

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

“Instituto de Arte Culinario”

Proyecto Restaurante Marcus Apicius

Menú Internacional: “Inspiración de Sabores Alemanes”

Francis María Flores Silvers

Mario Jiménez, Chef, Director de Tesis

Tesis de grado presentada como requisito para la obtención del título de
Licenciada en Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Quito, Mayo 2013

Universidad San Francisco de Quito

Colegio de Hospitalidad y Arte Culinario

Carrera: Licenciatura en Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Hoja de Aprobación de Tesis

Proyecto Estudiantil

“Menú Internacional presentado a la venta en el Restaurante Marcus Apicius”

Autora

Francis Flores

100377

Mario Jiménez, Chef Ejecutivo

Director de Tesis

.....

Mauricio Cepeda, Master en Administración Hotelera

Decano del Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

.....

Quito, mayo del 2013

© DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento certifico que he leído la Política de Propiedad Intelectual de la Universidad San Francisco de Quito y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo de investigación quedan sujetos a lo dispuesto en la Política.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de investigación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma:

Nombre: Francis María Flores Silvers

C. I.: 1714095856

Fecha: Quito, mayo de 2013

Dedicatoria

A mi familia, a mi enamorado y amigos,
que han estado siempre presentes en mi vida universitaria,
por todo el ánimo que me han dado y el apoyo que
me han brindado para cumplir
mis sueños y metas.

Agradecimiento

Agradezco especialmente a mis profesores y compañeros de trabajo, quienes con paciencia me han entregado su conocimiento, que me ha permitido llegar a donde estoy ahora y formarme como profesional.

Resumen

La gastronomía, a través del tiempo, se ha convertido en una parte de la representación de las culturas. Cada país tiene una historia que de cierta manera forja y contribuye a lo que hoy en día se conoce como la base de los alimentos e ingredientes que se consumen en cada lugar.

El menú que se expone es una propuesta de la combinación de diferentes platillos de origen alemán. Se ha procurado rescatar preparaciones típicas de Alemania que no son realmente conocidas alrededor del mundo. La trayectoria de la gastronomía alemana es una fusión de culturas aledañas a la misma que se combinan, dando como resultado una composición de sabores inigualables perfectamente armonizados.

Esta tesis brinda al mundo la posibilidad de apreciar parte de la esencia alemana.

Abstract

Gastronomy, over time, has become an integral part of every culture. Each country or region of the world has a history, which in some way forges and contributes to what is known today as the basis of the ingredients and dishes that are consumed there.

The menu presented below is a proposal. It attempts a combination of different dishes of German origin, recipes typical of Germany but hardly known beyond its borders. German cuisine has evolved as a fusion of local ancient foods and those from surrounding cultures, resulting in a composition of unique, perfectly matched flavors.

This thesis offers an opportunity to appreciate a selection of German food.

Índice

Resumen.....	7
Abstract.....	8
1. Introducción.....	11
2. Tema y justificación.....	13
3. Metodología de la investigación.....	15
4. Recursos Empleados.....	17
5. Capítulo 1.....	19
5.1 Degustación de Menú Internacional.....	19
6. Historia.....	20
7. Ingredientes y variantes.....	25
8. Degustación.....	32
9. Menú Propuesto.....	33
9.1 Pan.....	34
9.2 Aperitivo.....	34
9.3 Primera Entrada.....	35
9.4 Segunda Entrada.....	36
9.5 Plato Fuerte.....	37
9.6 Postre.....	38
9.7 Bajativo.....	39
10. Detalle de técnicas culinarias empleadas.....	40
10.1 Técnicas culnarias empleadas.....	40
10.2 Equipos empleados.....	45
11. Detalle de ingredientes y adaptaciones.....	46
12. Maridaje del Menú.....	47
13. Informe de Costos.....	49
13.1 Costos:.....	49
13.1.1 Food Cost.....	50
13.1.1.1 Food cost teórico:.....	50
13.1.1.2 Food cost real:.....	50
13.2 Recetas Estándar:.....	51
13.3 Informe de Ventas o Financiero.....	69

	10
14. Conclusiones y recomendaciones	72
15. Bibliografía.....	74
16. Anexos	77
(Fotografías realizadas por <i>Rafael Peralta</i>)	77
16.1 Menú alemán	77
16.2 Aperitivo	80
16.3 Primera entrada	81
16.4 Segunda Entrada.....	83
16.5 Plato Fuerte	84
16.6 Postre.....	85
16.7 Bajativo	86

1. Introducción

Durante los últimos meses de la carrera, en el Restaurante Marcus Apicius, se ofrece la experiencia de la creación de un menú. Los conceptos suelen tener como idea base, comida nacional o internacional y el objetivo es que los estudiantes puedan demostrar el aprendizaje y conocimientos que han adquirido al pasar el tiempo.

Los estudiantes tienen la responsabilidad de planear cada uno de los ingredientes que irá en plato, deben tomar en cuenta la preparación de la misma, los métodos de cocción e incluso deben costear las preparaciones para que las mismas se encuentren dentro del presupuesto.

Las áreas por los que pasan los estudiantes son la cocina, la pastelería y servicio, los cuales serán fundamentales al momento de brindar una experiencia, lo más cercana posible a lo que vendría a ser una experiencia laboral. Con este manejo de las áreas, los estudiantes adquieren un conocimiento más amplio del manejo y funcionamiento de las mismas. Los horarios son rotativos y los días laborables son de Lunes a Domingo. Los turnos que se manejan son Turno 1 y Turno 2 cada uno con horarios diferentes, el primero comienza a las ocho de la mañana y termina a las cuatro de la tarde y el segundo comienza a las diez de la mañana y termina a las diez de la noche con un periodo de descanso de cuatro a seis y media de la tarde.

En cuanto al concepto, la elección fue el país Europeo, Alemania, como referencia, y al Menú se lo denominó "Inspiración de Sabores Alemanes". La gastronomía de dicho país ha sido durante años, caracterizada por diferentes preparaciones e ingredientes típicos que han dado de que hablar, sin embargo en la mayoría de países alrededor del mundo no se conoce la extendida gama de platillos que este país nos presenta.

Por lo general se conoce preparaciones como las salchichas, chucrut, panes, pretzels, strudel de manzana, torta selva negra, entre otros. Lo que se ha buscado con este proyecto culinario, es rescatar y destacar aquellas preparaciones y platillos que se han perdido en el tiempo al dejar de ser conocidas como típicas alemanas; para que así la gente recuerde y sepa que la gastronomía alemana va mucho más allá que lo actualmente se conoce en el resto del mundo.

2. Tema y justificación

En esta tesis el tema a tratar fue la Gastronomía Internacional, degustaciones que se realizaron en la cava con el objetivo de que, tras su aprobación, salga a la venta del público en el Restaurante Marcus Apicius.

El tema seleccionado fue la gastronomía alemana, éste fue seleccionado por cuestiones personales. Parte de la familia vive en Alemania y durante el verano anterior a tomar la materia donde los estudiantes nos desempeñamos en el Restaurante Marcus, vinieron al Ecuador, lamentablemente el tiempo de su estadía fue muy corto.

La decisión de realizar este proyecto fue para de alguna manera retribuirles todo el afecto que me brindaron pero que además supieran que a pesar de la distancia, la gratitud y sentimiento de tenerles en una ocasión no muy lejana, nuevamente con nosotros, permanecía. Si bien es cierto al momento de tomar la decisión de escoger un tema para el menú internacional es algo complicado, pensar en lo que realmente me motivaba, hizo que mi decisión no sea tan complicada de tomar a fin de cuentas. Todo esto es un celebración, mención y recuerdo de aquellos que me inspiran tanto éxito y a quienes tanto admiro.

Junto con esto, se complementó la idea de querer rescatar aquellos sabores, recetas y preparaciones que se han convertido en desconocidas para la mayoría de personas y que no está por demás recuperarlas.

El título del tema seleccionado fue "Inspiración de Sabores Alemanes". En un comienzo tenía otro título, pero al momento de la traducción al alemán, tuvo que hacerse varias modificaciones para que el texto tuviera una redacción correcta. Este proyecto buscó rescatar recetas y preparaciones que no son tan conocidas por las personas alrededor del mundo como gastronomía alemana, de manera que su percepción acerca de esta cultura se extienda hacia lo que realmente la representa.

3. Metodología de la investigación

En cuanto a la metodología empleada, la tesis se realizó con un proceso de experimentación y aplicación de conocimientos.

Previo a la degustación, se realizó una exhaustiva investigación acerca de las preparaciones alemanas. Se investigó en libros que proporcionó la Universidad y en otros que los profesores poseían, incluso se consiguió textos de librerías que fueron de gran ayuda. Hubo escasa información en texto escritos en papel, sin embargo los textos virtuales que se encontraron en el internet fueron de gran ayuda para la investigación. Finalmente, una vez analizadas las posibilidades de preparaciones que podrían formar parte del menú, se investigó en los departamentos de Bodega y Compras, si existía la posibilidad de adquirir los productos y varios de ellos no fueron hallados por ende se hicieron algunas modificaciones al menú inicial.

En cuanto a las preparaciones y métodos de cocción, se buscó la manera en como facilitar algunas de las preparaciones para que, al momento del servicio y el montaje, cada uno de los detalles saliera a la perfección.

Se realizaron varias pruebas antes de concretar el menú final para, de esta manera, asegurarse que los sabores sean lo más similares posibles a las de las preparaciones originales. Con estas previas prácticas se aseguró, de igual manera, que

los procesos de elaboración sean realizados con tiempos y temperaturas lo más exactas posibles.

Para el montaje de los platos se realizaron varias presentaciones para escoger la más adecuada y claro, se hizo una selección previa de la vajilla que se emplearía para el momento del servicio.

Se realizó una degustación ante un panel, donde el jurado aprobó la propuesta de menú que se había realizado para que posteriormente este, saliera a la venta. El jurado decidió hacer modificaciones pequeñas, uno de ellos fue el cambio de vajilla, que beneficiaría al comensal para que al momento de degustar se hiciera más fácil para él el cortar el género principal.

El menú salió a la venta durante una semana y los clientes tenían la opción de escogerlo cuando pudieron observar que en la carta principal había una propuesta de menú distinta.

4. Recursos Empleados

Los recursos que se emplearon fueron libros, investigaciones electrónicas, páginas de internet, y contacto constante con familiares que viven allá y que más que nada nacieron en Alemania, que fueron de gran ayuda en cuanto a mencionar preparaciones típicas de allá y como las elaboran. Lamentablemente en el Ecuador, existe poca información redactada en libros que puedan ayudar a desarrollar la investigación de tradiciones e historia de la gastronomía de este país.

En cuanto a los recursos que se emplearon en la parte práctica, las instalaciones de la Universidad, las áreas de cocina como los módulos, las aulas GAC 1 y GAC 2, las estufas del área de cocina central, y el área de cocina del Restaurante Marcus, fueron los lugares donde se desarrolló todo el trabajo. Al momento de la realización de la degustación, las instalaciones de la cava fueron empleadas, donde se realizó diversas decoraciones que incluían trajes típicos alemanes, productos alemanes, fotografías del país y de familias, manteles con los colores representativos, figuritas y artículos típicos, entre otros. Los utensilios de cocina y equipos fueron proporcionados por el departamento de Steward, al igual que la vajilla empleada, y otros eran utensilios propios.

En cuanto a la obtención de ingredientes, los departamentos de Bodega y Compras eran los encargados de hacer entrega de los mismos. Las requisiciones se realizaban con dos días de anticipación por lo menos y los ingredientes los recibíamos los alumnos para luego almacenarlos. Era parte de nuestra responsabilidad el estar seguros que las cantidades que se habían solicitado en un comienzo, fueran entregadas en su totalidad. Las transferencias también fueron parte del proceso, donde las distintas áreas del CPU Food Service, nos proporcionaron con los ingredientes faltantes o con aquello que la bodega no podía ayudarnos.

5. Capítulo 1

5.1 Degustación de Menú Internacional

Menú Internacional:

Inspiración de Sabores Alemanes

Inspiration Deutscher Geschmäcker

6. Historia

Previo a la historia de los alimentos es oportuno hacer mención de la historia del país en sí. Su nombre se deriva de la palabra Germania en latín, la cual en el tiempo de la Guerra de las Galias (58 – 51 a.C.), era empleada por los romanos para designar varias personas a ocupar la región Este de Rhine. Por otro lado el idioma que es llamado "Deutschland", o alemán, deriva de una raíz alemana que significa volk, que en español significa, a su vez, gente.

Durante muchos años, el país estuvo bajo el mandato de reyes alemanes que por lo general también eran los Emperadores Romanos de la época. Se cree que aproximadamente desde el siglo X se manejaba este tipo de política; sin embargo ésta era bastante autónoma, y debido a esta razón podían mantener sus propios nombres de los lugares y tradiciones. En 1871 se forma el Kaiserreich que se consideraba como el Imperio Alemán y se dan modificaciones; sin embargo territorios como Bavaria, Brandenburgo y Saxonia, han mantenido su nombre original; al igual que Swabia y Franconia que hacen referencia a territorios históricos.

Actualmente el nombre oficial del país es República Federal de Alemania y fue fundada en 1949 justamente tras la Segunda Guerra Mundial. Actualmente consta de 16 estados federales los cuales son: Baden-Württemberg, Bavaria, Berlin, Brandenburg, Bremen, Hamburg, Hesse, Lower Saxony, Mecklenburg-West Pomerania, North Rhine-Westphalia, Rhineland-Palatinate, Saarland, Saxony, Saxony-Anhalt, Schleswig-Holstein, and Thuringia (Eidson, J. s.f).

“La transformación de los alimentos de un sujeto marginal de interés para algunos historiadores de la agricultura, a ser reconocido por su potencial para explorar nuevas dimensiones del pasado, está ahora casi completa” (Super, 2002).

La gastronomía alemana surge miles de años atrás con las personas que poblaron el territorio. La abundante actividad comercial de la zona permitió que haya una gran variedad de productos que comenzaron a formar parte del diario vivir de las personas gracias a su fácil accesibilidad. Es claro que el intercambio de ingredientes y productos, además del trueque, benefició de manera significativa al desarrollo de las culturas y con ellas al de sus tradiciones, cultura y por supuesto, gastronomía.

Debido a su cercanía con los países europeos, Alemania ha sido un país que ha tomado las influencias gastronómicas de los países vecinos sobre todo en las regiones de Baviera y Swabia. Es importante tomar en consideración que existen muchas variantes y variedad de platillos de una región a otra en el mismo país y eso es lo que lo hace tan diverso. Alemania recibe influencias de Francia, Suiza, Austria y Holanda, sobretodo, pero además se puede distinguir claramente que las recetas tienen también un toque escandinavo. Si bien la variedad de platos es variada, al momento de servirse un platillo, en él no existe gran cantidad de preparaciones sino por el contrario pocas preparaciones pero en grandes cantidades.

En cuanto a lo de mantener la cultura y tradición se debe, el caso más preciso que se da es acerca de la creación de la cerveza que se cree data del año 4000 al 3500 a.C. donde se mencionan procesos de fermentación que se evidencian sobre todo en la antigua Mesopotamia, que en la actualidad es Irán, en los Sumerios, y la cultura Nubia ubicada al sur

de Egipto. En estos lugares se creaba una bebida llamada "bousa" que se cree vendría a ser la preparación base o inicios de la cerveza. Estas primeras preparaciones se realizaban en las casas y era una actividad llevada a cabo por las esposas, ya que entre otras actividades ellas también realizaban el pan y se cree que hay una relación estrecha entre la creación de la cerveza gracias a la tradición de la preparación de pan. En ocasiones se agregaba plantas aromáticas a la bebida para mejorar su sabor y para ayudar a que se preserve de mejor manera; así también le añadían miel pues los distintos cereales hacían que la bebida sea más o menos fuerte. Se considera que la cerveza fue un descubrimiento accidental pero sin embargo tomó un auge en Alemania, donde los monjes la perfeccionaron, y tal es así que en la actualidad esta bebida se ha convertido en la bebida oficial o nacional de Alemania. En Alemania se impuso una normativa para que la calidad de la bebida siempre cumpliera con estándares, razón por la cual se creó una ley de "pureza" que se aplica hasta hoy en día aunque fue creada en 1516 por Guillermo IV de Baviera, con el objetivo de tener un monopolio de cebada, ya que al no poder comprar fácilmente a cualquier productor un ingrediente básico en la preparación, como es la cebada, las ventas y el precio aumentaba ya que el cereal no tenía competencia. La ley establecía que los ingredientes con los que se podía elaborar la cerveza eran únicamente el agua, la cebada y el lúpulo (planta que favorece la actividad de las levaduras en el proceso de fermentación); en ese entonces la levadura no se tomaba aún en consideración ya que fue descubierta recién en 1880, por esta razón para la fermentación usaban el sedimento de una fermentación previa. La cerveza ha sido tan característica del país, que incluso en los meses de octubre y septiembre se realiza el Oktoberfest, cuya primera celebración data del año 1810, y claro, ésta se dedica exclusivamente a la cerveza. (Olver, L. 2013)

A pesar de que la comida alemana surge tanto tiempo atrás, existen eventos históricos que de cierta manera marcan lo que se vivió en el país y, claro, esto influyó la gastronomía del sitio.

Uno de estos ejemplos son los conflictos por alimentos que se dieron en Alemania en 1840. Durante ésta época se dio dificultad en cuanto al transporte y comercialización interna de alimentos. Algunas de las razones incluían el dejar de lado a los judíos y privarles de alimentos; y la mayoría de estados federales de Alemania estaban involucrados en el conflicto a excepción de Saxonía. Se tomaron medidas drásticas para que el país no entre en crisis y hubo además una gran cantidad de personas arrestadas por contrabandear alimentos. Finalmente tras años de discriminación se da la Segunda Guerra Mundial, pero previo a esta, el hecho de que se haya disminuido el acceso a los alimentos, hace que en Alemania, se acostumbre a abundantes cantidades más que a variedad de preparaciones (Gailus, M.,1994).

Los hábitos alimenticios de los alemanes varían mucho sobre todo debido a la gran división que existe de clases sociales, sin embargo esto no ha sido un impedimento para que la cultura gastronómica del país se desarrolle y permita ser variada. La carne de cerdo es la que más se consume en el país y es variada en cuanto a su presentación, puede venir en modo de salchichas, embutidos, la carne en sí u otros. La papa también es un alimento de gran consumo que se introdujo en el país en el siglo XVII y desde entonces las preparaciones que se realizan con ésta también son consideradas nacionales a pesar de que su origen no es alemán. Entre las preparaciones típicas se encuentra el *klöße*, lo cual son preparaciones con papa, dumplings específicamente, que son gran parte de la cultura alemana y es justamente una de las preparaciones que se buscó resaltar en el menú (Eidson, J. s.f).

En cuanto a los productos introducidos en el país, como se mencionó, se han adaptado y ahora forman parte de la gastronomía de Alemania, como el banano y el ron que no son originarios del lugar. Como referencia histórica se puede mencionar que Alemania es el tercer país que más importa bananos en el mundo, estos datos fueron obtenidos en el año 2008 y los publicó el gobierno de Guatemala en su página web <uim.mineco.gob.gt>; donde también mencionan que durante este año, Bélgica, Estados Unidos, Alemania, Japón y Reino Unido cubrieron el 53% de las importaciones mundiales . Es por esto que parte de su gastronomía se ha adaptado a estos productos, a pesar de que no es un producto nativo del país. Lo mismo sucede con el ron. Este fue introducido durante las conquistas y a partir de esto se comenzaron a dar derivados del mismo hechos a base de remolacha. Sin embargo la importación de este licor ha predominado en el país alemán.

7. Ingredientes y variantes

Las guindillas son una clase de chiles o ajíes que son de origen americano. Como se menciona en el libro de Christian Teubner (2004):

Las guindillas presentan una enorme variedad de formas, de colores y de sabores picantes. El hecho es tanto más sorprendente cuanto que pertenecen casi sin excepción a una sola especie, el *Capsicum annuum* concretamente. [...] En cualquier caso, el origen de las guindillas o chiles está en América Central y del Sur; fueron los conquistadores españoles quienes las introdujeron en otros continentes, para terminar asentándose sobre todo en el Sudeste Asiático.

Si bien las guindillas no son imposibles de conseguir en el mercado ecuatoriano, los altos costos que se manejan para su adquisición, hace que su accesibilidad sea limitada. Además debido al precio de su obtención, los precios se elevan de manera alarmante en los menús, razón por la cual suele ser reemplazado por el ají.

El queso Quark, es una variedad de queso de origen Alemán. En el año 2008, la página web Gastronomía y Cia. Publicó un artículo sobre el queso Quark, donde se mencionaba lo siguiente:

El Queso Quark debe su nombre a su origen alemán, significa cuajada y a su vez deriva de la palabra eslava *Tvarog*, que significa requesón. Este es un queso muy cremoso, a veces llamado queso batido, que se encuentra a caballo entre el yogur y el requesón por poner un ejemplo, aunque los más puristas no lo consideran queso. El queso Quark puede estar elaborado con leche de vaca,

de cabra, de oveja o de una mezcla y gracias a la adición de bacterias ácido-lácticas, y en ocasiones de cuajo, podemos disfrutar de un queso blanco, ligeramente ácido y con una consistencia diferente según dónde y cómo se elabora. El queso Quark que nosotros conocemos tiene consistencia de yogur, mientras que en otros lugares donde su aplicación culinaria es mucho mayor, en Europa Central en general, puede presentarse granuloso o con la consistencia del queso fresco en forma de cuña. Según el espesor que se desee lograr en este queso, se eliminará más o menos suero durante su elaboración. Pero el Quark que normalmente compramos en tarrinas es más parecido a un yogur espeso, a la crema agria o a la *crème fraîche*, se conserva con parte de su suero y ofrece el mismo sabor ácido que combina muy bien tanto en elaboraciones dulces como en saladas. Se conocen varias formas de elaborar el queso Quark en casa, a diferencia de la *crème fraîche* por ejemplo, que se elabora con nata, el queso Quark se hace a partir de la leche pasteurizada. Hay quien sólo aplica las bacterias ácido-lácticas (la forma más sencilla es utilizando un poco de yogur) y también hay quien le añade cuajo. En cuanto a los valores nutritivos del queso Quark, es importante destacar que es rico en proteínas y calcio como otros productos lácteos y que además es bajo en grasas (aunque depende del fabricante), con una media del 20%.

Otra fuente bibliográfica menciona que en la antigüedad para elaborar el queso se hacía uso de leche cruda, es decir que no tenía un proceso de pasteurización, y para realizar el queso se la espesaba o se la coagulaba y se colocaba en gasas que por lo general se las colgaba

para que el suero se fuera eliminando; esto en cuanto al queso Quark cuya consistencia es más espesa. (Teubner, C., 2004)

En cuanto al queso Quark que se utilizó para el menú, se consiguió uno cuya consistencia era similar al yogurt, y como se mencionó previamente, este puede combinar muy bien con preparaciones dulces como saladas, por ende se lo empleó en el postre conjuntamente con albaricoques y ají, que fue sustituto por las guindillas. La empresa encargada de proveernos con queso Quark fue Mondel.

El diente de león es una hierba que por lo general suele ser empleada en ensaladas. Su nombre científico es *Taraxacum officinale* y es amarga (Teubner. C., 2004). Tiene una flor de color amarillo con numerosos pétalos y a la vez, muy finos. En un inicio se pretendió utilizar la flor en el postre para realizar una mermelada con la misma, la cual se realiza en Alemania, sin embargo si bien es una planta que si se encuentra en el Ecuador, por lo general esta no es sembrada con el propósito de ser consumida, sino que por el contrario crece como hierba mala, no hubo proveedor alguno que pudiera ayudarnos con la cantidad suficiente de flores para poder elaborar la preparación, por esta razón ésta se tuvo que descartar del menú inicial.

El Kéfir es un producto lácteo que es fermentado con bacterias y levadura (Teubner. C.,2004). Steffen Sonnenwald, en su libro "Cocina Sana Actual" (2003), menciona lo siguiente acerca del Kéfir:

Según la leyenda, sus descubridores asiáticos alcanzaban una longevidad bíblica. El kéfir aumenta las defensas naturales del cuerpo, desintoxica el organismo y en cualquier caso es sano. El nombre de esta bebida, una variante

del clásico yogurt, ya habla de sus propiedades. Kéfir proviene de la palabra turca "Keif" la cual significa "bienestar" o "sentirse bien".

Para el menú, el kéfir sería empleado en una preparación de una bebida ligera y frutal pero lastimosamente el producto no se consigue con facilidad.

En un comienzo se pensó utilizar la Kombucha pero finalmente se decidió dejar de lado la opción de que ésta sea parte del menú ya que la combinación no era tan armónica con el resto de platos del menú.

Se utiliza desde hace siglos como elixir de la salud. Al igual que el kéfir, se dice que propicia la longevidad. Pero eso no es todo: procura bienestar al metabolismo, favorece la desintoxicación y fortalece el sistema inmunológico. El Kombucha llega desde el oeste asiático a Europa por Rusia. Esta bebida refrescante derivada de un hongo medicinal es el fermento de un líquido gelatinoso, negro y que puede tomarse como tisana (infusión). No parece muy sabroso pero sin embargo sabe muy bien. (Sonnenwald, S., 2003)

El rábano negro es una variedad de rábano que viene a ser, en realidad, la raíz de la planta y por ende es una hortaliza. Los rábanos negros también son llamados "rábanos de invierno" o "rábano negro redondo de invierno". Su interior es blanco, su exterior completamente negro y su carne es compacta por lo que el almacenaje no es complicado (Teubner, C. 2004).

Según Teubner (2004):

No es extraño que en la Edad Media mereciera la consideración de planta medicinal y aromática. Su picante sabor y sus saludables efectos proviene básicamente de los senevoles (alilsenevol, butilsenevol, tiocianato) que contiene, los cuales estimulan el apetito, favorecen la digestión y alivian las dolencias hepáticas y biliares. En nuestras latitudes, el rábano se toma fundamentalmente crudo, debido entre otras cosas a que, en la cocción, desaparece su típico sabor, y, por tanto, la mayor parte de sus aceites esenciales.

La preparación que se iba a realizar era una entrada con pulpo y rábano negro pero lamentablemente este último producto no se pudo encontrar en el mercado y por esta razón la preparación tuvo que ser descartada del menú.

La nuez de Feijoa es un fruto que tiene diferentes nombres, entre esos "guayaba-piña", "falsa guayaba", "pitanga" o "sumina". Por sus contenidos de vitamina C y B9, sobre todo, se le ha dado diferentes propiedades, entre ellas tonificante del organismo, regenerador de la piel, relajante y anti-estrés (RDNatural, 2013). Este fruto iba a ser empleado como parte de una propuesta inicial de plato fuerte pero ya que el ingrediente no se consiguió, se decidió descartar este plato del menú.

En un artículo de la revista digital Sierra de Baza, publicado en 2008, se menciona acerca del ajo silvestre y el ajo rosado, que es la flor del mismo. En este artículo se menciona lo siguiente:

Con el nombre de ajo silvestre se conocen una amplia variedad de plantas bulbosas, anuales o bianuales, pertenecientes a la familia de las liliáceas y al género *Allium*, que crecen de modo natural en nuestros campos y montes. El aroma es característico de todo el género, pero no todos los miembros poseen ese sabor fuerte, de modo que hay especies que destacan por su fuerte olor, mientras que otras lo tienen muy apagado. En el mundo existen alrededor de 1.250 especies en este género, que crecen fundamentalmente en climas templados del hemisferio norte y unas pocas en el hemisferio sur, siendo la más popular y conocida del género de los ajos el *Allium sativum*, la especie cultivada en nuestras huertas y campos desde la antigüedad. con innumerables variedades genéticas. Todas las cualidades naturales de estas especies de ajos son similares y son aprovechados tanto en medicina natural como en gastronomía, de las que se utilizan tanto los brotes tiernos de las hojas, como de los propios tallos, para preparar algunos platos, aunque particularmente se aprovechan sus bulbos, los llamados dientes de ajo, que son utilizados tanto secos como semisecos, o en ajo deshidratado, verdes (ajetes) y en encurtidos, preparados con vinagre y sal. Dependiendo de los efectos medicinales buscados con su consumo o uso, varía la forma en que deben ser ingeridos, ya que el ajo posee diferentes propiedades según se use crudo o cocido. Cuando el ajo crudo es cortado o machacado, se produce la combinación de la aliina con la alinasa,

lo que produce una sustancia denominada alicina, que tiene varios efectos benéficos, pero si el ajo es cocinado, este compuesto se destruye. En el proceso de cocción se liberan compuestos diferentes, como el ajoeno, que poseen cualidades anticoagulantes y reducen el nivel de colesterol, además de poder encontrarse en su consumo otros múltiples beneficios como son los derivados de favorable a la actividad cardiaca y disminuidora de riesgos de infarto.

El uso de este ajo salvaje era para que su sabor característico, que varía del ajo común, se sintiera presente en la preparación del plato fuerte sin embargo este ingrediente no se pudo hallar en el mercado ecuatoriano y lamentablemente no se pudo reemplazar, sin embargo esto no quita que la preparación no se pudiera hacer sin él. Si bien se puede emplear ajo común, es importante resaltar que el sabor que se buscaba obtener era uno muy ligero y sutil, contrario al ajo común cuyo sabor es bastante marcado cuando se emplea en las preparaciones.

Por otro lado el trigo serraceno es un cereal que también es llamado "Alforfón" la cual es una semilla bastante aromática (Teubner. C., 2004). La harina tiene una estructura que es perfecta para lograr la textura en los blinis. Estos son similares a los pancakes y por lo general suelen ser de sal, pueden tener agujeros en su superficie y son bastante aireados. Se suelen servir como bocaditos y generalmente su tamaño es menor al de la palma de la mano. Existen varias formas de elaborarlo, algunas preparaciones tienen levadura, en otras se emplea polvo de hornear, sin embargo no existe mayor variación en cuanto a los ingredientes que se pueden emplear. En un libro de recetas alemanas se encontraba la preparación con harina de trigo serraceno y lamentablemente como no se encontró en el mercado, este se tuvo que mantener fuera del menú; iba a ser una de las entradas.

8. Degustación

La degustación se dio a cabo el día 3 de Octubre del 2012 en la cava del Restaurante Marcus. Frente al Panel conformado por los Chefs: Homero Miño, Mario Jiménez, Claudio Ianotti, Andrés Cifuentes y el sommelier Omar Monteros. Se realizó la degustación del Proyecto del Menú Internacional, el cual llevaba el nombre de “*Inspiración de Sabores Alemanes – Inspiration Deutscher Geschmäcker*”. El menú consistió de seis cursos: aperitivo, primera entrada, segunda entrada, plato fuerte, postre y bajativo; adicionalmente el pan que se servía era un pan distinto al que usualmente se sirve en el restaurante y había sido elaborado con cerveza, malta y semillas de ajonjolí negro. Los resultados obtenidos fueron satisfactorios, y dentro de los cambios solo se realizaron modificaciones en cuanto al plato utilizado en el plato fuerte, la vajilla se cambió de un plato saturno a un plato cuadrado 32; por otro lado se hizo sugerencias de cambiar la lechuga frisee por una lechuga baby, la cual era empleada en el aperitivo y finalmente que la grasa sea un poco más asada. En general no hubo modificaciones de los platos o preparaciones que se realizaron para la degustación. El panel tuvo buena acogida del menú y se encontraban contentos con el trabajo que se había realizado.

Una vez realizada la degustación, se procedió a poner a la venta el menú. Este se vendió desde el día Martes 9 de Octubre de 2012 hasta el día Domingo 14 de Octubre de 2012. Hubo gran acogida por parte de los comensales y clientes que acudieron al restaurante Marcus Apicius. En total se vendieron setenta y seis menús completos y adicionalmente hubo una venta de dos entradas, una primera entrada que consistía en una pasta de espinaca con relleno de salmón y salsa ligera de vermouth, y una segunda entrada que era una sopa de sémola conformada por hongos portobello, pimienta roja y dumplings de sémola.

9. Menú Propuesto

El menú que se expone es una propuesta de la combinación de diferentes platillos de origen alemán. El proyecto se titula “Inspiración de Sabores Alemanes” y en este se ha procurado utilizar los ingredientes que se emplean en las recetas originarias de dicho país. Sin embargo, debido a que no todos los ingredientes se encuentran en el mercado ecuatoriano, estos han tenido que ser sustituidos por otros similares.

El menú estuvo conformado por 6 cursos:

- Aperitivo: Salchicha alemana
- Primera entrada: Salmón envuelto en pasta de espinaca con salsa de vermouth
- Segunda entrada: Sopa de sémola
- Plato fuerte: Rack de cordero con papas alemanas y ensaladilla de col morada
- Postre: Bananas al ron, albaricoques al ají con queso quark y budín de manzana.
- Bajativo: “Fariseo”

9.1 Pan

Típico pan alemán con cerveza, harina de trigo y harina integral.

En Alemania la variedad de panes es bastante diversa sin embargo entre los más típicos se encuentran aquellos donde se utilizan varios tipos de harina, sobre todo integral y además se agregan diversos cereales. La cerveza es sin duda una de las mayores características del país europeo y por esta razón es tan comúnmente empleada en este tipo de preparaciones. Las mezclas de los panes suelen ser bastante rústicas y sus ingredientes se emplean con frecuencia. Lo que le dio color al pan fue el azúcar quemada y, la malta y cerveza fueron ingredientes claves en el sabor y en lo rústico que se buscaba destacar en los panes.

9.2 Aperitivo

Salchicha alemana con mostaza Dijon y lechuga frisee .

Para la elaboración de la salchicha alemana se hicieron investigaciones previas acerca de los ingredientes comúnmente usados en los embutidos que se realizan en dicho país. En cuanto a los nombres que se les da a los embutidos en ocasiones depende de su coloración y su cocción, por esto cada variedad de salchicha tiene, en alemán, un nombramiento distinto. Se utilizó carne de cerdo y se hizo una reducción de cerveza con el objetivo de resaltar el sabor pero a su vez permitir que la salchicha tenga un mayor tiempo de preservación. Se le agregó además comino alemán comúnmente conocido como "kümmel" que le agregó un sabor característico de estos embutidos.

9.3 Primera Entrada

Salmón envuelto con pasta de espinaca en salsa ligera de vermouth.

El salmón es un animal que es consumido frecuentemente en esta zona de Europa. Por lo general los pescados tienen gran acogida pues su acceso al mar le permite tener productos frescos. Este platillo es típico alemán y se prepara sobretodo en Swabia. Los colores del pescado junto con los de la pasta hacen que la combinación no solo de sabores pero que la armonía visual también sea distintiva. El vermouth por su parte brinda un ligero toque de acidez a la preparación pero a su vez la complementa haciendo que la misma no sea seca en el paladar. Sin duda es un platillo digno de ser degustado.

9.4 Segunda Entrada

Sopa de bocaditos con masa de sémola acompañada de hongos portobello y pimiento asado.

Esta sopa es generalmente realizada en los hogares siendo la típica receta de la abuelita que pasa de generación en generación. Por lo general esta preparación presenta perejil no solo en la parte líquida de la sopa sino también se la incluye en los dumplings de sémola. Lo que recomiendan las familias al momento de preparar los dumplings es que se aseguren que la masa se despegue de los bordes al momento de mezclar y ese será el punto ideal para saber que esa masa esta lista para cocinarse en el fondo. Los hongos portobello aportan con un sabor característico a la preparación que hace que el sabor del caldo sea más exquisito aún. El pimiento rojo aparte de aportar con color es un determinante en cuanto al toque final de esta sopa.

9.5 Plato Fuerte

Rack de cordero bañado con salsa de vino tinto, ensaladilla de col morada y papas alemanas.

El cordero es un género de bastante consumo en Europa ya que es bastante accesible y sabroso. Las preparaciones con este son comunes sobre todo en celebraciones pues su cocción suele ser bastante larga, de esta manera se consigue la suavidad de la carne. Este corte en especial brinda un sabor concentrado y único. Los huesos que se obtienen del animal suelen ser empleados para la elaboración de salsas y es justamente esta receta con vino tinto, que se destaca entre las demás en cuanto a sabor. Ya que los tiempos de cocción eran bastante extensos, se ha buscado una manera de reemplazar esta cocción por una un poco más corta pero cuyos resultados sean lo más similares posibles y esto se ha conseguido con el método de sous vide. La col morada se usa con frecuencia en ensaladas y preparaciones conservadas en vinagre pero esta receta permite que el vegetal se coma fresco, con aderezos que combinarán de manera perfecta. Variantes de esta receta incluyen trozos de manzanas partidas mezcladas con la col cruda o cocinada. Cuando a esta se la cocina, adquiere un color azul intenso y por esta razón en ocasiones se prefiere mantenerla cruda. Finalmente las papas alemanas son una preparación clásica, son originalmente rellenas con pan blanco pero en esta ocasión se buscó una variante para este relleno. Es importante mencionar que se debe tener precaución con la cocción de las papas pues si tienen mucha agua y no se escurren bien, requerirán de una mayor cantidad de harina para poder formar una masa lo que implica que su textura final será más parecida a un pan que a un puré y no es precisamente lo que se busca.

9.6 Postre

Bananas al ron, queso quark con albaricoques al ají y budín de manzana.

Estos tres postres son clásicos de la comida alemana y lo que se ha buscado es reducir las porciones para que se puedan probar todos estos en un solo plato. Las bananas al ron son un platillo que surgió después de que llegó el banano a Alemania. El país se adaptó al sabor de la fruta y comenzó a realizar variantes de platillos con ella. Es así como surge este platillo que aunque sus ingredientes no son nativos del lugar, sin duda se han convertido en parte de su tradición gastronómica y cultural. El queso Quark se elabora en Alemania y se considera exclusivo del país por su alto consumo y producción. Con este existen millones de preparaciones sin embargo uno de los postres más destacados es este pues la combinación de sabores permite que se convierta en un dulce de combinaciones exóticas y particulares pero a la vez armoniosas. El budín de manzana es otra preparación que se destaca por ser tradicional. Ésta se ha pasado de generación en generación y lo particular es el uso de pan viejo, es decir comprado hace varios días, esto le dará una textura especial al budín y permitirá que su cocción convierta la preparación en una textura suave y delicada.

9.7 Bajativo

Típica bebida alemana “Fariseo”.

Esta bebida se convirtió en la bebida típica después de los almuerzos en Alemania, porque si bien la cerveza es su bebida nacional, el café es lo que más se bebe en el país. La combinación con el ron nace a partir de que se introdujo la bebida alcohólica y se la comenzó a comercializar a gran escala. La combinación de ambos permite que se convierta en un bajativo perfecto después del gran festín.

10. Detalle de técnicas culinarias empleadas

10.1 Técnicas culinarias empleadas

- Pan: horneado

Para la realización del pan se mezclaron dos tipos de harina, integral y de trigo, sal, azúcar quemada, cerveza, levadura, mantequilla, agua y leche en polvo. Se puso semillas de ajonjolí negro en su superficie para decorar y se horneó.

Azúcar quemada: También es llamado caramelo líquido, y es un producto que aporta sobre todo color a las preparaciones.

- Aperitivo: molienda/procesamiento, embutición y cocción en agua

En el aperitivo se procesó carne de cerdo, grasa del mismo, condimentos y preservantes (entre los condimentos se agregó comino alemán y reducción de cerveza), asegurándose de que la carne esté a una temperatura más fría de las condiciones usuales, es decir a aproximadamente $-1\text{ }^{\circ}\text{C}$ “ya que a $-3\text{ }^{\circ}\text{C}$ la carne se congela y si llega a los $12\text{ }^{\circ}\text{C}$ la preparación se corta” (Ianotti, Claudio). Una vez procesado se procedió a embutir con una máquina embutidora usando tripas de cerdo y finalmente se cocinó en agua por aproximadamente 10 minutos; esto depende del grosor de la salchicha. Una vez cocinada esta puede durar hasta 3 semanas.

Comino alemán: en Alemania se llama Kümmel, es una especie utilizada en la comida típica de dicho país.

- Primera entrada: licuado, incorporación, laminado, procesamiento, proceso de sofreír, reducción y ebullición.

En este plato se realizó una masa con extracto de espinaca; para obtenerlo se licuó la espinaca con muy poca cantidad de agua, una vez realizado esto, a la mitad de dicha preparación se la llevaba a ebullición con el objetivo de que se separase la espinaca en sí con el líquido. Una vez obtenido esto se mezcló harina, sal, huevos, yemas y la espinaca para formar la masa y se la laminó. Si hacía falta más líquido, se agregaba la mitad faltante del licuado de espinaca. Se rellenó con salmón salpimentado y pasta de salmón con vermouth. Para esta pasta se procesó el salmón con vermouth, sal y eneldo. Para la salsa se sofrío echalotes con mantequilla y se agregó vermouth hasta que reduzca, luego se incorporó maicena y se llevó a ebullición para que espesase. La pasta (masa) lista y rellena con el salmón se cocinó en agua hirviendo.

Vermouth: Es un licor compuesto de vino blanco, ajeno y otras sustancias amargas y tónicas.

- Segunda entrada: Proceso de espumar, infusión, clarificación, ebullición, salteado, asado.

Ésta estaba compuesta por un fondo clarificado de pollo con una infusión de perejil. Para éste se puso a cocinar huesos de pollo, cebolla puerro, zanahoria,

apio y agua, espumando cada cierto tiempo. Una vez listo se clarificó y finalmente se colocó el perejil a manera de infusión por 15 minutos para que adquiriera un sabor algo concentrado del mismo. Además se realizó bocaditos con mezcla de huevo, sémola, harina, mantequilla y sal. Cabe mencionar que se utilizó sémola en reemplazo de semolina ya que no se encontró en el mercado pero la variación está únicamente en el tamaño del grano. Esta masa se estiró entre dos láminas de papel cera y se dejó en el frío por 15 minutos aprox. Una vez realizado esto se procedió a dar forma con un cortapastas y a cocinar en agua hirviendo. El portobello se cortó en julianas y se salteó con aceite de oliva. El pimiento rojo fue asado, quitado la piel y finalmente cortado en brunoise, se conservó en aceite de oliva.

Infusión: La infusión es un proceso donde hierbas o especies se introducen en un líquido caliente para que éste se impregne de su aroma y sabor.

Clarificación: es la acción de limpiar impurezas un caldo para que adquiriera nitidez.

- **Plato fuerte:** Limpieza, marinado, cocción sous vide, tostado, cocción en agua, salteado, fritura, ebullición, reducción, laminado.

Para la realización del mismo una vez que se limpiaron los huesos se marinó el cordero con aceite de oliva, tomillo, laurel, romero y orégano fresco. Se cocinó por método sous vide a 58°C por una hora y al momento del servicio se selló brevemente. Se cocinó mediante este método debido a que la cocción del mismo tomaba horas en caso de hacerlo de la manera tradicional y de esta

forma se concentran los sabores del marinado de mejor manera. Para las papas alemanas se tostó pan de cocoa cortado en brunoise y se mezcló con tocino también cortado en brunoise que se frió en su propia grasa. Las papas se pelaron y se cocinaron en agua, finalmente se pasó por un pasapuré y se mezcló con puré de cebolla, que previamente se salteó en mantequilla, a esta preparación se añadió sal, huevos y harina. Se pesaron las porciones y se rellenaron; al momento del servicio se frieron en aceite. Para la salsa del cordero se realizó un jus con los huesos del cordero asado y a esto se añadió vino tinto y vinagre de vino tinto y se dejó reducir, una vez hecho este procedimiento se espesó con maicena. Finalmente para la ensaladilla de colmorada se laminó la misma y se le añadió reducción de vinagre balsámico, mermelada de naranja y aceite de almendra. La mermelada de naranja fue el reemplazo de mermelada de grosella alemana, grosella que varía mucho a la ecuatoriana y es por esta razón que cuyo mejor reemplazo fue el sabor de la mermelada de naranja.

Cocción sous vide: El nombre se refiere exactamente a envolver los alimentos al vacío para cocinarlos lentamente en agua caliente que se mantiene a una temperatura constante durante la cocción.

- Postre: Grillado, flambeado, ebullición, cocción a baño María, cocción en almíbar.

Para este plato se marcaron al grill plátanos seda; otra porción de estos se flambeó con ron y azúcar y una tercera parte se mezcló con leche condensada,

limón y ralladura del mismo. Se realizó una gelatina de ron con colapez, azúcar y agua y además un almíbar de ron que también acompañaba a este plato que tenía agua, azúcar y ron. Acompañaba a este un budín de manzana que constaba de una preparación de pan, huevo, leche, azúcar, canela y manzanas cocinadas en mantequilla. Una vez que se tenía esto, se cocinó a baño María en un horno a 160 °C por un lapso de 15 minutos. También se ofreció un vasito con queso quark y albaricoques cocinados en almíbar con ají en reemplazo de guindillas.

Cocción en almíbar: Método de cocción en el que se introduce un género en almíbar y se lleva a fuego para que el calor del mismo lo cocine. Éste también permite que se conserve por un tiempo más prolongado.

Baño María: Método de cocción lento y suave de una preparación que se encuentra en un cuenco que está a su vez dentro de otro recipiente que contiene agua. Este sistema de cocción se realizó dentro de un horno.

Queso quark: es un queso batido, de textura untuosa y blanca, de aroma fresco y sabor ligeramente ácido. Se elabora con leche de vaca.

- Bajativo: Mezcla.

Se mezcló un café expreso con ron, se combinó con crema batida, un grano de café y gelatina de café con leche.

10.2 Equipos empleados

Embutidora: Máquina empleada para introducir cárnicos procesados en el interior de tripa de cerdo, cordero, etc.

Termocirculador: Es un equipo que puede mantener una temperatura exacta con más precisión que una cocina. Es capaz de concentrar el aroma natural de los alimentos que se cocinan sous-vide, conserva todos sus jugos y nutrientes.

Freidora: Es una máquina usada para freír alimentos a una temperatura determinada. La cantidad de aceite permite que la fritura de los alimentos sea por lo general en su totalidad, debido a que se los sumerge totalmente en el líquido.

11. Detalle de ingredientes y adaptaciones

Sémola: Se utilizó sémola en reemplazo de semolina que es el ingrediente original de la receta. La diferencia entre ambas es el tamaño del grano, más no el sabor.

Fritura de las papas alemanas y añadidura de tocino: Con el objetivo de hacerlo agradable al mercado ecuatoriano, se añadió tocino frito al interior del puré de papas, además del pan oscuro, para así darle mayor sabor.

Mermelada de naranja: Para la ensalada se utilizó mermelada de naranja en reemplazo a la clásica mermelada de grosella alemana pues en el Ecuador no era posible conseguirlo.

Ají: se utilizó como sustituto de las guindillas que originalmente se utilizan en Alemania.

12. Maridaje del Menú

El maridaje perfecto para el menú vendría a ser la cerveza. Siendo la cerveza una bebida típica de la tradición alemana y además la bebida nacional por excelencia, sin duda alguna es una buena combinación con el menú que se propone. Definitivamente las que mejor van con este menú son la cerveza negra o Schwarzbier y la Zwickelbier ya que su amargor permite que los sabores del menú se intensifiquen y resalten, además estas son un poco más rústicas, lo cual va perfecto con el menú pues se busca destacar esos sabores que se han dejado de lado. En una guía alemana para viajar, publicada en el 2013, se menciona lo siguiente acerca de la cerveza:

Los primeros textos escritos sobre esta bebida datan del año 736. Las primeras cervezas fueron elaboradas en Baviera, el sur de Alemania, por monjes. Las cervezas de los monjes *Paulaner* y *Franziskaner* han sobrevivido hasta hoy y son las cervezas más conocidas de Baviera. Estas dos marcas, son unas de las marcas oficiales del Oktoberfest. El éxito de la cerveza fue tan grande que pronto se expandió por todo el país. Actualmente existen aproximadamente 1300 fábricas de cerveza de las que dos terceras partes son fabricas pequeñas o propias de bares típicos. Existe un mapa de Alemania especializado en la cerveza. En él se encuentran todas las fábricas de cerveza e información sobre museos, especialidades típicas, rutas, etc.

Los principales tipos de cerveza se pueden dividir en los siguientes:
Weissbier: Significa “cerveza blanca“ y tiene un porcentaje de alcohol del

5% aproximadamente. Este tipo de cerveza se encuentra sobre todo en el sur de Alemania.

Berliner Weisse: Es la cerveza típica de Berlín y tiene poco alcohol (2.8%). La cerveza se mezcla con jarabe de frambuesa (Himbeere) o aspérula (Waldmeister).

Kölsch: La cerveza Kölsch tiene un porcentaje de alcohol del 4.8%. Sólo la cerveza elaborada en la ciudad de Colonia o sus alrededores inmediatos puede llamarse Kölsch. La cerveza de Colonia se sirve en vasos de 200ml.

Altbier: Cerveza típica de Düsseldorf. La cerveza Alt tiene un color más oscuro.

Helles: La cerveza “clara” es también típica de Baviera y es servida también en el Oktoberfest. Especialmente para la fiesta se elabora una cerveza un poco más fuerte.

Pils / Pilsener: La cerveza tiene su origen en la ciudad Pilsen (hoy República Checa). La cerveza tiene un sabor algo más amargo.

Zwickelbier: Esta cerveza tiene un color turbio al no ser filtrada tanto como otras cervezas alemanas.

Gose: Es una cerveza de Sajonia y Turingia que se mezcla igual como la Berliner Weisse con un jarabe o zumo.

Schwarzbier: Significa “cerveza negra” debido a su color oscuro. El Schwarzbier tiene un sabor bastante intenso y se fabrica sobre todo en el centro de Alemania.

Starkbier: La palabra Starkbier significa “cerveza fuerte” y se vende en diferentes regiones pequeñas del país.

Las tres marcas de cerveza más consumidas son Krombacher Pils, Bitburger Pils y Warsteiner Pilsener.

13. Informe de Costos

En la semana del 9 al 14 de octubre del 2012, se vendieron 76 menús a \$19,95 cada uno, adicional se vendió una primera entrada y una segunda entrada. En base a las requisiciones realizadas el costo real de menú fue de \$ 8,21 y el costo teórico basado en las recetas estándar fue de \$7,57. El ingreso obtenido por ventas fue de \$1525,20 y la utilidad neta tuvo un valor final de \$ 949,00. El food cost porcentual fue alto debido a que los productos empleados tenían altos costos y además hubo una pérdida de producción de papas alemanas lo cual incrementó de manera significativa el food cost.

13.1 Costos:

	COSTO UNITARIO
Pan	\$ 0,05
Salchicha	\$ 0,16
Salmón	\$ 0,48
Sopa de sémola	\$ 0,40
Cordero	\$ 4,88
Trilogía	\$ 1,20
Fariseo	\$ 0,40
COSTO POR MENÚ	\$ 7,57

13.1.1 Food Cost

13.1.1.1 Food cost teórico:

\$7.57 equivale al food cost del menú completo

\$19.95 equivale al precio de venta al público del menú

$$\$7.57/\$19.95 = 37.94\%$$

13.1.1.2 Food cost real:

\$627.32 es el monto total por las requisiciones realizadas

\$1525.20 equivale al ingreso total

$$\$627.32/\$ 1525.20 = 41.13\%$$

Análisis de costos: La diferencia marcada entre el food cost real y el teórico es de 3.19%. Si bien es cierto parecería que las cifras siempre se mantienen, se debe tomar en cuenta que hay productos que se deben dar de baja pues de caso contrario bajarían la calidad, así como también es necesario tomar en cuenta los transfer out que también nos sirven al momento de reducir los costos.

13.2 Recetas Estándar:



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO							
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Pan
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,100	Harina de trigo	\$0,08	-	\$0,08	TIEMPO	2h50
Kg	0,100	Harina integral	\$0,09	-	\$0,09	OBSERVACIONES	
L	0,060	Agua	-	-	-	Para decoración del pan poner semillas de ajonjolí negro en la superficie antes de llevarlo al horno.	
Kg	0,010	Levadura	\$0,04	-	\$0,04		
L	0,130	Cerveza club verde	\$0,13	-	\$0,13		
Kg	0,010	Azúcar	\$0,009	-	\$0,009		
Kg	0,004	Sal	\$0,001	-	\$0,001		
Kg	0,004	Leche en polvo	\$0,03	-	\$0,03		
Kg	0,010	Mantequilla	\$0,06	-	\$0,06		
L	0,020	Azúcar quemada	\$0,016	-	\$0,016		
Kg	0,004	Ajonjolí negro	\$0,07	-	\$0,07		
TOTAL					\$0,52		
COSTO UNITARIO					\$0,052		
PROCEDIMIENTO: PAN DE CERVEZA							
<p>Disolver en el agua la sal, el azúcar, la levadura, la malta y la leche en polvo. A continuación colocar en un recipiente las dos clases de harina, la sal el azúcar y la leche en polvo. Colocar en la mesa esta mezcla de ingredientes secos creando un espacio en el centro de la misma para colocar en ella el agua, que debe estar tibia, , la levadura, la cerveza, el azúcar quemada y la mantequilla. Disolver todos los ingredientes e incorporar los secos de a poco. Amasar hasta obtener una masa homogénea y suave. Cubrir la masa con un paño y dejar descansar durante una hora y media, permitiendo un buen levado. Una vez transcurrido el tiempo, dividir, formar los bollos y dejarlos reposar por 20 minutos más. Precalentar el horno a 180° C. Desgasificar los bollos y luego colocarlos en una lata para que al reposar dupliquen su volumen. Llevar al horno durante unos 30-40 minutos, hasta que estén los panes cocidos por dentro y dorados por fuera.</p>							



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Aper
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,165	Carne magra de cerdo	\$1,18	-	\$1,18	TIEMPO	1h
Kg	0,035	Grasa de cerdo	\$0,09	-	\$0,09	OBSERVACIONES Se añadió comino alemán a la preparación, que no fue incluido en los costos ya que fue obsequiado. Este no se encuentra en el mercado ecuatoriano. El montaje se debe realizar en un plato de aperitivo, una vez que se haya salteado la salchicha y decorarlo con la lechuga y la mostaza.	
Kg	0,003	Cebolla en polvo	\$0,02	-	\$0,02		
L	0,055	Cerveza club verde	\$0,05	-	\$0,05		
Kg	0,003	Pimienta blanca molida	\$0,02	-	\$0,02		
Kg	0,005	Sal nitritada	\$0,02	-	\$0,02		
Kg	0,003	Nuez moscada	\$0,07	-	\$0,07		
Kg	0,003	Clavo de olor molido	\$0,03	-	\$0,03		
Kg	0,002	Madeja tripa de cerdo	\$0,06	-	\$0,06		
Kg	0,001	Mostaza Dijon	\$0,06	-	\$0,06		
Kg	0,002	Lechuga frisee	\$0,01	-	\$0,01		
TOTAL					\$1,63		
COSTO UNITARIO					\$0,16		

PROCEDIMIENTO: SALCHICHA ALEMANA

Primero se debe hidratar la tripa en agua fría y enjuagarla por tres ocasiones. Luego se procesa los ocho primeros ingredientes en una procesadora tomando en cuenta que la carne de cerdo debe estar a -1 grado centígrado. Una vez realizado esto se procede a introducir esta masa en la embutidora. Y a su vez en el accesorio se introduce la tripa de cerdo lavada e hidratada. Se llena la tripa con la masa realizada anteriormente y se amarra a ambos lados para evitar que el relleno se salga. Luego se cocina la salchicha en agua caliente por un lapso de 10 a 15 minutos sin que llegue a ebullición pues si es así la tripa puede romperse. Se saca del agua, se deja enfriar, se empaca al vacío y se refrigera.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	entr
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,250	Harina de trigo	\$0,20	-	\$0,20	TIEMPO	1h
Kg	0,040	Sal	\$0,01	-	\$0,01	OBSERVACIONES	
Unidad	3	Huevos	\$0,37	\$0,02		El salmón se monta en un plato rectangular junto con una salsera en forma de gota donde va la salsa de vermouth. Receta de la salsa a continuación.	
L	c/n	Agua	-	-	-		
Kg	0,625	Espinaca	\$0,61	\$0,05	\$0,56		
Kg	0,200	Filete de salmón	\$3,20	\$0,15	\$3,05		
Kg	0,020	Eneldo	\$0,12	-	\$0,12		
Kg	0,050	Limón meyer	\$0,05	\$0,001	\$0,05		
L	0,025	Vermouth blanco	\$0,45	-	\$0,45		
L	0,180	Salsa de vermouth	\$0,48	-	\$0,48		
TOTAL					\$4,79		
COSTO UNITARIO					\$0,48		

PROCEDIMIENTO: PASTA DE ESPINACA RELLENA DE SALMÓN

Para realizar la masa se debe proceder a quitar los tallos de la espinaca y procesarla con muy poca agua hasta formar una pasta y a ésta se la cierne con un chino muy fino. Una vez realizado este proceso, al líquido se lo divide en dos partes iguales, a una de ellas se la llevará en una olla al fuego hasta que llegue a ebullición. Esta mezcla se la pasará nuevamente por el chino pero lo que se utilizará esta vez, no será el líquido restante sino por el contrario la masa que se ha formado tras cortarse la preparación. Tanto el líquido anterior como esta masa darán el color a la masa y además hará que ligen los ingredientes. En un bowl de kitchen aid se procede a agregar la harina, 2 huevos completos y una yema (la clara hay que reservarla), 25 gramos de sal y la espinaca procesada en sus dos formas y se mezcla con el accesorio para masas, en caso de que la espinaca procesada con agua no haya sido suficiente para que la masa quede lisa, se agrega un poco mas de agua. Sacar la masa del kitchen aid y reservar. Para el salmón, se retira la piel del mismo y se cortan rectángulos de 4.5cm x 1.5cm x 1.5cm; a éstos se les sazona con sal y limón. El restante del salmón se procesa con el vermouth y el eneldo previamente picado, y se sazona con sal. Una vez realizado esto, se toma el accesorio del kitchen aid para pasta y se pasa la masa de espinaca por la maquina hasta que el grosor haya llegado a 3. Se coloca en porciones la pasta de salmón, estirándola, y se coloca el salmón encima para que al momento de cerrar la masa, la pasta de salmón cubra al trozo de salmón y lo envuelva. Para cerrar la pasta se pincela con clara para que al cocinar no se abra. Se cortan las porciones y se realizan pliegues a los extremos, cortando el excedente, para realizar formas de “caramelos”. Aparte se coloca una olla con agua y se pone al fuego. Una vez que haya llegado a ebullición se coloca la pasta rellena de salmón y se cocina por 6 minutos aproximadamente.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Salsa
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,060	Echalotes	\$1,18	\$0,12	\$1,06	TIEMPO	30 min
Kg	0,020	Sal	\$0,01	-	\$0,01	OBSERVACIONES	
Kg	0,030	Mantequilla	\$0,17	-	\$0,17		
L	0,150	Vermouth blanco	\$0,83	-	\$0,83		
Kg	0,040	Maicena	\$0,12	-	\$0,12		
Kg	0,050	Crema de leche	\$0,13	-	\$0,13		
Kg	0,080	Eneldo	\$0,47	-	\$0,47		
TOTAL					\$2,78		
COSTO UNITARIO					\$0,28		

PROCEDIMIENTO: SALSA DE VERMOUTH

Cortar los echalotes en brunoise y saltear con mantequilla en un sartén hasta que queden transparentes. Una vez realizado este proceso se añade casi todo el vermouth y se deja a fuego bajo para que reduzca. Cuando la cantidad de vermouth haya reducido lo suficiente, se añade la crema de leche teniendo cuidado de que esta no se corte. Cuando haya espesado un poco se mezcla maicena con el vermouth que se había reservado previamente y se la disuelve para luego añadirla en la preparación anterior y que espese para que quede con consistencia de salsa. Por último se agrega la sal y se mezcla bien. Se saca de la sartén y se coloca en un bowl para que se enfríe. Una vez que está fría se procede a almacenarla en el frío.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	sopa	
		MERCADERÍA				PORCIONES	10	
Kg	1,000	Fondo de pollo	\$0,76	-	\$0,76	TIEMPO	1h	
Kg	0,030	Sal	\$0,01	-	\$0,01	OBSERVACIONES		
Unidad	2	Huevos	\$0,25	\$0,025	\$0,22	La sopa se la presenta en un plato sombrero en cuya base están los hongos portobello, encima las porciones de sémola y sobre ellas los pimientos en brunoise. El fondo clarificado va en jarras para que este pueda ser servido directamente donde el cliente		
L	c/n	Agua	-	-				
Kg	0,130	Mantequilla	\$0,72	-	\$0,72			
Kg	0,600	Sémola	\$1,15	-	\$1,15			
Kg	0,070	Harina de trigo	\$0,06	-	\$0,06			
Kg	0,150	Hongo portobello	\$1,02	-	\$1,02			
L	0,020	Pimiento rojo	\$0,05	-	\$0,05			
TOTAL					\$3,99			
COSTO UNITARIO					\$0,40			

PROCEDIMIENTO: SOPA DE SÉMOLA

Para la realización de los dumplings de sémola se debe derretir 100 gramos de mantequilla y estos mezclarlos con la sémola de manera uniforme; acto seguido se añade la sal. Luego se agregan los huevos y se mezcla hasta lograr una masa uniforme y una vez hecho esto se agrega la harina. La preparación debe quedar algo pegajosa pero que pueda despegarse con facilidad de las paredes del recipiente que lo contiene. Se procede a tomar papel cera y espolvorear un poco de harina sobre él. Se pone la masa, se agrega un poco de harina sobre ella y se estira con un bolillo procurando que el espesor sea el mismo en todos sus puntos. Se coloca el papel cera encima de la masa y se lleva al frío de 20 a 25 minutos. Para proceder, una vez transcurrido el tiempo se saca del frío, se retira el papel cera y se cocina en agua hirviendo hasta que los dumplings floten en la superficie. Para reservarlos se los mantiene en agua fría en el frío. Reservar. Aparte, cortar en juliana el portobello; llevar un sartén a fuego y derretir el sobrante de la mantequilla. Esto se realiza salteando los portobello hasta que su textura sea suave y estén bien cocidas las julianas. Para el pimiento se debe colocar éste directo al fuego para que su cáscara se queme y de esta manera se ase. Una vez que toda la cáscara esta negra se retira del fuego y se introduce en una funda plástica para que el pimiento sude y así sea más fácil pelarlo. Después de reposar en la funda por unos minutos se saca de la misma y se quita la piel del pimiento. Se retiran las semillas y nervaduras y se pica en brunoise. Para mantener el pimiento se lo introduce en abundante aceite de oliva y se guarda hasta el servicio. Para montar el plato se pone en la base portobello salteado, encima los dumplings de sémola calientes y en el tope aproximadamente 2 gramos de pimiento rojo asado. Se calienta el caldo y se sirve mediante jarras al momento del servicio.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	fondo
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,500	Huesos de pollo	\$0,26	-	\$0,26	TIEMPO	1h30
Kg	0,040	Sal	\$0,01	-	\$0,01	OBSERVACIONES	
Kg	0,080	Cebolla puerro	\$0,17	\$0,03	\$0,14	Se debe espumar constantemente el fondo para mejores resultados.	
L	1,200	Agua	-	-	-		
Kg	0,080	Zanahoria	\$0,05	-	\$0,05		
Kg	0,080	Apio	\$0,06	-	\$0,06		
Kg	0,060	Perejil	\$0,24	-	\$0,24		
TOTAL					\$0,76		
COSTO UNITARIO					\$0,08		

PROCEDIMIENTO: FONDO DE POLLO CON PEREJIL

Cortar tanta la zanahoria como la cebolla puerro en corte batalla. Poner en una olla los huesos de pollo, el agua, la zanahoria, la cebolla puerro y el apio y llevar al fuego. Dejar que el agua se impregne de los sabores por aproximadamente una hora espumando la preparación constantemente. Tras este tiempo transcurrido cernir la preparación para obtener el líquido y clarificarlo. Una vez realizado esto poner el perejil durante 30 minutos y luego retirarlo por completo. Agregar la sal y mezclar bien. Dejar que la preparación se enfríe para luego almacenarla.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Fuert
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	1,500	Rack de cordero	\$43,95	-	\$43,95	TIEMPO	12H30
L	0,100	Aceite de oliva	\$0,18	-	\$0,18	OBSERVACIONES	
Kg	0,040	Romero	\$0,24	\$0,03	\$0,21	Para el montaje se debe colocar en el borde del plato el amaranto frito y las 2 hojas de albahaca. Dentro del plato se coloca la ensaladilla, las papas alemanas y sobre ellas brotes de cebolla y rábano; y al costado la ensaladilla de col morada.	
Kg	0,040	Tomillo	\$0,10	-	\$0,10		
Kg	0,010	Laurel	\$0,05	-	\$0,05		
Kg	0,050	Sal en grano	\$0,16	-	\$0,16		
Porción	10	Papas alemanas	\$2,57	-	\$2,57		
Kg	0,080	Col morada	\$0,04	-	\$0,04		
Kg	0,020	Mermelada de naranja	\$0,06	-	\$0,06		
L	0,010	Aceite de almendra	\$0,12	-	\$0,12		
Kg	0,010	Amaranto	\$0,08	-	\$0,08		
Kg	0,002	Albahaca	\$0,01	-	\$0,01		
Kg	0,002	Brotes de cebolla	\$0,03	-	\$0,03		
Kg	0,002	Brotes de rábano	\$0,03	-	\$0,03		
L	0,010	Reducción de balsámico	\$0,19	-	\$0,19		
L	0,060	Salsa de vino tinto	\$1,07	-	\$1,07		
TOTAL					\$48,84		
COSTO UNITARIO					\$4,88		

PROCEDIMIENTO: CORDERO CON PAPAS ALEMANAS Y ENSALADILLA DE COL MORADA

Para realizar el plato fuerte procedemos a marinar el cordero en aceite de oliva con el romero el tomillo y el laurel por el lapso de una noche. Al siguiente día se procede a empacar al vacío el cordero y luego se lo cocina con el termocirculador a una temperatura de 58 grados centígrados por 1 hora. Al momento del servicio se toma el cordero del empaque al vacío y se lo regenera en agua para que el centro del mismo este caliente al momento de servir. Transcurrido unos 7 minutos se retira del agua, se abre la funda, se toma el cordero y se lo lleva al sartén con un poco del aceite que lo marinó y se dora la grasa. Una vez realizado esto, el cordero está listo para colocarse en el plato. Para la salsa del mismo solo se toma la cantidad de salsa necesaria y en una sartén pequeña se la calienta. Esta va encima del cordero. Las papas alemanas se llevan a una freidora hasta que se doren. Una vez fritas y colocadas en el plato se ponen brotes sobre las mismas a modo de decoración. A la col morada para la ensaladilla, se la lamina en la laminadora y se la trocea. Una vez puesta la porción de la misma en el plato se añade encima pocas gotas de aceite de almendra, reducción de balsámico y mermelada de naranja.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Guarn
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,600	Papa	\$0,47	\$0,05	\$0,42	TIEMPO	50min
L	c/n	Agua	-	-	-	OBSERVACIONES	
Kg	0,100	Harina de trigo	\$0,08	-	\$0,08		
Unidad	1,000	Huevos	\$0,12	-	\$0,12		
Kg	0,100	Cebolla perla	\$0,03	-	\$0,03		
Kg	0,020	Mantequilla	\$0,11	-	\$0,11		
Kg	0,150	Tocino	\$1,70	-	\$1,70		
Unidad	0,250	Pan de cocoa	\$0,09	-	\$0,09		
Kg	0,025	Sal	\$0,02	-	\$0,02		
TOTAL					\$2,57		
COSTO UNITARIO					\$0,26		

PROCEDIMIENTO: PAPAS ALEMANAS

Pelar las papas y cortarlas en cuartos. Ponerlas en una olla con agua hasta que las cubra y llevar al fuego. Mientras las papas se cocinan, picar la cebolla perla en brunoise y llevarla a un sartén con mantequilla hasta que se vuelvan transparentes. Una vez que han llegado a este punto, sacar del fuego, botar el excedente de mantequilla y licuar las cebollas hasta formar un puré. Una vez que las papas ya estén cocidas, se sacan del fuego y se procede a pasarlas por un pasa puré hasta que su consistencia sea suave y sin grumos. A estas papas se les añade sal, harina, huevos y el puré de cebolla; incorporar bien todos los ingredientes y reservar para su uso posterior. Por otro lado se pone a calentar una sartén y mientras esta se calienta se pica el tocino en brunoise. Cuando de la sartén salga humo, se coloca sin nada de aceite el tocino y se deja que se cocine hasta que esté completamente crocante. Cuando está listo se lo retira de la sartén, se cierne y se seca con papel absorbente. Esta preparación se reserva. A continuación se toma el pan de cocoa y se corta en brunoise. Una vez listo se pone en una lata y se lleva al horno por máximo 5 minutos a 160°C o hasta que estén crocantes. Se los saca del horno y se mezcla con el tocino. Para realizar las papas se toma el puré, se realiza una esfera pequeña y se la aplasta como una tortilla. A continuación con una cuchara se toma un poco del relleno de pan con tocino y se pone en el centro de la papa, a esta papa se la dobla por los bordes creando una papa rellena y se la reserva en el frío, sobre una bandeja o lata con papel cera hasta el momento del servicio donde se freirán a 250-300°C aproximadamente.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Salsa
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
L	0,040	Vinagre balsámico	\$0,18	-	\$0,18	TIEMPO	20 min
Kg	0,010	Azúcar	\$0,01	-	\$0,01	OBSERVACIONES	
TOTAL					\$0,19	Tener precaución que no reduzca demás.	
COSTO UNITARIO					\$0,02		

PROCEDIMIENTO: REDUCCIÓN DE BALSÁMICO

Colocar en una olla el vinagre con el azúcar y llevar a una hornilla a fuego bajo hasta que la preparación reduzca lo suficiente y este espeso. Es importante tener cuidado de que no reduzca demás para que la preparación no se haga caramelo.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Salsa
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,100	Huesos de cordero	\$0,23	-	\$0,23	TIEMPO	2h30
L	0,200	Agua	-	-	-	OBSERVACIONES	
Kg	0,030	Zanahoria	\$0,02	\$0,003	\$0,02		
Kg	0,030	Cebolla puerro	\$0,06	\$0,001	\$0,05		
Kg	0,010	Apio	\$0,01	-	\$0,01		
L	0,100	Vino tinto	\$0,45	-	\$0,45		
L	0,030	Vinagre de vino t	\$0,30	-	\$0,30		
Kg	0,010	Maicena	\$0,03	-	\$0,03		
Kg	0,030	Azúcar	\$0,01	-	\$0,01		
TOTAL					\$1,10		
COSTO UNITARIO					\$0,11		

PROCEDIMIENTO: SALSA DE VINO TINTO

Cortar la zanahoria, el puerro y el apio en corte batalla. Colocar los vegetales cortados con los huesos de cordero en una lata y llevarlos al horno hasta que se doren. Cuando estén dorados retirar todo de la lata y colocar en una olla con el agua. Llevar a la hornilla y realizar un fondo tal como se hizo para la sopa. En la lata donde se hornearon los huesos se coloca una tercera parte del vino tinto y el vinagre de vino tinto y se lleva nuevamente al horno hasta que los líquidos lleguen a ebullición. Esta preparación se cierne y se reserva conjuntamente con el restante del vino tinto. El fondo cuando esté listo, se cierne y se lleva nuevamente al fuego hasta que la cantidad de líquido reduzca a la mitad. Por último se le añade unas $\frac{3}{4}$ partes del vino tinto que se había reservado con el líquido obtenido después de que se doraron los huesos. En el restante de vino tinto se disuelve la maicena y luego se lleva esta preparación a ebullición para que espese. Se saca del fuego y se deja enfriar para luego guardarlo en el frío.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Postre
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Porción	10	Bananas al ron	\$2,60	-	\$2,60	TIEMPO	5 min
L	0,600	Queso Quark	\$6,00	-	\$6,00	OBSERVACIONES	
Porción	10	Albaricoques al ají	\$0,64	-	\$0,64	El montaje es en un plato rectangular	
Porción	10	Budín de manzana	\$1,40	-	\$1,40		
L	0,020	Glaseado de chocolate	\$0,06	-	\$0,06		
Kg	0,020	Pistacho	\$0,49	-	\$0,49		
Porción	10	Gelatina de ron	\$0,20	-	\$0,20		
Porción	10	Almíbar de ron	\$0,30	-	\$0,30		
Porción	10	Tuile	\$0,32	-	\$0,32		
TOTAL						\$12,01	
COSTO UNITARIO						\$1,20	

PROCEDIMIENTO: BANANAS AL RON, QUESO QUARK CON ALBARICOQUES AL AJÍ Y BUDÍN DE MANZANA

Para el montaje colocamos en el plato base glaseado de chocolate y lo pincelamos con una brocha de forma horizontal. A continuación espolvoreamos pistacho que se picó previamente, sobre la parte izquierda del plato, encima del glaseado. Sobre este colocamos las bananas al ron, encima el almíbar y sobre él la gelatina. Al lado derecho de este postre se coloca un vasito donde se colocó 6 ml de queso quark aproximadamente y encima los albaricoques con ají y a modo de decoración ponemos el tuile. Por último al lado derecho de este ponemos el último postre que sería el budín de manzana que se calentó previamente.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Postre
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	1,000	Plátano seda	\$0,69	\$0,10	\$0,59	TIEMPO	40min
Kg	0,060	Azúcar	\$0,05	-	\$0,05	OBSERVACIONES Tomar en cuenta que las preparaciones deben realizarse rápidamente ya que el banano se oxida en corto tiempo.	
L	0,050	Ron	\$0,53	\$0,03	\$0,50		
L	0,100	Leche condensada	\$0,25	-	\$0,25		
Kg	0,800	Limón meyer	\$0,78	-	\$0,78		
Kg	0,080	Galletas maría	\$0,30	-	\$0,30		
Kg	0,006	Cardamomo	\$0,11	-	\$0,11		
TOTAL					\$2,58		
COSTO UNITARIO					\$0,26		

PROCEDIMIENTO: BANANAS AL RON

Cogemos 400 gramos de bananos, los pelamos y cortamos en rodajas rectas. En una sartén aparte colocamos el azúcar y la llevamos al fuego hasta que se oscurezca, una vez hecho caramelo se añaden las bananas y el ron y se saltea hasta que estas estén cocidas y suaves. Reservamos esta preparación. Con otros 400 gramos de plátanos, los pelamos y cortamos en brunoise. Se los mezcla con la ralladura de limón, pocas gotas de zumo de limón y la leche condensada. Se reserva. Aparte con los 200 gramos restantes de banano, se pelan y se corta en diagonales. Estas se llevan a una parrilla y se los marca de un solo lado. Esta preparación se mantiene de lado hasta formar el timbal. Para la base de galletas, se trituran las mismas y se mezcla con cardamomo. Estos polvos se colocan en una lata y se lleva a un horno a 160° C por 10 minutos o hasta que esté tostado. Una vez que se ha sacado esta preparación, se preparan los timbales, formando una base con papel film y en él se pone un poco de estos polvos y se presiona para que se compacten. Luego se pone la preparación del plátano flambeado con ron, a continuación el plátano con leche condensada y finalmente los bananos a la parrilla. Se cubren nuevamente y se llevan al congelador hasta el momento del montaje. Cuando el postre se vaya a servir, este timbal debe sacarse del congelador con anterioridad para que al momento de servir no esté congelado.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Postre
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
L	0,023	Agua	-	-	-	TIEMPO	15min
Kg	0,007	Azúcar	\$0,01	-	\$0,01	OBSERVACIONES	
L	0,007	Ron	\$0,07	-	\$0,07		
Kg	0,003	Colapez	\$0,11	-	\$0,11		
TOTAL					\$0,19		
COSTO UNITARIO					\$0,02		

PROCEDIMIENTO: GELATINA DE RON

En una olla pequeña llevar al fuego todos los ingredientes menos el colapez, hasta que hiervan. Mientras tanto se pone a hidratar el colapez en agua fría. Una vez que haya llegado a ebullición se coloca el colapez escurrido sobre la preparación y a su vez esta se coloca sobre una bandeja cubierta con papel film. Cuando la preparación esté firme se procede a cortar con el cortapastas.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Postre
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
L	0,030	Agua	-	-	-	TIEMPO	15min
Kg	0,030	Azúcar	\$0,03	-	\$0,03	OBSERVACIONES	
L	0,030	Ron	\$0,32	-	\$0,32		
TOTAL					\$0,35		
COSTO UNITARIO					\$0,03		
						Limpiar constantemente el borde de la olla y el almíbar para evitar que el azúcar se cristalice.	

PROCEDIMIENTO: ALMÍBAR DE RON

Para el almíbar se pone al fuego una olla con el agua y el azúcar hasta que esta preparación comience a espesar y se convierta en un almíbar. Sabremos que este está listo cuando se introduzca un tenedor y al sacarlo y soplarlo se formen burbujas. Una vez listo el almíbar se añade el ron y se deje enfriar. Reservar.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Postre
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,100	Albaricoques	\$0,44	\$0,07	\$0,37	TIEMPO	30min
Kg	0,150	Azúcar	\$0,13	-	\$0,13	OBSERVACIONES	
L	0,150	Agua	-	-	-		
Kg	0,030	Ají	\$0,13	-	\$0,13		
TOTAL					\$0,64		
COSTO UNITARIO					\$0,06		

PROCEDIMIENTO: ALBARICOQUES AL AJÍ

Cortar la cola y rabo del ají, dividirlo en dos, y quitarle las semillas. Aparte, pelar los albaricoques y cortarlos en julianas. Proceder a poner en una olla todos los ingredientes antes mencionados y dejar que el líquido se convierta en almíbar, una vez que ha sucedido esto, los albaricoques se habrán cocido y estarán listos. Dejar enfriar, retirar el ají y reservar.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Postre
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,015	Harina de trigo	\$0,01	-	\$0,01	TIEMPO	30min
Kg	0,060	Azúcar	\$0,05	-	\$0,05	OBSERVACIONES	
L	0,024	Pulpa de naranja	\$0,08	-	\$0,08		
Kg	0,030	Mantequilla	\$0,17	-	\$0,17		
L	c/n	Colorante rojo	\$0,01	-	\$0,01		
TOTAL						\$0,32	
COSTO UNITARIO						\$0,03	

PROCEDIMIENTO: TUILE

Cortar la mantequilla y la pulpa congelada en trozos pequeños. En un bowl colocar todos los ingredientes y batir constantemente hasta que la mezcla se vuelva homogénea. Una vez lista se coloca en un silpat y se iguala la preparación con una espátula de codo. Meter al horno a una temperatura de 170° C por 10 minutos y una vez cumplido el tiempo sacarlo del horno y dejarlo enfriar por 5 minutos. A continuación con un cortapastas hacer presión en la preparación para cortarlo y despegarlo. Usando los dedos índice y pulgar, presionar la parte inferior de la circunferencia para realizar un pétalo. Dejar que endurezca. Esta preparación será la decoración del albaricoque y queso quark.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Postre
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
L	0,040	Leche	\$0,05	-	\$0,05	TIEMPO	40min
Unidad	1	Huevos	\$0,12	-	\$0,12	OBSERVACIONES	
Kg	0,060	Azúcar	\$0,05	-	\$0,05		
Kg	0,025	Canela en polvo	\$0,40	-	\$0,40		
Kg	0,015	Clavo de olor	\$0,15	-	\$0,15		
Kg	0,080	Mantequilla	\$0,44	-	\$0,44		
Kg	0,100	Manzana verde	\$0,20	\$0,02	\$0,18		
Kg	0,150	Pan viejo	\$0,02	-	\$0,02		
TOTAL					\$1,40		
COSTO UNITARIO					\$0,14		

PROCEDIMIENTO: BUDÍN DE MANZANA

Desmenuzar el pan de manera muy fina. Agregar la leche y 10 gramos de azúcar. Aparte pelar las manzanas, descorazonarlas y cortarlas en láminas finas. Cocinar en una olla junto con la mantequilla, canela, azúcar y clavo de olor. Cuando las manzanas estén suaves y flexibles se retira el exceso de mantequilla y se dobla cada círculo en 4, primero a la mitad y luego nuevamente a la mitad. La preparación inicial se coloca en moldes de silicón en la base y en el centro, como un núcleo, se colocan 2 abanicos de manzana. En una lata se coloca el molde y alrededor agua para que se cocine a baño maría por 15 minutos a 160° C. Una vez cumplido el tiempo se los saca del horno, se deja que se enfríen y luego se cubre con papel film cada porción.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Bajati
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,160	Café molido	\$1,71	\$010	\$1,61	TIEMPO	10min
L	0,100	Ron	\$1,06	\$0,03	\$1,03	OBSERVACIONES	
L	0,200	Agua	\$0,49	-	\$0,49		
L	0,050	Chantypack	\$0,10	-	\$0,10		
L	0,050	Crema de leche	\$0,13	-	\$0,13		
Kg	0,005	Café en grano	\$0,05	-	\$0,05		
Porción	0,050	Gelatina de café con leche	\$0,58	-	\$0,58		
TOTAL					\$4,00		
COSTO UNITARIO					\$0,40		

PROCEDIMIENTO: FARISEO

Se bate en un bowl de kitchen aid, el chantypack y la crema de leche hasta formar una crema chantilly. Luego esta se coloca en una manga con una boquilla rizada. Aparte se mezcla el café molido con el agua y el ron. Como decoración se coloca la crema chantilly, gelatina de café con leche y un grano de café.



UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO PRODUCTO	COSTO MERMA	COSTO FINAL	CATEGORÍA	Bajati
		MERCADERÍA				PORCIONES	10
Kg	0,010	Café soluble	\$0,38	-	\$0,38	TIEMPO	10min
L	0,030	Leche evaporada	\$0,10	-	\$0,10	OBSERVACIONES	
Kg	0,002	Colapez	\$0,09	-	\$0,09		
L	0,006	Azúcar	\$0,01	-	\$0,01		
TOTAL					\$0,58		
COSTO UNITARIO					\$0,06		

PROCEDIMIENTO: GELATINA DE CAFÉ CON LECHE

En un recipiente se hidrata el colapez con agua fría y se reserva. Aparte se coloca en una olla los demás ingredientes y se lleva a ebullición. Una vez que esté hirviendo se añade el colapez escurrido. Se traslada esta preparación a una bandeja con papel film en su base para que sea más fácil el sacar las gelatinas. Una vez que haya cuajado se corta con un cortapastas o boquilla redonda las porciones.

13.3 Informe de Ventas o Financiero

	MENÚ VENDIDOS	ENTRADAS VENDIDAS
PVP	\$ 1516,20	\$ 9,00
INGRESO TOTAL		\$ 1525,20

- Resumen de costos por plato

PLATO		CANTIDAD TOTAL PRODUCIDA	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
Pan	Pan de cerveza	78	\$ 0,05	\$ 3,90
Aperitivo	Salchicha	78	\$ 0,16	\$ 12,48
Primera Entrada	Salmón envuelto en pasta	85	\$ 0,48	\$ 40,80
Segunda Entrada	Sopa de sémola	85	\$ 0,40	\$ 34,00
Plato Fuerte	Cordero con papas alemanas	78	\$ 4,88	\$ 380,64
Postre	Trilogía de postres alemanes	82	\$ 1,20	\$ 98,40
Bajativo	Fariseo	85	\$ 0,40	\$ 34,00
TOTAL		571	\$ 7,57	\$ 604,22

- Kárdex de ventas

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
Producción	15	15	2	2	29	4	13
Inventario Inicial	0	30	17	15	30	15	18
Ventas	0	15	4	14	19	10	14
Inventario Final	0	15	14	1	11	5	4
Dar de Baja	-	-	-	3 sopas	15 porciones de papas	-	4 menús

- Informe de ventas detallado

Desglose de Ventas

	L	M	I	J	V	S	D	TOTAL
Salchicha	0	15	4	14	19	10	14	76
Salmón	0	15	4	14	19	11	14	77
Sopa sémola	0	15	4	14	20	10	14	77
Cordero	0	15	4	14	19	10	14	76
Postres	0	15	4	14	19	10	14	76
Café Fariseo	0	15	4	14	19	10	14	76

- Resultados Financieros

	COSTO POR PLATO	COSTO POR MENÚ
Pan	\$ 0,05	\$ 7,57
Aperitivo	\$ 0,16	
Primera Entrada	\$ 0,48	
Segunda Entrada	\$ 0,40	
Plato Fuerte	\$ 4,88	
Postre	\$ 1,20	
Bajativo	\$ 0,40	

	Cantidad Vendida	PVP	Total
Menú Completo	76	\$ 19,95	\$ 1516,20
Primera Entrada	1	\$ 4,50	\$ 4,50
Segunda Entrada	1	\$ 4,50	\$ 4,50

Costo de venta	\$ 575,44
INGRESO TOTAL	\$ 1525,20
UTILIDAD NETA	\$ 949,00

* Sin cobrar IVA ni servicio.

Los ingresos que creó la venta de un total de 76 menús, una primera entrada y una segunda entrada, equivale a \$1.525,20.

14. Conclusiones y recomendaciones

- Como conclusión se podría decir que si bien es cierto el costo de los platos es alto, también permiten que haya una ganancia considerable para el restaurante.
- Es importante mencionar también que parte importante del éxito en el menú es la diversa realización de pruebas del mismo para asegurarse que no haya inconvenientes.
- Se puede concluir que a pesar de los inconvenientes que se presentan en la semana, es un proyecto satisfactorio tomando en cuenta que el esfuerzo es realmente recompensado con el gusto de ver que la comida que se propone se vende.
- Como recomendación se debe procurar realizar las preparaciones que tienen un tiempo de vida mayor, para toda la semana debido a que esto ayudará a que se tenga menor cantidad de cosas pendientes para cada día.
- Se recomienda realizar un check list donde pueda verse las cosas que están pendientes durante la semana y además realizar recetas estándar de fácil entendimiento ya que si alguien tiene tiempo libre para poder ayudar a la persona del menú, la receta ayudará a que no tenga que preguntar constantemente como realizar las preparaciones.
- En lo personal sugiero que se realice más de una prueba antes de la degustación y que se procure hacer probar a varios profesores con el objetivo de que puedan guiarle de mejor manera.

- Creo que es importante mencionar que el esfuerzo siempre es recompensado y es lo que uno más aprecia al momento de la degustación. Lo que se aprende en Marcus es algo que en ningún otro punto de venta de la universidad se podría aprender. Muy aparte de lo que se enseñe allí, es una de las mejores experiencias porque es una forma de adquirir conocimiento. Es importante sacarle provecho a esta oportunidad y esforzarse para demostrar lo que uno es capaz de hacer.

15. Bibliografía

Abascal, P. (2008). *Larousse de los Postres* (1ra ed.). México: Ediciones Larousse.

Anónimo. (2009). *Postres*. Barcelona: Parragon Books.

Eidson, J. (s.f.). *Countries and Their Cultures: Germany*. Recuperado el 8 de mayo de 2013, de <http://www.everyculture.com/Ge-It/Germany.html>

Gailus, M. (1994). *Food Riots in Germany in the late 1840's*. Recuperado el 4 de abril de 2013, de <http://www.jstor.org/stable/651248>

Howe, R. (1953). *German Cooking* (2da ed.). Londres: Andre Deutsch.

Olver, L. (2013, Mayo 14). *Food Timeline FAQs: beverages*. Recuperado el 18 de mayo de 2013, de <http://www.foodtimeline.org/foodbeverages.html#winebeer>

Reichert, H. et al. (2002). *Swabia, a culinary tour*. Latvia: Singloch Edition.

Rodríguez, J. A. (2008). *Etnobotánica de la Sierra de Baza: Ajo Silvestre (Allium sps.)*. Recuperado el 13 de mayo de 2013, de http://www.sierradebaza.org/principal_08-08/notic1_08-08.htm

Sánchez M., María. (s.f.). *Gastronomía- Alemania*. Recuperado el 16 de octubre de 2012 de

<http://www.viajejet.com/gastronomia-%E2%80%93-alemania/>

(s.a.). (2013). *Cerveza Alemana*. Recuperado el 17 de mayo de 2013, de

<http://www.alemania-guia.com/cerveza-alemana/>

(s.a.). (2003, Octubre 5). *The diffusion of food culture: Cookery and food education in*

Europe since the Eighteenth Century. Recuperado el 24 de abril de 2013, de

<http://www.vub.ac.be/SGES/ScientificReportPrague.html>

(s.a.). (2005, Septiembre 25). *Food and city in Europe since the late eighteenth century:*

Urban life, Innovation and Regulation. Recuperado el 24 de abril de 2013, de

<http://www.vub.ac.be/SGES/ScientificReportBerlin.html>

(s.a.). (2013). *Feijoa*. Recuperado el 18 de mayo de 2013, de

<http://www.rdnatural.es/plantas-y-nutrientes-para-el-organismo/alimentos-saludables/feijoa/>

(s.a.). (2013). *Traditional German Dishes*. Recuperado el 20 de abril de 2013, de

http://www.germany.co.za/traditional_dishes.html

(s.a.). (2008, Noviembre 4). *Queso Quark*. Recuperado el 16 de mayo de 2013, de

<http://www.gastronomiaycia.com/2008/11/04/queso-quark/>

(s.a.). (s.f.). *German Federation of Food Science and Technology (GeFFoST) Formed.*

Recuperado el 16 de abril de 2013, de

<http://www.worldfoodscience.org/cms/?pid=1004902>

(s.a.). (s.f.). *German Research Center for Food Chemistry (DFA).* Recuperado el 16 de abril

de 2013, de <http://www.dwih.com.br/index.php?id=54>

Sistema de información unificado de Guatemala. (s.f.). *Banano y plátano fresco.* Recuperado

el 16 de octubre de 2012, de

<http://uim.mineco.gob.gt/documents/10438/17026/F4.pdf>

Sonnenwald, S. (2002). *Cocina Sana Actual* (1ra ed.). España: Colección Casa Viva.

Super, J. C. (2002). *Review Essay: Food and History.* Recuperado el 4 de abril de 2013, de

<http://www.jstor.org/stable/3790571>

Teubner, C. (2004). *El Gran Libro de los Alimentos del Mundo.* León, España: Editorial Everest.

16. Anexos

(Fotografías realizadas por *Rafael Peralta*)

16.1 Menú alemán



"INSPIRACIÓN
DE SABORES ALEMANES"
"INSPIRATION
DEUTSCHER GESCHMÄCKER"



Il Mercato di Gendarmenmarkt, Berlino.
Der Gendarmenmarkt, Berlin.





Estas creaciones gastronómicas han sido inspiradas en los sabores provenientes del territorio alemán.

A través del tiempo, la gastronomía alemana ha sido influenciada por diferentes culturas. Aquellas de mayor preponderancia dentro del menú cotidiano alemán son la holandesa, austriaca y escandinava.

En Alemania los platos típicos varían inmensamente de acuerdo a su región. Sus delicias y abundancia no son comúnmente conocidas a nivel mundial. Este menú busca destacar y representar precisamente esta gastronomía.

Algunos de los ingredientes que no se encuentran en nuestro país, han sido reemplazados por otros que guardan similitud con sus originales.

Francis Maria Flores Silvers
Universidad San Francisco de Quito

"INSPIRACIÓN DE SABORES ALEMANES" INSPIRATION DEUTSCHER GESCHMACK

MENÚ

Aperitivo / Aperitif
"Emociones carnes que abrennar" Antriano

Bocadillo de típica sachicha alemana
Kosquim de typisch deutscher Bratwurst

Primera entrada / Erste Vorspeise
"No busco la proeza cultural, quiero ofrecer los placeres esenciales" Patrick Cervati

Salmon envuelto con pasta de espinaca
en salsa ligera de Vermouth

Lachsrolle mit Spinatcreme und leichter Vermouthsauce

Segunda entrada / Zweite Vorspeise
"No estáis moderándos sin una buena razón" Antriano

Sopa de bocadillos con masa de semolina
acompañada de hongos portobello
y pimiento asado

Gebäckbrottsuppe mit Portobellopilzen und gebratenem Paprika

Plato fuerte / Hauptspeise
"En cociones cortos se aprecia la perfección; en cambio, en los largos, el ingenio y la armonía"
Michael Bies

Rack de cordero barbado con salsa de vino tinto,
ensaladilla de col morada
y papas alemanas

Lammrack in Rotweinsauce, Rotkraut und Kartoffeln

Postre / Nachspeise
"Una comida sin un postre es como un traje sin corbata" F. Pizar

Bananas al ron,
queso Quark con albaricoques al jilí
y budín de manzana.

Bananasauce, Quark mit Chilli,Aprikosen und Apfelbuding

Bajajito / Kaffeispezialität
"La cocina es el alma de amor" Gaj de Murgessant

Típica bebida del norte de Alemania "Frisco"
Norddeutscher "Pilsener"

16.2 Aperitivo

Bocadito de típica salchicha alemana.



16.3 Primera entrada

Salmón envuelto con pasta de espinaca en salsa ligera de vermouth.





16.4 Segunda Entrada

Sopa de bocaditos con masa de sémola acompañada de hongos portobello y pimiento asado.



16.5 Plato Fuerte

Rack de cordero bañado con salsa de vino tinto, ensaladilla de col morada y papas alemanas.



16.6 Postre

Bananas al ron, queso quark con albaricoques al ají y budín de manzana.



16.7 Bajativo

Bananas al ron, queso quark con albaricoques al ají y budín de manzana.



