte de las personas, ya que la información y acceso a esta es escasa por lo que el desarrollo de las recetas no se da.
- La mala combinación nutricional de porcentajes en base a la pirámide alimenticia, por parte de las personas que no conocen el valor nutricional de los alimentos.

Efectos o consecuencias del problema:

- La gastronomía del Ecuador no es reconocida a nivel mundial como un referente de alta cocina, no se explotan los productos alimenticios.
- Los platos típicos del país, en su mayoría, carecen de una lógica de porciones adecuadas por el desconocimiento de las personas que lo preparan.
- Poco consumo de platos tradicionales por parte de turistas, carencia de información de los platos más representativos del Ecuador.
- Al presentar un platillo con un montaje inadecuado provoca que no cumpla las expectativas del comensal, y que este no se va satisfecho.
- Malestar al momento de recibir el plato, mal servicio, mala presentación, mala atención.
- Pérdida de prestigio de la cocina ecuatoriana, porque no se la desarrolla y no se avanza como los países que explotan sus productos y cambian sus presentaciones

1.2 FORMULACION DEL PROBLEMA

Como influye la falta de nuevas tendencias en la presentación de ofertas gastronómicas para el impulso de la comida nacional?

La falta de nuevas tendencias en la presentación de ofertas gastronómicas es un gran problema para los establecimientos gastronómicos del país, ya que estos no cuentan con nuevos mecanismos de presentación, cambios de texturas, estándares de calidad, manejo adecuado de porciones en los alimentos, además muchos establecimientos gastronómicos carecen de estética al momento de presentar un plato típico, se debe tener presente que la comida entra por los ojos, antes de probarla.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 Objetivo general

- Crear una propuesta con nuevas tendencias de decoración para los principales platos tradicionales del país, para que la gastronomía del Ecuador sea valorada.

1.3.2 Objetivos específicos

- Aplicar nuevas tendencias de decoración, en los principales platos tradicionales del Ecuador.
- Mejorar la aplicación de técnicas culinarias vanguardistas en los principales platos tradicionales del Ecuador.
- Elaborar un recetario con los platos tradicionales más representativos del Ecuador manteniendo los sabores típicos para presentarlos usando nuevas tendencias de decoración.

1.4. JUSTIFICACION

Las nuevas presentaciones de comida típica nacional, quieren incrementar el valor nutricional, el prestigio de la gastronomía del Ecuador con creatividad e imaginación para poder crecer y demostrar que la gastronomía va desarrollándose en el día a día con nuevos mecanismo de presentación cambios de texturas esto llevara a que las productos nacionales sean más valorados y si se tiene una guía de comida típica los turistas nacionales y extranjeros se van a motivar en probar estas novedosos platillos.

Se desarrollara en las personas el uso adecuado de alimentación, se incrementara las ventas en los platos tradicionales por la estética de sus presentaciones.

La presente propuesta tiene como base fundamental la creación de nuevas tendencias gastronómicas en la comida nacional, en la cual se desarrollaran nuevos métodos de presentación y cambios de texturas en los alimentos, esto tiene como finalidad salir de lo tradicional, para empezar a crear nuevas presentaciones de los platos típicos del país.

Lo importante es recalcar que esta investigación demostró creatividad y originalidad al momento de comenzar a armar los diferentes platos típicos del Ecuador. Rescatar los platos insignes de cada una de las ciudades que por el incremento de locales de comida rápida o extranjera han ido desapareciendo en el transcurso del tiempo.

Y que de esta manera las personas sientan el placer de degustar nuevos productos, además se abrió un paso a la cocina molecular ya que las transformaciones moleculares en los platos típicos estuvieron presentes.

Esta investigación ayudo a mejorar el aspecto visual de los platos de comida nacional ecuatoriana, con la visión de que este trabajo se convierta en un referente para la aplicación de estas tendencias en la decoración y montaje de platos de comida tradicional Ecuatoriana.

1.4.1 RELEVANCIA SOCIAL

El montaje adecuado de los platos típicos del Ecuador, es relevante para sobresalir como referentes de gastronomía a nivel internacional.

La presentación de la guía de alimentos tiene estética al momento de degustar los platos, Con esto las personas que se interesen en ver la guía de nuevas técnicas de presentación en la gastronomía nacional se darán cuenta que no se trata solamente de comer si no se trata de alimentarse de una manera adecuada, esto será beneficioso para que a la gastronomía nacional se vaya imponiendo o tomando realce con las cocinas del mundo.

II. MARCO TEORICO

2.1 FUNDAMENTACION TEÓRICA

El presente trabajo de investigación, está basado en la realización de platos tradicionales con nuevas presentaciones gastronómicas. De la cual forma parte la innovación de nuevos productos en la comida típica; la misión es plantear la novedad y creatividad para empezar a dar un servicio de calidad, de esta manera la creatividad en los platos típicos del Ecuador se verá plasmada y el proyecto de investigación tendrá éxito.

La gastronomía molecular está creciendo con rapidez en el mundo entero y pronto se tendrá todos estos artículos que faciliten la creación de la misma en el país.

Los productos alimenticios que se necesitó para la elaboración de los productos debieron cumplir con estándares de calidad además de sus características organolépticas: (aparición física, estado de madurez, colores naturales etc.)

Los principales cambios que se implementó en la gastronomía nacional son el uso de texturas como son espumas, geles en elaboraciones nacionales esto nos va ayudar a cambiar las texturas en los alimentos.

La gastronomía molecular, tiene relación con las propiedades físico-químicas de los alimentos y los procesos tecnológicos a los que éstos se someten, como son el batido, la gelificación, y el aumento de la viscosidad, por mencionar solo algunos. Todo ello depende de los ingredientes que se seleccionen, las mezclas que se hagan entre ellos y las técnicas que se apliquen. Los alimentos son compuestos orgánicos (proteínas, hidratos de carbono, lípidos y vitaminas) y minerales, que cuando son sometidos a procesamiento, son capaces de manifestar sus propiedades transformándose en espumas, emulsiones, geles u otras estructuras que pueden ser infinitas en gastronomía, dado que en ella se está continuamente innovando.

En los libros de Ferran Adriá Acosta se encontró las técnicas que se emplearon para las transformaciones, la espumificación, donde se explica que es el proceso mediante el cual se deconstruye molecularmente a un género con la ayuda de un sifón y una capsula de nitrógeno, se la realiza inyectando aire. Papel proceso mediante el cual se deconstruye molecularmente a un género con la ayuda de una licuadora y una moqueta de silicona o sil pack y se manda a hornear el género a deconstruir. La membranificación o esferificación dice es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los alimentos.

2.2 ESTRUCTURA DEL MARCO TEORICO

CAPITULO I. ANALISIS GENERAL

1.1 Análisis situacional en la presentación de productos nacionales.

En las provincias del Ecuador no existen las mismas maneras de presentar los productos nacionales es decir que en cada provincia varían los productos gracias a las 4 regiones que posee nuestro país.

Las distintas ciudades del país elaboran sus “platos típicos” en base a los productos provenientes de la zona en la que habitan, la gastronomía del Ecuador es definitivamente una de las mejores puesto que la gran mayoría de productos que sirven para realizar los distintos platos típicos, se cultivan en el país.

Con esta investigación se quiere resaltar que la gastronomía nacional puede verse plasmada de distintas maneras, aplicando nuevas tendencias de decoración y aplicando correctamente técnicas y métodos de cocción.

Los productos nacionales “platos típicos” no se les presenta de la misma manera en todas las provincias del Ecuador, siempre existen variedades es decir siempre existe algo que lo caracteriza por ser de la zona o del lugar en donde se los realiza.

1.2 Análisis diferencial de los platos tradicionales del Ecuador.

Se ha procedido a realizar este análisis de comparaciones debido a que los platos típicos no conservan su modo de presentación a nivel nacional, en cada provincia del Ecuador se los prepara de diferentes maneras, o diferentes ingredientes. Es decir se los altera o se los cambia con alimentos que nada tienen nada que ver en el plato típico.

Al momento de cambiar un ingrediente en un plato típico tradicional ya no es el mismo, de esta forma se está perdiendo la identidad gastronómica.

1.2.1 Hornado de Sangolqui - Hornado Pastuso de Tulcán.

- Hornado Pastuso se caracteriza por tener la carne jugosa no muy seca y se lo puede servir con habas y mellocos.
- Hornado de Sangolqui es un hornado que se caracteriza por tener la carne seca.

1.2.2 Llapingachos quiteños - Llapingachos ambateños. En la culinaria indígena significa tortilla rellena de queso su maza es de papa siempre.

- Llapingachos Quiteños: Sus ingredientes son tortillas de papa rellenas con queso, caucara es un corte de carne de la res un poco duro condimentada con sal, comino, manteca de chanco roja es decir con achiote, un encurtido de cebolla paiteña con un corte en pluma fina con tomate riñón picado en brunoise, sal, limón, aceite, cilantro picado en chiffonade, huevo frito, lechuga opcional.
- Llapingachos Ambateños: sus ingredientes son tortillas de papa rellenas con queso, chorizo ambateño proveniente de este lugar, ensalada de remolacha y zanahoria, un encurtido de cebolla paiteña con un corte en juliana fina con tomate riñón picado en brunoise sal, limón, aceite, cilantro picado en chiffonade, huevo frito, lechuga picada en juliana fina.

1.2.3 Alfeñiques de Baños – Melcochas de Santo Domingo de los Tsachilas.

- Los alfeñiques son dulces que se los elabora en la ciudad de baños en base a la panela que en un clavo se le va satinando hasta obtener un cambio de color de la panela y se la calienta para obtener el alfeñique estos son suaves y se rompen con facilidad.
- Las melcochas de la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas son duras y están elaboradas con panela que en un clavo se le va satinando hasta obtener un cambio de color de la misma pero se la presenta así un poco dura a esta no se la calienta.

1.2.4 Encocados de Esmeraldas - Encocados de Pichincha.

- Encocados esmeraldeños: se los elabora con tres hierbas básicas que dan el sabor original a los encocados estas son la chillanga, chiricana, oreganón.
- Encocados quiteños: en esta ciudad se sustituye a las tres hierbas básicas que dan el sabor original a los encocados por el cilantro, perejil, orégano, de esta manera dando el toque de diferencia los encocados esmeraldeños.

1.2.5 Ceviches Ecuatorianos que se los elaboran de distinta manera en las regiones Costa y Sierra.

- Ceviche serrano: sus ingredientes son salsa de tomate, jugo de naranja, pasta de tomate, pescado o mariscos, tiene la característica de ser un poco dulce.
- Ceviche costeño: sus ingredientes son mostaza, pimientos en cubos blanqueados, que dan la diferencia de sabores, tiene la característica de ser un poco mas salado.

1.2.6 Chugchucaras de Cotopaxi - Fritada de Pichincha.

Chugchucaras: origen sierra sur del Ecuador (Latacunga) significado etimológico chugcho= quebradizo, cara= cuero.

Ingredientes: fritada, maduro, papa frita, cuero grasó, empanadas de mejido, canguil, tostado, ají, mote o choclo.

- Fritada quiteña: se la elabora con la carne de chanco, ajo cebolla blanca corte juliana fina, sal, comino, cerveza para desgrasar.
- Fritada latacungueña: se la elabora con la carne de chanco, manteca roja elaborada con la grasa de chanco mas achiote en pepa, ajo, cebolla blanca corte juliana fina, sal, comino y se cocina en leña.

1.2.7 Locros de Pichincha - Locros de Chimborazo.

Los locros usualmente van acompañados por aguacate, la albaca no se debe dejar mucho tiempo porque desprende mucho su olor, además todos los locros que llevan ajo no llevan leche, todos los locros que llevan géneros cárnicos si llevan ajo en su base.

- Locro de queso o cuero de Pichincha: en la base del locro colocamos la leche y la crema de leche, añadimos queso majado, rectificamos con sal, pimienta, comino, albaca.
- Locro de zambo de Chimborazo: es un locro que lleva género cárnicos, frijolitos, choclos, además del zambo tierno cocido y cernido.

1.2.8 La fanesca de Santo Domingo de los Tsachilas - con el resto de las fanescas de las otras provincias.

- Fanesca tradicional región sierra se la realiza con granos tiernos estos son chochos, habas, frejol, arverja, choclo, lenteja, maní y el ingrediente principal el **bacalao**.
- Fanesca de Santo Domingo de los Tsáchilas: se realiza con los granos tiernos pero tiene la diferencia que se le agrega **palmito** en lugar del bacalao.

1.2.9 La chicha yamor que se elabora en (Otavalo) - La chicha de yuca masticada que se elabora más en las provincias del oriente.

- Chicha de Yamor (Otavalo): es una bebida que se obtiene de la fermentación conjunta de 7 variedades de maíz que son el amarillo, blanco, negro, chulpi, canguil, morocho y la jora (maíz germinado); todo luego de un proceso de secado, molido y hervido. Además del maíz, en el hervido intervienen algunas plantas aromáticas provenientes de este lugar.
- Chicha de yuca masticada (Oriente): se pone a cocinar la yuca, se muele en la boca de las personas que la preparan, se devuelve la yuca masticada al agua de la cocción de la misma, se deja fermentar, se mezcla con las manos y se sirve en un pilche sacando el afrecho. Este tipo de chicha es además una bebida que es un símbolo de respeto y que tiene que ser bebida por la persona que visita el lugar.

1.3 Escases de cultivos de algunos productos alimenticios que se usan para la elaboración de platos tradicionales.

Existen diferentes factores para que los productos sean propios de algún lugar o solo se cultiven en esa zona estos factores son:

- Temperatura
- Región
- Clima

Estos tres factores hacen que un producto alimenticio solo se dé en una zona específica del país. Ecuador cuenta con 4 regiones cada una con diferentes climas y diferentes temperaturas que varían de acuerdo a las épocas del año.

REGIÓN INSULAR: El archipiélago de las Islas Galápagos es una herencia única del mundo. Situado en el Ecuador unas 600 millas de la costa de Suramérica, este archipiélago volcánico alejado hace millones de años. Sobre el curso de siglos, la fauna y flora de las islas de Américas alcanzó un desarrollo gradualmente en nuevas formas. Muchas de sus especies que no se encuentran ninguna otra parte de la tierra.

Las Islas Galápagos también poseen, especies endémicas el algodón, tomate, pimienta, guayaba y fruta de la pasión. Muchas clases de plantas, particularmente esas que pertenecían a la familia de la margarita, se han desarrollado en las diversas islas.

La relación con la gastronomía tiene que ver con mayor afluencia en esta región ya que esta región está catalogada en el mundo como una de las 7 maravillas del mundo por eso se debe guardar cierta estética y utilizar nuevos mecanismos de presentación para la comida típica que se elabora en esta región.

Los platos típicos más representativos de esta región son: el arroz con concha, ceviches, bacalao con papas, chupe de camarón, sopa marinera, cangrejos criollos.

REGION COSTA: Es una de las cuatro regiones naturales de la República del Ecuador. El territorio de la Costa está formado por valles y llanuras fértiles, colinas, cuencas sedimentarias y elevaciones de poca altitud.

CLIMA: La temperatura promedio que prevalece en la región es de 22°C.

Las estaciones climáticas en la Costa son:

- Invierno: de diciembre a mayo
- Verano, de junio a diciembre.

PRODUCTOS: Bananas, café, cacao, arroz, caña de azúcar, soya, algodón, frutas cítricas, papaya, el maracuyá, la guaba, el melón, la sandía, el mango, tamarindo, guanábana, naranjilla, pepino dulce entre otros productos tropicales son cultivados a lo largo de la Costa Ecuatoriana, para satisfacer ambos el consumo interno y los mercados internacionales.

Los platos típicos más representativos de esta región son: arroz con camarones, bollo de pescado, bolón de verde, camarón encocado, cazuela de pescado, ceviche de mariscos, cocadas, ceviche de espondilus, muchines de yuca, viche de pescado, guatita.

Los productos que se dan en esta región son los más utilizados en la comida tradicional por su clima y por las costas del océano pacifico que proveen de alimentos que se debe presentar con elegancia gastronómica debido al tipo de clientela que llega por la afluencia de turistas nacionales y extranjeros.

REGION SIERRA: Es una de las cuatros regiones naturales del país. Comúnmente conocido como Sierra. Tiene sus orígenes en las culturas Incaicas y pre-incaicas que fueron enfrentadas en su tiempo con la conquista española.

Esta región se caracteriza por sus impresionantes elevaciones montañosas, volcanes y nevados. Entre los más importantes están el Cotopaxi y el Chimborazo. Sus 10 provincias cuentan con ciudades de gran importancia histórica como Quito y Cuenca.

PRODUCTOS: Hay grandes zonas de pastizales dedicados al ganado vacuno en miras a la producción de leche. Se cultivan también cereales como el trigo, la cebada y el centeno, el maíz; hortalizas como col, brócoli, cebolla, acelga, zanahoria entre otras; papas, mellocos y algunas frutas como: manzanas, peras, duraznos y otras.

Los platos típicos más representativos de esta región son: humitas, cuy asado, llapingachos, fanesca, mote pillo, chugchucaras, fritada, hornado.

REGION AMAZONICA: Es una de las cuatro regiones naturales del Ecuador. Comprende las provincias de Orellana, Pastaza, Napo, Sucumbíos, Morona Santiago, Zamora Chinchipe. Se extiende sobre un área de 120.000 km² de exuberante vegetación, propia de los bosques húmedo-tropicales. Sus límites están

marcados por la Cordillera de los Andes en la parte occidental de esta región, mientras que Perú y Colombia el límite meridional y oriental, respectivamente.

PRODUCTOS: Caña, plátano, banano, naranjilla, yuca, tabaco, té, tabaco. yuca, caña de azúcar, naranjilla, stevia endulzante natural.

Los platos típicos más representativos de esta región son: seco de guanta, chicha de yuca, chontacuros, maito de tilapia, ayampaco, ceviche de palmito, ceviche volquetero.

1.4 Conclusión Capitulo I

El Ecuador se encuentra dividido en 4 Regiones muy diferenciadas. La **Región Insular** se caracteriza por ser un Parque ecológico a nivel mundial, **La Región Litoral** se caracteriza por sus hermosas playas, **La Región Andina** se caracteriza por sus grandes montañas, nevados y volcanes. **La Región Amazónica** se caracteriza por su selva, lo que permite tener una vegetación y una fauna única en su especie.

La gastronomía del Ecuador es extremadamente variada así que con este tipo de información manteniendo la cultura gastronómica del país se podrá realzar el nivel de la comida típica del país. Se cuenta con una gran variedad de productos en el país, que se deben valorar y apreciar para seguir desarrollando la gastronomía nacional. Hace falta aprovecharlos más, para crear mejores productos e investigar todos sus valores nutricionales.

CAPITULO II. ANTECEDENTES DE LA GASTRONOMIA.

Para empezar a conocer las nuevas técnicas y métodos de vanguardia debemos primero empezar conociendo el origen de la cocina. Las distintas formas de alimentarse de nuestros primeros habitantes, sin dejar de mencionar la necesidad de alimentarse y la forma en la que ellos consumían sus alimentos.

2.1. Reseña histórica

2.1.1 Introducción

La historia de la gastronomía o alimentación revela la estrecha relación de ésta con la evolución del hombre en su proceso de civilización.

Es necesario analizar los alimentos característicos, los utensillos desarrollados y la comunión entre ambos: cocinar con las herramientas nuevas.

PREHISTORIA desde la aparición del hombre hasta la aparición de la escritura

ANTES DEL FUEGO

Primeros alimentos: frutos, raíces, hojas y tallos. Luego comenzó la caza de grandes piezas (renos, bisontes, vacunos salvajes y caballos) y de pequeños animales también (lagartijas, erizos, etc.).

Los alimentos se consumían crudos. El secado se utilizaba ya en la prehistoria para conservar numerosos alimentos, como los higos u otras frutas. En el caso de la carne y el pescado se preferían otros métodos de conservación, como el ahumado o la salazón, que mejoran el sabor del producto.

DESPUÉS DEL FUEGO

Con la extinción de los grandes animales el hombre comenzó a domesticar a ciertos animales (renos, perros). La domesticación en Oriente de cabras, cerdos, ovejas y asnos dio origen a la ganadería. La agricultura, la domesticación de las plantas, fue tarea de mujeres, quienes comenzaron a cultivar las semillas que recogían. Los primeros cultivos fueron: trigo, cebada, avena, col, higos, habas, lentejas. Se consumían frutos del manzano, el peral, el ciruelo y el cerezo.

Aparecen los primeros recipientes de barro para cocinar los alimentos. Los huesos de los animales, de los cuales se consumía la carne y las pieles, eran utilizados como abrigo, y para hacer herramientas.

2.1.2 Método de cocción utilizado: ASADO.

Con el descubrimiento del fuego el hombre comienza a cocer los alimentos con lo cual se digerían mejor, evitaban la transmisión de enfermedades y podían apreciar mejor su sabor. El fuego significó, para el hombre, poder estar despierto más horas y comenzó el proceso de sociabilización.

PUEBLO EGIPCIO

Se alimentaban de lentejas, hortalizas y frutos; también los tallos de papiro y las raíces. El egipcio medio vivía con muy escasas mantenencias: pan, cerveza, cebollas y algunas legumbres. Las clases privilegiadas comían en forma abundante bueyes, terneras, cabras, ovejas, ocas y pichones.

PUEBLO HEBREO

Como alimentos simbólicos encontramos: el pan y el vino. La carne se consumía, en general, en fiestas y provenía del cordero o la cabra. La carne del buey y los animales engordados se reservaba para las grandes fiestas que sólo estaba al alcance de los ricos. El vino era accesible a todos y lo bebían puro.

2.1.3 Método de cocción utilizado: HERVIDO.

Conocemos su forma de alimentarse por los relatos de la Biblia. En los templos no sólo se oraba sino que también se comía.

PUEBLO GRIEGO

Los griegos comían todas las carnes que se conocen hoy en día. Como especias se encontraban: laurel, tomillo, orégano, retama, salvia, cilantro y malva. La leche era de oveja o de cabra.

PUEBLO ROMANO

La revolución culinaria romana se basó en la incorporación de muchos vegetales que eran desconocidos o considerados inaceptables hasta entonces: la col, los nabos y los rábanos.

2.1.4 Método de cocción utilizado: ASADO.

EDAD MEDIA

Se consumían mucho los frutos secos como las almendras, las pasas, los piñones, las nueces, las avellanas y los higos.

En los monasterios se preparaban platos agridulces de mermeladas con carnes. Se bebían vinos, cerveza e hidromiel especiados. Se sirven las aves vestidas, es decir: con su plumaje como si estuvieran vivas.

EDAD MODERNA

Se maceran las carnes con gran variedad de especias. Bebidas: hipocrás (vino, azúcar, canela, clavo de olor y almendras), carraspada (vino cocido, adobado, zumo de tres clases de uvas, canela y pimienta).

La cocina renacentista se caracteriza por el uso y abuso de los lácteos: la crema, la manteca, la nata y distintos tipos de quesos.

2.1.5 Siglo XVII y XVIII

Se descubre el procedimiento para la fabricación del vino espumante champagne. Se prepara la bechamel.

2.1.6 Nuevas tierras América y Asia

Lo que llegó a Europa de América: el cacao, el maíz, el maní, el girasol, las arvejas, el pimiento y el pimentón, el ananá, las papas y el tomate.

El tabaco es originario de América.

De lo que llegó de Asia a Europa, el arroz ha sido el cultivo más importante traído a América. La semilla del cacao entre los aztecas ha servido de moneda. El refinamiento de éste lleva al chocolate. El maíz fue el cultivo básico (al igual que lo fue el trigo en Europa y el arroz en Asia; plantas consideradas "civilizadoras")

La papa fue el tubérculo que recuperó del hambre a las sociedades europeas deprimidas. En Alemania se obligaba a los campesinos a cultivarlas. Se preparaban con salchichas, hecha puré, se consumía el almidón y se hervía para hacer aguardiente.

2.2 Introducción a las cocciones

DEFINICION

- Cocción: Se da el nombre al líquido en el cual se ha cocido una vianda.

2.2.1 Métodos y técnicas de cocción:

Los métodos de cocción son una técnica culinaria con la que se modifican los alimentos crudos mediante la aplicación de calor para su consumo. Hay muchos alimentos que necesitan una modificación química para hacerlos digestivos y también hay alimentos que se pueden consumir crudos, pero mediante la cocción podemos hacerlos más sabrosos y apetitosos, se modifica su aspecto y su textura, y su garantía sanitaria se ve aumentada porque la cocción destruye casi todos los microorganismos.

METODOS DE COCCION POR REACCION DE SABOR

La cocción de los alimentos se hace a través de generación de calor, el cual se provoca dependiendo del tipo de cocción las siguientes reacciones:

Concentración de sabores

Expansión de sabores

Concentración: Este método retiene los sabores de los productos cocinados, ya que el choque de temperaturas es fuerte produce el efecto de sellado.

Expansión: Este método se basa en el intercambio de sabores del producto al líquido de cocción, con temperaturas bajas, impidiendo así un exceso de evaporación del líquido, ya que esto repercutiría en la concentración de los jugos al tener que incorporar elementos húmedos.

Mixta: Este método combina los dos anteriores, empieza aplicando el principio de concentración para impedir la pérdida de jugos, para proseguir con el método de expansión una vez se le incorpora el elemento húmedo en frío para que se siga cocinando el producto.



TENDENCIAS GASTRONOMICAS

Cuisine classique: Se la culpó de no permitir desarrollar la creatividad a los cocineros, así como de requerir procedimientos muy elaborados y recargados. Se la acusó también de obviar la base culinaria tradicional en lo que a materias primas y elaboraciones regionales se refiere. También se la acusó de resultar excesivamente fuerte en sabores, así como de cocinar en exceso los alimentos y ocultar las preparaciones y recetas bajo largos, complicados y enrevesados nombres.

Nouvelle cuisine: Es un enfoque a la cocina y presentación de comidas, este nuevo estilo, que fue una reacción a la cuisine classique (cocina clásica) francesa, se basó en platos más livianos y delicados, sin salsas pesadas ni vegetales cocidos en exceso, y le dio una gran importancia a la presentación de las comidas. Los platos se servían ya presentados desde la cocina. Se puso mayor hincapié en el uso

de hierbas y especias y las salsas y caldos usados eran más livianos. Se dejó de usar también la harina como espesante de salsas, y se reemplazó por salsas más livianas espesadas con yemas de huevo, manteca y crema. La nouvelle cuisine creó platos livianos con sabores distintivos, combinando sabores en lugar de cubrirlos, y resaltó también un servicio de mesa menos entrometido. Los platos simples pero elegantes y los sabores puros son las principales características de la nouvelle cuisine.

Cocina vanguardista: Es la cocina moderna, es decir la gastronomía molecular.

Cocina molecular: Cambio de texturas utilizando elementos químicos, de estado natural a desconstrucción, reactivos no peligrosos.

2.2.2 Técnicas básicas de cocción

HERVIR: Proceso de cocción justo en el punto de ebullición. El medio utilizado para hervir puede ser agua, caldo o salsa.

BRASEAR: Cocer lentamente una vianda en su salsa o jugo de acompañamiento.

GUISAR: Esta técnica de cocción combina vapor húmedo y grasa con un poco de líquido adicional se realzan los sabores y aromas de cada ingrediente.

FREÍR: Cocer un preparado con abundante aceite o grasa. Dicho preparado debe flotar o nadar en el interior del sartén.

SALTEAR: Cocer en un sartén o en una cazuela, sobre juego vivo, removiendo energéticamente.

GRILLAR: Técnica de cocción en el cual se utiliza medio graso y calor seco mediante una parrilla calentada con carbón, gas o electricidad. El tipo de cocción aplicado es por concentración.

AZAR: Técnica de cocción en la cual el alimento es rociado muchas veces con un líquido graso (aceite o fondo de cocción), sin otros líquidos adicionales y sin tapar.

HORNEAR: Técnica de cocción con calor seco, sin agregados de grasa ni líquido, sin tapa y sobre placas o moldes. Es el método por excelencia para la cocción de las masas de pastelería.

GLASEAR: Dar a la carne braseada un aspecto brillante, sometiéndola a un fuego vivo y rociándola a menudo con su jugo un poco graso. En repostería significa cubrir un pastel, dulce con el fin de darle brillo.

GRATINAR: Hacer tostar a fuego vivo la capa superior de una preparación de cocina.

2.3 TERMINOLOGÍA DE LA COCINA MOLECULAR

COCINA MOLECULAR: Cambios de textura utilizando elementos químicos, de estado natural a desconstrucción, reactivos no peligrosos.

DECONSTRUCCIÓN: presentación de géneros alimenticios sin dañar su sabor pero si sus texturas. No se altera los sabores pero si las texturas

ABRILLANTAR: Operación de dar brillo para lo cual se utiliza jarabe, jalea o gelatina.

ACARAMELAR: Bañar o untar con caramelo.

BAÑO MARIA: Técnica de cocción al vapor no directo.

PUNTO DE NIEVE: Batir claras de huevo hasta alcanzar consistencia espesa.

ESPUMAS: Proceso mediante el cual se des construye molecularmente a un género con la ayuda de un sifón y una capsula de nitrógeno, se la realiza inyectando aire.

DESHIDRATACIÓN: Proceso mediante el cual se deconstruye molecularmente a un género con la ayuda de una licuadora y una moqueta de silicona o sil pack y se manda a hornear.

SFERIFICACIÓN: Es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los a alimentos.

LIOFILIZACIÓN: Es una técnica de deshidratación por frio, se congela el producto y se introduce en una cámara de vacío para realizar la separación del

agua por sublimación De esta manera se elimina el agua desde el estado sólido al gaseoso del ambiente sin pasar por el estado líquido.

CARAMELO: Fundir azúcar con un poco de agua, cuando este muy oscuro sin llegar a negro se retira del fuego a una temperatura de 110 hasta 140 grados centígrados para formar figuras de caramelo sirve para decorar postres salsas carnes.

AGAR-AGAR: Combinado con el aceite, es un ingrediente de origen vegetal utilizado en el proceso de gelificación de las esferificaciones. Permite lograr el mismo efecto sin utilizar nada de Algin, Calcic y Citras. El agar-agar es extraído a partir de un tipo de algas rojas (principalmente las del género *Gelidium*) y permite la elaboración de gelatinas calientes.

ALGIN: Producto natural que se extrae de las algas pardas (de los géneros *Laminaria*, *Fucus*, *Macrocystis*) Dependiendo de la parte del alga que se haya refinado, varía la textura y la capacidad de reacción al Calcic de cada alginato. Para ello hemos seleccionado al algin como el producto ideal para elaborar la sferificación.

CALCIC: Este producto es una sal de calcio que se utiliza tradicionalmente en alimentación, es el reactivo ideal por su gran facilidad de disolución en el agua, su importante aporte de calcio y en consecuencia su gran capacidad para propiciar la sferificación.

CITRAS: Producto a base de citrato sódico, obtenido sobre todo a partir de los cítricos, que se suele utilizar en alimentación para evitar el oscurecimiento de frutas y verduras cortadas. Tiene la propiedad de reducir la acidez de los alimentos, por lo que su empleo posibilita la obtención de preparaciones esféricas con ingredientes de acidez excesiva.

TERMOMIX: Es un aparato que combina las funciones de más de 10 utensilios de cocina en uno solo, además de tener un control de temperatura (de 37° a 100°) y uno de velocidad (de 40 a 10.000 rpm). Es programable y con él se puede preparar una amplia diversidad de comidas.

CINCELAR: Hacer ligeros cortes o incisiones a un pescado para facilitar su cocción.

COCCION: Se da este nombre al líquido en el cual se ha cocido una vianda.

FREIR: Coser un preparado con abundante aceite o grasa, dicho preparado debe flotar o nadar en el aceite a una temperatura de 175 grados centígrados en el interior del sartén o salteadora.

CONDIMENTAR: Sazonar.

2.4 Gastronomía molecular

Últimamente se intenta evitar la definición gastronomía molecular en muchas cocinas profesionales, lleva a confusión, es una definición que no siempre se ha aplicado.

La percepción de la gastronomía molecular cambió como si se tratase de algo peligroso, se ha asociado la utilización de aditivos y técnicas de laboratorio con esta definición, y aunque estos elementos se pueden englobar en ella, no son los que verdaderamente definen a la gastronomía molecular.

2.4.1 Gastronomía molecular o cocina molecular: Se define como la aplicación científica en la cocina, es la respuesta a las relaciones físicas y químicas que se producen durante los procesos de preparación o elaboración de los alimentos. Todo comenzó un 14 de marzo de 1969, el investigador y físico Nicholas Kurti

ofreció una conferencia muy singular bajo el título El físico en la cocina. El encabezamiento de la conferencia era el siguiente, “Pienso con una profunda tristeza sobre nuestra civilización, mientras medimos la temperatura en la atmósfera de Venus, ignoramos la temperatura dentro de nuestros soufflés” (Kurti, 1969, p.1).

La gastronomía o cocina molecular, podría definirse además como un paso más en la experiencia adquirida mediante la práctica en la cocción y elaboración de los alimentos. Sea por ignorancia o temor a lo desconocido, la gastronomía molecular parece ser un tabú actualmente, algo peligroso o algo que se sale de lo habitual, cuando en realidad es simplemente la comprensión y explicación de todos los procesos químicos y físicos producidos.

De la gastronomía molecular se derivan varias técnicas que vamos a emplear en la investigación:

- Espumificación: Proceso mediante el cual se deconstruye molecularmente a un género con la ayuda de un sifón y una capsula de nitrógeno, se la realiza inyectando aire.
- Deshidratación: Proceso mediante el cual se des construye molecularmente a un género con la ayuda de una licuadora y una moqueta de silicona o sil pack y se manda a hornear.
- Membranificación o esferificación: Es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los a alimentos.
- Deconstrucción: no se altera los sabores pero si las texturas.

Además el proceso investigativo busca no solo la aplicación de la cocina molecular en la gastronomía nacional, sino también de otros recursos y técnicas decorativas como el garnish. Cabe recalcar que al garnish no se le utilizo para la

preparación de los platillos, se lo utilizo para embellecer los platos típicos dándole aderezos tales como hojas moldeadas frutas etc.

2.5. GARNISH

El garnish es el procedimiento por el cual el Gardemanger, o chef que tiene más experiencia, decora los platos con las viandas que se van a servir. El garnish se puede aplicar tanto a postres, como cenas o banquetes, platos, etc.

2.5.1 Garnish arte ancestral de la gastronomía.

El Garnish es un arte que va desapareciendo en los últimos años, su práctica es considerada como una obra magistral que toma mucho tiempo, además de ser una de las ramas más costosa de la gastronomía. Son pocos los profesionales que cuentan con el conocimiento necesario para realizarlo, por ello se define al Garnish como una muestra de tradición, paciencia, destreza, conocimiento, imaginación, técnica y pasión.

2.6 Métodos y técnicas de cocción más relevantes

Fotografía1: Métodos y técnicas de cocción más relevantes, cocción al horno

Fuente: es.123rf.com



Fotografía 2: Métodos y técnicas de cocción más relevantes, cocción ala braza

Fuente: www.pronaca.com



Fotografía 3: Métodos y técnicas de cocción más relevantes, cocción a baño maría.
Fuente: lacocinayrecetasdelanouvellevie.blogspot.com



Fotografía 4: Métodos y técnicas de cocción más relevantes, cocción freír
Fuente: www.esacademic.com



Fotografía 5: Métodos y técnicas de cocción más relevantes, cocción al vapor

Fuente: www.recetasonline.net



Fotografía 6: Métodos y técnicas de cocción más relevantes, cocción al vacío

Fuente: www.recubrimientopanel.com



CAPITULO III

NUEVAS TENDENCIAS GASTRONÓMICAS Y SU APLICACIÓN EN PLATOS TRADICIONALES DEL ECUADOR.

3.1 Fundamentación técnica:

El presente trabajo de investigación, está basado en la realización de platos tradicionales con nuevas tendencias de decoración. De la cual forma parte la innovación de nuevos productos de comida típica; la misión es plantear la novedad y creatividad para empezar a dar un servicio de calidad a clientes y empleados, de esta manera la creatividad en los platos típicos del Ecuador se verá plasmada y el proyecto de investigación tendrá éxito.

3.2 Preparaciones a realizar:

Para la realización de cada una de las recetas que mencionare a continuación es muy importante la obtención de la materia prima ya que a partir de esta se llevara a cabo las diferentes deconstrucciones y preparaciones.

NOMBRE DEL PLATO: FRITADA QUITENA

Plato típico del Ecuador y sus orígenes se remontan a la época del colonialismo español, a principios de los años 1800.

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Carne de cerdo: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje.

Mote: compra de materia prima, recepción, lavado, almacenaje. (Papel de mote)

Maduro: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Espagueti de maduro)

Papa: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Espuma de papa)

Maíz: compra de materia prima, almacenaje. (Polvo de maíz)

Principales ingredientes a ser cambiados molecularmente: Mote, papa, maíz, maduro.

NOMBRE DEL PLATO: CUY

Roedor comestible de América (también llamado cobayo, conejillo de Indias, cuis, cuye y cuyo, entre otros nombres).

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Cuy: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, laminado, almacenaje. (Rollos de cuy)

Ají: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje. (Galleta de ají)

Maíz: compra de materia prima, almacenaje. (Polvo de maíz)

Papa: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Espuma de papa)

Principales ingredientes a ser cambiados molecularmente: Ají, maíz, papa.

NOMBRE DEL PLATO: COLADA MORADA

La colada morada es una tradición exclusiva de los pueblos indígenas. Se prepara el 2 de noviembre, Día de los Difuntos, y simboliza el luto que se guarda a nuestros familiares o amigos que murieron.

A esta bebida típica se la cambiara de manera gelificante con centro líquido.

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Colada morada: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje. (Gelificación).

Principales ingredientes a ser cambiados: Harina de maíz negro.

NOMBRE DEL PLATO: AJI DE CARNE

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Carne de res: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje.

Aguacate: compra de materia prima, recepción, lavado, almacenaje. (Espuma de aguacate)

Papa: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Chips de papa rallada)

Principales ingredientes a ser cambiados molecularmente: Aguacate, papa.

NOMBRE DEL PLATO: HORNADO

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Carne de cerdo: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje.

Mote: compra de materia prima, recepción, lavado, almacenaje. (Papel de mote)

Papa: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Crocantes)

Aguacate: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Espuma de aguacate).

Ají: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje. (Galleta de ají)

Principales ingredientes a ser cambiados molecularmente: Mote, papa, aguacate, ají.

NOMBRE DEL PLATO: LLAPINGACHOS

En la culinaria indígena significa tortilla rellena de queso su masa es de papa.

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Chorizo: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (En medallones).

Papa: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Chips de papa).

Huevos: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Tortilla de huevo).

Aguacate: compra de materia prima, lavado, almacenaje (espuma de aguacate).

Queso: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Queso derretido).

Principales ingredientes a ser cambiados molecularmente: Papa, huevo, Aguacate, queso.

NOMBRE DEL PLATO: CEVICHE

Origen México, Centro América, Perú Colombia Ecuador.

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Camarón: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, limpiado, almacenaje.

Tomate: compra de materia prima, recepción, lavado, almacenaje. (Jugo del ceviche).

Cebolla perla, pimiento, hierbitas: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, limpiado, almacenaje. (Picado en brunoise fino).

Canguil: compra de materia prima, recepción, almacenaje (Laminado).

Maíz: compra de materia prima, almacenaje (Polvo de maíz).

Principales ingredientes a ser cambiados: Canguil, maíz.

NOMBRE DEL PLATO: CHURRASCO

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Arroz: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Arroz frito).

Maduro: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Espagueti de maduro)

Papa: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Frita).

Aguacate: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Espuma de aguacate).

Carne de res: compra de materia prima, lavado, cortado, almacenaje. (Apanada).

Huevos: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Apañadura).

Principales ingredientes a ser cambiados: Maduro, papa, aguacate.

NOMBRE DEL PLATO: ESPUMILLA

Postre tradicional de la capital del Ecuador se lo prepara con la pulpa de guayaba.

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Guayaba: compra de materia prima, recepción, lavado, almacenaje.

Huevos: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Rompepo).

Principales ingredientes a ser cambiados: Guayaba.

NOMBRE DEL PLATO: LOCROS

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Queso: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje. (Derretido).

Papa: compra de materia prima, lavado, almacenaje. (Espuma de papa)

Cuero: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Crocante).

Principales ingredientes a ser cambiados molecularmente: Queso, papa, cuero.

NOMBRE DEL PLATO: CHUCCHUCARAS

Origen sierra sur del Ecuador, cara: cuero; chugcho: quebradizo.

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Carne de cerdo: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje.

Cuero: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Cuero Reventado).

Mote: compra de materia prima, recepción, lavado, almacenaje. (Papel de mote).

Maduro: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Espagueti de maduro).

Maíz: compra de materia prima, almacenaje. (Polvo de maíz).

Principales ingredientes a ser cambiados molecularmente: Cuero, mote, maduro, maíz.

NOMBRE DEL PLATO: CHUCULA

Postre o bebida de origen esmeraldeño

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Maduros: compra de materia prima, recepción, lavado, almacenaje. (Mousse).

Leche: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Mousse).

Principales ingredientes a ser cambiados: Maduro, leche.

NOMBRE DEL PLATO: TAMALES

Origen centro americano se lo prepara en México, Cuba, Costa rica, y en Sudamérica Colombia, Perú, Ecuador, Bolivia y Chile.

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Sentido etimológico chumal: envuelto en hoja cocción la vapor cocido a la brasa.

Machica: compra de materia prima, recepción, almacenaje. (Tamal de machica).

Principales ingredientes a ser cambiados: Machica.

NOMBRE DEL PLATO: ROSERO QUITEÑO

Bebida típica quiteña.

INGREDIENTES Y PROCEDIMIENTO GENERAL:

Rosero quiteño: compra de materia prima, recepción, lavado, cortado, almacenaje. (Falso caviar gelificante).

Mote: compra de materia prima, recepción, lavado, almacenaje. (Limpio).

Principales ingredientes a ser cambiados: jugos de piña y naranjilla en falso caviar

3.3 Análisis de cambios de texturas y presentaciones en ingredientes de gastronomía nacional.

- Mote tradicional se lo presentó como Papel de mote: Este cambio de textura se realizó con ayuda de una moqueta de silicona o sil pack mote cocido en la licuadora agregamos dos cucharaditas de agua sal, pimienta hasta obtener un puré. Homogenizamos llevarlo al horno a una temperatura de 200 grados. Tiempo 1 hora.
- Maduro tradicional se lo presentó como espagueti de maduro: Cortar el plátano de freír en tiras finas a lo largo freír en aceite caliente.
- Aguacate tradicional se lo presentó como espuma de aguacate: Puré de aguacate tamizado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un sifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrógeno aire comprimido.
- Maíz tradicional se lo presentó como polvo de maíz: Tostar el maíz en el tiesto de barro y hacemos polvo aplastándolo.
- Ají tradicional se lo presentó como galleta de ají: En una licuadora se agrega el ají previamente lavado y sin semillas se licua con un poco de agua sal pimienta, para llevarlo al horno en una moqueta de silicona o sil

pack con una preparación de harina y leche para que tome el estado conciso de una galleta.

- Papa tradicional se la presentó como espuma de papa: Puré de papa tamizado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un sifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrógeno aire comprimido.
- Colada morada se la presentó como falso caviar: Es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los alimentos para el cambio de esta textura se utilizaron los químicos algin, calcio, citrax este ultimo sirve para congelar jugos cítricos.
- Papa tradicional se la presentó como chips de papa: Pelar la papa rallarla y freír en aceite a altas temperaturas sacarlas crocantes y servir las como aderezo.
- Papa tradicional se la presentó como papa crocante: Cortar la papa en láminas súper finas redondas, llevarlas a freír en un sartén con aceite caliente.
- Cuy tradicional se lo presentó en medallones rellenos: Lavar y filetear el cuy para hacer rollos de cuy rellenos de queso y jamón sazonarlo, con sal, pimienta, comino y macerarlo por 1 hora y 30 minutos con ajo molido y cebolla blanca llevarlo al horno o la brasa.
- Queso tradicional se lo presentó como queso derretido: Se derretir el queso en un microondas.
- Canguil tradicional se lo presentó laminado: Se debe freír el canguil en aceite caliente y aplastarlo con un rodillo de cocina.

- Pulpa de guayaba se lo presentó como caramelo: Derretir en un recipiente azúcar con un poco de agua hasta que esté cristalina en forma de caramelo se le añade la pulpa de guayaba, con unas gotas de limón.
- Cuero tradicional se lo presentó como cuero reventado: Al cuero se lo revienta en un microondas.
- Colada de plátano se la presentó como mouse: Cocinar los maduros en agua una vez que estén suaves licuarlos con leche y agregar crema de leche. Con un poco del agua de la cocción endulzar la preparación con azúcar dejar cocinar por unos minutos a fuego lento hasta que hierva añadimos Gelatina sin sabor hidratar con agua fría para añadir a la preparación anterior mandar a refrigerar y servirlo cuando este coagulado.
- Rosero quiteño se lo presentó en falso caviar: Es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los a alimentos para el cambio de esta textura se utilizaron los químicos algín, calcic, citrax este ultimo sirve para congelar jugos cítricos.

2.3 HIPÓTESIS

- Si se aplican nuevas tendencias gastronómicas, se logrará una mejora en la presentación de los platos tradicionales.

HIPOTESIS NULA:

- Si no se aplican nuevas tendencias gastronómicas de decoración en los platos tradicionales, no se podrán observar los cambios de métodos culinarios en la gastronomía nacional.

III. METODOLOGIA

3.1 TIPO Y DISEÑO DE LA INVESTIGACION

- **EXPLORATIVA:** Se efectuó una investigación exploratoria con el fin de encontrar elementos importantes que permita entender con mayor precisión el problema de la tesis y la hipótesis a realizar
- **DESCRIPTIVA:** Se realizó una investigación descriptiva que consiste en llegar a conocer las situaciones, costumbres y actitudes predominantes de la sociedad de esta manera la identificación de las relaciones que existen entre dos o más variables.
- **INVESTIGACION DE CAMPO:** Este tipo de investigación ayudó a reconocer de cerca la investigación, la realidad el cómo y el porqué del tema a investigar conociendo de esta manera culturas, maneras de alimentarse, maneras de vivir, metodologías de cocción en lugar indicado con las personas indicadas.

Además para el diseño se utilizó métodos y procesos cuantitativos y cualitativos, por la aplicación de técnicas como la encuesta y la observación.

3.2 POBLACION Y MUESTRA

3.2.1 Población:

La población que se ha procedido a analizar es la parroquia de Cumbayá en Quito ya que es un mercado que tiene muy buena acogida para este tipo de platos.

La población total de la parroquia de Cumbayá cuenta con un total de 31.463 habitantes que representa el 100% de la población, está dividida de la siguiente forma hombres un total de 15.248 habitantes que representa el 48,46% y mujeres 16.215 que representa el 51,54%.

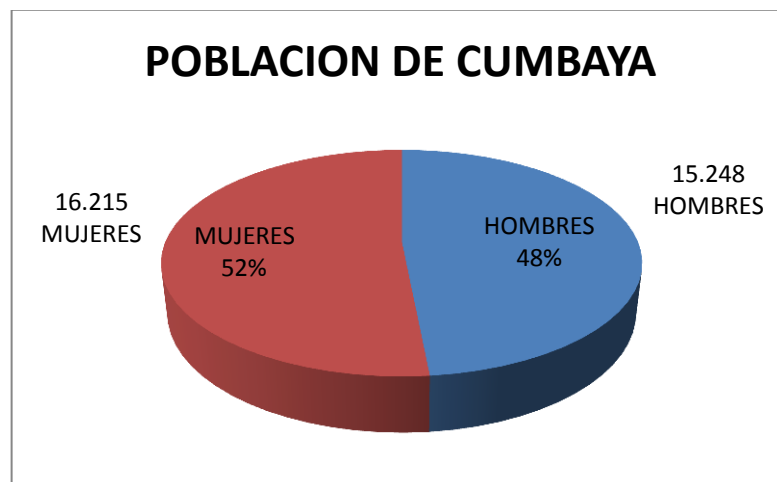


Gráfico No.1. Relación porcentual del número de habitantes entre hombres y mujeres de la parroquia de Cumbayá para saber el tamaño de la muestra y de esta manera determinar el número de personas a encuestar para determinar si es viable el plan de investigación.

3.2.2 Muestra:

$$n = \frac{N \cdot p \cdot q}{\dots}$$

$$(N-1) \left\{ \frac{E^2}{K} + p \cdot q \right\} \quad \text{FÓRMULA PARA CALCULAR LA MUESTRA}$$

EN DONDE:

- N: Total de la población.
- P: 0.50
- q: 0.50
- E: 0.05
- K: 2
- n: Muestra.

$$n = \frac{31463 (0.50 * 0.50)}{(31463 - 1) \left(\frac{0.05^2}{2} \right) + 0.50 * 0.50}$$

$$n = \frac{31463(0.25)}{31462 * 0.025 + 0.25}$$

$$n = \frac{786575}{19.91375}$$

$$n = 394.99$$

$$n = 395 \text{ personas.}$$

NOTA: Del resultado obtenido se decidió tomar una muestra estratificada de 200 personas que comprenden las edades de 20 a 35 años; Ya que la mayoría de personas comprendidas en este grupo, consumen y conocen más acerca de nuevas ofertas gastronómicas, de esta manera se obtendrán resultados más prácticos.

3.3 INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS

Para la aplicación de los instrumentos se aplico las siguientes técnicas:

- **ENCUESTA:** Esta técnica de investigación es una de las más difundidas por ende sirve para recabar información oral y escrita de la población con el objetivo de saber las necesidades que requiere el ser humano, de esta forma mediante cuestionarios se recogió respuestas que facilitaron el plan investigativo.
- Con un modelo de una encuesta analítica, se realizó una encuesta que constó de 10 ítems de preguntas dicotómicas que 5 están relacionadas con la variable independiente y 5 con la variable dependiente. esto nos permitió llegar a un objetivo y a saber cuál es el número total de personas a las cuales debemos encuestar en la investigación de campo, se realizó de manera personal a los habitantes de la parroquia de Cumbaya.
- **OBSERVACION:** Esta técnica ayudó a establecer una relación concreta e intensiva entre el investigador y el hecho social o los actores sociales, de los que se obtienen datos que luego se sintetizó para desarrollar la investigación.

3.4 DESCRIPCION DE TRABAJO DE CAMPO

La investigación de campo se realizó en base al cronograma de trabajo, es decir la primera semana del primer mes, mediante las encuestas previamente elaboradas, en el sector propiamente establecido (Parroquia de Cumbayá), el tiempo que tomó este tipo de encuesta fue de 10 am a 4 pm, estuvo a cargo de este trabajo el investigador y tres ayudantes de confianza que el investigador decidió, es decir que cada encuestador realizó un número total de 50 encuestas, se estableció por el investigador los días sábado y domingo (fin de semana); Ya que durante estos días es cuando las personas consumen comida preparada y salen a establecimientos que ofertan una gastronomía de alta cocina.

3.5 PROCESAMIENTO Y ANALISIS

PROCESAMIENTO

Los datos se tabularon en Excel de acuerdo a lo que dictaron las respuestas de las encuestas realizadas.

ANÁLISIS

Estos datos se ingresaron en una base estadística, la cual estuvo dividida en porcentajes de cada una de las preguntas contestadas del 1 al 10 de los ítems propuestos que nos permitió saber con exactitud los valores a trabajar y de esta manera conocer si la investigación a realizarse tuvo o no acogida por la sociedad.

Los parámetros observados se obtuvieron mediante la observación de campo teniendo visitas al sector, degustando platillos en algunos establecimientos gastronómicos, viendo la calidad del servicio, además mediante encuestas y fichas de degustación a las personas del sector que fueron tabuladas mediante Excel.

Los resultados se analizaron de manera cuantitativa a través de datos porcentuales y se los presentó en gráficos de barras para su mejor visualización.

IV PRESENTACION DE RESULTADOS.

4.1 PRESENTACIÓN GRÁFICA DE RESULTADOS

4.1.1 TABULACIÓN DE LAS ENCUESTAS

Dados los resultados de la encuesta realizada el fin de semana sábado 5 y domingo 6 de enero del 2013 en la parroquia de Cumbaya dieron los siguientes resultados expresados a continuación en porcentajes y explicado el porqué de las respuestas de las personas encuestadas.

Pregunta 1: Usted consume platos tradicionales del Ecuador?

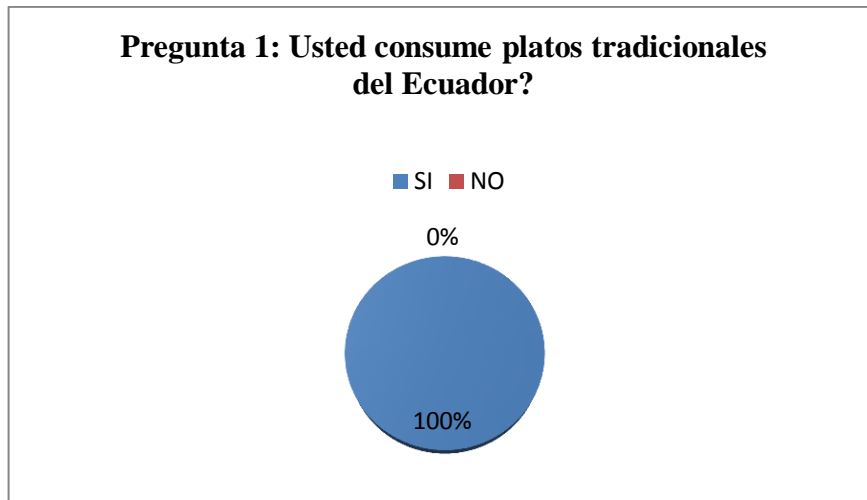


Gráfico No.2: El 100% de las personas respondió que si consumen platos tradicionales del Ecuador.

Pregunta 2: Con qué frecuencia consume los platos tradicionales?

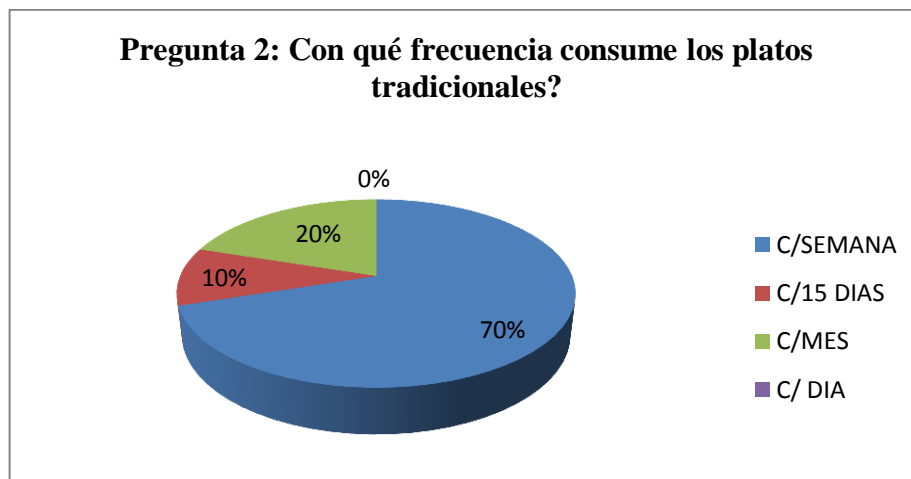


Gráfico No.3: La respuesta de la mayoría de personas es decir el 70% dice que consume platos tradicionales al menos una vez por semana.

Pregunta 3: Cree que sea importante el consumo de comida tradicional?

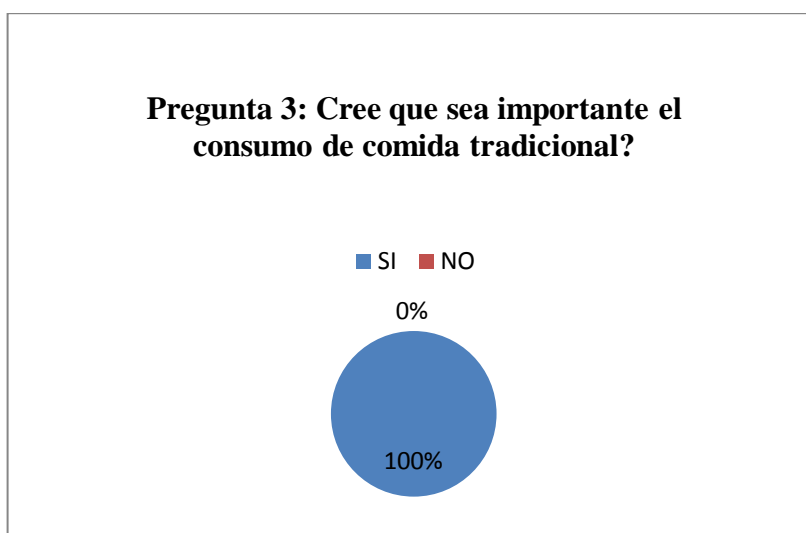


Gráfico No.4: El 100% de los encuestados dice que si es importante el consumo de la comida tradicional.

Pregunta No.4: La gastronomía es parte de la cultura del país?



Gráfico No.5: Las personas dicen que la gastronomía si es parte de la cultura del país porque identifica a las personas en cualquier parte del mundo, además la gastronomía está basada en costumbres alimenticias de los ancestros es decir tiene historia, representa la riqueza de la tierra del Ecuador. En conclusión la gastronomía es parte de la identidad de todas las personas.

Pregunta No.5: Cree usted que el consumo de la gastronomía tradicional Ecuatoriana ha disminuido debido a la introducción de la gastronomía internacional?

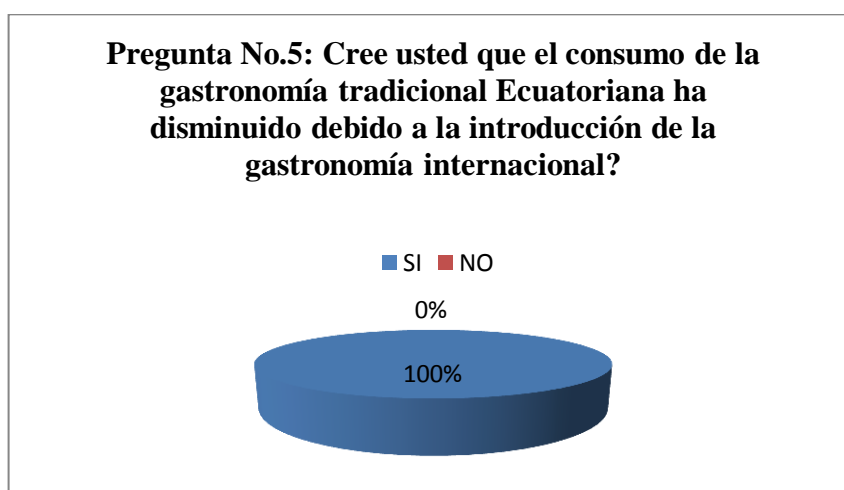


Gráfico No.6: Las personas creen y están seguras que la gastronomía nacional ha disminuido debido a la introducción de la gastronomía internacional en la actualidad existe demasiada explotación de la gastronomía internacional.

Pregunta No.6: Cree usted que la decoración de un plató es importante?

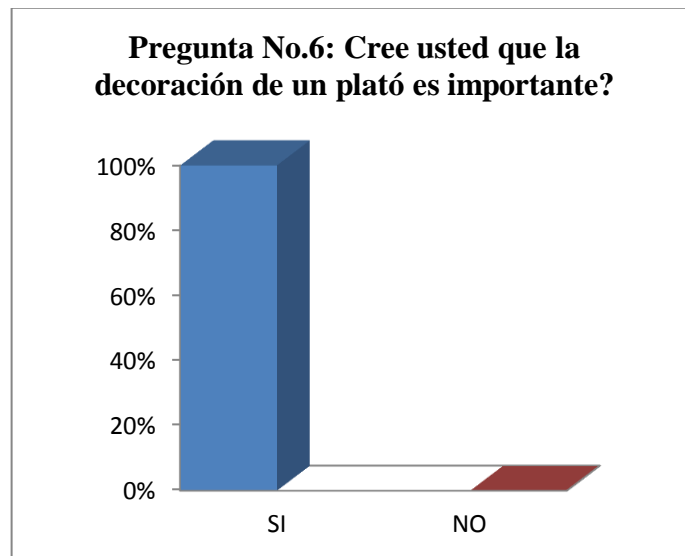


Gráfico No.7: La decoración de un plato gastronómico es importante ya que la comida debe de verse bonita no solo sabrosa, la decoración de un plato es importante al momento de servirla.

Pregunta No.7: Estaría usted de acuerdo en la creación de una guía de nuevas técnicas de decoración para la comida tradicional Ecuatoriana?

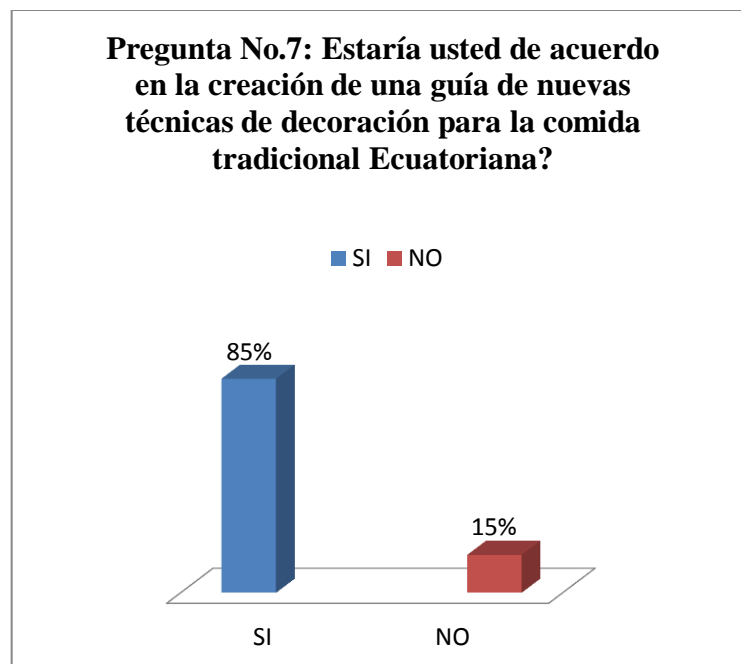


Gráfico No.8: El 85% de las personas encuestas dicen que si estarían de acuerdo en la creación de una guía de la gastronomía tradicional ecuatoriana porque en la actualidad no existe una guía de la gastronomía tradicional, sería interesante verla

para que de una nueva imagen a la gastronomía tradicional Mientras que el 15% de las personas encuestadas dicen que no porque ya no sería algo tradicional.

Pregunta No.8: Cree que es bueno que existan restaurantes que presentan platos tradicionales con nuevas técnicas de decoración?

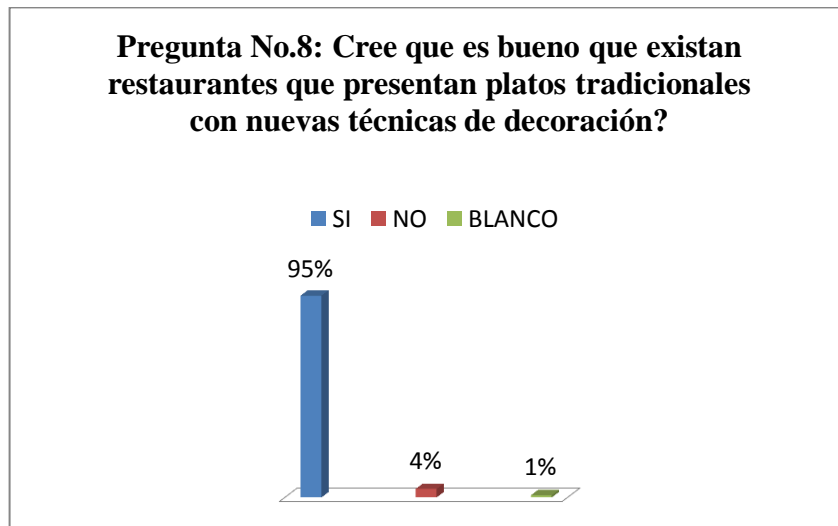


Gráfico No.9: El 95% de las personas encuestadas nos dice que si es bueno que existan restaurantes que presenten nuevas técnicas de decoración en la gastronomía porque da una nueva imagen a la comida El 4% de las personas expresan que no es necesario que existan estos lugares porque deben conservarse las raíces y se cambian las presentaciones ya no serian platos tradicionales. Y el 1% de las personas encuestadas no muestran interés por el tema.

Pregunta No.9: Cuanto estaría usted dispuesto a pagar por un plato tradicional que tenga nuevas técnicas de decoración en su presentación?

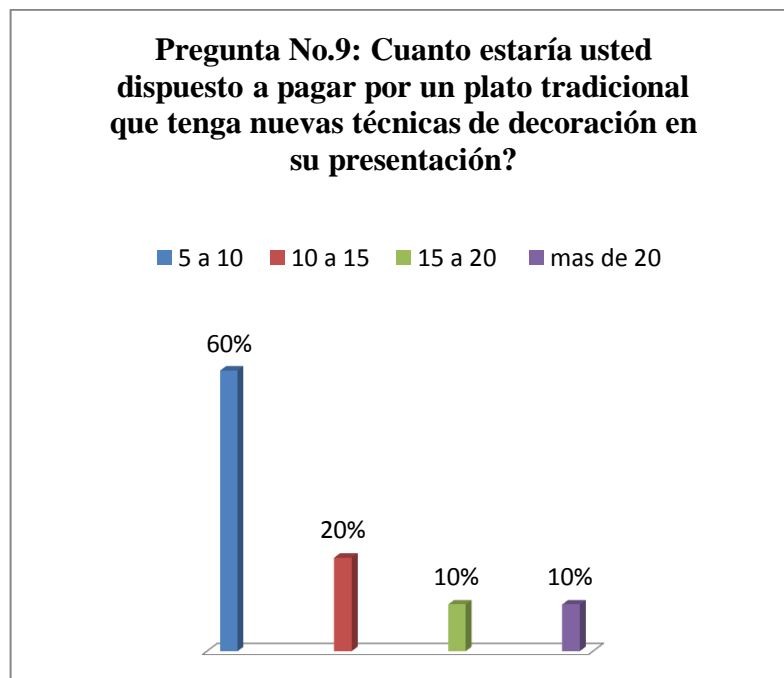


Gráfico No.10: Este grafico muestra que el 60 % de personas estarían dispuestas a pagar por un plato tradicional Ecuatoriano de 5 a 10 dólares americanos, el 20% de las personas dicen que estarían dispuestas a pagar de 10 a 15 dólares americanos, el 10% de las personas dicen que estarían dispuestas a pagar de 15 a 20 dólares americanos, y el 10% de las personas dicen que estarían dispuestos a pagar más de 20 dólares americanos. Sin desmerecer que si hay aceptación por parte de las personas además para cancelar por un plato tenemos que tener presente varios aspectos la elegancia, el servicio, el lugar y además primero degustarlo o verlo plasmado para saber su sabor y su presentación.

Pregunta No.10: Consumiría platos tradicionales que presenten nuevas técnicas en su decoración?

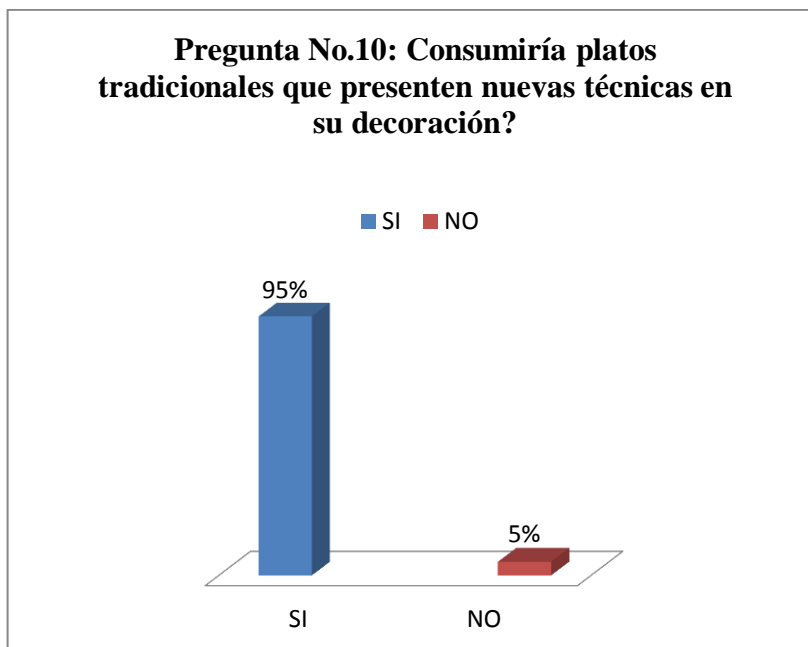


Gráfico No.11: El 95% de las personas indican que si consumirían platos tradicionales que presenten nuevas técnicas de decoración. Mientras que un 5% de las personas encuestadas dicen que no porque se perderá la tradición de los platos.

4.2 ANALISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

4.2.1 Análisis total de las encuestas realizadas nivel de aceptación del proyecto de investigación

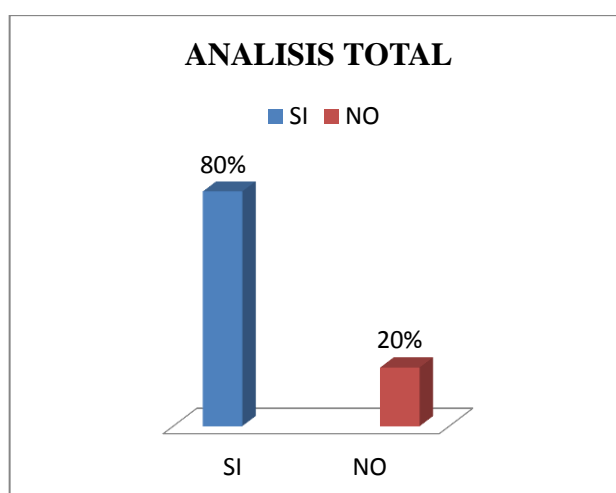


Gráfico No.12: Las encuestas realizadas a las personas de la parroquia de Cumbaya en Quito dictan como resultado que SI es necesario que se mejore la

gastronomía tradicional del Ecuador ya que se ha ido perdiendo debido a la introducción de la gastronomía internacional, es hora de rescatar las raíces no se debe dejar que estas se pierdan. Un Ecuatoriano siempre recuerda su gastronomía y que mejor plasmándola en una guía de nuevas tendencias de decoración para los platos tradicionales del Ecuador, de esta manera las siguientes generaciones podrán ver como la gastronomía va avanzando conforme pasa el tiempo, las nuevas técnicas de cocción y podrán ver que la cultura del país no se ha perdido al contrario se ha ido mejorando cada día más.

4.2.2 Análisis de fichas de degustación de las nuevas tendencias en la presentación de ofertas gastronómicas en la comida nacional

FICHA N: 1 AJÍ DE CARNE.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE 5 PUNTOS | MUY BUENO 4PUNTOS | BUENO 3PUNTOS | REGULAR 2 PUNTOS | INSUFICIENTE 1 PUNTO | CALIFICACION |
|--------------------|--|-----------------------|----------------------|------------------|---------------------|-------------------------|--------------|
| ASPECTO VISUAL | 4 | | X | | | | |
| SABOR | 4 | | X | | | | |
| TEXTURA | 4 | | X | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 4 | | X | | | | MUY BUENO. |
| COMENTARIOS | Excelente presentación y sabor has dado vida a un plato tradicional. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 2 CEVICHES.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE | MUY BUENO | BUENO | REGULAR | INSUFICIENTE | CALIFICACION |
|--------------------|---|-----------|-----------|---------|----------|--------------|-------------------|
| | | 5 PUNTOS | 4PUNTOS | 3PUNTOS | 2 PUNTOS | 1 PUNTO | |
| ASPECTO VISUAL | 5 | X | | | | | |
| SABOR | 5 | X | | | | | |
| TEXTURA | 5 | X | | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | EXCELENTE. |
| COMENTARIOS | El ceviche posee un montaje excelente se puede apreciar todos sus ingredientes, posee una apariencia muy apetecible. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 3 COLADA MORADA.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE | MUY BUENO | BUENO | REGULAR | INSUFICIENTE | CALIFICACIÓN |
|--------------------|---|-----------|-----------|---------|----------|--------------|-------------------|
| | | 5 PUNTOS | 4PUNTOS | 3PUNTOS | 2 PUNTOS | 1 PUNTO | |
| ASPECTO VISUAL | 5 | X | | | | | |
| SABOR | 5 | X | | | | | |
| TEXTURA | 5 | X | | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | EXCELENTE. |
| COMENTARIOS | La esferificación obtenida es la precisa logró reunir todos los sabores en una nueva textura la cual generara nuevas tendencias gastronómicas. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 4 CUY

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE | MUY BUENO | BUENO | REGULAR | INSUFICIENTE | CALIFICACIÓN |
|--------------------|--|-----------|-----------|---------|----------|--------------|--------------|
| | | 5 PUNTOS | 4PUNTOS | 3PUNTOS | 2 PUNTOS | 1 PUNTO | |
| ASPECTO VISUAL | 5 | X | | | | | |
| SABOR | 4 | | X | | | | |
| TEXTURA | 4 | | X | | | | |
| OLOR | 4 | | X | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | MUY BUENO. |
| COMENTARIOS | La presentación es agradable a la vista y el sabor resalta lo tradicional de nuestro bello país. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 5 CHUCULA.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE | MUY BUENO | BUENO | REGULAR | INSUFICIENTE | CALIFICACIÓN |
|--------------------|---|-----------|-----------|---------|----------|--------------|--------------|
| | | 5 PUNTOS | 4PUNTOS | 3PUNTOS | 2 PUNTOS | 1 PUNTO | |
| ASPECTO VISUAL | 4 | | X | | | | |
| SABOR | 4 | | X | | | | |
| TEXTURA | 4 | | X | | | | |
| OLOR | 4 | | X | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 4 | | X | | | | MUY BUENO |
| COMENTARIOS | Delicioso en bebida y en postre lo mejor. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 6 CHUGCHUCARAS.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE 5 PUNTOS | MUY BUENO 4PUNTOS | BUENO 3PUNTOS | REGULAR 2 PUNTOS | INSUFICIENTE 1 PUNTO | CALIFICACIÓN |
|--------------------|---|-----------------------|----------------------|------------------|---------------------|-------------------------|--------------|
| ASPECTO VISUAL | 5 | X | | | | | EXCELENTE. |
| SABOR | 5 | X | | | | | |
| TEXTURA | 4 | | X | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | |
| COMENTARIOS | Una hermosa presentación de un plato tan nuestro como lo es la chugchucara. El montaje presenta un colorido fantástico y las texturas son llamativas. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 7 CHURRASCO.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE 5 PUNTOS | MUY BUENO 4PUNTOS | BUENO 3PUNTOS | REGULAR 2 PUNTOS | INSUFICIENTE 1 PUNTO | CALIFICACIÓN |
|--------------------|--|-----------------------|----------------------|------------------|---------------------|-------------------------|--------------|
| ASPECTO VISUAL | 3 | | | X | | | MUY BUENO. |
| SABOR | 4 | | X | | | | |
| TEXTURA | 3 | | | X | | | |
| OLOR | 4 | | X | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 4 | | X | | | | |
| COMENTARIOS | Al ver el platillo llena toda expectativa de las nuevas tendencias gastronómicas y al degustarlo el sabor le da la esencia de la presentación. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 8 ESPUMILLA

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE 5 PUNTOS | MUY BUENO 4PUNTOS | BUENO 3PUNTOS | REGULAR 2 PUNTOS | INSUFICIENTE 1 PUNTO | CALIFICACION |
|--------------------|-----------------------|-----------------------|----------------------|------------------|---------------------|-------------------------|--------------|
| ASPECTO VISUAL | 5 | X | | | | | EXCELENTE. |
| SABOR | 5 | X | | | | | |
| TEXTURA | 5 | X | | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | |
| COMENTARIOS | GENIAL... S/C. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 9 FRITADA

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE 5 PUNTOS | MUY BUENO 4PUNTOS | BUENO 3PUNTOS | REGULAR 2 PUNTOS | INSUFICIENTE 1 PUNTO | CALIFICACION |
|--------------------|--|-----------------------|----------------------|------------------|---------------------|-------------------------|--------------|
| ASPECTO VISUAL | 4 | | X | | | | EXCELENTE. |
| SABOR | 4 | | X | | | | |
| TEXTURA | 5 | X | | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | |
| COMENTARIOS | Excelente manera de combinar lo tradicional y lo molecular un platillo delicioso. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 10 HORNADO.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE | MUY BUENO | BUENO | REGULAR | INSUFICIENTE | CALIFICACIÓN |
|--------------------|---|-----------|-----------|---------|----------|--------------|--------------|
| | | 5 PUNTOS | 4PUNTOS | 3PUNTOS | 2 PUNTOS | 1 PUNTO | |
| ASPECTO VISUAL | 5 | X | | | | | |
| SABOR | 5 | X | | | | | |
| TEXTURA | 5 | X | | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | EXCELENTE. |
| COMENTARIOS | Un toque sofisticado pero a la vez tradicional, llena todo el valor nutricional que necesita un platillo. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 11 LOCROS.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE | MUY BUENO | BUENO | REGULAR | INSUFICIENTE | CALIFICACIÓN |
|--------------------|--|-----------|-----------|---------|----------|--------------|--------------|
| | | 5 PUNTOS | 4PUNTOS | 3PUNTOS | 2 PUNTOS | 1 PUNTO | |
| ASPECTO VISUAL | 4 | | X | | | | |
| SABOR | 4 | | X | | | | |
| TEXTURA | 4 | | X | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | MUY BUENO. |
| COMENTARIOS | Seria de presentarlo en otro color de plato porque el fondo blanco le opaca el color de la espuma de papa. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | Agregar un poco de colorido al plato. | | | | | | |

FICHA N: 12 LLAPINGACHOS.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE | MUY BUENO | BUENO | REGULAR | INSUFICIENTE | CALIFICACION |
|--------------------|---|-----------|-----------|---------|----------|--------------|--------------|
| | | 5 PUNTOS | 4PUNTOS | 3PUNTOS | 2 PUNTOS | 1 PUNTO | |
| ASPECTO VISUAL | 5 | X | | | | | |
| SABOR | 5 | X | | | | | |
| TEXTURA | 5 | X | | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | EXCELENTE. |
| COMENTARIOS | La presentación del plato posee altura la cual será apreciada por el comensal y esto hará que sea más apetecible, las texturas crean un ambiente llamativo. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 13 ROSERO QUITIÑO.

| CALIFICACION | NOTA | EXCELENTE | MUY BUENO | BUENO | REGULAR | INSUFICIENTE | CALIFICACION |
|--------------------|---|-----------|-----------|---------|----------|--------------|--------------|
| | | 5 PUNTOS | 4PUNTOS | 3PUNTOS | 2 PUNTOS | 1 PUNTO | |
| ASPECTO VISUAL | 5 | X | | | | | |
| SABOR | 5 | X | | | | | |
| TEXTURA | 5 | X | | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 5 | X | | | | | EXCELENTE. |
| COMENTARIOS | Se puede observar que este montaje realza la textura, el sabor es neutral lo cual favorece para de esta manera poder saborear todos los ingredientes del mismo. | | | | | | |
| SUGERENCIAS | | | | | | | |

FICHA N: 14 TAMAL.

| CALIFICACION | EXCELENTE 5 PUNTOS | MUY BUENO 4PUNTOS | BUENO 3PUNTOS | REGULAR 2 PUNTOS | INSUFICIENTE 1 PUNTO | CALIFICACIÓN |
|--------------------|---|----------------------|------------------|---------------------|-------------------------|--------------|
| ASPECTO VISUAL | 4 | X | | | | |
| SABOR | 4 | X | | | | |
| TEXTURA | 4 | X | | | | |
| OLOR | 5 | X | | | | |
| APRECIACION GLOBAL | 4 | X | | | | MUY BUENO. |
| COMENTARIOS | La textura del tamal es la indicada y el sabor cumple todas las expectativas. | | | | | |
| SUGERENCIAS | Colocar mas colorido al plato | | | | | |

4.2.3 Análisis total de las fichas de degustación.

Se obtuvo una buena acogida por parte de las personas del sector de Cumbaya que degustaron los platos típicos con cambios de texturas, se notaba interés y ganas de conocer más a fondo las técnicas utilizadas en las presentaciones.

Además se observó en las personas; admiración, al momento de degustar los platos típicos. Tenemos en cuenta que es un proyecto viable porque se necesita mejorar los cambios de presentaciones en la gastronomía nacional.

4.3 CONCLUSIONES:

- Mediante las encuestas realizadas se ha analizado que el nivel de aceptación es muy alto en la presentación de nuevas texturas en platos tradicionales gracias a esto se puede tener una proyección a futuro en la creación de una cadena de restaurantes.
- La cocina molecular está creando un nuevo mundo gastronómico en el cual la combinación de sabores y la realización de un nuevo montaje crea un vínculo de elegancia y degustación esencial para el comensal.
- Al crear estos platillos se logra enfocar una nueva visión de la cocina ecuatoriana, ya que los porcentajes de resultados vistos en las encuestas ha dado esta imagen, por la cual los comensales están dispuestos a degustar dichos platos.
- Crear una cocina de alto nivel gastronómico en la cual se pueda resaltar el sabor tradicional con un toque molecular ya que en las encuestas realizadas se analizó que el cliente estará complacido al saber de la creación de estas nuevas creaciones gastronómicas.
- Las personas del sector de la parroquia de Cumbaya creen que el proyecto de las nuevas presentaciones en la gastronomía nacional es viable.

4.4 RECOMENDACIONES:

- Analizar los resultados de porcentajes en las encuestas realizadas y así poder mejorar en falencias presentes y poder tener un comensal satisfecho en todos los aspectos que se le pueda brindar.
- Tener en cuenta las sugerencias del comensal ya que de esta manera se podrá tener un alto nivel de aceptación.

- Realizar constantes encuestas para que los porcentajes que no son tan altos se mejoren y que de esta manera innovar constantemente.
- Se necesita mejorar la aplicación de técnicas y métodos culinarios en la comida tradicional ecuatoriana.

V PROPUESTA

5.1 TITULO DE LA PROPUESTA:

Nuevas Tendencias en la presentación de ofertas gastronómicas en la comida nacional.

5.2 JUSTIFICACION

La presente propuesta tiene como base fundamental la creación de nuevas tendencias gastronómicas en la comida nacional, en la cual se desarrollaran nuevos métodos de presentación y cambios de texturas en los alimentos, esto tiene como finalidad salir de lo tradicional, para empezar a crear nuevas presentaciones de los platos típicos del país.

Lo importante es recalcar que esta investigación demostró creatividad y originalidad al momento de comenzar a armar los diferentes platos típicos del Ecuador. Rescatar los platos insignes de cada una de las ciudades que por el incremento de locales de comida rápida o extranjera han ido desapareciendo en el transcurso del tiempo.

Con esto se da una alternativa innovadora al consumidor de comida tradicional así como a los establecimientos que ofertan este tipo de comida, creando mayor versatilidad en la presentación de sus platos.

La visión de este trabajo de investigación es brindar una guía que sirva de referencia para la aplicación de nuevas tendencias de decoración en la comida tradicional ecuatoriana.

5.3 IMPACTO:

El presente trabajo de investigación genera una propuesta referencial para la aplicación de nuevas tendencias en decoración de platos, ayudando a que establecimientos y personas que elaboran platos tradicionales, logren una mayor visión gastronómica estética de los platos, rescatando los sabores típicos pero presentándoles de una manera mucho más estética y visualmente llamativa.

Impacto económico: A los establecimientos que ofertan comida tradicional si se aplican estos cambios, los platos tienen mayor valor estético, de esta forma se puede incrementar sus ventas. Los niveles económicos subirán debido a las ventas de los productos, es decir esto dejará mayores ingresos a los establecimientos gastronómicos.

Impacto social: Se dejará un legado plasmado en una guía de nuevas tendencias de presentación gastronómica de los platos tradicionales, para que las personas puedan conocer con claridad los platos existentes en el Ecuador y se los pueda realizar con diferentes tipos de decoración.

Impacto cultural: Se rescatara los platos tradicionales del país, con una nueva visión de recetas tradicionales, nuevas presentaciones y cambios de texturas. De esta forma la cultura gastronómica del país no se irá perdiendo en el transcurso del tiempo.

5.4 OBJETIVOS

5.4.1 OBJETIVO GENERAL:

- Brindar una guía gastronómica de los platos tradicionales del Ecuador, con nuevas tendencias de decoración realzando la gastronomía tradicional ecuatoriana.

5.4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Presentar platos tradicionales del Ecuador de manera creativa.
- Brindar recetas estándar con porciones adecuadas, para el consumo diario del comensal
- Aplicar nuevas técnicas para la decoración de platos tradicionales.
- Incentivar en las personas la valoración de la comida tradicional del país para que la gastronomía ecuatoriana sea reconocida a nivel mundial.

5.5 UBICACIÓN SECTORIAL Y FÍSICA:

La población que se ha procedido a analizar es la parroquia de Cumbayá en Quito ya que es un mercado que tiene muy buena acogida para este tipo de platos.

La población total de la parroquia de Cumbayá cuenta con un total de 31.463 habitantes que representa el 100% de la población, está dividida de la siguiente forma hombres un total de 15.248 habitantes que representa el 48,46% y mujeres 16.215 que representa el 51,54%.

UBICACIÓN:

La parroquia de Cumbayá está localizada en la Provincia de Pichincha, en el Distrito Metropolitano de Quito, al oriente de la ciudad de Quito.

LÍMITES:

- Norte: Nayón, confluencia de Río San Pedro y Río Machángara
- Sur: Guangopolo y Conocoto
- Este: Río San Pedro
- Oeste: Río Machángara

ALTITUD: 2.200 m.s.n.m.

CLIMA: Cálido Frío

SUPERFICIE: 2650.82 Has.



5.6 VIABILIDAD:

La viabilidad del trabajo de investigación es favorable gracias a que se ha podido recabar información por medio de encuestas y estadísticas, que se ha realizado en el trabajo e investigación de campo.

Las personas del sector en donde se va a llevar a cabo el proyecto, están de acuerdo con que se dé más apertura a la gastronomía nacional con una nueva visión en su decoración.

La parroquia de Cumbaya al Noroccidente de Quito es la indicada para este tipo de transformaciones moleculares, ya que en el sector se encuentran restaurantes de alta gama que presentan este tipo de tendencia, sin embargo la población del sector muestra su aceptación a la propuesta.

La viabilidad técnica culinaria es favorable porque los cambios de presentaciones en las recetas tradicionales son de dificultad media y para las personas que tengan conocimiento sobre técnicas y métodos gastronómicos, estos son por concentración, expansión, y mixta será fácil su elaboración.



5.7 PLAN DE EJECUCIÓN:

Cuadro: 1
Cronograma de trabajo

| ACTIVIDADES | RECURSOS | TIEMPO EN DIAS | OBJETIVO | RESPONSABLE |
|---|-------------------------|----------------|---|------------------------------------|
| Compra de materia prima | Económicos | 1 | Tener todos los productos alimenticios, para el desarrollo de cada uno de los platos típicos. | Alex Xavier Aldana Chicaiza. |
| Elaboración de los platos típicos. | Materiales y Económicos | 3 | Crear los nuevos cambios de presentación y de textura en los platos a elaborar. | Alex Xavier Aldana Chicaiza. |
| Degustaciones | Económicos | 1 | Conocer si las nuevas presentaciones de los platos elaborados tienen acogida en la sociedad. | Alex Xavier Aldana Chicaiza. |
| Elaboración de recetas estándar | Materiales | 2 | Plasmar las recetas estándar con los cambios de presentación | Alex Xavier Aldana Chicaiza. |
| Elaboración de la guía gastronómica con cambios de presentación | Materiales | 2 | Realzar la gastronomía nacional. | Alex Xavier Aldana Chicaiza. |
| Presentación de la propuesta | Económicos | 1 | Impactar en las personas | Alex Xavier Aldana Chicaiza. |

NOTA: Tiempo establecido para el desarrollo de la guía con cambios de texturas y presentaciones.

5.7.1 Elaboración de las recetas estándar.


| | | | | | |
|--|--|--------------------|-----------------------|--------------------|---|
|  | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Aji de Carne | | | |  |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1 pax 306 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios en sus texturas. | | | | |
| Valor nutricional: | Carbohidratos, Proteinas, Vitaminas. | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Carne de res | gr | 400 | 0,004 | 1,60 | cortada en triangulos medianos. |
| Aji | gr | 20 | 0,006 | 0,12 | juliana |
| Aguacate | gr | 60 | 0,007 | 0,40 | pelado, cortado en mitades |
| Papa | gr | 200 | 0,004 | 0,80 | chips |
| Arveja | gr | 100 | 0,002 | 0,20 | blanqueada |
| Tomate | gr | 200 | 0,001 | 0,28 | escalfado |
| Leche | ml | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| Crema de leche | ml | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| Gelatina sin sabor | gr | 12 | 0,020 | 0,24 | |
| Capsula de nitrogeno | gr | 112 | 0,054 | 6,00 | |
| Sal | gr | 10 | 0,004 | 0,04 | |
| Pimienta | gr | 10 | 0,008 | 0,08 | |
| Aceite | ml | 60 | 0,002 | 0,12 | |
| | | | Costo neto: | 9,96 | |
| | | | 5% Varios: | 0,50 | |
| | | | Costo total: | 10,46 | |
| | | | Costo pax: | 11,00 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Rectificar la carne con sal y pimienta, y sellarla. hacer un refrito con jugo de tomate ñion arveja cilantro cebolla, Reservar. | | | | | |
| En una olla tener listo el refrito de carne. Mesclar la carne | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| chips de papa: pelar la papa rallarla y freir en aceite a altas temperaturas sacarlas crocantes y servir las como aderezo | | | | | |
| Espuma de aguacate: pure de aguacate tamisado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla | | | | | |
| introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrogeno aire comprimido. | | | | | |
| Servir con chips de papa, y espuma de aguacate. | | | | | |
| NOTA: El nitrogeno usado en esta receta para la elaboracion de la espuma de aguacate no es danino para la salud del ser humano. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: | | | | | |
| La carne la presentaremos mechada y en una copa invertida. Con chips de papa, y espuma de aguacate. | | | | | |

| | | | | | |
|--|---|--------------------|-----------------------|--------------------|----------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Ceviche | | | | |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1 pax 270 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios de texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Proteinas, Vitaminas. | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Camarón | gr | 480 | 0,004 | 2,12 | pelado y limpio |
| Tomate | gr | 120 | 0,007 | 0,80 | Escalfado |
| Pasta de tomate | gr | 20 | 0,004 | 0,08 | |
| Mostaza | gr | 20 | 0,004 | 0,08 | |
| Cebolla paitaña | gr | 60 | 0,001 | 0,08 | brunoise |
| Limón | ml | 60 | 0,003 | 0,20 | exprimido |
| Pimiento | gr | 60 | 0,001 | 0,04 | picado en brunoise |
| cilantro | gr | 40 | 0,002 | 0,08 | chifonnade |
| Canguil | gr | 40 | 0,001 | 0,04 | |
| Maiz tostado | gr | 60 | 0,001 | 0,04 | |
| Platano verde | gr | 40 | 0,001 | 0,04 | pelado, laminado |
| Pimienta | gr | 10 | 0,008 | 0,08 | |
| Sal | gr | 10 | 0,004 | 0,04 | |
| Aceite | ml | 60 | 0,002 | 0,12 | |
| | | | Costo neto: | 3,84 | |
| | | | 5% Varios: | 0,19 | |
| | | | Costo total: | 4,03 | |
| | | | Costo pax: | 4,10 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| El camarón pelar, limpiar y cocerlo, en una olla pequeña con agua. Hervir el agua con la cascara del camarón una vez que hierba esto agregar los camarones cuando empiece la segunda ebullicion sacar con la ayuda de un colador los camarones y reservar su jugo. | | | | | |
| esta preparacion nos ayudara a evitar que el camarón salga cauchozo. | | | | | |
| Jugo del ceviche: con el agua sobrante de la cocción del camarón, pasamos el tomate riñon escalfado por un cedaso sacamos su pulpa sazonomos con, mostaza, jugo de naranja, limón rectificamos sabores con sal, pimienta y pasta de tomate. | | | | | |
| Camarón: cocido en agua con limón | | | | | |
| Canguil: frito y aplastado. | | | | | |
| Platano verde: cortar el slices (largos) freir en aceite caliente. | | | | | |
| Maiz: tostar el maiz en un tiesto previamente curado para curarlo se pone el tiesto a fuego con sal en grano esto ayuda a que el tiesto de barro soporte altas temperaturas tostamos el maiz en el tiesto de barro y lo hacemos polvo aplastandolo. | | | | | |
| NOTA: Estar pendientes que no se pase la cocción del camarón porque se nos puede pasar su coccion y queda cauchozo. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: Jugo del ceviche en una copa de vidrio invertida, pimiento, cebolla, hierbitas picadas en brunoise fino | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|-----------------|-----------------------|--------------------|----------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Chucula | | | | |
| Genero | Postre | | | | |
| Porciones | 4 Pax Peso: 1 pax 228 gr | | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios de texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Proteínas, Vitaminas | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Maduros | gr | 240 | 0,0013 | 0,32 | Pekados. |
| Leche | ml | 400 | 0,0008 | 0,32 | |
| Crema de leche | ml | 160 | 0,0015 | 0,24 | |
| Gelatina sin sabor | gr | 20 | 0,0020 | 0,04 | |
| Azucar | gr | 80 | 0,0010 | 0,08 | |
| Canela en polvo | gr | 12 | 0,0033 | 0,04 | |
| | | | Costo neto: | 1,04 | |
| | | | 5% Varios: | 0,05 | |
| | | | Costo total: | 1,09 | |
| | | | Costo pax: | 1,10 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Cocinar los maduros en agua una vez que esten suaves licuarlos con leche y agregar crema de leche. Con un poco del agua de la cocción | | | | | |
| Endulzar la preparacion con azucar. Dejar cocinar por unos minutos a fuego lento hasta que hierba la preparación. Reservar. | | | | | |
| Gelatina sin sabor: hidratar con agua fría para añadir a la preparación anterior mandar a refrigerar y servirlo cuando este cuagulado. | | | | | |
| Decorar con canela y canela en polvo. | | | | | |
| NOTA: Realizaremos un postre a base de la bebida típica tradicional de Esmeraldas chucula. Esta bebida se sirve fría o caliente. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: Sobre una hoja de atchira, el plato encima de este el mousse de chucula. | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|-----------------|---------------------------|--------------------|----------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | Chugchucaras | | | | |
| Nombre de la receta | Chugchucaras | | | | |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | | Peso: 1 pax 373 gr | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios en sus texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Carbohidratos, Proteinas, Vitaminas, Grasas | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Carne de cerdo | gr | 600 | 0,006 | 3,44 | cortada en laminas. |
| Mote | gr | 80 | 0,002 | 0,16 | Cocido |
| Maduro | gr | 120 | 0,001 | 0,16 | pelado. |
| Maiz | gr | 40 | 0,001 | 0,04 | Remojado |
| Cerveza | ml | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| Cuero reventado | gr | 60 | 0,001 | 0,04 | |
| Harina | gr | 100 | 0,001 | 0,08 | Tamizada. |
| Queso | gr | 20 | 0,008 | 0,16 | Pedasiado. |
| Panela | gr | 20 | 0,002 | 0,04 | En polvo. |
| Chochos | gr | 60 | 0,001 | 0,08 | Pelados. |
| Canguil | gr | 60 | 0,001 | 0,04 | |
| Sal | gr | 10 | 0,004 | 0,04 | |
| Comino | gr | 10 | 0,008 | 0,08 | |
| Pimienta | gr | 10 | 0,008 | 0,08 | |
| Aceite | ml | 280 | 0,002 | 0,48 | |
| | | | Costo neto: | 4,96 | |
| | | | 5% Varios: | 0,25 | |
| | | | Costo total: | 5,21 | |
| | | | Costo pax: | 5,30 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Sazonar la carne de cerdo con sal, pimienta, comino y macerarla por 30 minutos con la cerveza, ajo entero y cebolla blanca cortada en trozos grandes. | | | | | |
| En una olla grande , o una paila, colocar la carne con toda su marinada y dejarla cocer tapado a fuego lento hasta que se sequen los jugos. Reservar. | | | | | |
| Cocinamos el mote en una olla de presión para el papel de mote. Reservamos. | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| Mote cocido: papel de mote este cambio de textura lo realizaremos con ayuda de un moqueta de silicona o sil pack mote cocido en la licuadora agregamos dos cucharaditas de agua sal, pimienta hasta obtener un puré. Homogenizamos llevarlo al horno a una temperatura de 200 grados. Tiempo 1 hora | | | | | |
| Maduro: cortar el platanó en tiras finas a lo largo freir en aceite caliente. | | | | | |
| Maiz: tostar el maiz en un tiesto previamente curado para curarlo se pone el tiesto a fuego con sal en grano esto ayuda a que el tiesto de barro soporte altas temperaturas tostamos el maiz en el tiesto de barro y lo hacemos polvo aplastandolo. | | | | | |
| Cuero reventado: El cuero reventarlo en el microondas. | | | | | |
| Chucho frito: Pelamos y secamos al sol el chocho, una vez frito lo mandamos a freir en aceite caliente. | | | | | |
| Servir con papel de mote ,spagueti de maduro frito, polvo de cuero reventado, polvo de maiz. Acompañar con una empanada de mejido, canguil frito, chocho frito. | | | | | |
| NOTA: La carne de cerdo debe estar bien cocida porque tiene una bacteria llamada triquina que muere a altas temperaturas y esta bacteria es perjudicial para la salud del ser humano. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: Estructurado, En un plato de barro. | | | | | |





| INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | | |
|--|--------|--|---------------------|-------------|---|
| GASTRONOMIA | | | | | |
| RECETA ESTANDAR | | | | | |
| Nombre de la receta | | Churrasco | | |  |
| Genero | | | | | |
| Porciones | | 4 Pax Peso: 1 Pax 607 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | | Cambios moleculares y cambios de texturas. | | | |
| Valor Nutricional: | | Proteinas, Vitaminas, Carbohidratos. | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Carne | gr | 600 | 0,0015 | 0,92 | Aliñada. |
| Huevo | gr | 120 | 0,0020 | 0,24 | |
| Arroz | gr | 280 | 0,0009 | 0,24 | |
| Maduro | gr | 200 | 0,0014 | 0,28 | pelado |
| Papa | gr | 320 | 0,0004 | 0,12 | pelada. |
| Limón | ml | 10 | 0,0040 | 0,04 | Exprimido. |
| Aguacate | gr | 120 | 0,0020 | 0,24 | cortado en mitades y pelado |
| Hierbitas | gr | 12 | 0,0033 | 0,04 | chifonnade |
| Tomate | gr | 160 | 0,0015 | 0,24 | corte brunoise |
| Cebolla | gr | 160 | 0,0013 | 0,20 | corte juliana fina |
| Harina | gr | 40 | 0,0010 | 0,04 | |
| Pan molido | gr | 40 | 0,0010 | 0,04 | |
| Gelatina sin sabor | ml | 12 | 0,0200 | 0,24 | |
| Leche | ml | 120 | 0,0007 | 0,08 | |
| Crema de leche | ml | 20 | 0,0020 | 0,04 | |
| Capsula de nitrogeno | gr | 112 | 0,0554 | 6,20 | |
| Aceite | ml | 80 | 0,0020 | 0,16 | |
| Sal | gr | 10 | 0,0040 | 0,04 | |
| Pimienta | gr | 10 | 0,0080 | 0,08 | |
| | | | Costo neto: | 9,48 | |
| | | | 5% Varios: | 0,47 | |
| | | | Costo total: | 9,95 | |
| | | | Costo pax: | 10,00 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Rectificamos la carne molida con sal y pimienta, apanarla con harina, huevo y pan molido mezclada con cebolla paitena en corte brunoise fino, freir en aceite caliente tipoamburguesa. | | | | | |
| En una olla cocinar el arroz dejar que se pase un poco para que nos permita realizar las bolitas de arroz con facilidad. Una vez listo freir las bolitas de arroz en aceite caliente. | | | | | |
| Ensalada: cebolla y tomate encurtido sazonado con sal limon y hierbitas. | | | | | |
| Papa: pelar la papa cortar en rectangulos medianos y freir en aceite caliente | | | | | |
| Maduro: cortar el platanos de freir en tiras finas a lo largo freir en aceite caliente. | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| Espuma de aguacate: pure de aguacate tamisado agregar sal, pimienta,leche, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la | | | | | |
| mezcla introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrogeno aire comprimido. | | | | | |
| Servir con spaghetti de maduro, espuma de aguacate, papa frita, carne apanada, y ensalada de tomate y cebolla. | | | | | |
| NOTA: El nitrogeno usado en esta receta no es danino para la salud del ser humano. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: La papa frita en piramide, con las bolitas de arroz. | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---------------------------|-----------------------|--------------------|------------------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Colada Morada | | | | |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1 Pax 599 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios en sus texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Carbohidratos, Vitaminas. | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Harina maiz negro | gr | 400 | 0,003 | 1,32 | tamisada |
| Naranja | ml | 200 | 0,003 | 0,60 | limpia |
| Mora | gr | 800 | 0,002 | 1,76 | limpia |
| Mortiño | gr | 20 | 0,002 | 0,04 | escogido sin palitos |
| Fresas | gr | 100 | 0,001 | 0,08 | picado en slices |
| Babaco | gr | 200 | 0,002 | 0,36 | picado en cuadrados pequeños |
| Piña | gr | 200 | 0,003 | 0,52 | pelada |
| Canela | gr | 16 | 0,003 | 0,04 | |
| Clavo de olor | gr | 8 | 0,005 | 0,04 | |
| Azucar | gr | 200 | 0,001 | 0,16 | |
| Hierbas de dulce | ml | 200 | 0,006 | 1,20 | |
| Algin | gr | 20 | 0,178 | 3,56 | |
| Calcic | gr | 20 | 0,066 | 1,32 | |
| Citras | gr | 12 | 0,077 | 0,92 | |
| | | | Costo neto: | 11,92 | |
| | | | 5% Varios: | 0,60 | |
| | | | Costo total: | 12,52 | |
| | | | Costo pax: | 13,00 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| El atado de las hierbitas de dulce cocinar en agua, con esa agua realizamos los jugos que nos sirvan para la colada morada jugo de piña y jugo de naranja. | | | | | |
| En la misma olla en la que fue cocinada las hierbas de dulce y con el agua sobrante agregamos: | | | | | |
| La cáscara con el centro de la piña, la canela, clavo de olor, pimienta dulce y la panela o azucar. Hasta que hierva esta mezcla durante unos 10 a 15 min. | | | | | |
| En una olla aparte, cocinamos los mortiños y las moras, hervir durante unos 20 minutos. Retirar del fuego, dejar enfriar. Luego licuar la esta mezcla y ciérrala. | | | | | |
| Mezcle la taza de la harina de maíz morado con una taza del líquido de piña hasta que esté totalmente diluido la harina en el agua. | | | | | |
| Agregue la mezcla las frutas licuadas y cernidas, el jugo de naranja, el jugo de piña con especias y la harina morada diluida a una olla grande. | | | | | |
| Cocinar a fuego medio, revolviendo constantemente para evitar que se pegue, hasta que hierva. | | | | | |
| Para evitar que los trozos de fruta nos impidan hacer la sferificación los pondremos al final previamente cocinados. Para la decoración | | | | | |
| Retire del fuego y deje enfriar. | | | | | |
| SPERIFICACIÓN: Es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los alimentos. | | | | | |
| para el cambio de esta textura se utilizan los quimicos algin, calcic, citrax este ultimo sirve para congelar jugos citricos. | | | | | |
| NOTA: Los quimicos que utilizaremos el algin, calcic, citras no son perjudiciales para la salud del ser humano. | | | | | |
| Estos quimicos sirven para congelar jugos esto nos ayudan a dar la forma de un falso caviar a nuestro palto típico. | | | | | |
| El citras es un quimico que ayuda a congelar frutas citricas. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: En una cucharilla de coptel. | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|---------------------------|-----------------------|--------------------|------------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Cuy | | | | |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1 Pax 813 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios en sus texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Carbohidratos, Proteínas, Vitaminas. | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Cuy | gr | 1000 | 0,011 | 11,04 | Fileteado. |
| Queso | gr | 320 | 0,008 | 2,40 | Laminado |
| Jamon | gr | 200 | 0,022 | 4,40 | |
| Papa | gr | 200 | 0,000 | 0,08 | Pelada |
| Ajo | gr | 80 | 0,005 | 0,40 | Molido |
| Cebolla blanca | gr | 120 | 0,004 | 0,44 | Picada finamente |
| Maiz | gr | 200 | 0,002 | 0,40 | |
| Tomate | gr | 120 | 0,001 | 0,16 | picado en brunoise |
| Limón | ml | 3 | 0,013 | 0,04 | Exprimido |
| Lechuga | gr | 80 | 0,005 | 0,40 | Lavada |
| Gelatina sin sabor | gr | 12 | 0,020 | 0,24 | |
| Crema de leche | ml | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| Leche | ml | 400 | 0,001 | 0,32 | |
| Mani | gr | 80 | 0,004 | 0,28 | |
| Harina | gr | 120 | 0,001 | 0,08 | |
| Aji | gr | 8 | 0,005 | 0,04 | cortado y sin semillas |
| Capsula de nitrogeno | gr | 112 | 0,054 | 6,00 | |
| Aceite | ml | 80 | 0,002 | 0,16 | |
| Achiote | ml | 8 | 0,005 | 0,04 | |
| Sal | gr | 50 | 0,001 | 0,05 | |
| Comino | gr | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| Pimienta | gr | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| | | | Costo neto: | 26,93 | |
| | | | 5% Varios: | 1,35 | |
| | | | Costo total: | 28,28 | |
| | | | Costo pax: | 28,50 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Lavar y filetear el cuy para hacer rollos de cuy sazonarlo, con sal, pimienta, comino y macerarlo por 1 hora y 30 minutos con ajo molido y cebolla blanca llevarlo al horno o la braza. | | | | | |
| Aguacate: lavado pelado cortado en laminas. Realizamos una ensalada de tomate riñon picado en brunoise, con lechuga rectificamos con sal y limón, hierbitas | | | | | |
| Para la salsa de maní tostar el maní pelar y licuar en una licuadora con un poco de leche, una vez listo ponemos a cocinar en una olla pequeña esta preparación a fuego lento con un poco de achiote rectificamos con sal y pimienta y agregamos cebolla blanca picada finamente. Reservamos. | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| Galleta de aji: en una licuadora ponemos el aji previamente lavado y sin semillas se licua con un poco de agua sal pimienta, para llevarlo al horno en una moqueta de silicona o sil pack con una preparación de harina y leche para que tome el estado consiso de una galleta. | | | | | |
| Maiz: tostar el maiz en un tiesto previamente curado para curarlo se pone el tiesto a fuego con sal en grano esto ayuda a que el tiesto de barro soporte altas temperaturas tostamos el maiz en el tiesto de barro y lo hacemos polvo aplastandolo. | | | | | |
| Espuma de papa: pure de papa tamisado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos min hasta que se cuaje la mezcla introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrogeno aire comprimido. | | | | | |
| Servir en una hoja de lechuga con espuma de papa, galleta de aji, ensalada criolla (tomate y lechuga), salsa de mani con un trozo de aguacate y polvo de tostado. | | | | | |
| NOTA: El nitrogeno a utilizarse en esta preparación no es perjudicial para la salud del ser humano. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: Al cuy lo presentaremos en rollos, relleno de queso y jamon. | | | | | |

| | | | | | |
|--|---|-----------------|---------------------------|--------------------|----------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Espumilla | | | | |
| Genero | Postre | | | | |
| Porciones | 4 pax | | Peso: 1 Pax 413 gr | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios de texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Proteínas, Vitaminas | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Guayaba | ml | 400 | 0,00 | 1,20 | Lavada |
| Huevo | gr | 200 | 0,00 | 0,48 | Clara de huevo |
| Azucar | gr | 600 | 0,00 | 0,52 | |
| Chocolate derretido | ml | 40 | 0,01 | 0,32 | |
| Helado | ml | 400 | 0,00 | 0,12 | |
| Grajeas | gr | 12 | 0,01 | 0,08 | |
| | | | Costo neto: | 2,72 | |
| | | | 5% Varios: | 0,14 | |
| | | | Costo total: | 2,86 | |
| | | | Costo pax: | 2,90 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Cocinar las guayabas en agua una vez que esten suaves aplastar hasta obtener la pulpa de guayaba con la ayuda de un colador y una cuchara. | | | | | |
| Reservar la pulpa de guayaba. | | | | | |
| Batir la clara de huevo a punto de nieve endulzarle con azucar impalpable reservar para gratinarla. | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURA: | | | | | |
| La pulpa de guayaba cocerla a fuego medio en una olla hasta obtener una mezcla conciza de caramelo añadiendole azucar. | | | | | |
| Una vez que la pulpa de guayaba tienda a estar espeza como caramelo proceder a realizar pelos de caramelo de guayaba con la ayuda de unos | | | | | |
| Palillos chinos dejando caer el caramelo sin quemarse. | | | | | |
| El helado y el chocolate nos sirviran para la decoración | | | | | |
| NOTA: El caramelo puede provocar quemaduras de 3 grado muy peligrosas tener mucho cuidado. | | | | | |
| Realizaremos un postre a base de la espumilla tradicional, ademas tambien podemos hacer algodón de azucar de espumilla. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: En un plato cuadrado poner bolas de helado en el centro, moldear como una piramide alrededor del helado con la clara de huevo batida a punto de nieve con la ayuda de una lengua de vaca, lo gratinamos para que tome un poco de color superior. | | | | | |
| y lo decoramos con los pelos de guayaba y chocolate liquido. Tipo piramide. | | | | | |



| | | | | | |
|--|---|---------------------------|-----------------------|--------------------|---|
|  | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Fritada Quiteña | | | |  |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1 Pax 654 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios de texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Carbohidratos, Proteínas, Vitaminas. | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Carne de cerdo | gr | 600 | 0,0057 | 3,44 | Cortada en triangulos grandes |
| Mote | gr | 200 | 0,0018 | 0,36 | Cocido |
| Maduro | gr | 200 | 0,0012 | 0,24 | pelado |
| Papa | gr | 200 | 0,0004 | 0,08 | pelada |
| Maiz | gr | 160 | 0,0018 | 0,28 | |
| Cerveza | ml | 20 | 0,0020 | 0,04 | |
| Ajo | gr | 40 | 0,0050 | 0,20 | molido |
| Cebolla blanca | gr | 80 | 0,0035 | 0,28 | corte paisana |
| Tomate | gr | 200 | 0,0014 | 0,28 | corte brunoise |
| Hierbitas | gr | 20 | 0,0020 | 0,04 | chiffonnade |
| Limón | ml | 3 | 0,0133 | 0,04 | Exprimido |
| Cebolla paitaña | gr | 200 | 0,0012 | 0,24 | corte juliana fina |
| Lechuga | gr | 80 | 0,0050 | 0,40 | lavada |
| Aceite | ml | 160 | 0,0018 | 0,28 | |
| Leche | ml | 200 | 0,0008 | 0,16 | |
| Gelatina sin sabor | gr | 20 | 0,0200 | 0,40 | |
| Crema de leche | ml | 80 | 0,0015 | 0,12 | |
| Capsula de nitrogeno | gr | 112 | 0,0554 | 6,2 | |
| Sal | gr | 10 | 0,0040 | 0,04 | |
| Pimienta | gr | 10 | 0,0080 | 0,08 | |
| | | | Costo neto: | 13,20 | |
| | | | 5% Varios: | 0,66 | |
| | | | Costo total: | 13,86 | |
| | | | Costo pax: | 14,00 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Cortar la carne de chanco en triangulos grandes, rectificamos con sal, pimienta, comino y macerarla por 30 minutos con la cerveza, ajo y cebolla blanca cortada en trozos grandes. | | | | | |
| En una olla grande (ancha), o una paila, colocar la carne con toda su marinada y dejarla cocer (tapado) a fuego lento hasta que se sequen los jugos. Reservamos. | | | | | |
| En una bandeja aparte picamos tomate riñon en brunoise con cebolla paitaña en juliana fina curtimos con sal y limón la ensalada rectificamos con limón, sal y pimienta. | | | | | |
| Cocinamos el mote en una olla de presión para realizar el papel de mote. Reservamos. | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| Mote: papel de mote este cambio de textura lo realizaremos con ayuda de un moqueta de silicona o sil pack mote cocinado en la licuadora agregamos dos cucharaditas de agua sal, pimienta hasta obtener un puré. Homogenizamos llevarlo al horno a una temperatura de 200 grados. Tiempo 1 hora | | | | | |
| Maduro: cortar el platano de freir en tiras finas a lo largo freir en aceite caliente. | | | | | |
| Maiz: tostar el maiz en un tiesto previamente curado para curarlo se pone el tiesto a fuego con sal en grano esto ayuda a que el tiesto de barro soporte altas temperaturas tostamos el maiz en el tiesto de barro y lo hacemos polvo aplastandolo. | | | | | |
| Espuma de papa: pure de papa tamisado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrogeno aire comprimido. | | | | | |
| Servimos con papel de mote, spaguetti de maduro, polvo de maiz, espuma de papa, ensalada te tomate y cebolla en una hoja de lechuga. | | | | | |
| NOTA: El nitrogeno que se utilizara para la preparación de este plato tipico no es perjudicial para la salud del ser humano. | | | | | |
| La carne de chanco debe estar bien cocida para que muera la bacteria llamada triquina que es perjudicial en las personas esta bacteria solo muere cuando la carne de cerdo esta bien cocida. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: En un plato cuadrado montaje estructurado. | | | | | |

| | | | | | |
|--|---|---------------------------|-----------------------|--------------------|------------------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMÍA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Hornado | | | | |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1 Pax 619 gr | | | |
| Fecha de producción: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios en sus texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Carbohidratos, Proteínas, Vitaminas, Grasas. | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Carne de cerdo | gr | 600 | 0,0057 | 3,44 | |
| Mote | gr | 160 | 0,0020 | 0,32 | Cocido |
| Aguacate | gr | 240 | 0,0020 | 0,48 | pelado y cortado en mitades. |
| Papa | gr | 160 | 0,0003 | 0,04 | pelada |
| Ajo | gr | 60 | 0,0067 | 0,40 | machacado |
| Cerveza | ml | 20 | 0,0020 | 0,04 | |
| Cebolla blanca | gr | 20 | 0,0040 | 0,08 | corte paisana |
| Achiote | ml | 20 | 0,0020 | 0,04 | |
| Limón | ml | 3 | 0,0133 | 0,04 | Exprimido |
| Cebolla paitaña | gr | 200 | 0,0012 | 0,24 | corte juliana fina |
| Tomate | gr | 200 | 0,0014 | 0,28 | corte brunoise |
| Ají | gr | 20 | 0,0060 | 0,12 | lavado y sin semillas |
| Harina | gr | 120 | 0,0003 | 0,04 | |
| Huevo | gr | 40 | 0,0020 | 0,08 | |
| Lechuga | gr | 100 | 0,0040 | 0,40 | lavada |
| Gelatina sin sabor | gr | 12 | 0,0200 | 0,24 | |
| Leche | ml | 80 | 0,0020 | 0,16 | |
| Crema de leche | ml | 40 | 0,0040 | 0,16 | |
| Capsula de nitrógeno | gr | 112 | 0,0554 | 6,2 | |
| Sal | gr | 10 | 0,0040 | 0,04 | |
| Comino | gr | 10 | 0,0080 | 0,08 | |
| Pimienta | gr | 10 | 0,0080 | 0,08 | |
| Aceite | ml | 240 | 0,0018 | 0,44 | |
| | | | Costo neto: | 13,44 | |
| | | | 5% Varios: | 0,67 | |
| | | | Costo total: | 14,11 | |
| | | | Costo pax: | 14,20 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Cortar la carne de cerdo en tiras largas, rectificamos con sal, pimienta, comino y macerarla por 30 minutos con la cerveza, ajo y cebolla blanca | | | | | |
| En una bandeja meter la carne de cerdo al horno, con toda su marinada y dejarla cocer (tapado con papel aluminio) a fuego lento hasta que se sequen los jugos. | | | | | |
| Ensalada criolla: picamos el tomate riñón en brunoise la cebolla paitaña en juliana fina curtimos con limón y sal. Rectificamos la ensalada con limón sal y pimienta al gusto | | | | | |
| En una olla de presión cocinamos el mote y reservamos. | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| Mote cocido: papel de mote este cambio de textura lo realizaremos con ayuda de un moqueta de silicona o sil pack mote cocinado en la licuadora agregamos dos cucharaditas de agua sal, pimienta licuamos hasta obtener un puré. Homogenizamos llevarlo al horno a una temperatura de 200 grados. Tiempo 1 hora | | | | | |
| Papa crocante: cortar la papa en laminas super finas redondas, llevarlas a freír en un sartén con aceite caliente. | | | | | |
| Galleta de ají: en una licuadora ponemos el ají previamente lavado y sin semillas se licua con un poco de agua sal pimienta, para llevarlo al horno en una moqueta de silicona o sil pack con una preparación de harina y leche en la licuadora para que tome el estado consisto de una galleta. | | | | | |
| Espuma de aguacate: pure de aguacate tamisado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrógeno aire comprimido. | | | | | |
| Servir con papel de mote, ensalada criolla (tomate, cebolla y lechuga), espuma de aguacate, papas crocantes y galleta de ají. | | | | | |
| NOTA: La carne de cerdo debe estar bien cocida porque tiene una bacteria llamada triquina que muere a altas temperaturas y esta bacteria es perjudicial para la salud del ser humano. | | | | | |
| El nitrógeno utilizado en esta receta no es perjudicial para la salud de las personas. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: En un plato cuadrado. | | | | | |

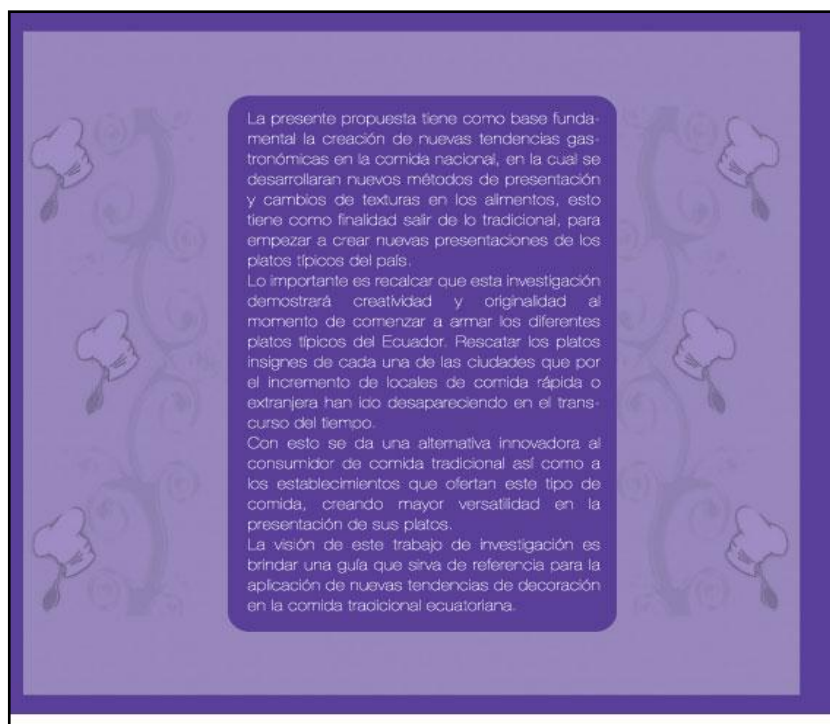
| | | | | | |
|---|---|--------------------------|-----------------------|--------------------|--------------------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Llapingachos | | | | |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1Pax 541 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios de texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Carbohidratos, Proteinas, Vitaminas. Grasas | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Chorizo | gr | 600 | 0,0070 | 4,20 | Lavado y cortado en medallones |
| Papa | gr | 280 | 0,0004 | 0,12 | Pelada |
| Queso | gr | 120 | 0,0073 | 0,88 | |
| Huevo | gr | 200 | 0,0024 | 0,48 | |
| Aguacate | gr | 200 | 0,0020 | 0,40 | Pelado y cortado en mitades. |
| Remolacha | gr | 80 | 0,0010 | 0,08 | corte brunoise |
| Hierbitas | gr | 20 | 0,0020 | 0,04 | corte chifinnade. |
| Zanahoria | gr | 80 | 0,0015 | 0,12 | corte brunoise |
| Gelatina sin sabor | gr | 12 | 0,0200 | 0,24 | |
| Leche | ml | 80 | 0,0010 | 0,08 | |
| Crema de leche | ml | 40 | 0,0010 | 0,04 | |
| Capsula de nitrógeno | gr | 112 | 0,0554 | 6,2 | |
| Sal | gr | 10 | 0,0040 | 0,04 | |
| Pimienta | gr | 10 | 0,0080 | 0,08 | |
| Aceite | ml | 320 | 0,0018 | 0,56 | |
| | | | Costo neto: | 13,56 | |
| | | | 5% Varios: | 0,68 | |
| | | | Costo total: | 14,24 | |
| | | | Costo pax: | 14,25 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Cortar el chorizo y freir en aceite caliente, papa corte rectangular de 4x1 cm freir en aceite caliente. Reservar. | | | | | |
| Derretir en un recipiente apto para microondas el queso cheddar hasta que este semiliquido, el huevo batir para hacerlo tortilla en un sartén con aceite caliente. | | | | | |
| Ensalada: de remolacha con zanahoria cocinar en una olla de presión la remolacha y la zanahoria pelada una vez que esten listas picar en cubitos pequeños para realizar la ensalada rectificamos con sal, pimienta hierbitas corte chifonnade y limón. | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| Queso derretido: derretir el queso cheddar en un microondas. | | | | | |
| Papa frita: pelar y cortar la papa, freir en aceite a altas temperaturas sacarlas crocantes y servir las como aderezo | | | | | |
| Espuma de aguacate: pure de aguacate tamisado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrógeno aire comprimido. | | | | | |
| Servir con espuma de aguacate, queso derretido, papa frita. | | | | | |
| NOTA: El nitrógeno utilizado en esta preparación no es perjudicial para la salud del ser humano. | | | | | |
| Trabajaremos enfocandonos al llapingacho Ambateño. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: Estructurado | | | | | |

| | | | | | |
|---|---|-----------------|-----------------------|--------------------|------------------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Locros | | | | |
| Genero | Sopas | | | | |
| Porciones | 4 Peso: 1 Pax 757 gr | | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios de texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Carbohidratos, Proteínas, Vitaminas. | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Papa | gr | 1814,4 | 0,0009 | 1,60 | Pelada |
| Queso | gr | 240 | 0,0075 | 1,80 | |
| Cuero | gr | 240 | 0,0007 | 0,16 | |
| Hierbitas | gr | 20 | 0,0020 | 0,04 | Corte chifonnade |
| Gelatina sin sabor | gr | 20 | 0,0200 | 0,40 | |
| Leche | ml | 400 | 0,0008 | 0,32 | |
| Crema de leche | ml | 80 | 0,0015 | 0,12 | |
| Aguacate | gr | 80 | 0,0020 | 0,16 | Pelado y cortado en mitades. |
| Capsula de nitrogeno | gr | 112 | 0,0536 | 6,00 | |
| Sal | gr | 10 | 0,0040 | 0,04 | |
| Pimienta | gr | 10 | 0,0080 | 0,08 | |
| | | | Costo neto: | 10,72 | |
| | | | 5% Varios: | 0,54 | |
| | | | Costo total: | 11,26 | |
| | | | Costo pax: | 11,50 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| Hacer bolitas de aguacate con la ayuda de una gubia pequeña instrumento de garnish, picar las hierbitas y cocinar la papa pelada para hacer puré Reservar. | | | | | |
| Queso derretido: derretir el queso cheddar en un recipiente apto para microondas. | | | | | |
| Cuero reventado: Reventar el cuero de chanco en un microondas. | | | | | |
| Espuma de papa: pure de papa tamisado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una capsula de nitrogeno aire comprimido. | | | | | |
| NOTA: El nitrogeno a utilizarse en esta preparación no es perjudicial para la salud del ser humano. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: La presentación se la realizara en un plato cuadrado, dentro de la espuma de papa se encontrarán los ingredientes es decir el queso derretido y el cuero en polvo, decorar con hierbitas picadas, bolitas pequeñas de aguacate. | | | | | |

| | | | | | |
|--|---|---------------------------|-----------------------|--------------------|------------------------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Rosero quiteño | | | | |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1 Pax 285 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios en sus texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Vitaminas. | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Mote | gr | 160 | 0,002 | 0,32 | limpio y sin su pupo. |
| Piña | gr | 200 | 0,003 | 0,52 | pelada y cortado en cubos |
| Babaco | gr | 200 | 0,002 | 0,36 | Pelado y picado en trozos pequeños |
| Canela en polvo | gr | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| Frutilla | gr | 100 | 0,001 | 0,08 | lavar |
| Naranja | gr | 200 | 0,002 | 0,32 | limpia |
| Hierbas de dulce | ml | 200 | 0,003 | 0,50 | |
| Esencia de vainilla | ml | 8 | 0,005 | 0,04 | |
| Algin | gr | 20 | 0,178 | 3,56 | |
| Calcic | gr | 20 | 0,066 | 1,32 | |
| Citrax | gr | 12 | 0,077 | 0,92 | |
| | | | Costo neto: | 7,98 | |
| | | | 5% Varios: | 0,40 | |
| | | | Costo total: | 8,38 | |
| | | | Costo pax: | 9,20 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Mote: cocinar en una olla de presión, sacar la semilla blanca y negra y picar en trozos pequeños. | | | | | |
| En una olla con agua herbimos las hierbas de dulce para que se concentre su sabor en el agua, con la misma agua hacemos los jugos de naranja y piña. Unimos los dos. | | | | | |
| En una olla aparte cocinamos un poco de babaco picado en cubos con azúcar haciendo un tipo galea para la decoración del plato. | | | | | |
| Frutilla: picar la frutilla en trozos y decorar. | | | | | |
| CAMBIOS DE TEXTURAS: | | | | | |
| SPERIFICACIÓN: Es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los alimentos. | | | | | |
| para el cambio de esta textura se utilizan los químicos algin, calcic, citrax este último sirve para congelar jugos cítricos estos se derriten con agua. | | | | | |
| NOTA: Los químicos a utilizarse como el algin, calcic y citrax no son perjudiciales para la salud del ser humano. | | | | | |
| El citrax nos ayuda para cuando se trabaja con frutas cítricas. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: El rosero se lo presentará en falso caviar sobre una cucharilla de coptel, decorado con jalea de frutas frutillas y polvo de canela. | | | | | |

| | | | | | |
|---|--|--------------------|-----------------------|--------------------|--------------------------|
| | INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO INTERNACIONAL | | | | |
| | GASTRONOMIA | | | | |
| | RECETA ESTANDAR | | | | |
| | | | | | |
| Nombre de la receta | Tamales | | | | |
| Genero | | | | | |
| Porciones | 4 Pax | Peso: 1 Pax 245 gr | | | |
| Fecha de produccion: | | | | | |
| Observaciones: | Cambios moleculares y cambios en sus texturas. | | | | |
| Valor Nutricional: | Carbohidratos, Proteinas, Vitaminas | | | | |
| INGREDIENTES | UNIDAD | CANTIDAD | COSTO UNITARIO | COSTO TOTAL | MISE EN PLACE |
| Machica | gr | 400 | 0,002 | 0,64 | |
| Manteca de chancho | gr | 60 | 0,001 | 0,04 | |
| Mantequilla | gr | 80 | 0,010 | 0,80 | |
| Huevos | gr | 120 | 0,002 | 0,24 | |
| Polvo de hornear | gr | 12 | 0,003 | 0,04 | |
| Hojas de atchira | gr | 40 | 0,005 | 0,20 | Lavada. |
| Pechuga de pollo | gr | 120 | 0,003 | 0,32 | Cortada en cubos. |
| Arverjas | gr | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| Zanahoria | gr | 12 | 0,003 | 0,04 | Picada en cubos pequeños |
| Cebolla paitaña | gr | 20 | 0,002 | 0,04 | Corte brunoise |
| Pasas | gr | 12 | 0,003 | 0,04 | refrito |
| Pimiento | gr | 12 | 0,003 | 0,04 | corte brunoise |
| Aceite achiote | ml | 20 | 0,002 | 0,04 | |
| Aceite | ml | 40 | 0,002 | 0,08 | |
| Sal | gr | 5 | 0,004 | 0,02 | |
| Pimienta | gr | 5 | 0,008 | 0,04 | |
| | | | Costo neto: | 2,66 | |
| | | | 5% Varios: | 0,13 | |
| | | | Costo total: | 2,79 | |
| | | | Costo pax: | 2,80 | |
| PROCEDIMIENTO | | | | | |
| Tamizar la harina de machica con la ayuda de un cedazo, agregar manteca, mantequilla, achiote. Unir todo con la machica para dejarlo así por unos minutos. Hasta que tome consistencia. | | | | | |
| Cocinar la pechuga de pollo en agua con sal, pimienta. En otra olla cocinamos la arverja y la zanahoria hasta que esten suaves y blandas. blanqueamos el pimiento verde. | | | | | |
| Hacer un refrito en aceite achiote caliente la pechuga de pollo, arverjas, cebolla paitaña, zanahoria, pimiento, rectificamos sabores con sal pimienta | | | | | |
| Agregar huevo duro y pasas. Reservamos el refrito. | | | | | |
| Con un poco de jugo de la cocción del pollo añadimos a la maza para que tome sultura, añadimos la clara de huevo batido con polvo de hornear amazamos de esta manera la maza del tamal tendra esponjosidad, añadimos el refrito encima de la maza y envolvemos en una hoja de atchira. mandamos el chumal, en una olla tamalera con agua dejamos cocer por 35 minutos al vapor. | | | | | |
| NOTA: Chumal en el sentido etimológico significa envuelto en hoja cocción al vapor cocido a la brasa. | | | | | |
| Cambiaremos el sabor del tamal. | | | | | |
| MONTAJE DEL PLATO: En una hoja de atchira. | | | | | |

5.7.2 Diseño del recetario.



Nuevas tendencias de presentación de ofertas

PRESENTACION TRADICIONAL



CAMBIO DE PRESENTACION



PRESENTACION TRADICIONAL



CAMBIO DE PRESENTACION



Gastronómicas en la Comida Nacional.

Con un toque de imaginación
cocina delicioso para cada ocasión...

PRESENTACION TRADICIONAL



CAMBIO DE PRESENTACION



PRESENTACION TRADICIONAL



CAMBIO DE PRESENTACION





CONTENIDO

| | |
|-----------------|----|
| AjÍ de Carne | 6 |
| Ceviche | 7 |
| Chucula | 8 |
| Chugchucara | 9 |
| Churrasco | 10 |
| Colada Morada | 11 |
| Cuy | 12 |
| Espumilla | 13 |
| Fritada Quiteña | 14 |
| Hormado | 15 |
| Llapingacho | 16 |
| Locro | 17 |
| Rosero Quiteño | 18 |
| Tamales | 19 |



AJI DE CARNE



Porciones: 4 pax

Ingredientes:

| | | |
|-----|----|----------------------|
| 400 | gr | Carne de res |
| 20 | gr | AjÍ |
| 60 | gr | Aguacate |
| 200 | gr | Papa |
| 100 | gr | Arveja |
| 200 | gr | Tomate |
| 20 | ml | Leche |
| 20 | ml | Crema de leche |
| 12 | gr | Gelatina sin sabor |
| 12 | gr | Cápsula de nitrógeno |
| 10 | gr | Sal |
| 10 | gr | Pimienta |
| 60 | ml | Aceite |

Preparación:

Rectificar la carne con sal y pimienta, y sellarla. Hacer un refrito con jugo de tomate riñon arveja cilantro cebolla. Reservar.

En una olla tener listo el refrito de carne. Mezclar la carne

CAMBIOS DE TEXTURAS:

Chips de papa: pelar la papa rallarla y freir en aceite a altas temperaturas sacarlas crocantes y servir las como aderezo.

Espuma de aguacate: pure de aguacate tamizado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la

refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla, introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la

ayuda de una cápsula de nitrógeno aire comprimido. Servir con chips de papa, y espuma de aguacate.

NOTA: El nitrógeno usado en esta receta para la elaboración de la espuma de aguacate no es dañino para la salud del ser humano.



Porciones: 4 pax

CEVICHE



Ingredientes:

| | | |
|-----|----|-----------------|
| 480 | gr | Camarón |
| 120 | gr | Tomate |
| 20 | gr | Pasta de tomate |
| 20 | gr | Mostaza |
| 60 | gr | Cebolla paiteña |
| 60 | ml | Limón |
| 60 | gr | Pimientón |
| 40 | gr | cilantro |
| 40 | gr | Cangull |
| 60 | gr | Maíz tostado |
| 40 | gr | Plátano verde |
| 10 | gr | Pimienta |
| 10 | gr | Sal |
| 60 | ml | Acelte |

Preparación:

El camarón pelar, limpiar y cocerlo, en una olla pequeña con agua. Hervir el agua con la cascara del camarón una vez que hierba esto agregar los camarones cuando empiece la segunda ebullición sacar con la ayuda de un colador los camarones y reservar su jugo. Esta preparación nos ayudara a evitar que el camarón salga cauchozo. Jugo del ceviche: con el agua sobrante de la cocción del camarón, pasamos el tomate riñon escalfado por un cedazo sacamos su pulpa sazonomos con mostaza, jugo de naranja, limón rectificamos sabores con sal, pimienta y pasta de tomate. Camarón: cocido en agua con limón. Cangull: frito y aplastado. Plátano verde: cortar el alices (largos) frir en aceite caliente. Maíz: tostar el maíz en un tiesto previamente curado para curarlo se pone el tiesto a fuego con sal en grano esto ayuda a que el tiesto de barro soporte altas temperaturas tostamos el maíz en el tiesto de barro y lo hacemos polvo aplastandolo. NOTA: Estar pendientes que no se pase la cocción del camarón porque se nos puede pasar su cocción y queda cauchozo.



CHUCULA

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

| | | |
|-----|----|--------------------|
| 240 | gr | Maduros |
| 400 | ml | Leche |
| 160 | ml | Crema de leche |
| 20 | gr | Gelatina sin sabor |
| 80 | gr | Azúcar |
| 12 | gr | Canela en polvo |

Preparación:

Cocinar los maduros en agua una vez que estén suaves licuarlos con leche y agregar crema de leche. Con un poco del agua de la cocción. Endulzar la preparación con azúcar. Dejar cocinar por unos minutos a fuego lento hasta que hierba la preparación. Reservar. Gelatina sin sabor: hidratar con agua fría para añadir a la preparación anterior mandar a refrigerar y servirlo cuando este cuagulado. Decorar con canela y canela en polvo. NOTA: Realizaremos un postre a base de la bebida típica tradicional de Esmeraldas chucula. Esta bebida se sirve fría o caliente.



Porciones: 4 pax

CHUGCHUCARA



Ingredientes:

| | | |
|-----|----|-----------------|
| 600 | gr | Carne de cerdo |
| 80 | gr | Mote |
| 120 | gr | Maduro |
| 40 | gr | Maíz |
| 20 | ml | Cerveza |
| 60 | gr | Cuero reventado |
| 100 | gr | Harina |
| 20 | gr | Queso |
| 20 | gr | Panela |
| 60 | gr | Chochos |
| 60 | gr | Canguil |
| 10 | gr | Sal |
| 10 | gr | Comino |
| 10 | gr | Pimienta |
| 280 | ml | Acete |

Preparación:

Sazonar la carne de cerdo con sal, pimienta, comino y macerarla por 30 minutos con la cerveza, ajo entero y cebolla blanca cortada en trozos grandes. En una olla grande, o una paila, colocar la carne con toda su marinada y dejarla cocer tapado a fuego lento hasta que seque los jugos. Reservar.

Cocinamos el mote en olla de presión para el papel de mote. Reservamos.

CAMBIO DE TEXTURAS:

Mote cocido: papel de mote este cambio de textura lo realizaremos con ayuda de un moqueta de silicona o si no se tiene el mote cocido en la licuadora agregamos dos cucharaditas de agua sal, pimienta hasta obtener un puré. Homogenizamos llevarlo al horno a una temperatura de 200 grados. Tiempo 1 hora

Maduro: cortar el plátano de freír en tiras finas a lo largo freír en aceite caliente.

Maíz: tostar el maíz en un tuestador previamente curado para curarlo se pone al tuestador a fuego con sal, en grano esto ayuda a que el tuestador soporte altas temperaturas tostamos el maíz en el tuestador de barro y lo hacemos polvo apilándolo.

Cuero reventado: El cuero reventarlo en el microondas.

Chochos frito: Pelamos y secamos al sol el chocho, una vez frito lo mandamos a freír en aceite caliente. Servir con papel de mote, spaghetti de maduro frito, polvo de cuero reventado, polvo de maíz. Acompañar con una empanada de mejido, canguil frito, chocho frito.

NOTA: La carne de cerdo debe estar bien cocida porque tiene una bacteria llamada triquina que muere a altas temperaturas y esta bacteria es perjudicial para la salud del ser humano.



CHURRASCO

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

| | | |
|-----|----|----------------------|
| 600 | gr | Carne |
| 120 | gr | Huevo |
| 280 | gr | Arroz |
| 200 | gr | Maduro |
| 320 | gr | Papa |
| 10 | ml | Limón |
| 120 | gr | Aguacate |
| 12 | gr | Hierbitas |
| 160 | gr | Tomate |
| 160 | gr | Cebolla |
| 40 | gr | Harina |
| 40 | gr | Pan molido |
| 12 | ml | Gelatina sin sabor |
| 120 | ml | Leche |
| 20 | ml | Crema de leche |
| 112 | gr | Cápsula de nitrógeno |
| 80 | ml | Acete |
| 10 | gr | Sal |
| 10 | gr | Pimienta |

Preparación:

Rectificamos la carne molida con sal y pimienta, apanarla con harina, huevo y pan molido mezclada con cebolla paitaña en corte brunoise fino, freír en aceite caliente tipo hamburguesa.

En una olla cocinar el arroz dejar que se pase un poco para que nos permita realizar las bolitas de arroz con facilidad. Una vez listo freír las bolitas de arroz en aceite caliente.

Ensalada: cebolla y tomate encurtido sazonado con sal, limón y hierbitas.

Papa: pelar la papa cortar en rectángulos medianos y freír en aceite caliente

Maduro: cortar el plátano de freír en tiras finas a lo largo freír en aceite caliente.

CAMBIO DE TEXTURAS:

Espuma de aguacate: pure de aguacate tamizado agregar sal, pimienta, leche, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una cápsula de nitrógeno aire comprimido.

Servir con spaghetti de maduro, espuma de aguacate, papa frita, carne apanada, y ensalada de tomate y cebolla.

NOTA: El nitrógeno usado en esta receta no es dañino para la salud del ser humano.



Porciones: 4 pax

COLADA MORADA 

Ingredientes:

| | |
|--------|-------------------|
| 400 gr | Harina maíz negro |
| 200 ml | Naranja |
| 800 gr | Mora |
| 20 gr | Mortiño |
| 100 gr | Fresas |
| 200 gr | Babaco |
| 200 gr | Piña |
| 16 gr | Canela |
| 8 gr | Clavo de olor |
| 200 gr | Azúcar |
| 200 ml | Hierbas de dulce |
| 20 gr | Algin |
| 20 gr | Calcic |
| 12 gr | Citras |

Preparación:

El estado de las hierbas de dulce cocinar en agua, con esa agua realizamos los jugos que nos servirán para la colada morada jugo de piña y jugo de naranja.
 En la misma olla en la que fue cocinada las hierbas de dulce y con el agua sobrante agregamos: La cáscara con el centro de la piña, la canela, clavo de olor, pimienta dulce y la panela o azúcar. Hasta que hierva esta mezcla durante unos 10 a 15 min.
 En una olla aparte, cocinamos los mortiños y las moras, hervir durante unos 20 minutos. Retirar del fuego, dejar enfriar. Luego licuar la esta mezcla y clérnela.
 Mezcla la taza de la harina de maíz molido con una taza del jugo de piña hasta que esté totalmente diluido la harina en el agua.
 Agregue la mezcla las frutas licuadas y comidas, el jugo de naranja, el jugo de piña con especias y la harina morada diluida a una olla grande.
 Cocinar a fuego medio, revolviendo constantemente para evitar que se pegue, hasta que hierva. Para evitar que los trozos de fruta nos imorden hacer la sifificación los pondremos al final previamente cocinados. Para la decoración.
 Retire del fuego y deje enfriar.
SFERIFICACIÓN: Es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los alimentos.
 Para el cambio de esta textura se utilizan los químicos algin, calcic, citras este último sirve para congelar jugos cítricos.
NOTA: Los químicos que utilizaremos el algin, calcic, citras no son perjudiciales para la salud del ser humano. Estos químicos sirven para congelar jugos esto nos ayudan a dar la forma de un falso caviar a nuestro plato típico. El citras es un químico que ayude a congelar frutas cítricas.



12 

CUY

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

| | |
|---------|----------------------|
| 1000 gr | Cuy |
| 320 gr | Queso |
| 200 gr | Jamón |
| 200 gr | Papa |
| 80 gr | Ajo |
| 120 gr | Cebolla blanca |
| 200 gr | Maíz |
| 120 gr | Tomate |
| 3 ml | Limón |
| 80 gr | Lechuga |
| 12 gr | Gelatina sin sabor |
| 20 ml | Crema de leche |
| 400 ml | Leche |
| 80 gr | Maní |
| 120 gr | Harina |
| 8 gr | Aj |
| 112 gr | Cápsula de nitrógeno |
| 80 ml | Aceite |
| 8 ml | Achiote |
| 50 gr | Sal |
| 20 gr | Comino |
| 20 gr | Pimienta |

Preparación:

Lavar y filear el cuy para hacer rollos de cuy sazonado con sal, pimienta, comino y macerarlo por 1 hora y 30 minutos con ajo molido y cebolla blanca llevarlo al horno o la brasa.
 Aguacate: lavado pelado cortado en laminas. Realizamos una ensalada de tomate rñon picado en brunoise, con lechuga rectificamos con sal y limón, hierbitas. Para la salsa de maní tostar el maní pelar y licuar en una licuadora con un poco de leche, una vez listo ponemos a cocinar en una olla pequeña esta preparación a fuego lento con un poco de achiotu rectificamos con sal y pimienta y agregamos cebolla blanca picada finamente.
 Reservamos.
CAMBIO DE TEXTURAS:
 Galleta de aj: en una licuadora ponemos el aj previamente lavado y sin semillas se licua con un poco de agua sal pimienta, para llevarlo al horno en una moqueta de silicona o al pack con una preparación de harina y leche para que tome el estado controlado de una galleta.
 Maíz: tostar el maíz en un tueste previamente cubierto para curarlo se pone al tueste a fuego con sal en grano esto ayuda a que el tueste de barro soporte altas temperaturas. Tostamos el maíz en el tueste de barro y lo hacemos polvo aplastandolo.
 Espuma de papa: puro de papa tamizado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mantener a la refrigeradora por unos min hasta que se cuele la mezcla introducir en un sifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una cápsula de nitrógeno aire comprimido.
 Servir en una hoja de lechuga con espuma de papa, galleta de aj, ensalada críola (tomate y lechuga), salsa de maní con un trozo de aguacate y polvo de tostado.
NOTA: El nitrógeno a utilizarse en esta preparación no es perjudicial para la salud del ser humano.



Porciones: 4 pax

ESPUMILLA



Ingredientes:

| | | |
|-----|----|--------------------|
| 400 | ml | Guayaba |
| 200 | gr | Huevo |
| 600 | gr | Azúcar |
| 40 | gr | Nueces |
| 400 | ml | Hielado |
| 12 | gr | Frutas confritadas |

Preparación:

Cocinar las guayabas en agua una vez que estén suaves aplastar hasta obtener la pulpa de guayaba con la ayuda de un colador y una cuchara.

Reservar la pulpa de guayaba.

Batir la clara de huevo a punto de nieve endulzarle con azúcar impalpable reservar para gratinaria.

CAMBIOS DE TEXTURA:

La pulpa de guayaba cocerla a fuego medio en una olla hasta obtener una mezcla concisa de caramelo añadiendole azúcar. El helado las nueces y las frutas confritadas nos servirán para la decoración.

NOTA: Realizaremos un postre a base de la espumilla tradicional, además también podemos hacer algodón de azúcar de espumilla.



FRITADA QUITENA



Porciones: 4 pax

Ingredientes:

| | | |
|-----|----|----------------------|
| 600 | gr | Carne de cerdo |
| 200 | gr | Mote |
| 200 | gr | Maduro |
| 200 | gr | Papa |
| 160 | gr | Maíz |
| 20 | ml | Cerveza |
| 40 | gr | Ajo |
| 80 | gr | Cebolla blanca |
| 200 | gr | Tomate |
| 20 | gr | Hierbitas |
| 3 | ml | Limón |
| 200 | gr | Cebolla paitaña |
| 80 | gr | Lechuga |
| 160 | ml | Aceite |
| 200 | ml | Leche |
| 20 | gr | Gelatina sin sabor |
| 80 | ml | Crema de leche |
| 112 | gr | Cápsula de nitrógeno |
| 10 | gr | Sal |
| 10 | gr | Pimienta |

Preparación:

Cortar la carne de chancho en triángulos grandes, rectificarlos con sal, pimienta, comino y macerarla por 30 minutos con la cerveza, ajo y cebolla blanca cortada en tiras grandes. En una olla grande (ancha), o una paila, colocar la carne con toda su marinada y dejarla cocer (lapado) a fuego lento hasta que se sequen los jugos. Reservamos. En una bandeja aparte picamos tomate rñon en brunoise con cebolla paitaña en juliana (fin curtimos con sal y limón la ensalada rectificamos con limón, sal y pimienta. Cocinamos el mote en una olla de presión para realzar el papel de mote. Reservamos.

CAMBIOS DE TEXTURAS:

Mote: papel de mote este cambio de textura lo realizaremos con ayuda de un moquista de sílica o si pack mote cocinado en la tlapadora agregamos dos cucharaditas de agua sal, simienta hasta obtener un puré. Homogenizamos llevarlo al hervor a una temperatura de 200 grados. Tiempo 1 hora.

Maduro: cortar el collano de frijol en tiras finas a lo largo freír en aceite caliente.

Maíz: tostar el maíz en un tlesto previamente curado para curarlo se pone el tlesto a fuego con sal en grano este ayuda a que el tlesto de barro soporte altas temperaturas tostamos el maíz en el tlesto de barro y lo hacemos polvo aplastandolo.

Espuma de papa: puro de papa (harinado agregar sal), pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un ollón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una cápsula de nitrógeno aire comprimido.

Servimos con papel de mote, spaghetti de maduro, polvo de maíz, espuma de papa, ensalada de tomate y cebolla en una hoja de lechuga.

NOTA: El nitrógeno que se utilizará para la preparación de este plato típico no es perjudicial para la salud del ser humano. La carne de chancho debe estar bien cocida para que muera la bacteria llamada trifuina que es perjudicial en las personas esta bacteria solo muere cuando la carne de cerdo está bien cocida.



Porciones: 4 pax

HORNADO



Ingredientes:

| | | |
|-----|----|----------------------|
| 600 | gr | Carne de cerdo |
| 160 | gr | Mote |
| 240 | gr | Aguacate |
| 160 | gr | Papa |
| 60 | gr | Ajo |
| 20 | ml | Cerveza |
| 20 | gr | Cebolla blanca |
| 20 | gr | Achicla |
| 3 | ml | Limón |
| 200 | gr | Cebolla palleña |
| 200 | gr | Tomate |
| 20 | gr | Aj |
| 120 | gr | Harina |
| 40 | gr | Huevo |
| 100 | gr | Lachuga |
| 12 | gr | Gelatina sin sabor |
| 80 | ml | Leche |
| 40 | ml | Crema de leche |
| 112 | gr | Cápsula de nitrógeno |
| 10 | gr | Sal |
| 10 | gr | Comino |
| 10 | gr | Pimienta |
| 240 | ml | Aceite |

Preparación:

Cortar la carne de cerdo en tiras largas, rectificarlas con sal, pimienta, comino y masarlas por 30 minutos con la cerveza, ajo y cebolla blanca. En una bandeja meter la carne de cerdo al horno con toda su marinada y dejara cocer (tapado con papel aluminio) a fuego lento hasta que se sequen las jugas.

Ensalada crdola: picamos el tomate y limón en brunoise la cebolla palleña en juliana fina cortamos con limón y sal. Rectificamos la ensalada con limón sal y pimienta al gusto. En una olla de presión cocinamos el mote y reservamos.

CAMBIOS DE TEXTURAS:
Mote cocido: para de mote este cambio de textura lo realizamos con ayuda de un moqueta de silicona o si pack mote cocinado en la licuadora agregamos dos cucharadas de agua sal, pimienta licuamos hasta obtener un puré. Homogenizamos llevarlo al horno a una temperatura de 200 grados. Tiempo 1 hora.

Papa crocante: cortar la papa en laminas super finas redondas, llevarlas a freír en un sartén con aceite caliente.

Gallete de aj: en una licuadora ponemos el aj previamente lavado y sin semillas se licua con un poco de agua sal pimienta, para llevarlo al horno en una moqueta de silicona o si pack con una preparación de harina y leche en la licuadora para que tome el estado coñoso de una gallete.

Espuma de aguacate: pure de aguacate tamizado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un citón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una cápsula de nitrógeno aire comprimido. Servir con papel de mote, ensalada crdola (tomate, cebolla y lachuga), espuma de aguacate, papas crocantes y gallete de aj.

NOTA: La carne de cerdo debe estar bien cocida porque tiene una bacteria llamada triquina que muere a altas temperaturas y esta bacteria es perjudicial para la salud del ser humano. El nitrógeno utilizado en esta receta no es perjudicial para la salud de las personas.



LLAPINGACHO

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

| | | |
|-----|----|----------------------|
| 600 | gr | Chorizo |
| 280 | gr | Papa |
| 120 | gr | Queso |
| 200 | gr | Huevo |
| 200 | gr | Aguacate |
| 80 | gr | Remolacha |
| 20 | gr | Hierbitas |
| 80 | gr | Zanahoria |
| 12 | gr | Gelatina sin sabor |
| 80 | ml | Leche |
| 40 | ml | Crema de leche |
| 112 | gr | Cápsula de nitrógeno |
| 10 | gr | Sal |
| 10 | gr | Pimienta |
| 320 | ml | Aceite |

Preparación:

Cortar el chorizo y freír en aceite caliente, papa corte rectangular de 4x1cm freír en aceite caliente. Reservar.

Queso derretido: derretir el queso cheddar hasta que este semilíquido, el huevo batir para hacerlo tortilla en un sartén con aceite caliente.

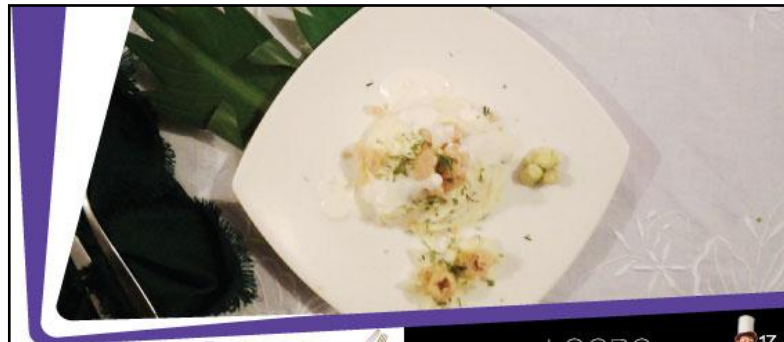
Ensalada: de remolacha con zanahoria cocinar en una olla de presión la remolacha y la zanahoria pelada una vez que estén listas picar en cubitos pequeños para realizar la ensalada rectificarlos con sal, pimienta hierbitas corte chifonnada y limón.

CAMBIOS DE TEXTURAS:
Queso derretido: derretir el queso cheddar en un microondas.

Papa frita: lavar y cortar la papa, freír en aceite a altas temperaturas sacarias crocantes y servirlos como aderezo.

Espuma de aguacate: pure de aguacate tamizado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un citón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una cápsula de nitrógeno aire comprimido. Servir con espuma de aguacate, queso derretido, papa frita.

NOTA: El nitrógeno utilizado en esta preparación no es perjudicial para la salud del ser humano. Trabajaremos enfocandonos al Llapingacho Ambateño.



Porciones: 4 pax

LOCRO



Ingredientes:

| | |
|-----------|----------------------|
| 1814.4 gr | Papa |
| 240 gr | Queso |
| 240 gr | Cuero |
| 20 gr | Hierbitas |
| 20 gr | Gelatina sin sabor |
| 400 ml | Leche |
| 80 ml | Crema de leche |
| 80 gr | Aguacate |
| 2 gr | Cápsula de nitrógeno |
| 10 gr | Sal |
| 10 gr | Pimienta |

Preparación:

Hacer bolitas de aguacate con la ayuda de una gubia pequeña instrumento de garnish, picar las hierbitas y cocinar la papa pelada para hacer puré. Reservar.
 Queso derretido: derretir el queso cheddar en un recipiente apto para microondas.
 Cuero reventado: Reventar el cuero de chanco en un microondas.
 Espuma de papa: pure de papa tamizado agregar sal, pimienta, crema de leche y gelatina sin sabor mandar a la refrigeradora por unos minutos hasta que se cuaje la mezcla introducir en un cifón instrumento de cocina molecular con la ayuda de una cápsula de nitrógeno aire comprimido.
 NOTA: El nitrógeno a utilizarse en esta preparación no es perjudicial para la salud del ser humano.



18 ROSERO QUITIÑO

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

| | |
|--------|---------------------|
| 160 gr | Mote |
| 200 gr | Piña |
| 200 gr | Babaco |
| 20 gr | Canela en polvo |
| 100 gr | Frutilla |
| 200 gr | Naranja |
| 200 ml | Hierbitas de dulce |
| 8 ml | Esencia de vainilla |
| 20 gr | Algin |
| 20 gr | Calcic |
| 12 gr | Citrax |

Preparación:

Mote: cocinar en una olla de presión, sacar la semilla blanca y negra y picar en trozos pequeños.
 En una olla con agua hervimos las hierbas de dulce para que se concentre su sabor en el agua, con la misma agua hacemos los jugos de naranja y piña. Unimos los dos.
 En una olla aparte cocinamos un poco de babaco picado en cubos con azúcar haciendo un tipo jalea para la decoración del plato.
 Frutilla: picar la frutilla en trozos y decorar.
 CAMBIOS DE TEXTURAS:
 SFERIFICACIÓN: Es una técnica culinaria empleada en la cocina molecular para dar forma de caviar a los alimentos.
 Para el cambio de esta textura se utilizan los químicos algin, calcic, citrax este último sirve para congelar jugos cítricos estos se derritan con agua.
 NOTA: Los químicos a utilizarse como el algin, calcic y citrax no son perjudiciales para la salud del ser humano.
 El citrax nos ayuda para cuando se trabaja con frutas cítricas.



Porciones: 4 pax



TAMALES



Ingredientes:

| | | |
|-----|----|--------------------|
| 400 | gr | Machica |
| 80 | gr | Manteca de choncho |
| 80 | gr | Mantequilla |
| 120 | gr | Huevos |
| 12 | gr | Polvo de hornear |
| 40 | gr | Hojas de atchira |
| 120 | gr | Pechuga de pollo |
| 20 | gr | Arverjas |
| 12 | gr | Zanahoria |
| 20 | gr | Cebolla paiteña |
| 12 | gr | Pasas |
| 12 | gr | Pimiento |
| 20 | ml | Aceite achiote |
| 40 | ml | Aceite |
| 5 | gr | Sal |
| 5 | gr | Pimienta |

Preparación:

Tamizar la harina de machica con la ayuda de un cedazo, agregar manteca, mantequilla, achiote. Unir todo con la machica para dejarlo así por unos minutos. Hasta que tome consistencia. Cocinar la pechuga de pollo en agua con sal, pimienta. En otra olla cocinamos la arveja y la zanahoria hasta que estén suaves y blandas, blanqueamos el pimiento verde. Hacer un refrito en aceite achiote caliente la pechuga de pollo, arverjas, cebolla paiteña, zanahoria, pimiento, rectificamos sabores con sal pimienta. Agregar huevo duro y pasas. Reservamos el refrito. Con un poco de jugo de la cocción del pollo añadimos a la maza para que tome sultura, añadimos la clara de huevo batido con polvo de hornear amasamos de esta manera la maza del tamal tendrá esponjosidad, añadimos el refrito encima de la maza y envolvemos en una hoja de atchira. mandamos el chumal, en una olla tamañera con agua dejamos cocer por 35 minutos al vapor. NOTA: Chumal en el sentido etimológico significa envuelto en hoja cocción al vapor cocido a la brasa. Cambiaremos el sabor del tamal.

CUADRO DE EQUIVALENCIAS DE MEDIDAS

| | |
|------------------------------|---------------------------------|
| 1 taza de arroz | 200 gramos |
| 1 taza de harina | 180 gramos |
| 1 taza de mantequilla | 150 gramos |
| 1 taza de azúcar granulada | 160 gramos |
| 1 taza de yogur | 200 gramos |
| 1 cucharada de azúcar | 10 gramos |
| 1 cucharada de harina | 5 gramos |
| 1 cucharada de sal | 10 gramos |
| 1 cucharada de bicarbonato | 9 gramos |
| 1 cucharada de cacao | 5 gramos |
| 1 cucharadita de azúcar | 5 gramos |
| 1 cucharadita de sal | 5 gramos |
| 1 cucharadita de bicarbonato | 5 gramos |
| 1 cucharadita de harina | 3 gramos |
| 1 cucharadita de cacao | 3 gramos |
| 1 taza de almendras | 140 gramos |
| 1 taza de cacahuates | 100 gramos |
| 1 huevo mediano | 2 onzas |
| 1 huevo mediano | 60 gramos |
| 1 cebolla grande | 1 taza cebolla picada |
| 1 cebolla grande | 220 gramos |
| 1 taza vegetales congelados | 1 libra de vegetales congelados |
| 1 limón entero | 3 cucharadas de jugo de limón |
| 3 dientes de ajo | 1 cucharada de ajo picado |

Con un toque de imaginación
cocina delicioso para cada ocasión...



Nuevas tendencias de presentación de ofertas

Gastronómicas en la comida nacional.

CHEF: ALEX ALDANA

TUTORA: NORELIA ORTEGA.

TECNOLOGICO INTERNACIONAL "ITHI"

GASTRONOMIA.

RECETARIO: "CAMBIOS DE PRESENTACIONES EN LA GASTRONOMIA NACIONAL"



Recetario
Chef Alex Aldana

5.8 RECURSOS

5.8.1 Recursos materiales.

Cuadro: 2
Recursos materiales.

| MATERIAL | UNIDAD | CANTIDAD |
|-------------|-------------------------------|----------|
| Equipos | Cámara fotográfica | 1 |
| | Laptop | 1 |
| | Sifón de cocina | 1 |
| | Sil pack o malla de Silicona. | 1 |
| | Cocina industrial. | 1 |
| | Horno. | 1 |
| | Platos. | 14 |
| | Copas de cristal | 2 |
| | Cucharas de cóctel | 4 |
| Suministros | Resma de papel couché. | 1 |
| | Impresiones de revista | 7 |

NOTA: Elementos esenciales para la elaboración de la guía con nuevas presentaciones gastronómicas.

5.8.2 Recursos económicos.

Cuadro: 3
Recursos económicos

| MATERIAL | UNIDAD | CANTIDAD | C.UNITARIO | C. TOTAL |
|--------------------|-------------------------------|----------|---------------|---------------|
| Equipos | Cámara fotográfica | 1 | 200 | 200 |
| | Sifón de cocina | 1 | 140 | 140 |
| | Sil pack o malla de Silicona. | 1 | 50 | 50 |
| | Cocina industrial. | 1 | 120 | 120 |
| | Horno. | 1 | 80 | 80 |
| | Platos. | 14 | 10 | 140 |
| | Copas de cristal | 2 | 2 | 4 |
| | Cucharas de cóctel | 4 | 1 | 4 |
| Suministros | Formatos A3 de papel couché. | 3 | 2 | 6 |
| | Impresiones de revista | 5 | 20 | 100 |
| TOTAL: | Dólares | | 625.00 | 844.00 |

NOTA: Recursos económicos que necesitamos para la elaboración de la guía con nuevas presentaciones gastronómicas

Cuadro: 4
Lista de precios.

| LISTA DE PRECIOS | | | | | |
|--|--------------------|-------------|---------------|---------------|-------------------------|
| FRUTAS | | | | | |
| No | PRODUCTO | PESO | UNIDAD | PRECIO | PRECIO POR GRAMO |
| 1 | Babaco | 1000 | g | 1,75 | 0,0018 |
| 2 | Frutilla | 1000 | g | 1,50 | 0,0015 |
| 3 | Guayaba | 1000 | g | 1,50 | 0,0015 |
| 4 | Limon sutil | 1000 | g | 1,25 | 0,0013 |
| 5 | Mora | 1000 | g | 2,00 | 0,0020 |
| 6 | Mortiño | 1000 | g | 1,50 | 0,0015 |
| 7 | Naranja | 1000 | g | 1,10 | 0,0011 |
| 8 | Naranjilla | 1000 | g | 1,20 | 0,0012 |
| 9 | Piña | 1000 | g | 2,50 | 0,0025 |
| VEGETALES - HORTALIZAS - LEGUMBRES - TUBÉRCULOS | | | | | |
| No | PRODUCTO | PESO | UNIDAD | PRECIO | PRECIO POR GRAMO |
| 1 | Aguacate | 1000 | g | 2,00 | 0,0020 |
| 2 | Aji | 1000 | g | 0,70 | 0,0007 |
| 3 | Ajo | 1000 | g | 3,70 | 0,0037 |
| 4 | Arveja | 1000 | g | 1,50 | 0,0015 |
| 5 | Ceb. Blanca | 1000 | g | 0,83 | 0,0008 |
| 6 | Ceb.paiteña | 1000 | g | 1,00 | 0,0010 |
| 7 | Chochos | 1000 | g | 0,68 | 0,0007 |
| 8 | Hierbitas | 1000 | g | 1,10 | 0,0011 |
| 9 | Hierbitas de dulce | 1000 | g | 1,00 | 0,0010 |
| 10 | Hojas de atchira | 1000 | g | 1,00 | 0,0010 |
| 11 | Lechuga comun | 1000 | g | 1,00 | 0,0010 |
| 12 | Maiz | 1000 | g | 2,08 | 0,0021 |
| 13 | Maduros | 1000 | g | 1,10 | 0,0011 |
| 14 | Mani | 1000 | g | 3,30 | 0,0033 |
| 15 | Mote | 1000 | g | 1,95 | 0,0020 |
| 16 | Papa | 1000 | g | 0,60 | 0,0006 |
| 17 | Pimiento V. | 1000 | g | 0,83 | 0,0008 |
| 18 | Platano verde | 1000 | g | 1,00 | 0,0010 |
| 19 | Remolacha | 1000 | g | 1,50 | 0,0015 |
| 20 | Tomate | 1000 | g | 1,42 | 0,0014 |
| 21 | Zanahoria | 1000 | g | 1,65 | 0,0017 |

LÁCTEOS

| No | PRODUCTO | PESO | UNIDAD | PRECIO | PRECIO POR GRAMO |
|----|----------------|------|--------|--------|------------------|
| 1 | Crema de leche | 1000 | ml | 1,40 | 0,0014 |
| 2 | Helado | 1000 | ml | 1,53 | 0,0015 |
| 3 | Huevos | 1000 | g | 2,00 | 0,0020 |
| 4 | Leche | 1000 | ml | 0,75 | 0,0008 |
| 5 | Mantequilla | 1000 | g | 2,76 | 0,0028 |
| 6 | Queso fresco | 1000 | g | 7,48 | 0,0075 |

CARNES

| No | PRODUCTO | PESO | UNIDAD | PRECIO | PRECIO POR GRAMO |
|----|------------------|------|--------|-------------|------------------|
| 1 | Camarón | 1000 | g | 4,98 | 0,0050 |
| 2 | Carnne de cerdo | 1000 | g | 3,93 | 0,0039 |
| 3 | Carne de cerdo | 1000 | g | 3,93 | 0,0039 |
| 4 | Carne molida | 1000 | g | 1,50 | 0,0015 |
| 5 | Chorizo | 1000 | g | 7,20 | 0,0072 |
| 6 | Cuero de chancho | 1000 | g | 2,56 | 0,0026 |
| 7 | Cuy | 1000 | g | 12,00 | 0,0120 |
| 8 | Jamon | 1000 | g | 4,40 | 0,0044 |
| 9 | Pechuga de pollo | 1000 | g | 3,10 | 0,0031 |

PANES - CEREALES

| No | PRODUCTO | PESO | UNIDAD | PRECIO | PRECIO POR GRAMO |
|----|------------|------|--------|--------|------------------|
| 1 | Pan molido | 1000 | g | 1,20 | 0,0012 |

CONSERVAS

| No | PRODUCTO | PESO | UNIDAD | PRECIO | PRECIO POR GRAMO |
|----|-----------------|------|--------|--------|------------------|
| 1 | Aceite | 1000 | ml | 2,70 | 0,0027 |
| 2 | Achiote | 1000 | ml | 4,00 | 0,0040 |
| 3 | Arroz | 1000 | g | 1,40 | 0,0014 |
| 4 | Azucar | 1000 | g | 1,20 | 0,0012 |
| 5 | Canela | 1000 | g | 1,50 | 0,0015 |
| 6 | Canela en polvo | 1000 | g | 2,70 | 0,0027 |

| | | | | | |
|----|---------------------|------|----|------|--------|
| 7 | Cerveza | 1000 | ml | 1,66 | 0,0017 |
| 8 | Chocolate | 1000 | g | 2,30 | 0,0023 |
| 9 | Clavo de olor | 1000 | g | 1,20 | 0,0012 |
| 10 | Canguil | 1000 | g | 1,89 | 0,0019 |
| 11 | Comino | 1000 | g | 2,20 | 0,0022 |
| 12 | Esencia de vainilla | 1000 | ml | 2,30 | 0,0023 |
| 13 | Gelatina sin sabor | 1000 | g | 2,60 | 0,0026 |
| 14 | Grajeas | 1000 | g | 0,68 | 0,0007 |
| 15 | Harina | 1000 | g | 2,12 | 0,0021 |
| 16 | Harina negra | 1000 | g | 1,20 | 0,0012 |
| 17 | Machica | 1000 | g | 1,00 | 0,0010 |
| 18 | Manteca de chancho | 1000 | g | 1,00 | 0,0010 |
| 19 | Mostaza | 1000 | g | 4,80 | 0,0048 |
| 20 | Panela | 1000 | g | 0,98 | 0,0010 |
| 21 | Pasas | 1000 | g | 1,58 | 0,0016 |
| 22 | Pasta de tomate | 1000 | g | 3,50 | 0,0035 |
| 23 | Pimienta | 1000 | g | 1,60 | 0,0016 |
| 24 | Pinchos | 1000 | ud | 2,00 | 0,0020 |
| 25 | Polvo de hornear | 1000 | g | 0,40 | 0,0004 |
| 26 | Sal | 1000 | g | 0,40 | 0,0004 |

ELEMENTOS O SUSTANCIAS

| No | PRODUCTO | PESO | UNIDAD | PRECIO | PRECIO POR GRAMO |
|----|----------|------|--------|--------|------------------|
| 1 | Algin | 1000 | g | 177 | 0,1770 |
| 2 | Calcic | 1000 | g | 66,40 | 0,0664 |
| 3 | Citras | 1000 | g | 77,40 | 0,0774 |

REACTIVOS

| No | PRODUCTO | PESO | UNIDAD | PRECIO | PRECIO POR GRAMO |
|----|----------------|------|--------|--------|------------------|
| 1 | Cap. nitrógeno | 1 | ud | 1,55 | 1,5500 |

NOTA: Listado de ingredientes y precios que necesitamos para la elaboración de los platos.

5.8.3 Talento humano

- Estudiante (investigador): Alex Xavier Aldana Chicaiza
- Director de tesis (Tutor): Norelia Beatriz Ortega Morillo

REFERENCIAS

- Acosta, Ferran Adria, (2009). Food for thought thought for food. España: Actar Editorial.
- Barrientos, Paloma, (2012). Vanitis.com
- Acosta, Ferran Adria, (2009). Gastronomía molecular, España: Actar Editorial.

APÉNDICES

Apéndice 1: Ceviche de camarón
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 2: Hornado
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 3: Tamal de machica, Aji de carne, Ceviche de camarón, Hornado.
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 4: Tamal de machica
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 5: Chugchucaras
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 6: Chugchucaras
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 7: Enrollado de cuy con jamón y queso.
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 8: Enrollado de cuy con jamón y queso al horno.
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 9: Colada morada en falso caviar.
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza



Apéndice 10: Fritada quiteña.
Elaborado por: Alex Xavier Aldana Chicaiza





**INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO DE TURISMO Y HOTELERIA
ITHI**

MODELO DE ENCUESTA

La presente encuesta trata sobre beneficios para la sociedad, la correcta manera de alimentarse, consumir alimentos que son beneficiosos para la salud, y de la valorización de los platos típicos del Ecuador que por motivos de comidas que no son nuestras han ido perdiendo interés en la sociedad.

1. ¿USTED CONSUME PLATOS TRADICIONALES DEL ECUADOR?

SI

NO

2. ¿CON QUE FRECUENCIA CONSUME LOS PLATOS TRADICIONALES?

• CADA DIA

• CADA SEMANA

• CADA 15 DIAS

• CADA MES

3. ¿CREE USTED QUE SEA IMPORTANTE EL CONSUMO DE COMIDA TRADICIONAL?

SI

NO

PORQUE:.....
.....
.....

4. ¿LA GASTRONOMIA ES PARTE DE LA CULTURA DEL PAÍS?

SI

NO

PORQUE:.....
.....
.....

5. ¿CREE USTED QUE EL CONSUMO DE LA GASTRONOMIA TRADICIONAL ECUATORIANA HA DISMINUIDO DEBIDO A LA INTRODUCCIÓN DE GASTRONOMIA INTERNACIONAL?

SI

NO

6. ¿CREE USTED QUE, LA DECORACIÓN DE UN PLATO ES IMPORTANTE?

SI

NO

7. ¿ESTARÍA DE ACUERDO EN LA CREACIÓN DE UNA GUIA DE NUEVAS TECNICAS DE PRESENTACIÓN PARA LA COMIDA TRADICIONAL ECUATORIANA?

SI

NO

PORQUE:.....
.....
.....

8. ¿CREE QUE ES BUENO QUE EXISTAN RESTAURANTES QUE PRESENTAN PLATOS TRADICIONALES CON NUEVAS TECNICAS DE PRESENTACIÓN?

SI

NO

PORQUE:.....
.....
.....

9. ¿CUÁNTO ESTARIA USTED DISPUESTO A PAGAR POR UN PLATO TRADICIONAL QUE TENGA NUEVAS TECNICAS DE PRESENTACIÓN?

- \$ 5-10
- \$ 10-15
- \$ 15-20
- \$ + 20

10. ¿CONSUMIRÍA PLATOS TRADICIONALES QUE PRESENTEN NUEVAS TECNICAS DE DECORACIÓN?

SI

NO

PORQUE:.....

El ecuador es un país que con la unión de todos los ecuatorianos saldrá adelante siempre y cuando empiece la valoración desde nosotros mismos, no dejemos que nuestra identidad se pierda..!!

Muchas gracias!!