

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO
Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

Tesis: Sabores Navideños
Cocina Navideña

María Paula Ribadeneira
Chef Claudio Ianotti, Director de tesis

Tesis de grado presentada como requisito para al obtención del título de
Licenciado en Arte Culinario

Quito, Julio 2013

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

Licenciatura en Arte Culinario

Hoja de Aprobación de Tesis

Tesis: Sabores Navideños

María Paula Ribadeneira Mora

Chef Claudio Ianotti,
Director de tesis

Chef Claudio Ianotti,
Miembro del Comité de tesis

Mauricio Cepeda,
Decano del Colegio de Hospitalidad,
Arte Culinario y Turismo

© 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: María Paula Ribadeneira

C. I.: 1712084811

Fecha: Quito, 10 de julio del 2013

Agradecimiento

Quisiera tomarme unos minutos para agradecer a todas las personas que me han apoyado incondicionalmente en cada uno de mis pasos. Principalmente quiero dar las gracias a mi profesor Claudio Ianotti quien no solo me ayudo con la elaboración de una de las recetas llevadas a cabo en este menú sino también porque ha sido un gran apoyo, quien me ha sacado adelante con sus consejos durante tropezones a lo largo mi carrera. De igual manera quiero agradecer a mi familia, especialmente a mis padres quienes han sido mi sistema más grande de apoyo a lo largo de estos años. Son quienes me han impulsado a seguir adelante hasta poder cumplir mis sueños A mi novio Carlos Fernando Dassum quien me respaldo y ha hecho que mis sueños formen parte de los suyos. Y por ultimo quisiera agradecer a mis compañeros con quienes tuve la oportunidad de llevar a cabo este Menú.

Resumen

Durante la semana del 19 al 22 de Diciembre del 2011 se inicio con la venta del menú “Sabores Navideños.” Mismo el cual cuenta como parte del proyecto final para los alumnos del Colegio de Artes Culinarias. Junto a Felipe Tinajero y Juan Diego Alvarado. Su elaboración consta de todo un procedimiento el cual debe ser seguido y aprobado por distintos profesores incluyendo el Chef Ejecutivo del Restaurante. A lo largo de este escrito se encuentra recopilado cada uno de los pasos necesarios para la creación del mismo. Un trabajo exhaustivo el cual refleja todo lo que hemos aprendido a los largo de los años de estudio, no solamente todo lo relacionado a la preparación de distintos platos y las técnicas empleadas, sino también es una prueba la cual simula la realidad en donde se deben tomar en cuanto los costos de los productos utilizados. Nuestro único objetivo era lograr reproducir una navidad casera en donde por medio de cada uno de los platos a través de los distintos aromas y sabores típicos de esta época.

Abstract

On December 2011, together with two of my classmates, Felipe Tinajero and Juan Diego Alvarado. I had the opportunity to create a menu, which was offered for one week. "Sabore Navideños," is not only the last project required by the Universidad San Francisco de Quito, but it reflect what we had learned through out the years in the Culinary Art School. Every year each student is required to demonstrate what he or she had learned not only in the cooking area with the different techniques, but as well as in costs. Costs that have to be respected and documented, in a final report. In the case of our menu called "Sabores Navideños," our biggest and more important goal was to re create the sensation of a family Christmas dinner. These would be accomplished by the different flavors and smells traditional from this time of the year. Through out this report you'll find all the information that was needed to accomplish this project, as well as the different costs and products used in the creation of the Christmas menu.

Índice

Agradecimiento	1
Resumen	2
Abstract.....	3
Índice.....	4
Introducción.....	5
Tema y justificación	7
Soporte histórico y cultura.....	8
Metodología de Investigación	10
Recursos empleados	11
Ingredientes y variantes	13
Propuesta de Menú	16
Razonamiento del menú	17
Detalle de técnicas empleadas.....	20
Ejecución del menú.....	21
Recetas Estándar.....	21
Receta de costos por plato.....	40
Informe de ventas.....	45
Presupuesto empleado en tesis.....	47
Recomendaciones.....	50
Conclusión.....	51
Anexos	52
Anexo 1: Requisición para degustación y menú.....	52
Anexo 2: Kardex venta del menú	54
Anexo 3: Análisis de ventas del menú	55
Anexo 4: Diseño del Menú	56
Anexo 5: Montaje de platos	57
Bibliografía.....	61

Introducción

El desarrollo de la tesis no solamente es el escalón final para cerrar o concluir los estudios de mi carrera gastronómica, sino ha sido uno de los proyectos más importantes en donde cada alumno debe poner en practica lo aprendido a lo largo de estos años. El laboratorio de Marcus forma parte de lo que se conoce como practicas cuatro. Donde el estudiante a lo largo del semestre desarrolla un menú que formara parte de la carta diaria en el Restaurante Marcus Apicius, por una semana.

El estudiante debe realizar una planificación de costos así como también distribución y posicionamiento proteico, el cual será revisado por el Chef Ejecutivo del restaurante. Para luego pasar a un panel de evaluación donde se ofrece una presentación sobre el tema y una degustación del menú. Este esta conformado por un grupo de profesores que han sido parte de nuestro proceso académico a lo largo de nuestra carrera.

Una vez el menú aprobado por el panel de profesores se pasa a la semana de elaboración, donde el alumno es puesto a prueba. Con el principal objetivo de aprender a manejar situaciones reales al estar a cargo de una cocina. Es la responsabilidad del estudiante de tener la materia prima necesaria, ya que el porcentaje de desperdicio será de igual manera tomado en cuenta.

En el caso del semestre en el cual forme parte de la cocina del restaurante Marcus Apicius, nos encontrábamos demasiados alumnos; razón por la cual se opto por que los estudiantes sacaran a la venta menús grupales. De la mano de 2 estudiantes más tuve el honor de realizar el menú el cual salió a la venta en el

mes de Diciembre. Juan Diego Alvarado, Felipe Tinajero y yo, María Paula Ribadeneira fuimos puestos a prueba con un menú navideño.

Dicho tema fue un gran reto, ya que la navidad implica una gran serie de creencias y sentimientos los cuales debían ser representados en un menú el cual saldría a la venta en la semana del 17 al 23 de diciembre. Nuestro objetivo planteado era lograr transmitir lo que significaba la navidad para cada uno de nosotros. Esto se lograría a través de cada uno de los productos que conforman cada uno de los platos; por medio de los sabores y olores.

En esta Tesis se encuentra recopilado cada uno de los pasos necesarios para lograr desarrollar dicho menú. Desde cada uno de los ingredientes con su costo y cantidad necesario, así como también se encuentra detallado aquellos productos los cuales fueron considerados desperdicio y aquellos que pudieron ser donados a dicho restaurante para su uso.

Tema y justificación

Para mi trabajo, se presento con el grupo, una serie de propuestas de menú al restaurante Marcus. El único parámetro el cual se debía cumplir era que este tenía que ser navideño. La idea que se pensó con mis compañeros de grupo, era brindar al cliente una cena que se asemeje a las cenas familiares. Es decir, dar una variedad de opciones de ensaladas al igual que proteína.

Al ser el concepto, transmitir una cena familiar. Lo más importante era proporcionar abundante comida. Razón por la cual se decidió profundizar más en cuanto se refiere a esta época del año y los productos utilizados a lo largo de esta temporada. Al ser diciembre un mes de mucho frío por lo general las personas quienes pasan por las cuatro estaciones acostumbran a utilizar los productos de conserva así como también todo lo que es frutos secos.

En este punto fue cuando realmente se empezó a desarrollar cada uno de los platos. La idea consistía en que cada uno de nosotros debía averiguar recetas familiares tradicionales, las cuales suelen ser preparadas en navidad. Se decidió en ofrecer dos tipos de proteínas, jamón de cerdo y pavo, las cuales son típicas de esta época.

Soporte histórico y cultura

Para muchos la Navidad es una de las fiestas más importantes durante todo el año. Para los religiosos es una fecha la cual es fundamental sobre las creencias, ya que en este mes es el nacimiento de Jesucristo. A pesar de ser una época del año importante para la religión, hay quienes la celebran de igual manera. Ya que, es la excusa perfecta para reunirse con toda la familia con un gran banquete.

La Navidad dentro de la religión Católica, es una fecha de suma importancia al ser en este mes la celebración del nacimiento de Jesucristo y a partir de aquel día es donde se desarrollan todas las creencias de dicha religión. Pero ¿de donde viene la Navidad y que significa? Proviene de la palabra natividad cuyo significado es natalicio o comienzo, celebrado por los Paganos. Ellos en esta fecha celebraban el día más corto del año y el nuevo sol de Enero. Tradición la cual fue instruida como parte de nuestra religión durante el siglo cuarto por la Iglesia Católica Romana. Es muy importante mencionar que durante dicha época, los cristianos eran pocos y eran perseguidos por los paganos. Cuando el emperador Constantino se declara cristiano, es cuando comienza aumentar notablemente el número de creyentes.

Si bien la Navidad fue instruida a la Iglesia Católica en el siglo cuarto cuando Constantino se declara cristiano, esta celebración es proveniente de épocas anteriores. Era una de las tradiciones más importantes de la antigua Babilonia, la cual fue apartada de las enseñanzas bíblicas al ser Babilonia de Nimrod uno de los sistemas más corruptos en ese tiempo. Nimrod era nieto de Cam, hijo de Noé. Fue fundador del primer imperio después del gran diluvio y

quien construyó la Torre de Babel. Se dice que Nimrod se casó con su madre Semíramis, el muere prematuramente y aquí es cuando ella comienza a propagar la doctrina de supervivencia de su hijo esposo. Decía que de un día para el otro un gran árbol siempre verde, crecía en un lugar muerto. El cual reflejaba la nueva vida de Nimrod, y cada año en su natalicio, el 25 de diciembre ella dejaba regalos bajo el árbol. Semíramis fue conocida como la reina del cielo de la antigua Babilonia y su hijo esposo paso a ser el divino hijo del cielo. Siglos más tarde seguían siendo idolatrados y paso de ser de “divino hijo del cielo” a hijo de Baal, Dios sol. Creencia la cual los paganos llegaron a adoptar, llegando a ser una celebración dentro de la Iglesia Católica.

Una de las tradiciones durante la época de Navidad es de realizar una gran cena con una basta variedad de alimentos. Por lo general se utilizan productos tanto de conserva como frutos secos debido al clima de invierno que los países nórdicos atraviesan. Por lo general la carne más utilizada para la Navidad suele ser el pavo. Lo interesante de este animal es que fue introducido a Europa durante la época colonial por los aztecas en el siglo XVI. También se dice que los colonos ingleses de Mayflower, quienes desembarcaron en Massachusetts 1621 se alimentaron de pavo. Dando así inicio a la festividad del Día de acción de gracias. Otro de los productos populares consumidos durante dicha festividad suele ser el jamón de cerdo. Este se origina en Inglaterra durante la época medieval donde usaban la cabeza de un jabalí como sacrificio al dios nórdico Frey. El cual coincide ser el 26 de diciembre con la festividad de Yule o Navidad. La iglesia Católica adopta la tradición de cenar jamón ya que ciertos conversos evitan comer cerdo mientras que los verdaderos conversos disfrutarían de este delicioso platillo.

Metodología de Investigación

Al ser un menú el cual busca brindar una experiencia navideña casera, utilizaremos recetas que han sido creadas por nuestras abuelitas y madres. Las cuales para cada uno de nosotros expresan el verdadero sentimiento de la navidad. Para esto realizaremos varias pruebas de diferentes recetas hasta encontrar la preparación perfecta que haga fusión con cada uno de los productos y platos planeados.

Recursos empleados

En lo que se refiere a todo lo que forma parte la investigación se recurrió a la biblioteca de la Universidad San Francisco de Quito. Donde se pudo explorar a fondo todo en cuanto al concepto de la Navidad. Sus raíces, como comenzó toda esta celebración y la tradición de ofrecer grandes banquetes a la gente.

De igual manera fue necesario recurrir a recetarios familiares. De donde se obtuvo la gran mayoría de la recetas para la elaboración del menú. Para de esta manera, con una serie de opciones tanto de platos como distintos acompañamientos e ideas para el montaje se paso a planificar el menú de degustación. Para lograr lo propuesto recurrimos a dos profesores quienes nos guiaron en algunas preparaciones fundamentales. Claudio Ianotti, profesor de Garde Mange II, fue quien nos ayudo en la elaboración del jamón. Ya que para dicha preparación se necesitaba medidas exactas de los distintos químicos para crear un jamón casero. Por otro lado, se recurrió a su vez al profesor David Harrington quien nos brindo su ayuda en lo que fue la cocción del pavo. Finalmente se paso al panel de degustación, en el cual se ofrecieron sugerencias pequeñas para ciertos elementos de los distintos platos, los cuales debían ser realizados para que dicho menú pueda salir a la venta.

Al ser un menú el cual ofrece dos plato fuertes, la idea que se tuvo en mente fue realizar platos en los cuales se pueda avanzar con el mise en place. Es decir, tener ciertas cosas precocinadas. Para todo a lo que respecta la preparación del menú, se utilizaron recursos los cuales la Universidad San Francisco provee. Fue necesario hablar con la sección de Ingeniería de Alimentos

para que nos prestaran la planta, ya que ellos cuentan con una embutidora, utilizada para la elaboración del jamón de cerdo.

Para el montaje de cada uno de los platos se utilizaron los mismos platos que el restaurante Marcus utiliza a diario. En el caso de la cortesía se mando hacer como costo cubierto por los mismos miembros del menú unos embaces rectangulares de acero negro donde se realizaría las fogatas. Para el resto de platos se utilizo los instrumentos que la Universidad San Francisco mismo proporciona al estudiante para realizar los diferentes platos.

Ingredientes y variantes

En la elaboración de dicho menú como se ha mencionado a lo largo de este documento, las principales recetas de cada plato han sido creadas por nuestras abuelitas o madres. Ya que la idea era crear una navidad tradicional familiar incorporando recetas con las cuales identificamos la navidad. Es también muy importante mencionar que algunas de las recetas han sido modificadas levemente. Es decir que se le ha agregado o eliminado un ingrediente a la misma.

En el caso de la primera entrada el cual era un regalito de masa phyllo relleno de queso brie, nueces y peras acompañado de una ensalada de diferentes tipos de verdes. Esta fue creada por nosotros. Lo que se hizo fue buscar olores y sabores que se suelen probar en la navidad. Pero lo general las ensaladas suelen llevar frutas, por lo que se decidió incorporar la pera. Para darle un toque diferente se decidió unificar con el queso brie y nueces. La idea de la ensalada solamente de distintos tipos de hojas verdes era para simular lo que es el árbol de navidad. y el bocadito se lo hizo en forma de regalo es decir cuadrado. De esta manera representaríamos lo que es la tradición de los regalos durante esta época.

En el caso del primer plato fuerte, tomamos la decisión de realizar un jamón de cerdo casero. En este caso como se mencionó anteriormente se habló con Claudio Lanotti, quien conoce mucho en cuanto a embutidos para que nos guiara, en lo que era la receta del jamón y las cantidades necesarias de cada ingrediente para realizar el jamón suficiente para todo el menú, incluyendo la degustación. El jamón como tal tiene un origen incierto. Se sabe que dejar secar la carne con altos contenidos de sal era una forma de preservar dicho alimento. El jamón de cerdo en este caso por lo general suele ser preparado con el cerdo

ibérico. Es una raza de cerdo la cual se clasifica por la cantidad de bellota que ha consumido el animal antes de ser sacrificado. Se utiliza mucho por su pureza debido al alimento ingerido y el ejercicio permitido al animal. El jamón de cerdo muy típico en España, donde se produce el Jamón Serrano y en Italia con el prosciutto. Para este menú, no guiamos más en lo que se conoce como el Jamón de York. Este se lo reconoce por su color rosado. Esta compuesto por la carne del animal, grasa del mismo por ultimo a este se lo inyecta salmuera. Este se origina en la ciudad de York en Inglaterra.

En el caso del segundo plato fuerte se decidió en utilizar pavo. Para dicha receta lo que varia principal mente es su forma de cocción, ya que tradicionalmente se utiliza el pavo entero, al cual se lo rellana y luego se lleva al horno por varias ollas. Al ser un menú el cual se calculaba aproximadamente 100 menús, era complicada la cocción tradicional. La idea fue cocinarlos en sous vide o al vacío. De esta manera podíamos tenerlos precocinado y refrigerado la cantidad necesaria y simplemente regenerar la porción al momento preciso. Se dice que la domesticación del pavo inicia con los indígenas provenientes de México. Este es introducido a Europa por lo españoles luego de la colonización en 1498 con el nombre de gallinas de indias. En 1521 es introducido en el Inglaterra a través de los turcos con el nombre de Turkey. Quienes se encargan de llevarlos a América del Norte. Su producción consiste en tres fases. La primera la de cría, en esta fase el pavo es muy delicado por lo que se tiene mucho cuidado con las temperaturas. La segunda es conocida como de crecimiento, esta comprende desde que cumple el primer mes hasta el segundo mes. Por ultimo, la fase de engorde la cual esta comprendida desde el segundo mes hasta su sacrificio.

Por otro lado, de postre se brindo Budín de pan. La razón se debía a que es un postre de lo más casero. Para muchos este postre trae recuerdos de la infancia ya que es un postre difícil de encontrar en restaurantes. Siendo la manera perfecta de concluir el menú. Se podría decir que su origen es bastante antiguo en la época de los egipcios con su platillo llamado Om Alí, el cual lleva pan, mantequilla, pasas, leche o crema. Así mismo, existe una gran similitud con un postre proveniente de la India llamado Shahi Tukra, el cual consiste en pan blanco frito, una variedad de especias y un toque de crema.

Propuesta de Menú

Sabores Navideños

Entrada

- Regalito de peras y nueces: envuelto de masa filo en forma de paquete relleno de peras pochadas en vino, nueces y queso brie. Acompañado de una ensalada compuesta de rucula, espinaca baby, radicchio y espárragos verdes, con polvo de aceitunas.

Platos fuertes

- Jamón Artesanal: Jamón de pierna de cerdo con un toque de pimienta rosada. Acompañado de jus de cerdo, mermelada de pina, pinas en almíbar y arroz de cebollas caramelizadas.
- Pavo Sous Vide: Pechuga de pavo cocinada al vacío y grillada. Acompañado de una salsa a base de jus, frutos secos y ciruelas y una ensalada compuesta de perlas de papa cocinada y manzana en almíbar.

Postre

- Budín Casero: Budín de pan con caramelo, acompañado de helado de almendras y una crema de naranja.

Cortesía: marshmellow de menta con un te de manzana, naranja, canela y pimienta dulce.

Razonamiento del menú

“Sabores Navideños,” fue el nombre que se decidió llamarlo. Se llegó a este por medio de todas las ideas con las que se obtuvieron cada uno de los platos. Al ser un menú de navidad, nuestra meta impuesta era lograr transmitir lo que significa esta festividad para cada uno de nosotros. A través de aquellos platos típicos familiares, los cuales se realizan en esta época del año. Cada uno debía traer recetas familiares con las que crecimos y celebramos cada navidad. Una vez reunidas todas las recetas pasamos a crear cada uno de los platos.

Primero se llegó al acuerdo que se debía ofrecer abundante comida, porque como la investigación realizada indica. Esta temporada era conocida por los grandes banquetes ofrecidos, al igual que las cenas familiares. Razón por la cual, optamos por servir en lugar de dos entradas, dos platos fuertes. De esta manera lograríamos crear dos platos con las dos proteínas más tradicionales de la navidad, el jamón de cerdo y el pavo.

Se comenzó por elaborar primero los platos fuertes. Se enlistó salsas con las cuales estos dos alimentos suelen ser acompañados. El pavo por lo general lleva una salsa típica de ciruela y su relleno suele ser con frutos secos. Analizando las distintas opciones de salsas y rellenos para el pavo se decidió realizar típica salsa de ciruela, pero que a su vez lleve el relleno como parte de la misma.

De igual manera, se comenzó a escoger la salsa que acompañaría al jamón de cerdo. Para este plato se acordó que el jamón debía ser realizado por nosotros mismos. Hablamos con Claudio Ianotti sobre nuestra idea. Su ayuda para la elaboración de este plato fue muy importante. Ya que, se utilizan químicos

y diferentes ingredientes los cuales deben ser empleados en cantidades exactas por un tiempo determinado, sino estos podrían ser nocivos para la salud. También fue muy importante buscar el apoyo de más profesores para proceder a elaborar el mismo. Al ser un procedimiento tan largo y bastante pacienzoso, la idea era elaborar la cantidad necesaria tanto como para la degustación y el menú. Para este plato se eligió una salsa de piña que acompañe al jamón de cerdo.

En cuanto a acompañantes para dichos platos, se obtuvo una serie de opciones en las cuales se encontraban tanto como vegetales y arroces. Entre ellos había arroz con coca cola, arroz salvaje y un arroz con cebollas caramelizadas. Por otro lado, para ensaladas y vegetales había, vegetales a la plancha, una ensalada fresca y la ensalada típica navideña de manzana, frutos secos, apio y papa, conocida como la ensalada Waldorf. Se decidió que para el jamón de cerdo en salsa de piña se acompañaría con el arroz de cebollas caramelizadas y para el pavo sous vide en salsa de ciruelas y frutos secos se acompañaría con perlas de papas salteadas, manzanas pochadas con un toque de mayonesa.

Finalmente se paso a decidir lo que es la entrada y el postre. Debido a que se iban a ofrecer dos platos fuertes, la entrada debía ser algo ligero. Se eligió una variedad de lechugas y verdes con una vinagreta de balsámico, acompañado de una regalito de masa filo relleno de queso brie con nueces y peras. Por ultimo, para el postre, quedamos que debíamos ofrecer un dulce el cual no sea común encontrar en restaurante, pero que a su vez sea un postre que traiga bastantes recuerdos de familia. El budín de pan, es un postre, tal vez uno de los más caseros. Para cerrar todo el menú de una manera diferente se nos ocurrió la idea de realizar una mini fogata en la cual el cliente podría calentar un mashmellow de

menta y a su vez disfrutar de un delicioso té de manzana y canela con un toque de naranja y pimienta dulce.

La semana de preparación para la degustación todo salió como se esperaba. Se hablo con un grupo de profesores en donde se menciona la idea de realizar un jamón casero, para que aprobaran para de esta manera proceder a realizar en una tanda todo el jamón necesario tanto para la degustación como para el menú. Ya que, era más complicado realizar un tamaño el cual sea apto para la prueba. Durante la preparación del mismo no se tuvo ningún inconveniente. El día de la degustación todos los platos salieron perfectos. Nos ofrecieron algunas sugerencias para la entrada. En donde debíamos bajar el dulzor de la vinagreta. En el plato del jamón casero, recibimos el visto bueno. En el único plato que se nos presento inconveniente fue en el postre. Todo se debía a la presentación del mismo. Ya que durante la degustación se decidió realizar el budín de una manera diferente en donde el caramelo el cual suele llevar el Budín se lo iba a presentar en forma de gelatina. Esto no salió como lo esperábamos. En primer lugar, por que el caramelo se lo realiza a medida que el Budín se encuentra en el horno a baño maría, y al momento de realizarlo a parte la textura del budín se ve afectada al igual que su sabor. Nos dieron la oportunidad de cambiar el postre. Este debía ser presentado a los profesores que conformaron el panel durante la degustación al día siguiente. Para esto optamos por seguir con el mismo postre, se cambio la receta por otra, y su preparación se la realizo tradicionalmente.

Detalle de técnicas empleadas

SOUS VIDE: Es un termino francés el cual traducido quiere decir “cocina al vacío.” Aparece por primera vez en 1974 por George Pralus. Es una forma de cocción donde los alimentos son cocinados a través del agua, normalmente por debajo del punto de ebullición, puede llegar a demorar más de 24 horas. Esta técnica hoy en día es muy utilizada debido a que aporta con una gran cantidad de beneficios, ya que al ser cocinado a temperatura baja y constante por largas horas ayuda a que los sabores, aromas y vitaminas se concentren. Algunas de las ventajas al utilizar este método son:

- Cocción pareja
- Disminución de merma
- Mayor durabilidad sin perdida de producto

Una vez cocinado el producto, este se lo debe enfriar inmediatamente lo que permite tener una alta producción. Al momento de servir simplemente se debe regenerara al producto, es decir calentar.

DESHIDRATACION: Es una de las técnicas más antiguas de conservación de un alimento. Está técnica se puede realizar en el horno o con una maquina deshidratadora de alimentos. Usando este método podemos mantener las encimas de un producto sin cocinar intactas Al aplicar este método, podemos realizar diferentes creaciones innovadoras que dan un toque especial al plato. En el caso de nuestro menú utilizamos el deshidratador para relazar el polvo de aceitunas.

Ejecución del menú

Recetas Estándar

Entrada: Regalito de peras y nueces

10 PAX

Receta #1

Regalito de masa filo relleno de queso brie, peras y nueces.

Ingredientes:

- 0,8 Kg. de peras amarillas
- 0,04 Kg. de nueces
- 0,8 Kg. de almíbar
- 0,05 Kg. de masa phyllo
- 0,06 Kg. de queso brie
- 0,02 Kg. de mantequilla

Equipos de cocina:

- Olla pequeña
- Cuchillo cebollero
- Lata para horno
- Bandeja plástica
- Pincel de cocina
- Bowl mediano
- Pelador
- Rallado
- Tabla blanca de picar

Preparación

1. Colocar en la olla pequeña el almíbar a fuego medio. Mientras se calienta el almíbar pele y pique las peras en dados medianos.
2. Una vez picada proceda a pochar las peras por aproximadamente dos minutos. Retire del fuego y enfríe. Reserve un poco del almíbar.

3. Ralle todo el queso brie y coloque en el bowl mediano. Incorpore las nueces previamente picadas.
4. Una vez que las peras ya pochadas se encuentren frías incorpore a la mezcla del queso brie y nueces. Si le encuentra que dicha mezcla es demasiado firme o seca agregue un poco del almíbar para dar sabor y facilitar la incorporación de cada uno de los ingredientes. Reserve a un lado.
5. Saque la masa phyllo y cubra con un toalla húmeda para evitar que se seque. Prepare una lámina de tres capas de masa phyllo cada una con la ayuda del pincel y la mantequilla.
6. Una vez lista las tres capas de masa phyllo realice los regalitos y congele para facilitar su cocción.

Receta #2

Ensalada con vinagreta de balsámico

Ingredientes:

- 0.15 Kg. de radicchio
- 0.05 Kg. de rucula
- 0.15 Kg. de espinaca baby
- 0.06 Kg. de espárragos
- 0.08 Kg. de aceite girasol
- 0.06 Kg. de vinagre balsámico.

Equipos de cocina:

- Bowl mediano
- Bandeja plástica
- Papel toalla
- Batidor de mano
- Olla pequeña
- Tabla de picar verde o blanca
- Cuchillo cebollero

Preparación:

1. Limpiar las hojas en agua. Colocar papel toalla sobre la bandeja plástica y dejar secar las hojas.
2. En la olla pequeña colocar agua aproximadamente la mitad y dejar hervir. Una vez que hierva el agua agregar los espárragos para blanquearlos. Aproximadamente dos minutos. Enfrié inmediatamente para frenar la cocción.
3. Sobre la tabla pique los espárragos ya blanqueados en trozos medianos y reserve.
4. En el bowl coloque el vinagre balsámico y poco a poco incorpore el aceite girasol hasta que dichos ingredientes se emulsionen.

Receta #3

Reducción de vinagre balsámico para decoración

Ingredientes:

- 0.08 Kg. de vinagre balsámico
- 0.04 Kg. azúcar blanca
- 0.05 Kg. de naranja nacional

Equipos de cocina

- Cernidor
- Cuchillo
- Olla mediana

Preparación:

1. Cortar las naranja por la mitad, sacar el jugo, cernirlo y colocar en la olla mediana.
2. En la olla incorpore el vinagre balsámico y la azúcar blanca. Ponga a fuego lento y déjelo reducir hasta consistencia de miel.

Primer plato fuerte: Jamón Artesanal de cerdo acompañado de arroz de cebollas caramelizadas

10 PAX

Receta #1

Jamón de cerdo

Ingredientes:

- 1.2 Kg. de pierna de cerdo deshuesada sin piel
- 0.12 Kg. de grasa de cerdo
- 0.001 Kg. pimienta rosada
- 0.01 Kg. Salmuera

Equipos de cocina:

- Embudidora
- Jeringuillas grandes
- Tabla de picar amarilla
- Amasadora
- Cuchillo cebollero
- Horno Combi

Preparación:

1. Cortar la pierna en trozos grandes, aproximadamente 5.
2. Con la jeringuilla inyectar la salmuera a cada uno de los trozos de cerdo hasta que la misma doble su tamaño. Dejarlas en baño por 24 horas.
3. Una vez pasada las 24 horas cortar la pierna de cerdo en trozos pequeños de aproximadamente 1,5 cm x 1,5 cm cada uno.
4. Amasar los trozos incorporando las grasa de cerdo y la pimienta durante 10 minutos y dejar reposar. Repetir el procedimiento por 3 veces.

5. Colocar la masa en la embutidora. Es importante aplastar bien para que no haya aire al momento de embutir.
6. Una vez embutido llevar al horno combi. Cocinar a 90 grados con un 25% de humedad hasta que el cetro llegue a los 72 grados.

Receta #2

Jus de Cerdo

Ingredientes:

- 0.35 Kg. de huesos de cerdo
- 0.5 Kg de zanahoria amarilla
- 0.3 Kg. de cebolla perla
- 0.2 Kg. de apio
- 0.05 Kg. de pasta de tomate
- 1 Litro de vino tinto

Equipos de cocina:

- Lata para hornear
- Olla grande
- Tabla de picar blanca
- Cuchillo cebollero

Preparación:

1. Pelar y picar las zanahorias en trozos grandes, al igual que las cebollas y el apio. Colocar en lata para hornear.
2. En la misma lata con los vegetales coloque los huesos de cerdo. Hornear hasta que los huesos estén dorados.
3. Una vez dorados colocar en la olla grande, agregar la pasta de tomate y desglasar con el vino tinto. Agregar agua fría hasta cubrir todo y dejar hervir a fuego lento por 12 horas.

Receta #3

Mermelada de piña

Ingredientes:

- 1 Kg. de piña madura
- 0.2 Kg. de azúcar blanca
- 0.06 Kg de agua

Equipos de cocina:

- Olla mediana
- Tabla de picar blanca
- Cuchillo cebollero
- Cuchara de palo
- Licuadora

Preparación:

1. Pelar y cortar la piña en cubos medianos. Realizar jugo.
2. Colocar el jugo de piña en la olla mediana e incorporar el azúcar y el resto de agua. Dejar hervir por unos minutos y bajar el fuego a medio lento hasta obtener el punto de mermelada.

Receta #4

Piña en almíbar

Ingredientes:

- 0.35 Kg. de piña semi madura
- 0.08 Kg. de almíbar de vino blanco

Equipos de cocina:

- Olla mediana
- Tabla de picar blanca

Preparación

1. Pelar la piña y cortar en rodajas de aproximadamente 1 cm de grosor.
2. Colocar el almíbar en la olla e incorporar las rodajas de piña
3. Una vez cocinada la piña cortarla en dados medianos y reservar con un poco del líquido.

Receta #5

Arroz de cebollas caramelizadas

Ingredientes:

- 0.2 Kg. de arroz parborizado
- 0.1 Kg. de cebolla perla
- 0.1 Kg. de cebolla blanca
- 0.06 Kg. de salsa china
- 0.06 Kg. de salsa inglesa

Equipos de cocina:

- Sartén mediano
- Tabla de picar blanca
- Cuchillo cebollero
- Olla mediana de fondo grueso.
- Licuadora

Preparación

1. Picar ambas cebollas y colocarlas en el sartén hasta que dichas cebollas se caramelicen muy bien y proceder a licuar.
2. Agregar el licuado al arroz el cual se encuentra en el sartén. Si es necesario agregar agua fría para cocinar el arroz.
3. Una vez el arroz cocinado incorporar con la ayuda de un trincho par evitar aplastar el arroz agregar poco a poco la salsa inglesa y china.

Segundo fuerte: Pavo sous vide

10 PAX

Receta #1

Pavo sous vide

Ingredientes:

- 2 Kg. de pechuga de pavo
- 0.01 Kg. de pimienta sezchuan
- 0.01 Kg. de romero
- 0.01 Kg. de tomillo

Equipos de cocina:

- Tabla amarilla
- Cuchillo cebollero
- Sous vide
- Empacadora al vacío
- Bowl pequeño

Preparación:

1. En el bowl pequeño mezclar todas las especies.
2. Extender las pechugas de pavo en la tabla y posicionar en el tamaño deseado, luego sazone con la mezcla de las especies.
3. Empaque cada porción por separado.
4. Proceda a cocina en el sous vide hasta que la temperatura interna llegue a las 54 grados centígrados. Manténgalos en congelación y conforme su uso descongele la cantidad necesaria.
5. Para servir regenere el producto.

Receta #2

Jus de frutos secos

Ingredientes

- 0.15 Kg. de huesos de pavo
- 1 Kg. de huesos de pollo
- 0.3 Kg. de zanahoria
- 0.3 Kg. de cebolla perla
- 0.2 Kg. de apio
- 0.05 Kg. de pasta de tomate
- 0.1 Kg. de ciruela pasa
- 0.075 Kg. de pistachos
- 0.075 Kg. de almendra fileteada
- 1 Litro de vino tinto

Equipos de cocina

- Dos sartenes medianos
- Una lata de horno
- Una olla grande
- Una tabla blanca de picar
- Cuchillo cebollero
- Licuadora

Preparación:

1. En cada uno de los sartenes coloque los pistachos y las almendras fileteadas y dórelas por unos segundos.
2. Pique en trozos medianos las cebollas, zanahorias y apio. Coloque en la lata junto con los huesos y horneé hasta que estén dorados.
3. Saque del horno y coloque en la olla, añada la pasta de tomate y por ultimo desglasar con el vino tinto.
4. Agregar agua fría hasta cubrir todo y deje hervir por 12 horas a fuego lento.
5. Una vez hervido colar la preparación.

6. Coloque un pequeña cantidad de las ciruelas pasas en la licuadora junto al jus y licue. Pique el resto de las ciruelas e incorpore todo.
7. Por ultimo agregue los frutos secos.

Receta #3

Perlas de papas salteadas y manzanas en almíbar

Ingredientes:

- 0.3 Kg. de papa chola
- 0.2 Kg. de manzana roja
- 0.1 Kg. de almíbar de vino blanco
- 0.075 Kg. de mantequilla

Equipos de cocina

- Dos ollas medianas
- Pelador
- Tabla de picar blanca
- Saca perlas
- Cuchillo cebollero
- Un sartén mediano

Preparación:

1. Lave y pele las papas. Una vez peladas realice las perlas.
2. Ponga las perlas de papa en la olla y pre cocine. Por aproximadamente 5 minutos. y reserve a un lado.
3. Coloque un trozo de mantequilla en el sartén y saltee las perlas de papas hasta que dichas estén doraditas.
4. Coloque el almíbar en la otra olla y caliéntelo.
5. Mientras tanto pele las manzanas y cocínelas en el almíbar.
6. Una vez cocinadas pique y cubos pequeños.

Receta #4

Mayonesa

Ingredientes:

- 1 huevo
- 0.12 Kg. de aceite girasol
- 0.025 Kg. de mostaza
- 0.002 Kg. de vinagre blanco

Equipos de cocina:

- Licuadora

Preparación:

1. Coloque todo el huevo en la licuadora agregue una pizca de sal y pimienta.
2. Añada la mostaza y licue unos segundos.
3. Mantenga encendida la licuadora y proceda a incorporar el aceite y forma de hilo para evitar que se corte.
4. Por ultimo incorpore el vinagre blanco y licue por unos segundos. Reserve en refrigeración.

Budín de pan con helado de almendras

10 PAX

Budin de pan

Ingredientes:

- 4 huevos
- 0.07 Kg. de majar de leche
- 0.3 Kg. de pan baguette
- 0.15 Kg. de azúcar blanca
- 1 litro de leche semi descremada
- 0.48 Kg. de leche condensada

Equipos de Cocina:

- Horno de piso
- Turbo
- Bowl mediano
- Molde rectangular para horno
- Lata para hornear

Preparación:

1. Corte el pan en trozos medianos y póngalos en el bowl. Una vez cortado todo el pan remójelos con la leche.
2. Proceda a licuar todo con el turbo.
3. Añada uno a uno el resto de ingredientes: los 4 huevos, la leche condensada, y el manjar de leche.
4. En el molde ponga la azúcar blanca y dilúyala. Una vez diluida eche encima toda la preparación del budín.

5. Lleve al horno, este debe ser cocinado a baño maría. Ponga primero la lata y luego el molde, para proceder a poner agua caliente en la lata.
6. Horneé a 176 grados centígrados por 45 minutos.
7. Una vez listo desmolde en una tabla cubierta con papel film y proceda a cortar en pedazos rectangulares de 2 cm por 5 cm cada uno.

Cortesía

10 PAX

Marshmellow de menta

Ingredientes:

- 0.021 Kg. de gelatina sin sabor
- 0.330 Kg. de agua
- 0.010 Kg. menta fresca
- 0.050 Kg. de licor de menta
- 0.250 Kg. de azúcar

Equipos de cocina

- Batidora
- Bowl
- Olla pequeña
- Espatula
- Lata

Preparación:

1. Coloque en el bowl un poco de agua y agregue la gelatina en forma de lluvia para humedecer.
2. Caliente agua con un poco de azúcar deje hervir e incorpore la menta fresca para obtener un almíbar de menta.
3. En la olla coloque el azúcar y agua para realizar un almíbar denso.

4. Coloque la gelatina humedecida en el bowl de la batidora comenzar a batir mientras incorpora el almíbar en forma de hilo hasta obtener una mezcla espumosa. Debe enfriarse.
5. Una vez que la preparación este fría incorpore el licor de menta y un poco de la esencia de menta preparada anteriormente. Incorpore bien.
6. Espolvoree la lata con maicena y azúcar impalpable. Extienda la preparación sobre la lata. Espolvoree nuevamente y lleve al refrigerador por una hora.

Receta de costos por plato

Entrada

Paquetito de pera y nuez			
Rendimiento: 10 Pax			
UNIDAD	CANTIDAD	PRODUCTO	PRECIO
KG	0.8	Pera amarilla	2.8
KG	0.8	Almíbar	1.95
KG	0.06	Queso brie	2.06
KG	0.04	Nuez	0.63
KG	0.05	Masa phyllo	0.57
KG	0.02	Mantequilla	0.08
KG	0.15	Radiccio	0.19
KG	0.05	Rúcula	0.10
KG	0.015	Espinaca baby	0.42
KG	0.06	Espárragos	0.25
KG	0.08	Aceite girasol	0.11
KG	0.14	Vinagre balsámico	0.52
KG	0.04	Azúcar blanca	0.10
KG	0.05	Naranja	0.65
		TOTAL	10.63
		TOTAL X PAX	1.06

Primer fuerte

Jamón de cerdo en salsa de piña			
Rendimiento: 10 Pax			
UNIDAD	CANTIDAD	PRODUCTO	PRECIO
KG	1.2	Pierna de cerdo deshuesada	5.56
KG	0.12	Grasa de cerdo	0.53
KG	0.001	Pimienta rosada	0.16
KG	0.01	Salmuera	0.10
KG	0.35	Hueso de cerdo	1.69
KG	0.50	Zanahoria	0.45
KG	0.40	Cebolla perla	0.50
KG	0.20	Apio	0.17
KG	0.05	Pasta de tomate	0.05
LITRO	1	Vino Tinto	4.91
KG	1.35	Piña	2.70
KG	0.20	Azúcar	0.05
KG	0.06	Agua	0.00
KG	0.08	Almíbar de vino blanco	0.19
KG	0.20	Arroz parborizado	0.84
KG	0.10	Cebolla larga	0.09
KG	0.06	Salsa china	0.44
KG	0.06	Salsa inglesa	1.02
		TOTAL	19.94
		TOTAL X PAX	1.99

Segundo Fuerte

Pavo Sous Vide			
Rendimiento: 10 Pax			
UNIDAD	CANTIDAD	PRODUCTO	PRECIO
KG	2	Pechuga de pavo	15.32
KG	0.01	Pimienta sezchuan	1.62
KG	0.01	Romero	0.006
KG	0.01	Tomillo	0.006
KG	0.15	Hueso de pavo	0.15
KG	0.3	Zanahoria	0.27
KG	0.3	Cebolla perla	0.37
KG	0.20	Apio	0.17
KG	0.05	Pasta de tomate	0.05
LITRO	1	Vino Tinto	4.91
KG	0.10	Ciruela pasa	0.63
KG	0.075	Pistachos	2.62
KG	0.075	Almendra fileteada	1.05
KG	0.30	Papa chola	0.20
KG	0.06	Almíbar de vino blanco	0.24
KG	0.20	Manzana roja	0.44
UND	1	Huevo	0.01
KG	0.12	Aceite girasol	0.17
KG	0.025	Mostaza	0.06
KG	0.002	Vinagre blanco	0.01
		TOTAL	29.26
		TOTAL X PAX	2.92

Postre

Budín de pan con helado de almendras			
Rendimiento: 10 Pax			
UNIDAD	CANTIDAD	PRODUCTO	PRECIO
KG	0.3	Pan baguette (guardado)	0.00
KG	0.01	Leche semi descremada	0.02
KG	0.48	Leche condensada	0.86
KG	0.07	Manjar de leche	0.14
UND	4	Huevos	0.04
LITRO	medio	Helado de Almendra (Corfú)	4.86
		TOTAL	6.29
		TOTAL X PAX	0.62

Cortesía

Marshmellow de menta			
Rendimiento: 10 Pax			
UNIDAD	CANTIDAD	PRODUCTO	PRECIO
KG	0.01	Menta fresca	0.005
KG	0.05	Licor de menta	0.51
KG	0.015	Gelatina sin sabor	0.15
KG	0.250	Azúcar	0.20
		TOTAL	0.80
		TOTAL X PAX	0.08

Informe de ventas

Como se menciono al inicio, cada menú realizado por el estudiante durante su tiempo en Marcus tiene un presupuesto asignado el cual debe ser respetado. Es decir, que cada menú no puede superar dicho costo. Razón por la cual al momento de la planificación es muy importante tomar en cuenta la calidad de los productos ya que en algunos casos dicho menú supera el costo y se debe buscar una manera de reducir el mismo sin que este afecte su calidad. El presupuesto asignado por la Universidad San Francisco es de \$ 6.00 dólares. En nuestro caso el costo de menú supero el mismo, con un valor de \$ 6.69.

El precio con el que dicho menú salió a la venta fue de \$22.50. Lo que generaba una ganancia de \$15.81 dólares. A este valor se debería restar lo que son costos directos e indirectos, la mano de obra, la depreciación de los equipos utilizados durante la elaboración del mismo. En el caso de Sabores Navideños, al ser un proyecto académico obligatorio para la elaboración de la tesis, estos costos son reducidos, ya que se encuentran cubiertos por el mismo restaurante. Lo que hace que el menú sea considerado como un ingreso neto para el restaurante.

Sabores Navideños salió a la venta en la semana del 19 al 22 de Diciembre del 2011. Durante esta semana se temía que al ser una semana bastante complicada por todos los distintos eventos, podría ser lenta. En total se logro vender 78 menús, número el cual supero las expectativas de venta. Es muy importante mencionar que no se vendió ningún plato por separado. Se obtuvo un valor aproximado de \$1687.50 dólares. Al finalizar la venta de menús hubo productos los cuales se donaron al Marcus y otros los cuales cuentan dentro de

las devoluciones realizadas a bodega. El costo aproximado de devoluciones fue de \$34.79 dólares.

El manejo de los productos fue bastante bueno ya que la idea era realizar un mise en place suficiente para los 4 días en el cual el menú saldría a la venta. De esta forma se evitara generar desperdicios. Se tuvo que reabastecer ciertos productos como el postre para el último día. Se donaron dos productos al Marcus, mismo el cual podría ser utilizado en los aperitivos. Estos fueron el jamón y el pavo.

Presupuesto empleado en tesis

La gran mayoría del desarrollo del menú fue realizado con la ayuda de la Universidad San Francisco de Quito quien colaboro con todo lo que se refiere a instalaciones. Lo referente a la información previa a la creación de dicho menú con respecto a material bibliográfico, se obtuvo en la biblioteca de la universidad así como también un soporte de paginas en internet.

Un gran apoyo por parte de profesores, quienes gracias a ellos y su tiempo dedicado en brindar su apoyo, principalmente de Claudio Ianotti. Quien tuvo una gran participación en la elaboración del primer plato fuerte del menú propuesto. Gracias a sus conocimientos aportados previo a la degustación así como también, durante la misma. Fueron una herramienta para verificar la información valida y a la mejora de cada una de las recetas que conformaron el menú "Sabores Navideños."

En cuanto se refiere al presupuesto de costos e instalaciones. Todo fue posible a la Universidad San Francisco en donde se encuentra ubicado el restaurante donde se ofreció el menú. Las instalaciones tanto como del Marcus y de la planta de ingeniera de alimentos las cuales se utilizaron para la elaboración de los platos, no forman parte del presupuesto de costo del menú. Ya que al ser un requerimiento el cual se encuentra dentro de practicas culinaria 4 disminuye el colegio de Arte Culinario lo cubre.

Por otro lado, la materia prima requerida para la elaboración del mismo esta cubierto en su totalidad por la Universidad, ya que las ventas y ganancias esta direccionadas completamente al restaurante. Cada uno de los ingredientes

necesarios fueron conseguidos por el área de bodega lo que ayuda también a disminuir costos en algunos alimentos.

Recomendaciones

- Tener muy en cuenta las cantidades de químicos utilizadas para realizar el jamón, ya que estas en cantidades no apropiadas pueden ser perjudiciales para la salud.
- Calcular la cantidad suficiente para toda la semana, ya que el proceso para realizar el jamón dura al menos dos días.
- Se aconseja congelar los regalitos de masa filo una vez rellenos antes de meter al horno. De esta manera se evita que el queso se diluya demasiado.
- Para encender la fogata, el alcohol utilizado debe estar caliente.

Conclusión

Durante la semana del 19 al 22 de diciembre del 2011 pudimos constatar una gran acogida del menú, a pesar de las fechas. Logramos cumplir con nuestro objetivo el cual era brindar una experiencia navideña casera involucrando todos esos aromas tan característicos de esta época así como también la idea de innovar y dar una variación no solamente en la presentación si no en la manera de cocción de cada uno de los productos ofrecidos.

Mediante este menú aprendimos la importancia de las críticas constructivas de personas expertas en el tema. Dejando en nuestras manos la decisión de aceptar las ideas y cambios ofrecidos por los profesores o dejar el menú como lo presentamos. Para el estudiante es un momento de aprendizaje único donde podemos apreciar que la crítica es una manera de fortalecer y mejorar en beneficio al estudiante.

Por otro lado, fue un reto muy grande diseñar un concepto navideño donde la experiencia es aun más importante debido a la época. Ya que no solamente queríamos ofrecer comida típica de esta temporada sino recrear lo que significa para nosotros la navidad.

Anexos

Anexo 1: Requisición para degustación y menú

Nombre producto	unidad	precio	requi	costo requi	Devolucion	C. devolucion
aceite girasol	litro	1,43	1	1,43		0,00
aceite oliva	litro	6,71	0,4	2,68		0,00
aceitunas verdes	kilogramo	1,69	0,3	0,51		0,00
almendra						
fileteada	kilogramo	14,1	0,5	7,05		0,00
apio	kilogramo	0,85	0,285	0,24		0,00
arroz parbolizado	kilogramo	4,22	4	16,88		0,00
azúcar	kilogramo	2,5	0,92	2,30		0,00
brandy	botella	17,13	1	17,13		0,00
canela rama	kilogramo	15,5	0,5	7,75	0,1	1,55
cebolla larga	kilogramo	0,95	1,485	1,41		0,00
cebolla perla	kilogramo	1,25	1,2	1,50		0,00
ciruela pasa	kilogramo	3,6	0,5	1,80	0,15	0,54
eritorbato	kilogramo	12	0,187	2,24	0,05	0,60
esparragos	kilogramo	4,2	0,4	1,68		0,00
espinaca baby	kilogramo	2,8	0,4	1,12		0,00
fosfato	kilogramo	12,5	0,187	2,34	0,05	0,63
gelatina colapez	caja	10,5	1	10,50	0,5	5,25
grasa cerdo	kilogramo	4,46	3	13,38		0,00
huesos cerdo	kilogramo	4,84	5	24,20		0,00
huesos pollo	kilogramo	1	5	5,00		0,00
huevos	unidad	0,1	32	3,20		0,00
humo liquido	litro	4,62	0,032	0,15		0,00
leche condensada	lata	1,81	6	10,86		0,00
leche entera	litro	0,8	4	3,20		0,00
licor de menta	botella	10,3	0,66	6,80	0,4	4,12
limón meyer	kilogramo	1,1	2	2,20		0,00
manzana chilena	kilogramo	2,2	4	8,80		0,00
masa filo	caja	11,5	2	23,00		0,00
menta fresca	atado	0,5	1	0,50		0,00
mostaza	kilogramo	2,3	0,2	0,46		0,00
naranja nacional	kilogramo	0,65	4	2,60		0,00
nuez	kilogramo	15,82	0,5	7,91	0,15	2,37
papa chola	kilogramo	0,69	4	2,76		0,00
pasas	kilogramo	2,88	0,5	1,44		0,00
pechuga pavo	kilogramo	7,66	18	137,88		0,00
pera	kilogramo	3,5	3,3	11,55		0,00
pierna cerdo	kilogramo	4,64	26	120,64		0,00
pimienta dulce	kilogramo	7,49	0,15	1,12	0,06	0,45
pimienta rosada	kilogramo	162,5	0,03	4,88		0,00
pimienta sechuan	kilogramo	162,5	0,1	16,25	0,075	12,19
pistacho	kilogramo	35	0,5	17,50	0,025	0,88

queso brie	kilogramo	2	1	2,00		0,00
radiccio	kilogramo	1,3	1	1,30		0,00
romero	kilogramo	0,6	0,1	0,06		0,00
rucula	kilogramo	2	0,4	0,80		0,00
sal nitritada	kilogramo	4,97	2,25	11,18	1,25	6,21
salsa china	litro	7,48	0,4	2,99		0,00
salsa inglesa	galon	17	0,08	1,36		0,00
sorbato	kilogramo	13,5	0,187	2,52		0,00
tomillo	kilogramo	0,6	0,1	0,06		0,00
triple sec	botella	7,92	1	7,92		0,00
vinagre blanco	litro	2,95	0,2	0,59		0,00
vino blanco	litro	4,92	2	9,84		0,00
vino tinto	litro	4,91	4	19,64		0,00
zanahoria	kilogramo	0,9	0,285	0,26		0,00
mantequilla	kilogramo	4	1	4,00		0,00
pasta de tomate	kilogramo	1	0,5	0,50		0,00
pina	kilogramo	2	0	0,00		0,00
helado almendra	litro	8,1	3	24,30		0,00
manjar de leche	kilogramo	2	0,25	0,50		0,00

	TOTAL	594,67	34,78
COSTO REAL REQUISIONES - DEVOLUCIONES		559,88	

Anexo 2: Kardex venta del menú

KARDEX MENU				
	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES
PRODUCCION	85	0	0	0
STOCK INICIAL	85	82	60	34
INV. MEDIO DÍA	15	25	30	34
VENTA MEDIO DÍA	1	10	2	24
INV. FINAL MEDIO DÍA	14	15	28	10
INVENTARIO NOCHE	14	15	28	
VENTA NOCHE	2	12	24	
SALDO FINAL	12	3	4	
VENTA DIARIA	3	22	26	
SALDO FINAL STOCK	82	60	34	

Anexo 3: Análisis de ventas del menú

Food Cost Real (Req - Dev)	$594.67 - 34.78$	559.88
Food Cost Real por pax	$559.88 / 78$	7.17
Venta (P.V.P. X #Menús)	22.50×78	1.755
F.C % Real	$(559.88 / 1755) \times 100$	31.90%

Food Cost Teórico	6.69	6.69
P.V.P del Menú	22.50	22.50
Food Cost % Teórico	$(6.69 / 22.50) \times 100$	29%

Anexo 4: Diseño del Menú

Sabores Navideños

Regalito de peras y nueces
• rúcula • aceitunas

Jamón Artesanal
• piña • cebolla • brotes

Pavo Sous Vide
• frutos secos • ciruela

Budin Casero
• caramelo

Maria Paula Ribadenera
Juan Diego Alvarado
Felipe Tinajero



Sabores Navideños

Regalito de peras y nueces
• rúcula • aceitunas

Jamón Artesanal
• piña • cebolla • brotes

Pavo Sous Vide
• frutos secos • ciruela

Budin Casero
• caramelo

Maria Paula Ribadenera
Juan Diego Alvarado
Felipe Tinajero



Anexo 5: Montaje de platos

Entrada: Regalito de peras y nueces



Primer fuerte: Jamón Artesanal



Segundo fuerte: Pavo Sous Vide



Postre: Budín de pan acompañado de helado de almendras



Bibliografía

Debido a nuestro objetivo como grupo, la gran mayoría de recetas de este menú fueron inspiradas de platos los cuales se realizan en las navidades en nuestros hogares.

Se debe mencionar que la receta del jamón artesanal se realizó con ayuda de nuestro profesor Claudio Ianotti.

Por otro lado se dio un toque personal a cada una de las recetas y salsas teniendo en cuenta que en las épocas de diciembre se utilizan productos en conserva debido al clima invernal.

Fuentes

Deshidratador de alimentos. Gastronomía & Cía. Extraído el 28 de febrero del 2013 desde <http://www.gastronomiaycia.com/2008/04/04/deshidratadores-de-alimentos/>

Premium Sous Vide collection. Fusion Chef by Jumbalo. Extraído el 28 de febrero del 2013 desde http://www.alimentaria-bcn.com/__novadocuments/7068

Armstrong, H. La pura verdad acerca de la Navidad. Extraído el 24 de febrero del 2013 desde <http://www.lanavidad.net/>

El verdadero origen de la Navidad. Extraído el 24 de febrero del 2013 desde <http://diosamorypoder.us/Origen%20de%20la%20Navidad.html>

¿Por qué se come pavo en Navidad? Web Adictos. Extraído el 22 de febrero del 2013 desde <http://www.webadictos.com.mx/2011/12/24/por-que-pavo-en-navidad/>