

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario & Turismo

**Progressive Indian Cuisine
The Chatpata Experience
Cultura & Gastronomía de la India
Trabajo de Investigación**

María Gracia Holguín Chiriboga

Arte Culinario

Trabajo de titulación presentado como requisito
para la obtención del título de
Licenciatura en Arte Culinario

Quito, 8 de diciembre de 2017

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO DE POSGRADOS

HOJA DE APROBACIÓN DE TRABAJO DE TITULACIÓN

**Progressive Indian Cuisine
The Chatpata Experience**

María Gracia Holguín Chiriboga

Firma del profesor

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Michael Koziol, PhD en Ciencias
Agrícolas y Biológicas, BA en
Biología y Química, Alta Cocina
Asiática

Quito, Diciembre 2017

© Derechos de Autor

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

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

Firma del estudiante: _____

Nombre: María Gracia Holguín Chiriboga

Código de estudiante: 00110323

C. I.: 1714559661

Lugar, Fecha Quito, 8 de diciembre de 2017

Dedicatoria

Dedico a este trabajo a mi familia porque apoyaron mi creatividad y pasión durante todos estos años.

Agradecimientos

Quiero agradecer especialmente a Michael Koziol por enseñarme un mundo de sabores, por ayudarme en la larga investigación de este trabajo y por contagiarme esa pasión de hacia la cultura de la India a través de sus diversos sabores. También quiero agradecer a David Harrington, Santiago Cueva y mis compañeras del intercambio en IPB.

Resumen

El presente trabajo realizará una introducción a la gastronomía india y se presentará un menú de cocina india progresiva nombrado “The Chatpata Experience, Progressive Indian Cuisine”, inspirado en el restaurante Gaggan. De igual manera este trabajo de investigación mostrará la historia cronológicamente de la extensa gastronomía india, sus ingredientes más emblemáticos, sus influencias y la contemporaneidad de esta cocina.

La finalidad de este proyecto es presentar un menú en el que se apliquen todos los sabores más tradicionales y representativos de la India pero con un giro de originalidad utilizando las últimas tendencias en técnicas de cocción, elaboración y montaje de platos. El menú se realizará de la manera más cercana al actual menú del restaurante de Gaggan Anand ubicado en Tailandia.

Palabras clave: gastronomía, Chatpata, India, progresiva, Gaggan, contemporaneidad.

Abstract

The present work will be an introduction to Indian gastronomy and will present a menu of progressive Indian cuisine named "The Chatpata Experience, Progressive Indian Cuisine", inspired by the restaurant Gaggan. In the same way this research will show the chronological history of the extensive Indian gastronomy, its most emblematic ingredients, its influences, and the contemporaneity of this cuisine.

The purpose of this project is to present a menu in which the most traditional and representative flavors of India will be applied, but with a twist of originality using the latest cooking trends, techniques, elaborations and dish assembly. The menu will be made as close as possible to the current menu of Gaggan Anand's restaurant in Thailand.

Key words: gastronomy, Chatpata, India, progressive, Gaggan, contemporaneity

TABLA DE CONTENIDO

Resumen	6
Abstract	7
Introducción	10
<i>Justificación</i>	10
Desarrollo del Tema	12
<i>Marco Teórico</i>	12
<i>Regiones Culturales e Influencias</i>	12
<i>Idioma, Cultura y Religión</i>	14
Idioma.....	14
Cultura.....	14
Religión	15
Hinduismo.....	15
Islam	16
Cristianismo	16
Sikhismo	16
Budismo	17
Jainismo	17
<i>Festividades Gastronómicas de la India</i>	18
Maha Kumbh Mela.....	18
Holi.....	18
Diwali	19
Eid-Ul-Fitar	19
Buddah Purnima	20
Ganesha Chaturthi.....	20
<i>Influencias en la Gastronomía de la India</i>	21
Influencia Francesa.....	21
Influencia Portuguesa	22
Influencia Inglesa.....	22
Influencia Árabe	22
<i>Progressive Indian Cuisine & Gaggan Anand</i>	23
Chatpata.....	25
<i>Principales productos y preparaciones de India</i>	26
Productos Lácteos	26
Especias.....	28
Panes y Arroces	30
Salsas.....	32
Preparaciones más Importantes	33
Desarrollo de Menú: “The Chatpata Experience, Progressive Indian Cuisine”	37
<i>Descripción del Menú</i>	37
<i>Detalle del Menú</i>	37
<i>Descripción de los platos escogidos</i>	39
Aperitivo: “Mandala”	39
Entrada: “Viagra”	39
Té: “Sassy Lemongrass Tea”.....	40
Plato Fuerte: “I Killed The Duck”	40
Té: “Mindblowing Masala Chai”	40
Postre: “The Holi 3”	41
Petit four: “The Last Pamper”	41

<i>Recetas de los Platos</i>	42
Aperitivo	42
Entrada.....	44
Té	46
Plato Fuerte.....	47
Té	50
Postre	51
Petit Four.....	54
Decoraciones	54
<i>Fotos del Menú</i>	¡Error! Marcador no definido.
Aperitivo	¡Error! Marcador no definido.
Entrada.....	56
Té de Lemongrass.....	57
Masala Chai.....	57
Plato Fuerte.....	58
Postre	59
Petit Four.....	60
Informe Cuantitativo del Menú	61
Costo del Menú.....	61
Food Cost (Ver en Anexos: Requisiciones, Transferencias y Devoluciones)	61
Conclusiones	63
Recomendaciones	64
Anexos	65
Anexo 1: Requisiciones	65
Anexo 2: Transferencias	80
Anexo 3: Devolución.....	81
Anexo 4: Reporte de Ventas	82
Bibliografía	83

Introducción

Justificación

La cocina India es sumamente extensa ya que esta cambia cada 50 kilómetros debido a todas las influencias geofísicas, religiosas e históricas que tiene. Esta cocina se caracteriza por los fuertes matices que tienen sus sabores y aromas. Esta gastronomía ha acompañado a la historia, la cultura y religión del país, dada la razón de que cambia totalmente cada 50 kilómetros lo que significa que es una gastronomía sumamente variada.

La combinación armónica entre las especias hacen que esta cocina sea una explosión en la boca, es por eso que se considera que la cocina india tiene su propio umami llamado chatpata, el cual según Gaggan combina los sabores dulce, salado, ácido y picante. En muchas cocinas el picante no es considerado como un sabor, pero dada la relevancia que este tiene el picante en la gastronomía india en este caso se lo considera como tal a excepción de la gastronomía del norte del país. Esta pasión que siento por esta cocina comenzó en mí a muy temprana edad, siempre me sentí atraída por la gastronomía asiática en general pero hay algo de la cocina india y su cultura que despierta en mí curiosidad, pasión, inspiración y armonía. Considero que esta cocina va muy ligada a la cultura, festividades, religiones y espiritualidad de la India, lo cual la hace mucho más interesante y llena de sorpresas. El objetivo que tengo como estudiante de gastronomía y futura cocinera es crear toda una experiencia gastronómica a través de sabores y detalles, por esa razón he decidido realizar un menú que transporte el paladar de los clientes a una cocina india progresiva.

Este extenso país se ubica en el sur del continente asiático, el cual está mayormente bordeado por el litoral. Este país se registra el uso de 700 idiomas y dialectos entre los cuales el hindi y el inglés son los más comúnmente usados. La religión en este país es una de las características que más influyen en la gastronomía del país; el hinduismo es la religión más practicada pero

entre las demás que se destacan están la musulmana, la budista, la sikh, el hare krishna y la cristiana. El país cuenta con un clima muy diverso ya que existen zonas templadas, tropicales y el área del Himalaya. Gracias a esta diversidad de climas el país tiene una gran cantidad de productos a toda época del año, los cuales son intercambiados y compartidos en el mundo. Debido a su ubicación geográfica este país se encuentra en dominio de las principales vías marítimas del continente asiático lo que hace que India sea uno de los países comerciantes más importantes de la región. La gastronomía de la India es el resultado de la fusión de culturas, las cuales han invadido al país durante los tiempos pasados como la musulmana, portugués, inglés, persa y obviamente lo nativo del país. Las conquistas que tuvieron esta civilización y los diversos límites con otros países hacen gastronomía tan variada que esta cambia cada 50 Km. Se puede decir que en la actualidad restaurantes como Gaggan han subido a la cocina India a lo más alto, con propuestas vanguardistas y técnicas sofisticadas pero siempre teniendo en cuenta las raíces que la hacen tan especial y diferente. El menú “The Chatpata Experience” que fundamenta esta investigación se enfoca en cocina india progresiva, la nueva tendencia planteada por el chef indio Gaggan Anand dueño del restaurante Gaggan que ofrece una cocina con raíces fuertes de gastronomía india pero con matices, sabores y tendencias de otras cocinas que nunca para de progresar y evolucionar tanto en técnica como en combinación de sabores. El menú “The Chatpata Experience” se compone por 7 tiempos: aperitivo, entrada, té, plato fuerte, té, postre y petit four; los cuales se describirán más a detalle posteriormente. El menú estuvo a la venta en el restaurante Marcus Apicius de la USFQ desde el 25 al 30 de octubre del año 2016.

Desarrollo del Tema

Marco Teórico

Regiones Culturales e Influencias

La geografía de la India contribuyó a delimitar zonas culturales con límites imprecisos, pero relativamente constantes a pesar de las vicisitudes de la historia; son estos límites los que a la vez de delimitar una cultura específica hace lo mismo con la gastronomía . Así se reconocen en el tercio más septentrional yendo de oeste a este: Región del Noreste, Cachemira y llanura del Ganges. En el tercio central se reconocen Gujarat, Rajasthán, India Central y Orissa. El tercio meridional constituye en su totalidad a la India del Sur (Gutman, 2014).

La Región del Noreste limita con lo que actualmente es Pakistán. Esta ha sido la mayor puerta de contacto con el exterior ya que ha facilitado la comunicación con Irán, Afganistán y Asia Central; de estos países India ha recibido complejas y variadas influencias en todo ámbito. Después de una larga evolución prehistórica se instaló la cuna del Valle del Indo que es considerada la primera cultura avanzada del subcontinente; posteriormente muchas culturas emigraron e invadieron comenzando por los arios, persas, macedonios y pueblos de Asia Central como árabes y afganos islamistas (Gutman, 2014). Cachemira o comúnmente dicha Kashmir pertenece ya a la orbe cordillera en sus altas mesetas y profundos valles. El centro de esta región es un valle rodeado por altas montañas. Pese a que Cachemira posee un aislamiento geográfico, fue bastante cosmopolita con influencias griegas, nepalesas y tibetanas (Gutman, 2014). La Llanura del Ganges es sin duda una de las regiones más importantes, ya que al ser mayormente cruzada por el río del mismo nombre es una fuente principal para desplazamiento de personas y mercadería, ya que el transporte terrestre en este país es caótico. En esta región surgieron los primeros estados de República de la India. En el

curso de la historia muchos imperios se desarrollaron en torno a este centro de gravitación política y económica. El mayor componente geográfico que tiene esta región es el Río Ganges el cual desemboca en la Bahía de Bengala como un inmenso delta y cuenta con una vegetación exuberante, bosques de bambú, mangos y cocos, manglares, bosques pantanosos, manglares y el dominio del tigre rayado (Gutman, 2014). En Gujarat o más conocida como la península de Saurashtra o Kathiawar, situada al sur del Sind, se define por su proximidad al Mar Árabe, beneficiándose de los puertos de los golfos vecinos llamados Kutch al noroeste y el de Cambay al este, fuente de ingresos constantes a través del comercio marítimo con Oriente Medio y Europa para sus habitantes. La región de India Central es difícil de definir la cual abarca al norte a Maharashtra y al sur a Madhya Pradesh. En el primero sus puertos eran la mayor fuente de intercambio ya que coincidía con el Mar Árabe y los Ghats occidentales, antiguamente estos puertos eran bien conocidos por los comerciantes griegos, romanos y egipcios. Madhya Pradesh era presentada como una zona transicional en la que las islas agrícolas, los bosques y climas alternaban con pocas ciudades beneficiadas por el comercio entre Doab y Deccán (Gutman, 2014). Orissa llamada antiguamente Kalinaga es el área más marginal de todas ya que a lo largo de la historia ha tenido una lenta evolución; una parte considerable de la población que habita en esta región es que aquí se encuentran las tribus de afiliación lingüística diversa. Los límites de la India del sur varían según el criterio empleado para definirla. La división política, establecida en 1947 al proclamarse la independencia, tuvo en cuenta, ante todo, el mapa lingüístico ya que las cuatro provincias meridionales: Karnataka, Kerala, Andhra Pradesh y Tamilnadu, no sólo tienen una inmensa mayoría de hablantes de la familia dravídica, en contraste con el predominio de lenguas indoeuropeas en el resto del país, sino que cada una de ellas coincide con la distribución de un idioma particular. Geográficamente, hay continuidad sin embargo entre la India del sur y la central al formar ambas parte del Deccán, una continuidad apoyada a menudo por la historia cuando las

dinastías del sur tendieron a considerar como frontera natural, antes que cualquier otra, a la “Barrera Vindhya-Narmada”. El Tamilnadu es el corazón del sur y su vasto territorio, predominantemente llano, se organizó ya desde el albor de la historia en tres subregiones bien marcadas. Hacia el norte se encontraba el país Pallava con su capital en Kanchipuram, cerca de Madrás; en el medio, en el delta del Kaveri, el país Cola cuyo epicentro era la ciudad de Tanjore, y en el extremo sur el país Pandya gobernado desde la añeja urbe de Madurai (Gutman, 2014).

Idioma, Cultura y Religión

Idioma

La cantidad de regiones culturales que contiene el país ha motivado la aparición de numerosas lenguas y dialectos, los cuales conforman alrededor de 700 (Roca, 2017). El idioma oficial de la India es el hindi y el segundo más utilizado es el inglés; existen otros de gran importancia como: bengali, gujarati, marathí, tamil, telugo y urdu. El inglés tomó fuerza desde la dominación colonial inglesa (Roca, 2017).

Cultura

La cultura hindú se ha desarrollado a partir de los pueblos dravídicos y los nómadas hablantes de indo-ario que llegaron de Asia Central en 1500 a.C. El Islam se extendió en el subcontinente desde el siglo VIII d. C. A partir del siglo XVII y hasta mediados del XX India fue el gran orgullo del Imperio Británico, del que los indios se independizaron en 1947 guiados por Mahatma Gandhi. Del control británico heredaron una profunda pobreza pero también el sistema de gobierno parlamentario, el idioma inglés y un sistema ferroviario muy extendido que ayudó a transformar un país multiétnico en una democracia secular, conocida como la mayor democracia del mundo (NatGeo, 2011). El sistema de castas de la India hace

patente la existencia de jerarquías económicas y religiosas, por lo que uno de cada seis indios pertenece a la casta menos privilegiada del sistema llamada los Intocables (NatGeo, 2011). Se debe mencionar que india cuenta con una industria del cine propia la cual se ha convertido en parte de su cultura, esta industria cinematográfica es conocida como Bollywood.

Religión

A nivel mundial la India es uno de los países más espirituales ya que ahí se han originado varias de las filosofías y religiones más influyentes de la historia. Aunque actualmente la India se ha declarado una república laica existen lugares en las que la religión sigue siendo la base para las tradiciones, la vida y el día a día. Entender las religiones de este país es quizás la manera más fácil de comprender su cultura. Las religiones más importantes de este país de forma ascendente son: hinduismo, islam, cristianismo, sikhismo, budismo y jainismo; también existen otras religiones minoritarias.

Hinduismo

El hinduismo es la religión más notable de la india ya que un 82% de la población la práctica (Martín, 2010). Esta es una religión nativa del país y es considerada como la más antigua de la historia. Existen diferentes criterios acerca del hinduismo ya que mientras algunos la consideran religión, otras la consideran una filosofía o forma de vida; por la razón de que no cumplen con características propias de una religión ya que carecen de: dogmas, fundador, iglesia, creencias y practicas escritas en un libro (Martín, 2010). La creencia central del hinduismo es que la religión se manifiesta en todas las cosas, objetos, personas y hasta animales, puesto que todo puede ser divinizado (Martín, 2010). El hinduismo es una religión politeísta y cuenta una extensa lista de 330 millones de deidades (Martín, 2010). Cabe recalcar que el hinduismo es una religión muy abierta, pacífica, tolerante y vegetariana.

Islam

El islam tiene un 13% de practicantes en la India lo que lo convierte en la segunda religión más importante (Martín, 2010). India es el tercer país más practicante del islam en el mundo. Esta religión monoteísta se cimienta en las escrituras del Corán, el cual tiene las enseñanzas dictadas por Alá (dios) al profeta Mahoma (Martín, 2010). Esta religión se fundó en el año 622 d.C. e inició su expansión a la India en el siglo VIII bajo el mando del Imperio Mongol. Su doctrina promueve la profesión de la fe, la oración, la limosna, el ayuno en el Ramadán y las peregrinaciones (Martín, 2010). Se puede decir que el islam es la religión contraria al hinduismo, puesto a que tiene una visión muy cuadrada y poco tolerante; se debe mencionar que los musulmanes no son vegetarianos pero el cerdo no es parte de su dieta ya que religiosamente es considerado como un animal impuro.

Cristianismo

El cristianismo fue introducido a la India principalmente por las colonias francesas, inglesas y portuguesas que se acentuaron ahí en diferentes momentos y su primera llegada fue junto a Santo Tomás a las costas del sur en el año 52 d.C. (Martín, 2010). Un 2.5% de esta población son creyentes cristianos y de ese porcentaje un 60% son católicos. El cristianismo es monoteísta y sigue las enseñanzas que Jesús, Hijo de Dios, quien vivió en la tierra. Las personas pertenecientes a esta religión pueden comer todo tipo de alimentos ya que su religión es muy abierta en ese sentido.

Sikhismo

El Sikhismo es una religión joven que surgió en la India en reacción a prácticas no compartidas del hinduismo y el islam como el sistema de castas. Este 2% de creyentes tienen un solo dios, 10 gurús, y aplican una ideología llamada las 5 “k”: kesh o pelo largo sin cortar; khangas, peine de madera; kara, brazaletes de metal; kachas, ropa interior de algodón y kirpan,

una daga. Sus templos son llamados gurdwaras. Al igual que los hinduistas los devotos a esta religión son vegetarianos.

Budismo

Al igual que el hinduismo, el budismo es considerado religión o filosofía ya que carece de las mismas características que el hinduismo. El budismo es practicado por el 1% de la población y se inició en india bajo las enseñanzas de Siddhartha Gautama o más conocido como Buda (Martín, 2010). Esta práctica entrena y desarrolla la mente para comprender mejor el universo y brindar amor a los seres vivos (Martín, 2010). Se basa en la práctica del Dharma el cual es un medio para alcanzar la felicidad mediante el control de la mente, según los budistas cuando la mente se descontrola se desarrolla el Karma que es el opuesto al Dharma (Martín, 2010). Al igual que el hinduismo el budismo practica el vegetarianismo.

Jainismo

El jainismo a diferencia de todas las otras creencias no es teísta ya que no aceptan ninguna deidad (Martín, 2010). Para los jainistas toda realidad es divina por lo que causar daño a cualquier ser viviente es pecado. Los creyentes de esta religión son veganos, lo que quiere decir que practican un vegetarianismo extremo en el cual no se consume ni se utiliza nada de origen animal. Los jainistas son fieles defensores de la no violencia, desapegados a lo material ya que creen en la reencarnación (Martín, 2010).

En cuanto a las creencias minoritarias están el bahi, zoroastrismo y el judaísmo; al igual que las otras religiones, estas tienen fuertes influencias gastronómicas en la India las cuales serán explicadas a profundidad más adelante.

Festividades Gastronómicas de la India

Las festividades de la India están totalmente vinculadas a la religión y gastronomía del país por lo que en estas fechas hay platos característicos que se preparan por tradición, herencia cultural u honor al dios que se alaba si este es el caso. Debido a las numerosas religiones que existen en el país se puede decir que realmente existen festividades todos los días, pero son algunas las celebraciones y festivales que tienen más importancia a nivel nacional como: Maha Kumbh Mela, Holi, Diwali, Eid-UI-Fitr, Buddah Purnima y Ganesha Chaturthi. Al igual que la mayoría de los países, India también celebra Viernes Santo, Navidad y Año nuevo debido a la influencia de las colonias que se acentuaron ahí muchos años atrás. A continuación se explicará en qué consisten estas celebraciones y cuáles son sus platos más emblemáticos.

Maha Kumbh Mela

Esta festividad es la reunión espiritual más grande del planeta (Ramchandani, 2013), y sucede entre enero y febrero. El Kumbh Mela ocurre cada 3 años, pero el Maha Kumbh Mela cierra el ciclo cada 12 años y se lo celebra en la ciudad de Praiag principalmente. Esta celebración consiste en que los peregrinos se bañen en las aguas sagradas para limpiar su Karma a su próxima reencarnación (Ramchandari, 2001). Debido a que esta celebración de origen hindú la comida tradicional en este día es puramente vegetariana como samosa, piaz pakora, chutneys, naan, paratha y palak paneer.

Holi

El festival de Holi es el más conocido mundialmente ya que ha tenido una gran acogida en diferentes países, pero este festival no solo consiste en lanzar polvos de colores como lo han adaptado en el occidente. El Holi celebra la llega de la primavera después de nublado invierno en los primeros días de marzo; es por eso que toda la India y especialmente el norte se pintan

de colores y encienden hogueras para purificar el aire de los malos espíritus. En este festival nadie se salva de ser manchado con colores ya que no tiene importancia tu casta, nacionalidad y raza (Nuñez, 2015). La comida del día principal de Holi es la cena en la que se consumen platos como: paratha, roti, mango lassi, masala chai, pakora, thali y raita; y de dulces: barfi, julab jamun y halwa.

Diwali

Esta celebración es el inicio del año nuevo indio y se lo celebra entre octubre y noviembre, periodo que es llamado mes de Kartika. La noche del quinto día de la celebración las calles se llenan de luz, color, juegos artificiales y petardos. La tradición de esta celebración es pintar las casas como símbolo de renovación que atrae buena suerte (Jairo, 2015). Uno de los platos más emblemáticos que se consume en el mes de Kartika es el chicken tikka masala pero también se consume byriani de cordero, arroz basmati, curry rojo, gambas, variedad de frutas, barfi, gulab jamun, halwa, rasgulla y soan papdi (Sundari Rice, 2014).

Eid-Ul-Fitar

Esta festividad es de origen musulmán ya que marca el fin del Ramadán en el mes de Shawwal. Este día los musulmanes oran y escuchan los sermones en las mezquitas, y brindan una limosna llamada zakat-al-fitr ya sea en valor monetario o en comida a las personas más pobres. La tradición de los creyentes islámicos es utilizar ropa nueva visitar familiares, regalar juguetes a los niños y realizar grandes festines comunales; esta última tradición mencionada es quizás la actividad más importante del fin del Eid-Ul-Fitar, ya que el Ramadán consiste en un largo periodo de tiempo de ayuno (Time and Date, 2017). Ya que esta celebración es de origen musulmán, la comida que se prepara es totalmente diferente a las anteriormente mencionadas en las otras festividades entre estos platos y productos que se

consumen están: dátiles, frutos secos, couscous, rendang, kebab, baklava y ma'moul (Hussain, 2017).

Buddah Purnima

El Buddha Purnima celebra el nacimiento de Siddhartha Gautama o más conocido como Buddha el 10 de mayo, quien fundó la religión budista. El núcleo de las celebraciones en torno Buddha es en la ciudad de Bodh Gaya situada en el estado de Bihar al noreste de India (Bargueño, 2016). Este día los budistas devotos visitan templos donde escuchan a los monjes recitar versos y debido a que tiene las enseñanzas de Buddha muy en alto suelen consumir solo alimentos vegetarianos, liberar animales enjaulados y dar limosna a los más necesitados (Time and Date, 2017). En este día los creyentes suelen consumir solo productos vegetarianos: frutas, cuajada, frutos secos, barfi, gulab jamun, halwa, ladoo, kichidi y soan pardi (Guru Purnima 2017: The Significance and its Celebration, 2017).

Ganesha Chaturthi

Esta fiesta se realiza en honor al dios con cabeza de elefante y cuerpo de niño llamado Ganesha. Esta fiesta se realiza en agosto o septiembre dependiendo de año durante 10 días. La leyenda hindú dice que el dios Shiva, padre de Ganesha, conmemoró que debe rezarse a su hijo para tener éxito, amor y sabiduría, puesto que Ganesha es el dios de la buena suerte y removedor de obstáculos. Se realizan altares temporales tanto adentro de las casas o en las calles los cuales se decoran con flores y luces en los que se coloca una escultura del dios; también se cantan mantras para buscar la bendición de Ganesha. Los seguidores de Ganesha realizan una procesión hacia el río llevando una gigante estatua del dios, en la cual lanzan polvos de colores a la gente. El festival más importante se realiza en Mumbai. El modak es el dulce tradicional de esta festividad: una masa de harina de arroz o trigo, rellena de frutos secos, cocida al vapor y con un almíbar de azúcar llamado jaggery (Herrero, 2011).

Influencias en la Gastronomía de la India

India es uno de los países donde se encuentra un gran mosaico de diversas culturas, ideologías, religiones y estilos de vida; por eso la gastronomía de este país varía cada 50 Km, puesto que no se puede hablar de un patrón de gastronomía india definido con exactitud (Anand, Chefs Table Season 2, 2015). Se puede decir que los ingredientes que se emplean en esta gastronomía es el único hilo que forma la base de esta gastronomía en las diversas regiones pero varía drásticamente su modo de empleo (India, 2009). En la gastronomía en la India se puede encontrar un amplio uso de las verduras locales, leche y sus derivados, y alto uso de condimentos, razón por la que se suele decir que en la India se come muy condimentado en comparación a otros países (India, 2009). Siendo la religión un factor muy importante en este país, generalmente el uso de carnes en sus recetas es muy poco usual ya que la todas las religiones excepto la musulmana y la católica son vegetarianas. El consumo de carnes en la India es debido a la fuerte influencia que dejó la colonia francesa, aunque también se encuentran varias influencias que dejaron las colonias portuguesa e inglesa, y la migración de la cultura árabe. Si bien india tiene varias influencias gastronómicas de otros países, pero también cuenta una influencia a raíz de la religión Hindú que ha tenido un gran impacto en este país llamada cocina Ayurvédica.

Influencia Francesa

Pondicherry ubicada en la costa del este fue la antigua capital de los territorios franceses de la India hasta 1954 d.C. En la actualidad es muy común que los adultos mayores en esta zona se comuniquen en francés (Aranda, 2014). Las principales características que fueron heredadas de la cocina francesa en la india fue el uso de carnes las cuales adaptaron a sus propias recetas tradicionales y sus métodos de cocción los que brindaron un toque de refinación a esta cocina.

Influencia Portuguesa

La india portuguesa incluía varios enclaves en la costa occidental, incluyendo Goa, Damán, Diu, Dadra y Nagar, cabe recalcar que todo el territorio que pertenecía a los portugueses era mundialmente llamado Goa. La colonia portuguesa duro aproximadamente cuatro siglos y medio desde el año 1580 d.C. hasta 1975 d.C. (García, 2015). Las influencias gastronómicas más importantes que brindó la colonia portuguesa a India fueron: el cerdo vindaloo; quesos; tomate, chile y tubérculos, los cuales fueron traídos desde América después de la conquista española y azúcar; antes de la llegada del azúcar en India se solía endulzar con miel de abejas y frutas (Khanna, 2014).

Influencia Inglesa

A mitad del siglo XIX consolidó su poder en India y otros tres países asiáticos. En 1858 India se convirtió formalmente en una colonia británica, donde el parlamento creó un Ministerio del Estado de la India y se nombró a un virrey quien se instauró en Calcuta. Esta colonización duro hasta el año 1914 d.C. (Lugones, 2014). Los británicos contagiaron a los Indios el gusto por el té y sobre todo implementaron su cosecha ya que este país tiene el clima ideal para el cultivo de el té. Si bien los británicos influenciaron más en la manera de comer que en lo que comían los Indios, ya que ellos introdujeron por primera vez el uso de cuchillo y tenedor; el suelo de la cocina donde las familias indias solían comer, fue remplazada por la mesa (Khanna, 2014).

Influencia Árabe

En el año 1000 d.C. los árabes conquistaron el valle del Indo, siendo esta la región India con mayor influencia musulmana actualmente. Los árabes trajeron de sus tierras el cilantro y el comino los cuales mezclados con jengibre, cúrcuma, azafrán, semillas de hinojo, nuez moscada, macis, ajo, formaron lo que en occidente se conoce equivocadamente como curry, el

curry indio hace referencia a un estofado y varía según su región (Protocolo, 2006) (Khanna, 2014). Los Indios quienes se refugiaron en Afganistán trajeron el famoso horno Tandoori donde se preparan diversos platos tradicionales Indios, así mismo los árabes llegaron al país el famoso kebab el cual adoptó sabores y especias indias y el café (Protocolo, 2006).

Progressive Indian Cuisine & Gaggan Anand

*“La comida es nuestra religión, morimos por comida.
En India hubieron y hay huelgas por comida,
porque los musulmanes no comen cerdo y
los hindús no comen carne.
La comida es todo para nosotros.”*

(Anand, Chefs Table Season 2, 2015)

En cuanto a Gaggan él es un chef indio propietario del restaurante número 7 en el mundo llamado “Gaggan” en Bangkok, Tailandia el cual propone una nueva y vanguardista cocina india llamada “Progressive Indian Cuisine”. Nació en Calcuta, donde surgió desde las castas más bajas con el sueño de ser chef (Anand, Chefs Table Season 2, 2015). Gaggan dice que en India hay dos opciones, o naces en cuna de oro o te quedas abajo, él venía de una familia muy pobre pero pese a esa situación sus padres nunca dejaron que le falte comida y educación. Gaggan nunca se sintió a gusto en la escuela, generalmente se escapaba de ella al zoológico que quedaba alado donde compraba samosas a un vendedor. Las mejores memorias que él ha recopilado de su vida siempre han estado relacionadas con comida. Finalmente al terminar los estudios básicos comenzó a estudiar gastronomía lejos de su hogar donde tuvo una duras épocas puesto que sus padres pasaban por una crisis económica más fuerte que la que habían tenido toda su vida, no alcanzaban a pagar la luz mensual que tan solo costaba un equivalente de cuatro dólares. Acabó sus estudios gastronómicos e inmediatamente comenzó a trabajar en un restaurante en India donde se desilusionó completamente de la cocina tras tener un percance de maltrato por parte de sus jefes, e inmediatamente renunció. Tras altos y bajos,

Gaggan comenzó a ganar fama ya que había ayudado a abrir varios restaurantes en India; todo cambió cuando recibió una llamada para abrir un restaurante en Bangkok, Tailandia y no dudó en aceptar. Esa llamada dio un giro de 180°C a la vida del joven chef indio. Mientras trabajaba en Bangkok, Gaggan se dio cuenta que una nueva era había comenzado en la comida donde chefs como Ferrán Adriá, Heston Blumenthal y Thomas Keller estaban en la cima; él quería hacer lo mismo que ellos con la cocina de su país (Schwarz, 2015). Gaggan deseaba trabajar en el restaurante de Ferrán Adriá, el Bulli, para que el mismo león le enseñe a cazar; de todas las pocas posibilidades que Gaggan tenía de ser aceptado como pasante en el Bulli, lo logró, siendo el primer chef Indio en trabajar ahí. Al regresar a Bangkok de su estadía en España, Gaggan se sentía inspirado, sabía exactamente lo que tenía que hacer para cambiar la perspectiva que el mundo tenía hacia los chefs Indios.

*“Regresé a Bangkok en el 2007 y como un típico Indio me quedé.
El restaurante “Gaggan” fue el resultado de una noche de embriaguez con mis amigos,
donde la frustración de trabajos previos dio inicio a una propuesta a mis actuales colegas.
Ellos aceptaron y aquí estamos”*

(Anand, Eat at Gaggan, 2017)

Para Gaggan la comida y la música son su mundo, creció junto con las bandas de rock progresivo como Pink Floyd y Led Zeppelin, algo que le incitó a nunca parar y siempre estar en constante avance. A partir de esto y su estadía en el Bulli, finalmente consiguió implementar un estilo y tendencia llamado Progressive Indian Cuisine, una gastronomía ubicada en la cúspide; refinada, arriesgada, evolucionada y mejorada. La base de su comida es Chatpata, que para Gaggan es el umami indio que consta de cuatro sabores: salado, ácido, dulce y picante. La experiencia en su restaurante es fuera de lo común ya no sirve *comfort food*, no sirve solo curry y naan porque dispara a la gente con su comida impredecible y provocativa. Su restaurante cuenta con un staff de 22 personas de 7 nacionalidades diferentes lo que brinda ese contraste de técnicas y sabores en el menú de este restaurante (Schwarz, 2015). Junto a su jefe de desarrollo e investigación, viajan cada algunos meses a India a

probar comida callejera, para despertar memorias e inspirar futuras fantasías para su menú el momento de crear el menú (Schwarz, 2015). Sus platos son icónicos ya que se caracterizan por tener nombres excéntricos y sin filtro como por ejemplo: *Viagra*, *I Want My Curry* y *Who Killed the Goat*; esto se debe a que Gaggan cuenta con una personalidad alegre, chistosa, informal y juguetona (Anand, Chefs Table Season 2, 2015). En fin la Progressive India Cuisine consta en mantener los sabores tradicionales y combinarlos junto con otros para una audiencia global (Shantanu, 2015). Después de tan solo dos años de trayectoria el restaurante “Gaggan” obtuvo el primer puesto en los “50 Best Asia” y el tercer puesto en “World’s 50 Best Restaurants”.

Chatpata

Chatpata describe a los platos agridulces en la gastronomía india, donde también se incluye el picante y el salado. Esta palabra tiene diversos significados en la gastronomía de la India, también es sinónimo de *chaat* que son bocadillos llenos de sabor vendidos en carritos de comida o en *chaathouses* (Verma, 2016). Estos platos vendidos tanto en carros callejeros como en *chaathouses* varían dependiendo de la región donde están ubicados (Verma, 2016). Cada región de la India tiene un estilo de cocina y sabores característicos como se ha mencionado previamente, en el norte el uso del *tandoori* y el *korma*; en la región del sur sus comidas picantes y aromáticas; el este de la india se especializa en los diversos *currys*; el este con la influencia tailandesa utiliza coco y mariscos; finalmente en el centro de país se concentran todos esos sabores y técnicas mencionados (Verma, 2016). Las especies exóticas son también parte de lo que define a la cocina india como chaat, ya que estas tienen la característica de ser fuertemente perfumadas y en su mayoría brindan un sabor picante. La gran gama de ingredientes, técnicas y especias son lo que dan ese característico “Umami

Indio”, fruto de la mezcla de cuatro sabores mencionados por Gaggan (Anand, Chefs Table Season 2, 2015).

Principales productos y preparaciones de India

Debido a que la India se encuentra en una ubicación geográfica privilegiada, este país goza de una extensa variedad de productos. Los productos lácteos se encuentran en la posición más alta ya que India es el mayor productor a nivel mundial (Press, 2008). Además de los productos lácteos, este país es uno de los grandes productores de té y maní. Como se ha mencionado anteriormente, la gastronomía de la India varía cada 50 km, pero es importante destacar los productos, especias, panes, salsas, preparaciones, postres y bebidas más importantes de su gastronomía. Las verduras en la gastronomía india son de gran importancia por influencias religiosas pero debido a las colonizaciones que vivieron durante años el uso de carnes y aves se ha impregnado; el consumo de mariscos es más común en la región de Goa por la influencia portuguesa. Puesto a que la India absorbió la gastronomía de otras culturas, existen diferentes métodos de cocción para preparar una inmensa cantidad de platos. (Uri, 2007)

Productos Lácteos

Los lácteos son de gran importancia en la gastronomía de la India, ya que debido a las creencias religiosas y la ausencia del consumo de carnes, los lácteos toman un peso importante en la alimentación. La leche en si no es normalmente consumida por la gente India sino sus derivados.

a) Yogurt

El Yogurt es considerado la salsa madre de la India (Anand, Chefs Table Season 2, 2015), comúnmente llamado *dahi*. Este producto es utilizado en casi todas las preparaciones y sin

azúcar, excepto en la preparación de *lassis*. El sabor suave de este producto combinado con las especias hace que resalten sus sabores gracias al alto contenido de ácido láctico, por lo que también se lo utiliza para marinar (Uri, 2007).

b) Ghee

Es mantequilla clarificada, esto consiste en separar por completo el suero de la grasa en la mantequilla mediante un baño maría. Esta es la principal materia grasa utilizada en la gastronomía de la India (Uri, 2007), con un color dorado intenso por eso es llamado “Oro Líquido Indio” (Chefs, 2007). Su sabor es muy versátil ya que tiene la característica de intensificar los sabores y olores de las especias. se debe mencionar que actualmente también existe ghee vegetal

c) Paneer

Es un queso fresco elaborado a partir de la leche de vaca y es utilizado en diversos platos de esta gastronomía, especialmente en el Palak Paneer. El paneer se realiza a base de una cuajada de leche que después de ser drenada es prensado por algo con peso (Mundo Quesos, 2008).

d) Chhena

El queso chhena o chhana es típico de la región india de Orissa. Este queso tiene el mismo método de preparación que el paneer pero a diferencia este no es prensado por lo que tiene una consistencia suave y cremosa, muy parecido a la de un queso ricotta y proviene de la leche de búfalo (Mundo Quesos, 2008). La receta más popular realizada con este derivado lácteo es un postre llamado rasgulla.

e) Bandel

Este queso hecho a base de leche de vacuno es un queso ahumado proveniente de Bengala con origen en las colonias portuguesas. A diferencia de los dos quesos mencionados anteriormente, este es un queso de sabor fuerte ya que tiene una capa de moho, muy salado y

aromático. La noche anterior a su consumo se suele sumergirlo en agua y normalmente se lo marida con masala chai (Mundo Quesos, 2008).

Espicias

Las especias en la India son algo que se impregna en el ambiente. Las especias son unos de los elementos más importantes en la gastronomía India ya que estas brindan ese característico aroma y paleta de color a sus preparaciones, ya sean estas de sal, dulce o bebidas. Estas tienen tanta importancia a nivel nacional que inclusive existen rutas de especias como atracción turística.

a) Cúrcuma

Esta es una de las especias más utilizadas en la cocina de la India. Proviene de una raíz de la familia del jengibre y es de un intenso color amarillo (García J. , 2016). Su sabor es dulce y con un ligero picor. Se la puede emplear fresca, seca y en polvo y suele ser un sustituto de color del azafrán. Este es uno de los principales ingredientes de la cocina Ayurvédica (Amigos de Odisha, 2015), también utilizada en currys, guisos, samosas y en la famosa bebida tradicional Haldi Ka Do (Imtiaz, 2016).

b) Cardamomo

El cardamomo es originario de India donde lo llaman *kali elaichi* o “Grano del Paraíso” (Monarrez, 2016). Es usado para fines medicinales como alivio de dolor de estómago y usada también para elaboraciones gastronómicas. El cardamomo tiene un aroma fuerte, resinoso y dulce, parecido al del eucalipto; existen 4 variedades: blanco, verde, pardo y negro (Monarrez, 2016). Esta es una de las especias más importantes de esta gastronomía y se lo usa en preparaciones como Kulfi, Masala Chai, currys y arroces como el *basmati* y *jasmín*.

c) Jengibre

Esta especia llamada *adak* en hindi es utilizada alrededor de toda Asia puesto que en india es una de sus importantes especias. Esta es una raíz que puede ser utilizada tanto en polvo seco como fresco. Esta especia es parte de los picantes distintivos de esta comida ya que generalmente es utilizado para las bases de salsas, currys y postres (Sociedad Geográfica de las Indias, 2016).

d) *Alholva*

La alholva o fenogreco es una planta de la cual se utilizan las hojas y las semillas principalmente en los currys. Esta especia conocida como *methi* en hindi, es muy aromática y tiene sabor ligeramente amargo. Aparte de ser utilizada en los currys también es ingrediente esencial para los platos *tandoori masala* y *panch phoran* (Velsid, 2009).

e) *Cayena*

Este ingrediente es también conocido como red chili o guindilla, se lo utiliza seco ya que así su picor y sabor se concentran. Es común usarlos entero o en polvo dependiendo del tipo de preparación. Este chile es principalmente cultivado en Odisha pero es consumido alrededor de toda india. Su distintivo sabor y picor es un elemento principal en varias preparaciones Indias como *chicken tikka masala*, *arroz biryani*, *chana masala*, *raita* y *narial jhinga* (Cubel, 2015).

f) *Comino*

Especia conocida como *jeera* en hindi de gran importancia en India ya que forma parte de la base de diversas preparaciones de sal (Uri, 2007). Tiene un sabor amargo y un aroma extremadamente fuerte por lo que se deber manejar con cuidado las cantidades. Utilizado principalmente en *samosas*, *currys*, *tandoori*, *kashmiri pulao* y *palak paneer* (Andes, 2012).

g) *Agua de Rosas*

Este ingrediente es muy utilizado en Arabia, Medio Oriente e India. Principalmente se la utiliza en postres y bebidas como *lassis*, *gulab jamun* y *rasgulla*.

h) *Masala*

Esta es la mezcla de especias de mayor importancia en la gastronomía india ya que se dice que es la esencia y el espíritu de la cocina India (Uri, 2007). Esta mezcla de especias es de origen islámico y no tiene una receta estricta ya que surgen variaciones dependiendo de la zona habiendo diferentes *masalas* como: el *tandoori masala* y el *garam masala* al norte de india, el *panch phoron masala* en la región bengalí, el *paan masala* y la mezcla de *masala chai* utilizado para el *masala chai*. Se recomienda tener las especias que la componen por separado y solo mezclarlas el momento de su uso (Monarrez, 2016). La receta base del *masala* consiste en comino, semillas de cilantro, cardamomo, pimienta negra, canela, clavo de olor, nuez moscada y cayena. Esta mezcla es usada en la mayoría de preparaciones.

Panes y Arroces

Se dice que la mejor manera de conocer una cultura es a través del pan. A diferencia de muchos países los diversos panes que ofrece la India son cocinados de distintas maneras como al horno, fritos, directo al fuego o pancha. Los panes más importantes de la gastronomía india son: *naan*, *paratha*, *poori*, *dosa* y *chapati*. El arroz es tan importante como el pan para los Indios, en este país se consume el famoso arroz *basmati*, el cual acompaña diversas preparaciones.

a) Naan

Este pan es el más popular alrededor de India. Es cocinado en un horno abierto de barro en forma cilíndrica llamado *tandoor* originario de Pakistán, Irán y Arabia. (Sarmale, 2016). El *naan* es una masa aplanada como un pan pita que se pega directamente a las paredes del *tandoor* para su cocción. Los ingredientes básico de este pan son harina, ghee, levadura y yogurt. Existen diversas variedades de *naan* por lo que se puede encontrar de ajo, coco, jengibre y otros sabores más (Donate, 2015).

b) Paratha

Este pan es consumido generalmente en el desayuno y los ingredientes son lo mismo que el *naan* a excepción que se utiliza harina integral (Donate, 2015). Se lo cocina en un sartén de hierro llamado *tawa* y al final de la cocción se agrega una cucharadita de *ghee* (Sarmale, 2016). Se lo consume generalmente con yogurt pero existen variaciones que se agregan cebolla, coliflor o nabo (Donate, 2015).

c) Poori

Este pan es el snack de los indios. Este pan no contiene levadura pero si los mismos ingredientes que el *naan* y este es frito en una especie de wok llamado *akarahi* en *ghee*, consiguiendo un pan hinchado (Sarmale, 2016). Generalmente es el pan que acompaña *currys* y granos (*dhal*) (Donate, 2015).

d) Dosa

Este pan es preparado a base de arroz y lentejas fermentadas. Se forman una especie de crepes los cuales se rellenan con verduras. Este pan es más común en el sur de la India (Sarmale, 2016). Al sur de la India existe una variante de la *dosa* llamada *uttapam* que consta en convertirla en la base de una especie de pizza (Donate, 2015).

e) Chapati

Este pan es también conocido como *roti* o *phulka* y se elaboran con harina integral, agua y *ghee*; no contiene levadura. Se prepara en un *tawa* al igual que el *naan* (Sarmale, 2016). Se lo utiliza alrededor de toda la India y a toda hora debido a la facilidad de su preparación. Existe una gran variedad de *chapati* alrededor de India dependiendo de su región como el *tandoori roti*, *misi roti* y *romali roti* (Donate, 2015).

f) Arroz Basmati

Este arroz se cultiva en las estribaciones de la cordillera del Himalaya. Se destaca por ser un arroz muy perfumado y de grano largo y fino (Gastronomía&Cia, 2008). Las cocciones del arroz son diferentes alrededor de toda India, varían desde lo más simple cocinado al vapor,

aromatizado con especias como cardamomo y en recetas como el biryani, currys, thali, dhal y rajma (Pérez, 2017).

Salsas

Existe una extensa variedad de salsas en la India, las cuales provienen de distintos de alimentos como lácteos, frutas, verduras y especias. Las principales salsas de la comida India son los curry, el chutney, raita, korma, bhuna y tikka masala

a) Korma o Masala Curry

Este curry es el más suave en cuanto a picor ya que se utiliza almendras, leche de coco, yogurt, cúrcuma y *garam masala* (Carlos, 2014). Es un curry cremoso por sus ingredientes el cual es comúnmente preparado con pollo y acompañado de arroz *basmati*.

b) *Madrás Curry*

Este es un curry picante de color rojo anaranjado intenso originario de Chennai. La base de este curry son aromas dulces como jengibre, anís, canela, leche e coco, pasta de tamarindo, cayena y semillas de alholva. Este curry puede acompañar diversas carnes, *dhal* y mariscos.

c) *Vindaloo Curry*

Sin duda este es el curry más picante de la India. Tiene origen portugués de un plato llamado *vinhadalhos*, originario de Goa (Roja, 2014). Este curry lleva pimienta negra, vinagre, albahaca, azafrán, cúrcuma, masala, jengibre, tomate, cardamomo, cayena y *phal* (el chile más picante del mundo) (Lizárraga, 2015).

d) *Chutney*

Esta es una salsa agrídulce o mejor dicho una confitura, que se consume alrededor de toda India. Esta preparación llamada *chatni* en hindi, es utilizada tanto como adobo o salsa. No existe una receta exacta de chutney ya que sus ingredientes varían mucho pero debe constar con el característico sabor agrídulce y una textura parecida a la de una mermelada.

Normalmente un chutney consta de frutas, especias dulces y picantes e inclusive verduras. Los chutney más comunes son: mango, papaya, plátano, coco, tomate y piña, aunque existen diversas variaciones en cada región. Esta salsa es utilizada en diversas preparaciones ya sean de carnes, aves, *dhal*, o arroz (Gastronomía&Cía, 2008).

e) Raita

Esta es sin duda la salsa más refrescante de la India, hecha a base de yogurt. Dependiendo del área se le suele agregar cilantro, menta, cayena y comino. Es el acompañante de muchos platos y panes, especialmente el *naan*; la *raita* es el mejor aliado del picante ya que por ser hecha a base de un derivado lácteo este baja la sensación de picor (Sundari, 2016).

f) Tikka Masala

Esta salsa solo se usa para preparar chicken tikka masala, pero debido a la fama que tiene a nivel mundial y la importancia de este plato en la cocina india, es parte de las salsas más emblemáticas de esta cocina. La receta lleva cebolla, tomate, jengibre, limón, mostaza, paprika, *tandoori masala* y yogurt (Sahni, 2013).

Preparaciones más Importantes

Las preparaciones más importantes de la cocina india conllevan todos los productos mencionados anteriormente brindando un mosaico de preparaciones como platos salados, postres y bebidas.

a) Platos Salados

- *Pakora*: es una masa de verduras como coliflor, cebollas, pimiento verde; papa; chile verde y cilantro. Sumergido en un tempura de garbanzos (Cristina, 2016).

- *Samosa*: es una especie de empanada con forma triangular rellena de vegetales, guisantes y papa, aderezados con especias. Se la puede encontrar también rellena de pollo (Cristina, 2016).
- *Dhal*: este plato pueden ser dos cosas o lentejas o una variedad de granos o guisantes, las cuales son preparadas de la misma manera. Esta palabra define a todas los granos de la India, pero si se habla del plato este es un estofado de lentejas descascarilladas combinado con especias, mostaza, jengibre, ajo, tamarindo, anís, cilantro y cayena (Gastronomía&Cia, Dal, daal, dahl o dhal, 2008). Siempre se lo acompaña con *roti* o arroz *basmati* (Uri, 2007).
- *Chicken Tandoori*: este plato consiste marinar el pollo en yogurt, jugo de limón, cayena y salsa *tandoori*. La manera tradicional de cocerlo es en el horno *tandoor* (Cristina, 2016).
- *Chicken Tikka Masala*: el chicken tikka masala se aliña de la misma manera que el chicken tandoori, pero la diferencia es que este es un estofado, lleva verduras, es más jugoso y es menos picante (Sahni, 2013).
- *Biryani*: existen muchas variedades de biryani pero lo que nunca cambia es que la base de esta preparación es el arroz junto con yogurt, especias y vegetales. Sus variantes dependen mucho de los ingredientes de la zona como el tipo de carne, ave o marisco y el picor (Paco, 2013).
- *Sambar*: este es un caldo de lentejas típico del sur de la India. Tiene como ingredientes lentejas, verduras, curry y especias. Generalmente se lo acompaña con *dossa* (Cristina, 2016).

b) *Postres o mithai*

- *Gulab Jamun*: son unas esferas de leche en polvo y harina, fritas y después sumergidas en un almíbar de agua de rosas y cardamomo (Atmósfera Oriental, 2014). A veces se suele agregar hebras de azafrán y canela al almíbar.
- *Gajar Halwa*: este postre originario de Punjabi consiste en un puré de zanahoria rallada, leche, cardamomo y nuez cashew (Jain, 2007). Se la pone al fuego y se deja reducir hasta conseguir una especie de confitado.
- *Jaleebi*: este es un dulce típico del sur de la India. Es una masa a base de agua, harina, levadura y yogurt que se deja fermentar durante 24 horas. Se forman espirales delgados y pequeños de masa, se fríen en aceite y se sumergen en un almíbar bastante parecido al del *gulab jamun*.
- *Barfi*: este postre es sumamente popular en el norte de la India hecho a base de leche, leche condensada y pistachos. A esta masa se suele agregar coco, almendras y pistachos en trozos; se la corta en la forma de un diamante (Jain, 2007).
- *Kulfi*: este es el helado típico de este país, hecho a base de leche, leche de almendras o leche de coco con frutos secos y especias dulces.
- *Modak*: estos dulces son hechos con una masa de arroz o trigo rellenos con azúcar y coco. Pueden ser tanto fritos como cocinados al vapor. Este es el postre que comen los hindús en la fiesta en honor al dios Ganesha (Malinder).

c) *Bebidas*

- *Lassi*: son bebidas de yogurt mezclados con fruta (Uri, 2007). La mezcla más famosa es con mango.
- *Masala Chai*: es un té típico del sur de la India. Esta bebida lleva te negro, cardamomo, canela, clavo de olor y jengibre (Uri, 2007). Lleva una espuma

encima el momento de servir que es a base de agitar la bebida de olla a olla con un movimiento llamado *pulling*.

Desarrollo de Menú: “The Chatpata Experience, Progressive Indian Cuisine”

El menú presentado fue inspirado en platos del actual menú que brinda el restaurante Gaggan, donde se ha fusionado la base de cocina India con sabores tailandeses, productos locales disponibles y técnica francesa.

Descripción del Menú

El menú que se ha presentado se basa totalmente en el concepto del Gaggan, el cual brinda una total experiencia al cliente. Como se ha mencionado antes los platos tienen las raíces Indias muy marcadas pero se han utilizados productos y sabores originarios de otros países como Tailandia y Francia. En cuanto a la técnica y el formato del menú se ha implementado cocción en sous vide, montajes de plato contemporáneos, y diversos cursos. Es importante mencionar que los platos son presentados con sus respectivos nombres excéntricos al igual que Gaggan. Para la creación de este menú se necesita de mucho tiempo, investigación y sobretodo creatividad. En primera instancia la idea de realizar este menú partió por la cercanía personal que existe hacia la cultura y las diversas religiones de la India, lo cual hizo que yo sienta una fascinación por su gastronomía. El último toque de inspiración que hizo que decida realizar un menú Indio fue al conocer la historia de Gaggan Anand y todo lo que ha logrado, este menú es un homenaje a él, a su cultura y su gastronomía.

Detalle del Menú

Aperitivo

“Mandala”

Naan crocante de queso, aceite de trufa blanca y raita de pepino.

Entrada

“Viagra”

Camarón de río, puree bicolor de camotes, chutney de mandarina agria confitada & mango y espuma cítrica.

Té

“Sassy Lemongrass Tea”

Refrescante té de hierbaluisa

Plato Fuerte

“I Killed The Duck”

Confit & Magret de pato con picante curry rojo, acompañado de un encurtido Urdu, berenjenas al cúrcuma y arroz basmati.

Té

“Mindblowing Masala Chai”

Té chai tradicional

Postre

“The Holi 3”

Trilogía de dulces indios: Rasgulla, Barfi & Halwa, acompañado con salsa de yogurt ácido y vainilla.

Petit Four

“The Last Pamper”

Trufa de chocolate blanco con jengibre y hierbaluisa.

Descripción de los platos escogidos

Aperitivo: “Mandala”

Este aperitivo que se nombró como “mandala” tiene como elemento principal el naan, el pan más famoso y utilizado de la india. Su nombre hace alusión a la figura geométrica utilizada como relajación en el hinduismo que tiene una figura circular con bordes como pétalos. En esta versión contemporánea de naan se lo elaboró más crocante y delgado, con una forma de mandala. Para aromatizar y condimentar se utilizó ajo macho confitado, queso semi-maduro y semillas de amapola en la masa; para el toque final el momento de servir se utilizó aceite de trufa blanca de alta calidad. El naan fue acompañado con una tradicional raita, salsa hecha a base de yogurt espeso, pepino, menta y perejil.

Entrada: “Viagra”

Si bien el nombre de la entrada es bastante llamativo, excéntrico y retador, pero cabe recalcar que los sabores que se encontraron en dicha entrada fueron una explosión en la boca. El menú de Gaggan tiene un plato con el mismo nombre pero debido a la dificultad para encontrar exactamente los ingredientes utilizados en su plato, se decidió elaborar algo del mismo realce. Se utilizó camote morado y camote amarillo para crear el pureè bicolor de textura suave. Los camarones de río fueron pochados y salteados con ghee, limón y picante thai. En cuanto al chutney, esta fue la preparación que más tiempo requirió ya que con dos meses de anticipación de debió confitar las mandarinas pequeñas en azúcar y sal para extraer su aromas lo mayor posible; posteriormente para la realización del chutney se utilizaron frutas como limón, mango, maracuyá y la mandarina confitada, y para aromáticas jengibre, cebolla paiteña

y picante thai. Para que una salsa se la pueda llamar chutney esta debe tener una consistencia de mermelada heterogénea y un sabor equilibrado entre salado, ácido y dulce. Finalmente la espuma cítrica fue hecha a base de naranja, limón y lecitina de soya.

Té: “Sassy Lemongrass Tea”

Este té fue utilizado como elemento refrescante para el paladar. Si bien la hierba luisa es utilizada más como una aromática para platos en la gastronomía india, pero puesto que este menú no es tradicional se decidió implementar a la hierbaluisa en un te frio para preparar al paladar para el siguiente plato.

Plato Fuerte: “I Killed The Duck”

El nombre de este curso surgió a contestación del famoso plato de Gaggan “who killed the goat?”. Lo esencial fue copiar la temática del plato pero no sus ingredientes, es por eso que decidí utilizar pato envés de cabra. Para aprovechar la carne del pato al máximo se utilizó el pato entero y se marinaba empacado al vacío durante un día con 5 especias chinas, jugo de naranja y aceite de ajonjolí. Al día siguiente se realizaba la salsa de curry rojo con el jugo que había botado el pato, se empacaba al vacío cada porción de magret y el resto de la carne se confitaba en la misma grasa clarificada del pato. Al estar lista la carne confitada se porcionó en fundas individuales y se empacó al vacío hasta su uso. El pato se acompañó con un tradicional arroz basmati aromatizado con canela, cardamomo y clavo de olor; berenjena saltada con cúrcuma y pickle urdu.

Té: “Mindblowing Masala Chai”

Este segundo té que se sirvió en este menú fue un té chai frío, ya que el plato anterior tenía una composición aromática fuerte y un picante sabor la leche y las especias cálidas utilizadas en este té ayudan a equilibrar nuevamente el paladar para el siguiente curso.

Postre: “The Holi 3”

Este postre fue inspirado en la famosa festividad hindú de Holi debido al colorido que se obtiene de los 3 postres presentados. Si bien los postres en la india no son complicados como una tartaleta francesa, tienen más afinidad a los dulces árabes ya que son simples pero deliciosos y de una dimensión más pequeña. Halwa, barfi y rasgulla fueron los protagonistas de este plato. Halwa es un postre hecho a base de zanahoria y cardamomo, pero en esta versión se agregó extracto de vainilla natural y se los presentó en forma de pequeños domos con una nuez de cajún dorada. El barfi es una pasta dulce de pistaccio que se presentó en forma de trufa con papel de plata. Finalmente el rasgulla es una masa rosa hecha a base de sémola y chenna, pochada en almíbar caliente aromatizado con agua de rosas. El postre entero era acompañado de yogurt espeso para neutralizar el azúcar de los dulces.

Petit four: “The Last Pamper”

Tener un petit four en el menú no es algo tradicional en la gastronomía india sino un gesto originario de la gastronomía francesa que consiste brindar un pequeño detalle dulce al terminar por completo la comida. The last pamper fue el cierre con broche de oro en este menú con una trufa de chocolate blanco, perfumado con jengibre y hierbaluisa y cubierto en polvo dorado y azúcar glass dentro de una caja india de madera.

Recetas de los Platos

Aperitivo

NAAN CROCANTE AL ACEITE DE TRUFA				
N° de Pax:	15	15 porciones de Naan de 0.028 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Levadura	Kg	0.003	\$50.00	\$0.15
Azúcar	Kg	0.003	\$0.80	\$0.00
Leche Caliente	Lt	0.1	\$1.02	\$0.10
Harina	Kg	0.15	\$0.76	\$0.11
Sal	Kg	0.04	\$0.34	\$0.01
Yogurt Natural	Lt	0.04	\$2.11	\$0.08
Ghee Derretido	Kg	0.02	\$6.98	\$0.14
Queso Holandés	Kg	0.05	\$7.84	\$0.39
Ajo Macho Confitado	Kg.	0.01	\$18.00	\$0.18
Semillas de Amapola	Kg	0.005	\$36	\$0.18
Aceite de Trufa	Lt	0.002	\$200.00	\$0.40
TOTAL				\$1.76
COSTO POR PAX				\$0.12
PREPARACION				
<p>Tener el ajo macho confitado previamente. Rallar el queso holandés. Agregar en la leche caliente el azúcar y la levadura y esperar hasta que la levadura se disuelva y se active. En la Kitchenaid agregar la harina y la sal tamizados. Mezclar el yogurt con la mezcla de la leche cuando ya este a temperatura ambiente. Agregar el Ghee, el ajo y el queso, comenzar a amasar con el gancho y agregar poco a poco la mezcla de leche y yogurt en la Kitchenaid. Amasar hasta obtener la red de gluten y una masa suave. Dejar reposar la masa por 2 horas hasta que duplique su tamaño. Amasar la masa hasta que quede de un grosor de 3 mm.</p> <p>Cortar en pequeños círculos con un cortapastas, espolvorear un poco de semillas de amapola, colocar en un sartén los pequeños círculos de naan. Sacar el naan cuando esté dorado y salpicar unas gotas de aceite de trufa.</p>				

RAITA DE PEPINO				
N° de Pax:	15	15 porciones de Raita de 0.027 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Yogurt Natural	Lt	0.125	\$2.11	\$0.26
Pepino	Kg	0.125	\$1.04	\$0.13
Menta	Kg	0.01	\$8.00	\$0.08
Cilantro	Kg	0.01	\$6.19	\$0.06
Cebolla Perla	Kg	0.025	\$1.86	\$0.05
Limón Sutil	Kg	0.1	\$2.20	\$0.22
Perejil	Kg	0.01	\$7.99	\$0.08
Sal	Kg	0.005	\$0.34	\$0.00
COSTO TOTAL				\$0.62
COSTO POR PAX				\$0.04
PREPARACION				
Encurtir la cebolla cortada en pluma con el limón. Pelar, despepitar y cortar en brunoise el pepino. Picar las hierbas. Drenar el yogurt. Mezclar todo, agregar la sal y reservar en el frío hasta su uso.				

COSTO TOTAL FINAL	\$2.38
COSTO POR PAX FINAL	\$0.16

Entrada

CHUTNEY				
N° de Pax:	15	15 porciones de Chutney de 0.023 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Mandarina Pequeña	Kg	0.05	\$0.00	\$0.00
Limón Sutil	Kg	0.01	\$2.20	\$0.02
Mango	Kg	0.075	\$3.50	\$0.26
Maracuyá	Kg	0.1	\$1.10	\$0.11
Jengibre	Kg	0.01	\$2.42	\$0.02
Cebolla Paiteña	Kg	0.05	\$1.86	\$0.09
Polvo de Ají	Kg	0.01	\$1.50	\$0.02
Azúcar Blanca	Kg	0.04	\$0.80	\$0.03
Sal	Kg	0.006	\$0.34	\$0.00
COSTO TOTAL				\$0.56
COSTO POR PAX				\$0.04
PREPARACION				
Colocar en una olla el jugo de maracuyá junto con la cebolla paiteña cortada en pluma, dejar hervir por 3 minutos. Agregar el mango picado en cubos pequeños, el jengibre en brunoise fino, polvo de ají, azúcar, mandarina confitada y el almíbar de la confitura. Esperar que se evapore un poco la humedad. Finalmente agregar la sal, el jugo de limón y la ralladura de limón. Dejar hervir por 2 minutos y reservar hasta su uso.				

CAMARONES DE RIO				
N° de Pax:	15	15 porciones de Camarón de Río de 0.088 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Camarón de Río	Kg	1	\$8.00	\$8.00
Mantequilla	Kg	0.2	\$6.98	\$1.40
Limón Meyer	Kg	0.1	\$0.90	\$0.09
Sal	Kg	0.02	\$0.34	\$0.01
Pimienta Blanca	Kg	0.01	\$17.48	\$0.17
COSTO TOTAL				\$9.67
COSTO POR PAX				\$0.64
PREPARACION				
<p>Clarificar la mantequilla para obtener Ghee. Pelar y limpiar los camarones de río. Empacar al vacío de 3 en 3 y guardar en el frío. Para el momento de la preparación, sacar tres camarones de río en un bowl y agregar la sal, la pimienta y unas gotas de jugo de limón. Saltear los camarones de río en Ghee hasta que estén a punto.</p>				

PUREE BICOLOR				
N° de Pax:	15	15 porciones de Puree Bicolor de 0.053 kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Camote Amarillo	Kg	0.25	\$6.50	\$1.63
Camote Dulce	Kg	0.25	\$1.09	\$0.27
Crema	Kg	0.2	\$3.12	\$0.62
Mantequilla	Kg	0.1	\$6.98	\$0.70
COSTO TOTAL				\$3.22
COSTO POR PAX				\$0.21
PREPARACION				
<p>Hervir los camotes hasta que estén a punto y pelar. En la termomix colocar la papa junto con el camote amarillo y después colocar el camote morado separado. En ollas separadas colocar los dos purees, agregar crema y mantequilla. Corregir sabores, colocar en la manga pastelera y reservar hasta el uso.</p>				

ESPUMA CITRICA				
N° de Pax:	15	15 porciones de Espuma de Limón de 0.016 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Jugo de Limón Sutil	Lt	0.1	\$2.20	\$0.22
Jugo Naranja Nacional	Lt	0.1	\$1.02	\$0.10
Agua	Lt	0.05	\$0.00	\$0.00
Lecitina de Soya	Kg	0.001	\$250	\$0.25
COSTO TOTAL				\$0.57
COSTO TOTAL POR PAX				\$0.04
PREPARACION				
Exprimir el jugo de los dos cítricos en un bowl metálico. Agregar la cantidad exacta de lecitina y turmixiar el momento de su utilización para obtener una espuma firme.				

COSTO TOTAL FINAL	\$14.02
COSTO POR PAX FINAL	\$0.93

Té

TE LEMONGRASS				
N° de Pax:	15	15 porciones de 0.03 Lt c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Hierba Luisa	Kg	0.015	\$10.00	\$0.15
Agua	Lt.	0.5	\$0.00	\$0.00
COSTO TOTAL				\$0.15
COSTO POR PAX				\$0.01
PREPARACION				
Hervir el agua y después bajar la temperatura a 90 grados. Agregar las hojas de hierba luisa				

y dejar infusionar por 3 minutos. Retirar las hojas y enfriar la infusión.

Plato Fuerte

RED CURRY				
N° de Pax:	15	15 porciones de 0.07 Lt c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
5 Especias	Kg	0.048	\$10.57	\$0.51
Aceite de Ajonjolí	Lt	0.09	\$26.27	\$2.36
Naranja	Kg	0.45	\$1.02	\$0.46
Curry Pasta Roja	Kg	0.129	\$19.00	\$2.45
Salsa Pescado	Lt	0.09	\$11.03	\$0.99
Azúcar Morena	Kg	0.07	\$0.98	\$0.07
Leche de Coco	Lt	0.09	\$8.17	\$0.74
Ají Rojo Nacional	Kg.	0.08	\$0.72	\$0.06
Hoja de Lima	Und	0.015	\$6	\$0.09
Cilantro	Kg	0.005	\$6.17	\$0.03
Ajo	Kg	0.005	\$6.78	\$0.03
COSTO TOTAL				\$7.79
COSTO POR PAX				\$0.52
PREPARACION				
<p>Marinar el pato previamente deshuesado con 5 especias, aceite de ajonjolí, el jugo y la cáscara de naranja rallada. Empacar al vacío por una noche. Al día siguiente colocar el jugo de la marinada del pato en un wok y dejar hervir. El momento en el que la marinada haya alcanzado ebullición pasta de curry rojo, salsa de pescado y azúcar morena. Esperar por dos minutos hasta que el azúcar se disuelva. Agregar leche de coco, ají en brunoise, ajo en brunoise y las hojas de lima kaffir. Dejar concentrar sabores y espesar por 5 minutos. Pasar por un chino la salsa de curry rojo y reservar.</p>				

MAGRET & CONFIT				
N° de Pax:	15	15 porciones de Magret de.25 Kg c/u 15 porciones de Confit de 0.2 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Pato Nacional Entero	Kg	7	\$7.70	\$53.90
COSTO TOTAL				\$53.90

COSTO TOTAL POR PAX	\$3.59
PREPARACION	
<p>Deshuesar el pato y reservar la grasa. Marinar el pato como en la explicación anterior. Empacar al vacío la pechuga hasta el momento de su utilización. Clarificar la grasa del pato para utilizarla como materia grasa para confitar el pato. Confitar sousvide las extremidades del pato excepto la pechuga: 12 horas a 68.5 grados con sal, pimienta, ajo, grasa de pato, y 5 especias. Para el magret, cortar la piel de la pechuga en rombos y pre cocinar en sousvide por 1 hora a 54 grados centígrados, tener listo para cocinar a la minuta en el tiempo de servicio. Desmenuzar el pato confit, agregar un poco de curry rojo fondo de pato y grasa de pato; porcionar individualmente, empacar al vacío y reservar hasta el momento de servicio.</p>	

ARROZ BASMATI				
N° de Pax:	15	15 porciones de Arroz Basmati de 0.057 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Arroz Basmati	Kg	0.4	\$10.50	\$4.20
Agua	Lt	0.45	0	0
Aceite Girasol	Lt	0.03	\$2.68	\$0.08
Sal	Kg	0.003	\$0.34	\$0.00
Cardamomo	Kg	0.001	\$20.68	\$0.02
Canela Rama	Kg	0.003	\$18.03	\$0.05
Clavo de Olor	Kg	0.001	\$20.90	\$0.02
COSTO TOTAL				\$4.38
COSTO POR PAX				\$0.29
PREPARACION				
<p>En una olla agregar: aceite, cardamomo, canela, clavo de olor y sal; dejar que salgan aromas por 2 minutos. Colocar el arroz en la olla y dorar por unos minutos Agregar agua y sal; esperar a que alcance ebullición, poner a fuego bajo por 15 minutos hasta que se haya absorbido toda el agua. Apagar y dejar reposar 5 minutos hasta servir.</p>				

ENCURTIDO URDU		
N° de Pax:	15	15 porciones de Pickle Urdu de 0.045 Kg c/u
País:	India	

INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Daikon	Kg	0.1	\$3.30	\$0.33
Zanahoria	Kg	0.1	\$0.55	\$0.06
Pepino	Kg	0.1	\$10.45	\$1.05
Rábano	Kg	0.1	\$1.20	\$0.12
Vinagre de Arroz	Lt	0.15	\$19.40	\$2.91
Azúcar	Kg	0.1	\$0.80	\$0.08
Sal	Kg	0.02	\$0.34	\$0.01
Limón Meyer	Kg	0.01	\$0.90	\$0.01
COSTO TOTAL				\$4.56
COSTO POR PAX				\$0.30
PREPARACION				
Utilizar la mandolina china para cortar: daikon, pepino, rábano y zanahoria. Zestear la piel de 1/2 limón. Colocar todos los ingredientes en una bolsa para empacar al vacío y realizar ósmosis inversa. Reservar en el frío.				

BERENJENA A LA CURCUMA				
Nº de Pax:	15	15 porciones de Berenjena de 0.067 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Berenjena	Kg	1	\$2.90	\$2.90
Ghee	Kg	0.005	\$6.98	\$0.03
Limón	Lt	0.002	\$0.90	\$0.00
Cúrcuma	Kg	0.002	\$7.52	\$0.02
COSTO TOTAL				\$2.95
COSTO POR PAX				\$0.20
PREPARACION				
Cortar las berenjenas en 4 y cortar en cubos. En un sartén colocar el ghee y saltear los cubos de berenjena. Agregar la cúrcuma y reservar. El momento en el que se vaya a emplatado colocar unas gotitas de jugo de limón.				

COSTO TOTAL FINAL	\$73.57
COSTO POR PAX FINAL	\$4.90

Té

Masala Chai				
N° de Pax:	15	15 porciones de Te Chai de 0.034 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Clavo de Olor	Kg	0.002	\$20.90	\$0.04
Semillas de Cardamomo	Kg	0.002	\$20.68	\$0.04
Canela en Rama	Kg	0.003	\$18.03	\$0.05
Té Negro	Und	0.02	\$0.94	\$0.02
Azúcar	Kg	0.015	\$0.80	\$0.01
Leche	Lt	0.25	\$1.03	\$0.26
Agua	Lt	0.25	\$0.00	\$0.00
COSTO TOTAL				\$0.43
COSTO POR PAX				\$0.03
PREPARACION				
Colocar en una olla: clavos de olor, semillas de cardamomo, canela y agua, llevar a ebullición y después cocinar a fuego lento por 10 minutos. Agregar la leche y el azúcar, cocinar a fuego 3 minutos. Retirar del fuego, agregar el te, tapar y dejar infusionar por 3 minutos. Colar la mezcla y transferir a dos tazas para hacer el "pulling", que brindara la espuma al té Chai.				

Postre

BARFI				
N° de Pax:	15	15 unidades de Barfi de 0.03 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Leche	Lt	0.12	\$1.02	\$0.12
Pistacho	Kg	0.1	\$75.00	\$7.50
Leche en Polvo	Kg	0.125	\$9.28	\$1.16
Azúcar	Kg	0.112	\$0.80	\$0.09
Cardamomo Molido	Kg	0.001	\$20.68	\$0.02
Colorante Verde	Lt	0.0001	\$71.75	\$0.01
Colorante Amarillo	Lt	0.0001	\$71.75	\$0.01
COSTO TOTAL				\$8.89
COSTO POR PAX				\$0.59
PREPARACION				
<p>Procesar la leche con los pistachos. Mezclar leche en polvo, azúcar y cardamomo en una olla y agregar la mezcla del pistacho. Mezclar a fuego medio hasta que se forme una masa espesa. Transferir a un molde engrasado y a lo que se enfríe cortar de manera deseada.</p>				

RASGULLA				
N° de Pax:	15	15 porciones de Ras Gula de 0.018 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Leche	Lt	2	\$1.02	\$2.04
Agua	Lt	0.06	\$0.00	\$0.00
Limón Meyer	Lt	0.06	\$0.90	\$0.05
Sémola	Kg	0.3	\$2.25	\$0.68
Azúcar	Kg	0.5	\$0.80	\$0.40
Agua	Lt	1	0	0
Agua de Rosas	Lt	0.008	\$43.33	\$0.35
Colorante Rosa	Lt	0.00001	\$71.75	\$0.00
COSTO TOTAL				\$3.52
COSTO POR PAX				\$0.23
PREPARACION				
<p>Poner a hervir la leche. Mezclar el jugo de limón y la primera cantidad de agua. Cuando la leche haya alcanzado su punto de ebullición agregar la mezcla del limón, hacer que hierva otra vez y colocar sobre un lienzo para filtrar el suero. Con esto se obtiene 500 kg de Chhana. En una Kitchenaid suavizar la Chhana por 10 minutos. Agregar la sémola y continuar batiendo 3 minutos. Con la masa formar bolitas de 20 gramos. Con la segunda cantidad de agua y azúcar realizar dos almíbares por separado. El primero se utilizará para cocinar los Rasgulla por 30 minutos. El segundo es el almíbar que contiene agua de de rosas colorante; este será el almíbar en el que se conservan los Ras Gula.</p>				

GAJJAR HALWA				
N° de Pax:	15	15 porciones de Halwa de 0.02 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Ghee Noisette	Kg	0.015	\$6.98	\$0.10
Zanahoria	Kg	0.125	\$0.55	\$0.07
Vainilla	Kg	0.003	\$7.95	\$0.02
Azúcar	Kg	0.063	\$0.80	\$0.05
Agua	Lt	0.031	0	0
Crema	Lt	0.063	\$3.12	\$0.20
Leche en Polvo	Kg	0.006	\$9.28	\$0.06
COSTO TOTAL				\$0.50
COSTO POR PAX				\$0.03
PREPARACION				
<p>Elaborar un almíbar con el agua y el azúcar. Aparte calentar el ghee en un sartén y esperar a que llegue a los 125 grados, después agregar la zanahoria rallada finamente, Cocinar hasta que se evapore la humedad. Después agregar el almíbar caliente, crema de leche y leche en polvo; mezclar con un batidor de mano para evitar grumos. Mezclar hasta que la preparación tome una consistencia espesa y agregar la vainilla. Colocar la masa en los moldes de domos pequeños engrasados. Reservar en el frío.</p>				

COSTO TOTAL FINAL	\$12.91
COSTO POR PAX FINAL	\$0.86

Petit Four

GINGER & LEMONGRASS WHITE CHOCOLATE TRUFFLE				
N° de Pax:	15	15 unidades de Trufa de 0.006 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Cobertura Blanca	Kg	0.057	\$12.32	\$0.70
Crema de Leche el Kiosko	Lt	0.04	\$3.12	\$0.12
Mantequilla	Kg	0.003	\$6.98	\$0.02
Jengibre	Kg	0.015	\$2.42	\$0.04
Lemongrass	Kg	0.015	\$10.00	\$0.15
COSTO TOTAL				\$1.03
COSTO POR PAX				\$0.07
PREPARACION				
Realizar una infusión en la crema de leche con jengibre y lemongrass a fuego medio. Verter la crema de leche en el chocolate blanco y realizar una ganache. Terminar con mantequilla y enfriar para después realizar esferas pequeñas.				

Decoraciones

DECORACIONES				
N° de Pax:	15	15 porciones de decoración de 0.014 Kg c/u		
País:	India			
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	COSTO x Kg/ Und.	COSTO TOTAL
Yogurt	Kg	0.05	\$5.70	\$0.29
Pack Brotes & Flores	Und	0.05	\$2.50	0.125
Papel Plateado	Und	0.005	\$2.54	\$0.01
Polvo Dorado	Kg	0.001	\$0	0
Nuez Cashew	Kg	0.015	\$0	0
COSTO TOTAL				\$0.42

Fotos del Menú*Aperitivo*

Entrada

Té de Lemongrass



Masala Chai



Plato Fuerte



Postre

Petit Four



Informe Cuantitativo del Menú

Costo del Menú

COSTO MENU "THE CHATPATA EXPERIENCE"		
PLATO	COSTO x 15 PAX	COSTO x PAX
Mandala	\$2.38	\$0.16
Viagra	\$14.02	\$0.93
Sassy Lemongrass Tea	\$0.15	\$0.01
I Killed The Duck	\$73.57	\$4.90
Mind-blowing Masala Chai	\$0.43	\$0.03
The Holi 3	\$12.91	\$0.86
The Last Pamper	\$1.03	\$0.07
Decoraciones	\$0.42	\$0.03
MENU	\$104.91	\$6.99

Food Cost (Ver en Anexos: Requisiciones, Transferencias y Devoluciones)

RENDIMIENTO FOOD COST REAL			
INVENTARIO INICIAL	REQUISICIONES	TRANSFERENCIAS	DEVOLUCIONES
\$0.00	\$543.38	\$2.54	\$128.34
	\$9.86		
	\$4.43		
	\$272.39	\$8.38	
	\$1.71		
	\$330.09		
	\$4.13		
\$0.00	\$1,165.99	\$10.92	\$128.34
COSTO TOTAL			\$1,048.57
TOTAL VENTAS			\$1,693.62
%FC REAL			61.91%

COSTO TOTAL	PRECIO DE VENTA	%FC TEORICO
\$6.99	\$16.13	43.34%

Conclusiones

En conclusión, para la realización del menú “The Chatpata Experience” se requirió una gran investigación de la cocina de la India, para que desde las bases tradicionales se pueda partir para la realización de un menú de cocina india progresiva. Cabe recalcar que también se debió adaptar los productos que se encontraban disponibles en el Ecuador y que estos tengan un precio accesible. Se debió realizar varias pruebas para asegurar que los sabores, la cocción y la presentación de los alimentos se asemejen al máximo a lo que la tendencia de la cocina india progresiva dicta. Tras varias pruebas y modificaciones, los resultados mostraron que este menú era totalmente factible dentro del país gracias a la gran adaptabilidad que tiene esta nueva tendencia de cocina en cuanto a métodos y productos. Existieron productos con los que hubo al final un poco de dificultad de encontrar en el mercado como el pato que a un comienzo se realizó la preparación con pato nacional con un precio dentro del presupuesto establecido, pero puesto que el menú tuvo una gran acogida, este se agotó y se tuvo que realizar con pato importado a un costo más alto.

Finalmente se puede confirmar que el menú “The Chatpata Experience” resultó bastante atractivo a los clientes del restaurante Marcus, pese a su excentricidad, se logró vender 106 menús. Esto muestra que los clientes ahora están dispuestos a probar nuevas experiencias gastronómicas y no estancarse en lo común.

Recomendaciones

- El momento de realizar un menú de cocina india, investigar a profundidad la cultura, religión y regiones ya que la gastronomía de este país se caracteriza por cambiar cada 50 km.
- Las diversas religiones son una de las influencias más fuertes en la gastronomía, seguidas por la ubicación geográfica.
- Se debe realizar la comida menos picante a lo tradicional ya que el paladar ecuatoriano no está acostumbrado al picor de la comida de la india.
- Si no se encuentra arroz *basmati* en el mercado, es recomendable utilizar arroz *jazmín* ya que tiene un aroma y forma parecida.
- Si no se encuentra pato nacional, es posible realizar la preparación con pollo o pavo ya que el pato importado actualmente se encuentra sumamente caro debido a los aranceles e impuestos.
- En la mezcla para el *masala chai* lleva té *oolong* originalmente pero este es sumamente escaso y costoso en el Ecuador, sin embargo el té negro es la mejor alternativa que se encuentra localmente.
- El *chutney* puede ser realizado con diversas frutas, no específicamente las utilizadas en el menú, pero se debe recordar que este tenga un equilibrio entre salado, dulce y ácido.
- Pasión, creatividad, entrega, felicidad y amor en todo lo que uno hace, *dahnyavaad!*

Anexos

Anexo 1: Requisiciones

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
57013	0.00	MANTEQUILLA C/SAL	Kilogram	3.00	3.00	7.86	23.58
36068	0.04	LEVADURA FRESCA	Kilogram	100.00	100.00	4.46	446.00
9001	24.58	AZUCAR	Kilogram	600.00	600.00	0.77	461.18
57010	11.78	LECHE ENTERA	Liter	5.00	5.00	1.03	5.13
51012	26.72	HARINA TRIGO	Kilogram	2.00	2.00	0.74	1.48
31060	9.48	SAL CRISAL	Kilogram	0.60	0.60	0.32	0.19
57025	1.08	YOGURT NATURAL EL PINO	Liter	3.00	3.00	2.24	6.73
69028	0.15	QUESO HOLANDES	Kilogram	0.50	0.50	7.83	3.92
83113	0.00	AJO MACHO ENTERO	Kilogram	0.10	0.10	5.50	0.55
31071	0.00	SEMILLA AMAPOLA	Kilogram	0.05	0.05	36.00	1.80
40024	0.70	MENTA FRESCA	Kilogram	0.05	0.05	2.00	0.10
83068	28.70	PEPINILLO FRESCO	Kilogram	1.50	1.50	0.52	0.78
40012	0.00	CILANTRO	Kilogram	0.10	0.10	6.92	0.69
40027	0.76	PEREJIL CRESPO	Kilogram	0.05	0.05	3.10	0.16
44027	0.95	LIMON SUTIL	Kilogram	1.00	1.00	1.10	1.10
44029	1.07	MANGO	Kilogram	1.00	1.00	1.30	1.30

Issue Request : LA1610-00568 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 21/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : Menu Marcus Ma. Gracia
 Status : Requested

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
83051 ✓	0.05	JENGIBRE	Kilogram	0.20	0.20	2.88	0.58
✓83029	18.25	CEBOLLA PAITENA	Kilogram	0.10	0.10	0.80	0.08
✓31005	0.00	AJI POLVO	Kilogram	0.10	0.10	1.50	0.15
61008	8.15	CAMARON ENTERO RIO	Kilogram	180.00	180.00	11.05	1,988.9
✓44026	15.90	LIMON MEYER	Kilogram	0.20	0.20	0.55	0.11
✓31050	0.00	PIMIENTA BLANCA MOLIDA	Kilogram	0.50	0.50	15.60	7.80
✓31022	0.00	CINCO ESPECIES	Kilogram	0.25	0.25	32.88	8.22
✓31029	0.00	CURRY PASTA ROJA	Kilogram	0.80	0.80	23.50	18.80
✓1010	0.00	ACEITE AJONJOLI	Liter	0.50	0.50	22.28	11.14
✓44033	0.95	MARACUYA	Kilogram	1.00	1.00	0.64	0.64
✓44042	7.30	NARANJA NACIONAL	Kilogram	2.30	2.30	1.10	2.53
36120	0.00	SALSA PESCADO	Liter	0.50	0.50	24.68	12.34
✓9006	13.40	AZUCAR MORENA	Kilogram	0.50	0.50	0.98	0.49
✓36062	0.40	LECHE COCO	Liter	3.00	3.00	7.84	23.51
✓83008	2.40	AJI ROJO NACIONAL	Kilogram	0.40	0.40	0.78	0.31
✓54003	0.00	HOJA DE LIMA	Kilogram	0.50	0.50	3.00	1.50
✓83009	0.40	AJO ENTERO	Kilogram	0.05	0.05	3.40	0.17
8006	8.75	PATO NACIONAL	Kilogram	16.00	16.00	7.80	124.80
✓7005	2.00	ARROZ BASMATI	Kilogram	1.00	1.00	11.57	11.57
✓1013	11.00	ACEITE GIRASOL	Liter	5.00	5.00	2.41	12.07
✓83030	34.35	CEBOLLA PERLA	Kilogram	3.00	3.00	0.89	2.68
✓31018	0.00	CARDAMOMO	Kilogram	0.20	0.20	20.68	4.14

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
✓ 31016	0.03	CANELA RAMA	Kilogram	0.10	0.10	19.32	1.93
✓ 31023	0.00	CLAVO DE OLOR ENTERO	Kilogram	0.10	0.10	21.79	2.18
✓ 83042	0.00	DAYKON	Kilogram	1.00	1.00	1.65	1.65
✓ 83075	0.15	RABANO	Kilogram	1.00	1.00	0.75	0.75
✓ 85001	-0.10	VINAGRE ARROZ	Liter	0.75	0.75	17.86	13.39
✓ 45023	0.00	PISTACHO S/CASCACION	Kilogram	0.50	0.50	37.27	18.63
✓ 36064	0.44	LECHE EN POLVO	Kilogram	1.50	1.50	8.46	12.68
70004	0.00	BICARBONATO DE SODIO	Kilogram	0.20	0.20	50.00	10.00
✓ 37002	0.00	AGUA ROSAS	Liter	0.50	0.50	43.33	21.67
✓ 83093	62.20	ZANAHORIA AMARILLA	Kilogram	2.00	2.00	0.53	1.06
✓ 57005	34.87	CREMA LECHE	Liter	1.00	1.00	2.76	2.76
73111	0.00	PAPEL PLATA	Each	1.00	1.00	2.54	2.54
45028	0.00	NUEZ CASHEWS	Kilogram	0.10	0.10	40.23	4.02
✓ 57005	34.87	CREMA LECHE	Liter	0.40	0.40	2.76	1.10
26001	0.12	COBERTURA BLANCA	Kilogram	0.50	0.50	12.32	6.16
✓ 44041	4.50	NARANJA AMERICANA	Kilogram	0.70	0.70	3.48	2.44
✓ 83106	0.00	PACK BROTES HORTALIZAS	Each	2.00	2.00	2.50	5.00
✓ 37007	0.00	ESENCIA VAINILLA BLANCA	Liter	0.15	0.15	7.34	1.10
✓ 73021	35.00	FUNDA VACIO GRANDE	Each	15.00	15.00	0.15	2.18
✓ 73022	57.00	FUNDA VACIO MEDIANA	Each	15.00	15.00	0.06	0.95
73023	0.00	FUNDA VACIO PEQUENA	Each	15.00	15.00	0.05	0.71
73060	0.00	TARRINA PLASTICA X 1/2 L	Each	20.00	20.00	0.04	0.75

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
41014	35.88	ΜΑΝΤΕΛΙΟΥΓΓΑ ΣΙΣΑΓ	Kilograms	1.00	1.00	49.2	49.2
44045	15.02	ΜΑΡΑΝΙΑ ΝΑΚΙΟΝΙΑΛ	Kilograms	3.00	3.00	11.1	33.3
44048	48.18	ΓΙΜΟΝ ΜΕΥΕΡ	Kilograms	3.00	3.00	22.0	66.0
83018	8.10	ΒΕΒΕΙΛΕΙΑ	Kilograms	3.00	3.00	21.0	63.0
31058	1.10	ΣΥΡΡΥ ΡΑΣΤΑ ΡΟΛΑ	Kilograms	5.00	5.00	23.20	116.00
21015	22.84	ΜΑΡΙΝΑ ΤΡΙΓΟ	Kilograms	5.00	5.00	21.0	105.0
83088	0.00	ΒΕΒΙΟ CHINO	Kilograms	2.00	2.00	5.00	10.00
21052	8.88	ΛΟΓΟΥΤ ΜΑΤΥΡΑΓ ΕΓ	liter	2.00	2.00	32.38	64.76
1002	4.18	ΑΡΡΟΣ ΒΑΣΜΑΤΙ	Kilograms	2.00	2.00	11.03	22.06
21010	11.00	ΓΕΧΗ ΕΙΤΕΡΑ	liter	12.00	12.00	1.03	12.36
1001	32.10	ΑΣΥΡΑ	Kilograms	3.00	3.00	11.0	33.0

Status : Requested
 Info : EXTRA2 URGENTES MA GRACIA
 To Cost Center : BODEGA AULGA GASTRONOMICA (CCP)
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CC2)
 Date : 25/10/2018
 Issue Request : ΓΑΤΕΡΑ-01120 (BODEGA AULGA GASTRONOMICA (CCP))

Issue Request	USE	m. a. 8-4-10 8 01010145
	<i>Handwritten mark</i>	ΕΣΤΥΔΙΑΝΤΕ ΜΑΡΚΟΣ

Total: 80.4

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
83052	1.02	ΣΑΜΟΤΕ ΔΥΓΣΕ	Kilograms	1.00	1.00	81.1	81.1
83054	0.00	ΣΑΜΟΤΕ ΑΜΑΡΙΓΓΟ	Kilograms	1.00	1.00	2.00	2.00

Status : Requested
 Info : EXTRA2 ΜΕΙΝ ΜΑ. GRACIA
 To Cost Center : BODEGA AULGA GASTRONOMICA (CCP)
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CC2)
 Date : 25/10/2018
 Issue Request : ΓΑΤΕΡΑ-01008 (BODEGA AULGA GASTRONOMICA (CCP))

Issue Request	USE	m. a. 22-8-08 0101145
	<i>Handwritten mark</i>	ΕΣΤΥΔΙΑΝΤΕ ΜΑΡΚΟΣ

83024	1.00	CAMOTE AMARILLO	Kilogram	2.00	2.00	2.90	5.80
83025	2.60	CAMOTE DULCE	Kilogram	2.00	2.00	1.18	2.36
45023	0.00	PISTACHO S/CASCACION	Kilogram	2.00	2.00	37.27	74.53
83093	94.85	ZANAHORIA AMARILLA	Kilogram	4.00	4.00	0.54	2.15
8006	43.55	PATO NACIONAL	Kilogram	30.00	30.00	7.80	234.00
60 UNIDADES DE PATOS ENTEROS							
Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
36085	3.67	MIEL DE ABEJA	Kilogram	3.00	3.00	6.11	18.34
83051	0.52	JENGIBRE	Kilogram	0.20	0.20	2.88	0.58
44029	5.17	MANGO	Kilogram	3.00	3.00	1.30	3.90
51016	1.50	SEMOLA	Kilogram	1.00	1.00	1.71	1.71
73063	0.00	TARRINA TERMICA X 1 L	Each	25.00	25.00	0.16	3.90
73021	59.00	FUNDA VACIO GRANDE	Each	15.00	15.00	0.15	2.18
73022	142.00	FUNDA VACIO MEDIANA	Each	15.00	15.00	0.06	0.95
73023	0.00	FUNDA VACIO PEQUENA	Each	30.00	30.00	0.05	1.41
83042	3.60	DAYKON	Kilogram	4.00	4.00	1.54	6.14
						Total:	513.75

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		
	Transfer	USF

Transfer : LA1610-00568 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 24/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI MENU MARIA GRACIA
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
36068	LEVADURA FRESCA	Kilogram	100.00	0.50	4.46	2.23
31060	SAL CRISAL	Kilogram	0.60	0.60	0.32	0.19
57025	YOGURT NATURAL EL PINO	Liter	3.00	3.00	2.22	6.67
69028	QUESO HOLANDES	Kilogram	0.50	0.50	7.83	3.92
83113	AJO MACHO ENTERO	Kilogram	0.10	0.15	5.50	0.83
31071	SEMILLA AMAPOLA	Kilogram	0.05	0.06	36.00	2.16
40024	MENTA FRESCA	Kilogram	0.05	0.20	2.00	0.40
83068	PEPINILLO FRESCO	Kilogram	1.50	1.50	0.52	0.78
40027	PEREJIL CRESPO	Kilogram	0.05	0.05	3.10	0.16
44027	LIMON SUTIL	Kilogram	1.00	1.00	1.10	1.10
44029	MANGO	Kilogram	1.00	1.00	1.30	1.30
83051	JENGIBRE	Kilogram	0.20	0.20	2.88	0.58
83029	CEBOLLA PAITENA	Kilogram	0.10	0.20	0.80	0.16
31005	AJI POLVO	Kilogram	0.10	0.10	1.50	0.15
44026	LIMON MEYER	Kilogram	0.20	0.30	0.55	0.17
31050	PIMIENTA BLANCA MOLIDA	Kilogram	0.50	0.50	15.60	7.80

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
31022	CINCO ESPECIES	Kilogram	0.25	0.36	32.88	11.84
31029	CURRY PASTA ROJA	Kilogram	0.80	0.90	23.50	21.15
1010	ACEITE AJONJOLI	Liter	0.50	0.50	22.28	11.14
44033	MARACUYA	Kilogram	1.00	1.20	0.91	1.09
44042	NARANJA NACIONAL	Kilogram	2.30	2.30	1.10	2.53
36120	SALSA PESCADO	Liter	0.50	1.25	27.86	34.68
9006	AZUCAR MORENA	Kilogram	0.50	0.50	0.98	0.49
36062	LECHE COCO	Liter	3.00	3.20	7.61	24.34
83008	AJI ROJO NACIONAL	Kilogram	0.40	0.40	0.78	0.31
54003	HOJA DE LIMA	Kilogram	0.50	0.00	6.00	0.00
83009	AJO ENTERO	Kilogram	0.05	0.05	3.40	0.17
8006	PATO NACIONAL	Kilogram	16.00	25.80	7.80	201.24
7005	ARROZ BASMATI	Kilogram	1.00	1.00	11.57	11.57
1013	ACEITE GIRASOL	Liter	5.00	5.00	2.41	12.07
83030	CEBOLLA PERLA	Kilogram	3.00	3.00	0.89	2.68
31018	CARDAMOMO	Kilogram	0.20	0.23	20.68	4.76
31016	CANELA RAMA	Kilogram	0.10	0.10	19.32	1.93
31023	CLAVO DE OLOR ENTERO	Kilogram	0.10	0.10	21.79	2.18
83042	DAYKON	Kilogram	1.00	2.10	1.54	3.22
83075	RABANO	Kilogram	1.00	2.10	0.75	1.58
85001	VINAGRE ARROZ	Liter	0.75	0.71	17.86	12.68
36064	LECHE EN POLVO	Kilogram	1.50	0.18	8.46	1.52

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
37002	AGUA ROSAS	Liter	0.50	0.60	43.33	26.00
83093	ZANAHORIA AMARILLA	Kilogram	2.00	2.00	0.54	1.07
57005	CREMA LECHE	Liter	1.00	1.00	2.76	2.76
45028	NUEZ CASHEWS	Kilogram	0.10	0.28	40.23	11.26
			35 unidades de nuez cashew			
57005	CREMA LECHE	Liter	0.40	0.40	2.76	1.10
			Crema de leche El Kiosko espesa			
44041	NARANJA AMERICANA	Kilogram	0.70	0.85	3.48	2.96
			FLORES MORADAS, FLORES BLANCAS, FLORES ROJAS, FLORES ROSADAS Y BROTES			
37007	ESENCIA VAINILLA BLANCA	Liter	0.15	0.15	7.34	1.10
73021	FUNDA VACIO GRANDE	Each	15.00	15.00	0.15	2.18
73022	FUNDA VACIO MEDIANA	Each	15.00	15.00	0.06	0.95
73023	FUNDA VACIO PEQUENA	Each	15.00	0.00	0.05	0.00
73060	TARRINA PLASTICA X 1/2 L	Each	20.00	50.00	0.04	1.87
73061	TARRINA PLASTICA X 1/4 L	Each	15.00	50.00	0.05	2.50
			tarrinas chiquitas como vasito			
73062	TARRINA PLASTICA X 1L	Each	20.00	50.00	0.04	1.76
57014	MANTEQUILLA S/SAL	Kilogram	2.50	2.50	5.49	13.72
57011	LECHE L	Liter	5.00	5.00	0.95	4.75
45022	PISTACHO S/CASCA IMPORT	Kilogram	0.50	0.50	75.00	37.50
70020	LECITINA	Kilogram	0.02	0.02	250.00	5.00
41001	FLOR COMESTIBLE VARIAS	Each	4.00	4.00	8.79	35.14
					Total:	543.38

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
73061	50.00	TARRINA PLASTICA X 1/4 L	Each	15.00	15.00	0.05	0.75
					tarrinas chiquitas como vasito		
73062	150.00	TARRINA PLASTICA X 1L	Each	20.00	20.00	0.04	0.70

Total: 3,302.32

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		ESTUDIANTE MARCUS
		Issue Request
	USF	21/10/2016 11:14 a.m.

Issue Request : LA1610-00967 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 24/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : EXTRAS MENU MA. GRACIA
 Status : Requested

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
83018	0.50	BERENJENA CHINA	Kilogra m	1.00	1.00	4.00	4.00
31054	0.10	PIMIENTA NEGRA GRANO	Kilogra m	0.02	0.02	11.03	0.22
31027	0.02	CURCUMA	Kilogra m	0.03	0.03	7.52	0.23
44027	0.95	LIMON SUTIL	Kilogra m	0.15	0.15	1.10	0.17
51003	0.00	HARINA ARVEJA	Kilogra m	0.40	0.40	1.75	0.70
40017	1.05	HIERBA BUENA	Kilogra m	0.02	0.02	4.00	0.08

Total: 5.39

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		ESTUDIANTE MARCUS
		Issue Request
	USF	24/10/2016 02:15 p.m.

Issue Request : LA1610-01045 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 24/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : EXTRAS MENU MA. GRACIA
 Status : Requested

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
51016	0.50	SEMOLA	Kilogra m	1.00	1.00	1.71	1.71

Total: 1.71

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		ESTUDIANTE MARCUS
Transfer	USF	29/11/2016 10:58 a.m.

Transfer : LA1610-00967 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 25/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI MENU MA. GRACIA
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
83018	BERENJENA CHINA	Kilogram	1.00	1.40	5.00	7.00
31054	PIMIENTA NEGRA GRANO	Kilogram	0.02	0.02	11.03	0.22
31027	CURCUMA	Kilogram	0.03	0.03	7.52	0.23
44027	LIMON SUTIL	Kilogram	0.15	0.50	1.10	0.55
51003	HARINA ARVEJA	Kilogram	0.40	0.00	1.75	0.00
40017	HIERBA BUENA	Kilogram	0.02	0.29	6.41	1.86
Total:						9.86

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		ESTUDIANTE MARCUS
Transfer	USF	29/11/2016 11:02 a.m.

Transfer : LA1610-01008 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 25/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VIMENU MA. GRACIA
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
83024	CAMOTE AMARILLO	Kilogram	1.00	1.00	2.90	2.90
83025	CAMOTE DULCE	Kilogram	1.00	1.30	1.18	1.53
Total:						4.43

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		ESTUDIANTE MARCUS
Transfer	USF	29/11/2016 11:07 a.m.

Transfer : LA1610-01216 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 28/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI MENU MA. GRACIA
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
9006	AZUCAR MORENA	Kilogram	0.50	0.97	0.98	0.95
31005	AJI POLVO	Kilogram	0.25	0.25	1.50	0.38
57025	YOGURT NATURAL EL PINO	Liter	5.00	5.00	2.36	11.80
31071	SEMILLA AMAPOLA	Kilogram	0.10	0.10	36.00	3.60
44033	MARACUYA	Kilogram	0.15	0.58	0.86	0.50
61008	CAMARON ENTERO RIO	Kilogram	50.00	15.90	11.00	174.90
7005	ARROZ BASMATI	Kilogram	5.00	4.82	11.03	53.09
69028	QUESO HOLANDES	Kilogram	0.40	0.71	7.83	5.56
31016	CANELA RAMA	Kilogram	0.10	0.15	19.32	2.82
31018	CARDAMOMO	Kilogram	0.50	0.45	20.68	9.31
57011	LECHE L	Liter	10.00	10.00	0.95	9.50
41001	FLOR COMESTIBLE VARIAS	Each	2.00	0.00	8.66	0.00
Total:						272.39

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		ESTUDIANTE MARCUS
Transfer	USF	29/11/2016 11:01 a.m.

Transfer : LA1610-01045 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 25/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : EXTRAS MENU MA. GRACIA
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
51016	SEMOLA	Kilogram	1.00	1.00	1.71	1.71
Total:						1.71

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
73021	FUNDA VACIO GRANDE	Each	15.00	30.00	0.15	4.35
73022	FUNDA VACIO MEDIANA	Each	15.00	30.00	0.06	1.89
73023	FUNDA VACIO PEQUENA	Each	30.00	0.00	0.05	0.00
83042	DAYKON	Kilogram	4.00	4.25	1.65	7.01
57011	LECHE L	Liter	15.00	15.00	0.95	14.25
45022	PISTACHO S/CASCA IMPORT	Kilogram	2.00	2.00	75.00	150.00
83068	PEPINILLO FRESCO	Kilogram	5.00	5.00	0.52	2.60
73062	TARRINA PLASTICA X 1L	Each	50.00	50.00	0.03	1.61
73098	TAPA TARRINA PLASTICA 1-1/2 L	Each	50.00	50.00	0.02	1.11
Total:						330.09

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		
	Transfer	USF

Transfer : LA1610-01282 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 28/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI MENU MA GRACIA
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
73098	TAPA TARRINA PLASTICA 1-1/2 L	Each	50.00	50.00	0.02	1.11
73060	TARRINA PLASTICA X 1/2 L	Each	25.00	25.00	0.04	0.92
73062	TARRINA PLASTICA X 1L	Each	25.00	25.00	0.03	0.80
83068	PEPINILLO FRESCO	Kilogram	2.50	2.50	0.52	1.30
Total:						4.13

micros myinventory	A.C.	ESTUDIANTE MARCUS
Issue Request	USF	27/10/2016 12:53 p.m.

Issue Request : LA1610-01216 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 28/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : EXTRAS MENU MA. GRACIA
 Status : Requested

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
9006	17.08	AZUCAR MORENA	Kilogram	0.50	0.50	0.98	0.49
31005	0.11	AJI POLVO	Kilogram	0.25	0.25	1.50	0.38
57025	6.08	YOGURT NATURAL EL PINO	Liter	5.00	5.00	2.36	11.80
57010	19.00	LECHE ENTERA	Liter	10.00	10.00	1.03	10.26
31071	0.07	SEMILLA AMAPOLA	Kilogram	0.10	0.10	36.00	3.60
44033	2.65	MARACUYA	Kilogram	0.15	0.15	0.86	0.13
83106	0.00	PACK BROTES HORTALIZAS	Each	3.00	3.00	2.50	7.50
61008	7.55	CAMARON ENTERO RIO	Kilogram	50.00	50.00	11.00	550.00
7005	5.19	ARROZ BASMATI	Kilogram	5.00	5.00	11.03	55.13
69028	1.72	QUESO HOLANDES	Kilogram	0.40	0.40	7.83	3.13
26001	1.67	COBERTURA BLANCA	Kilogram	0.50	0.50	12.32	6.16
31016	0.39	CANELA RAMA	Kilogram	0.10	0.10	19.32	1.93
31018	0.36	CARDAMOMO	Kilogram	0.50	0.50	20.68	10.34
Total:						660.84	

micros myinventory		ESTUDIANTE MARCUS
Issue Request	USF	28/10/2016 03:00 p.m.

Issue Request : LA1610-01300 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 28/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : Menu Estudiante
 Status : Requested

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
61018	7.05	LANGOSTINO	Kilogra m	3.50	3.50	19.98	69.92
							Total: 69.92

Info: langostino mediano 40und

micros myinventory	A.L.	ESTUDIANTE MARCUS
Issue Request	USF	28/10/2016 10:32 a.m.

Issue Request : LA1610-01282 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 28/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : EXTRAS URGENTES MA GRACIA
 Status : Requested

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
73063	0.00	TARRINA TERMICA X 1 L	Each	25.00	25.00	0.16	3.90
83069	0.15	PEPINO CHINO	Kilogra m	2.00	2.00	2.00	4.00
73065	0.00	TARRINA TERMICA X 1/4 L	Each	25.00	25.00	0.00	0.00
							Total: 7.90

6 unidades

micros myinventory		ESTUDIANTE MARCUS
Issue Request	USF	19/10/2016 07:18 a.m.

Issue Request : LA1610-00800 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 19/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : practica 6 restaurante marcus Ma Gracia HOLGUIN
 Status : Requested

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
7005	2.00	ARROZ BASMATI	Kilogra m	0.20	0.20	11.57	2.31
70020	0.07	LECITINA	Kilogra m	0.02	0.02	250.00	3.75
							Total: 6.06

 HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO		ESTUDIANTE MARCUS
	Transfer	USF

Transfer : LA1610-01120 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 28/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI MENU MA GRACIA
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
001	AZUCAR	Kilogram	3.00	2.00	0.77	1.54
7005	ARROZ BASMATI	Kilogram	5.00	4.00	11.03	44.10
57025	YOGURT NATURAL EL PINO	Liter	5.00	5.00	2.36	11.80
83069	PEPINO CHINO	Kilogram	5.00	0.05	2.00	0.10
31029	CURRY PASTA ROJA	Kilogram	2.00	1.90	23.50	44.65
83016	BERENJENA	Kilogram	3.00	3.30	0.75	2.48
44026	LIMON MEYER	Kilogram	3.00	0.00	0.55	0.00
44042	NARANJA NACIONAL	Kilogram	3.00	3.00	1.10	3.30
57014	MANTEQUILLA S/SAL	Kilogram	1.00	1.00	5.49	5.49
83024	CAMOTE AMARILLO	Kilogram	2.00	2.50	2.90	7.25
83025	CAMOTE DULCE	Kilogram	2.00	2.50	1.18	2.95
83093	ZANAHORIA AMARILLA	Kilogram	4.00	4.00	0.54	2.15
36085	MIEL DE ABEJA	Kilogram	3.00	3.00	6.11	18.33
83051	JENGIBRE	Kilogram	0.20	0.25	2.88	0.72
44029	MANGO	Kilogram	3.00	0.55	1.30	0.72
51016	SEMOLA	Kilogram	1.00	1.00	1.71	1.71

Anexo 2: Transferencias

micros myinventory							Verónica Naranjo
Transfer		usf					29/11/2016 10:53 a.m.
Transfer	:	LA1610-01203 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))					
Date	:	27/10/2016					
From Cost Center	:	PASTELERIA (CCP)					
To Cost Center	:	BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)					
Info	:	PRACTICAS VI MENU MARCUS MARIA GRACIA					
Status	:	Booked					
Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total	
73111	PAPEL PLATA	Each	1.00	1.00	2.54	2.54	
						Total:	2.54
micros myinventory							Verónica Naranjo
Transfer		usf					29/11/2016 10:54 a.m.
Transfer	:	LA1610-01480 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))					
Date	:	31/10/2016					
From Cost Center	:	PASTELERIA (CCP)					
To Cost Center	:	BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)					
Info	:	PRACTICAS VI MENU MARCUS MARIA GRACIA					
Status	:	Booked					
Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total	
9001	AZUCAR	Kilogram	0.50	0.50	0.77	0.38	
26001	COBERTURA BLANCA	Kilogram	0.50	0.50	10.92	5.46	
73111	PAPEL PLATA	Each	1.00	1.00	2.54	2.54	
						Total:	8.38

Anexo 3: Devolución

micros myinventory				ESTUDIANTE MARCUS			
Issue Request		USF		11/29/2016 10:32 AM			
Issue Request	:	LA1611-01217 (BODEGA PRINCIPAL (CCS))					
Date	:	11/28/2016					
From Cost Center	:	BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)					
To Cost Center	:	BODEGA PRINCIPAL (CCS)					
Info	:	DEVOLUCION PRODUCTOS MENU MA. GRACIA					
Status	:	Requested					
						PREVIEW	
Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
31050	3.05	PIMIENTA BLANCA MOLIDA	Kilogram	0.03	0.03	15.60	0.41
36173	0.25	RAIZ PICANTE	Kilogram	0.50	0.50	38.00	19.00
36120	1.50	SALSA PESCADO	Liter	0.42	0.42	26.19	10.87
79002	1.00	TE NEGRO X PAQUETE	Each	0.50	0.50	0.94	0.47
36062	38.80	LECHE COCO	Liter	1.60	1.60	7.59	12.15
1013	10.00	ACEITE GIRASOL	Liter	3.00	3.00	2.22	6.67
37002	0.78	AGUA ROSAS	Liter	0.15	0.15	43.33	6.50
31016	0.87	CANELA RAMA	Kilogram	0.15	0.15	19.32	2.90
31071	0.37	SEMILLA AMAPOLA	Kilogram	0.01	0.01	36.00	0.36
45023	0.00	PISTACHO S/CASCACION	Kilogram	0.10	0.10	37.27	3.73
31018	0.93	CARDAMOMO	Kilogram	0.30	0.30	22.00	6.60
9006	5.05	AZUCAR MORENA	Kilogram	1.00	1.00	0.98	0.98
31005	0.92	AJI POLVO	Kilogram	0.01	0.01	1.50	0.01
51016	2.00	SEMOLA	Kilogram	1.00	1.00	1.83	1.83
7005	10.00	ARROZ BASMATI	Kilogram	5.00	5.00	11.04	55.18
51003	0.00	HARINA ARVEJA	Kilogram	0.40	0.40	1.75	0.70
						Total:	128.34

Anexo 4: Reporte de Ventas

Consolidated RVC Menu Item Sales Detail												
Subtotal By Family Group												
USFQ - U.AUXILIAR FOOD												
COSTOS, MONCAYO												
Period From : 10/25/2016 To : 10/30/2016												
Printed on 11/28/2016 - 11:32 AM												
Menu Item	MLVL	Price	Sales Qty	% of Ttl	Rtn Qty	% of Ttl	Gross Sales	% of Ttl	Item Disc	% of Ttl	Net Sales	% of Ttl
85711 Madagascar	Normal		1	100.00%	0	0.00%	0.00	0.00%	0.00	0.00%	0.00	0.00%
Total Sabor Helados			1	0.09%	0	0.00%	0.00	0.00%	0.00	0.00%	0.00	0.00%
72001 Menu Completo	Normal	16.13	96	90.57%	0	0.00%	1,548.48	91.43%	0.00	0.00%	1,548.48	91.43%
72002 Entrada	Normal	8.50	1	0.94%	0	0.00%	8.50	0.50%	0.00	0.00%	8.50	0.50%
72004 Postre	Normal	7.60	1	0.94%	0	0.00%	7.60	0.45%	0.00	0.00%	7.60	0.45%
72006 Menu Estudiante	Normal	16.13	8	7.55%	0	0.00%	129.04	7.62%	0.00	0.00%	129.04	7.62%
Total Menu Estudiante			106	9.04%	0	0.00%	1,693.62	19.42%	0.00	0.00%	1,693.62	19.49%

Bibliografía

- Amigos de Odisha*. (2015). Obtenido de <http://www.amigosdeodisha.org/blog/especias-de-la-india-la-curcuma/>
- Andrew Fried, A. F. (Dirección). (2015). *Chefs Table Season 2* [Película].
- Anand, G. (2017). *Eat at Gaggan*. Obtenido de <http://eatatgaggan.com/gaggan-anand.php>
- Andes, I. d. (2012). *Historia de la Gastronomía*. Obtenido de <http://historiadelagastromonia.overblog.es/article-la-gastronomia-india-97697868.html>
- Aranda, V. (2014). *Sociedad Geográfica de las Indias*. Obtenido de <https://www.lasociedadgeografica.com/blog/sgi/pondicherry-la-india-francesa/>
- Atmósfera Oriental*. (2014). Obtenido de <https://atmosferaoriental.wordpress.com/2014/10/10/10-dulces-de-la-india-para-diwali/>
- Bargueño, P. (2016). *Sociedad Geográfica de las Indias*. Obtenido de <https://www.lasociedadgeografica.com/blog/festividades/fiestas-en-la-india-calendario-de-fiestas-de-hinduismo/>
- Carlos, J. (2014). *No Solo Dulces*. Obtenido de <http://nosolodulces.es/salado/receta-tradicional-india-pollo-korma-chicken-korma>
- Chefs, C. d. (2007). *El Nuevo Día*.
- Cristina. (2016). Obtenido de <http://www.estaentumundo.com/asia/india/comida-gastronomia-hindu-mejores-platos.html>
- Cubel, E. (2015). *Amigos de Odisha*. Obtenido de <http://www.amigosdeodisha.org/blog/especias-de-la-india-el-chile-rojo/>

- Donate, E. (2015). *Sociedad Geográfica de las Indias*. Obtenido de <https://www.lasociedadgeografica.com/blog/gastronomia/mini-enciclopedia-de-los-panes-indios/>
- García, J. (2016). *El Aderezo* . Obtenido de <http://www.eladerezo.com/la-alacena/curcuma-beneficios.html>
- García, J. (2015). *Países Desaparecidos*. Obtenido de <https://paísesdesaparecidos.wordpress.com/india-portuguesa/>
- Gastronomía&Cía. (2008). Obtenido de <https://gastronomiaycia.republica.com/2008/06/30/que-es-el-chutney/>
- Gastronomía&Cía. (2008). *Gastronomía & Cía*. Obtenido de <https://gastronomiaycia.republica.com/2008/10/29/dal-daal-dahl-o-dhal/>
- Gastronomía&Cía. (2008). *Gastronomía & Cía*. Obtenido de <https://gastronomiaycia.republica.com/2008/08/06/arroz-basmati/>
- Gutman, A. (2014). *El Portal de la India Antigua*. Obtenido de http://www.elportaldelaindia.com/El_Portal_de_la_India_Antigua/Geografia.html
- Herrero, N. (2011). *Inspirulina*. Obtenido de <http://www.inspirulina.com/cmo-celebrar-ganeshachaturthi.html>
- Hussain, N. (2017). *BBC Food*. Obtenido de http://www.bbc.co.uk/food/occasions/eid_el-fitr
- Imtiaz, S. (2016). Turmeric latte: the ‘golden milk’ with a cult following. *The Guardian* .
- India, A. (2009). *Absolut Viajes*. Obtenido de <https://www.absolutviajes.com/historia-de-la-gastronomia-de-la-india/>
- Jain, M. (2007). *Manjula's Kitchen*. Obtenido de <http://www.manjulaskitchen.com/gajar-ka-halwa-carrot-halwa/>
- Jairo. (2015). *Mochila Nómada*. Obtenido de <http://mochilanomada.com/festivales-de-india/>

- Khanna, V. (2014). *Ministerios de Asuntos Exteriores, Gobierno de la India* . Obtenido de <http://mea.gov.in/in-focus-article-es.htm?23938/Cuisine+and+Diplomacy>
- Lizárraga, R. (2015). Obtenido de <http://chemangiamo.mx/la-india-y-sus-currys/>
- Lugones, C. (2014). Imperio británico en la India. Colonización. Capítulo II. *El Arcón de Clio* .
- Malinder. (s.f.). *Indian City*. Obtenido de <http://www.indiancity.es/blog/noticia.php?id=8-dulces-de-la-india-que-no-debes-dejar-de-probar>
- Manuela. (2017). *Fotografías*. Obtenido de http://www.voyagesphotosmanu.com/mapa_geografico_india.html
- Martín, D. (2010). *Sociedad Geográfica de las Indias*. Obtenido de <https://www.lasociedadgeografica.com/blog/mitologia-y-religion/las-religiones-en-india-sociedad-geografica-de-las-indias/>
- Monarrez, P. (2016). Espacias de la India. *El Conocedor* .
- Mundo Quesos*. (2008). Obtenido de <http://www.mundoquesos.com/search/label/India>
- NatGeo. (2011). *National Geographic*. Obtenido de <http://www.nationalgeographic.es/viaje-y-aventuras/india>
- NDTV Food* . (2017). Obtenido de <http://food.ndtv.com/food-drinks/guru-purnima-2017-the-significance-and-its-celebration-1433195>
- NDTV Food* . (2017). Obtenido de <http://food.ndtv.com/food-drinks/guru-purnima-2017-the-significance-and-its-celebration-1433195>
- Nuñez, A. (2015). *El Ibérico* .
- Paco. (2013). *Recipes for Linux*. Obtenido de <http://www.recipesforlinux.com/2013/02/11/receta-indu-arroz-bombay-biryani/>
- Pérez, C. (2017). *Cocinillas*. Obtenido de <http://cocinillas.elespanol.com/2017/01/diccionario-de-cocina-hindu/>

- Press, E. (2008). Economía/Agricultura.- India es el país líder en la producción de leche y quinto de cultivos para biocombustibles.
- Press, E. (2008). India es el País Líder en la Producción de Leche y Quinto de Cultivos para Biocombustibles.
- Protocolo. (2006). *Protocolo*. Obtenido de Foreign Affairs & Lifestyle: <http://www.protocolo.com.mx/general/gastronomia-india/>
- Ramchandari, J. C. (2001). Kumbha-Mela, la Reunión Espiritual más Grande del Mundo. *Yoga en Red*.
- Roca, C. (2017). *Sobre India*. Obtenido de <http://sobreindia.com/2011/10/21/la-geografia-de-la-india/>
- Roja, N. (2014). *Alimentación Ecológica*. Obtenido de <https://alimentacionecologica.wordpress.com/2014/08/06/tipos-currys-comida-india/>
- Sahni, J. (2013). *Epicurious*. Obtenido de <https://www.epicurious.com/recipes/food/views/chicken-tikka-masala-51171400>
- Santiago. (2009). *La Guia*. Obtenido de <https://geografia.laguia2000.com/climatologia/la-india-clima>
- Sarmale. (2016). *Veganizando*. Obtenido de <http://www.veganizando.com/2016/05/18/el-pan-en-la-cocina-india/>
- Schwarz, E.-L. (2015). Gaggan Anand A tale of India's Pioneering Chef in Bangkok. *Four Magazine*.
- Shantanu, D. (2015). Progressive Indian Cuisine is Turning Desi Dining on its Head. *The Indian Express*.
- Sociedad Geográfica de las Indias*. (2016). Obtenido de <https://www.lasociedadgeografica.com/blog/gastronomia/especias-de-india/>
- Sundari Rice*. (2014). Obtenido de <http://blog.sundaririce.com/4-recetas-de-la-cocina-india-para-celebrar-el-diwali/>
- Sundari. (2016). *Sundari Rice*. Obtenido de <http://blog.sundaririce.com/salsas-de-la-cocina-india/>

Time and Dat. (2017). Obtenido de <https://www.timeanddate.com/holidays/india/buddha-purnima>

Time and Ddate. (2017). Obtenido de <https://www.timeanddate.com/holidays/india/eid-ul-fitar>

Uri, C. (s.f.). *Chef Uri tu Comunidad Gastronómica.* Obtenido de <https://www.chefuri.com/v4/reportaje-cocina-hindu.-caracteristicas-197.html>

Velsid. (2009). *Gastronoia & Cia.* Obtenido de <https://gastronomiaycia.republica.com/2009/07/13/fenogreco/>

Vivekananda, S. (1893). <http://www.vivekananda.org/>.