

**UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo**

**Cocina Tradicional de Nápoles**

**Diego Fernando Galindo Sánchez**

**Gastronomía**

Trabajo de fin de carrera presentado como requisito  
para la obtención del título de  
Licenciando en Gastronomía

Quito, 19 de Mayo de 2021

# **UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo**

## **HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA**

**Cocina Tradicional de Nápoles**

**Diego Fernando Galindo Sánchez**

**Nombre del profesor, Título académico**

**Sebastián Navas, Msc.**

Quito, 19 de Mayo de 2021

## © 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 la Ley Orgánica de Educación Superior del Ecuador.

Nombres y apellidos: Diego Fernando Galindo Sánchez

Código: 00127834

Cédula de identidad: 1716451180

Lugar y fecha: Quito, 19 de Mayo de 2021

## **ACLARACIÓN PARA PUBLICACIÓN**

**Nota:** El presente trabajo, en su totalidad o cualquiera de sus partes, no debe ser considerado como una publicación, incluso a pesar de estar disponible sin restricciones a través de un repositorio institucional. Esta declaración se alinea con las prácticas y recomendaciones presentadas por el Committee on Publication Ethics COPE descritas por Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing, disponible en <http://bit.ly/COPETHeses>.

## **UNPUBLISHED DOCUMENT**

**Note:** The following capstone project is available through Universidad San Francisco de Quito USFQ institutional repository. Nonetheless, this project – in whole or in part – should not be considered a publication. This statement follows the recommendations presented by the Committee on Publication Ethics COPE described by Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

## RESUMEN

El presente trabajo demuestra la elaboración de la “Cocina tradicional Napolitana”, un menú creado bajo la importancia de la “cocina tradicional”. El mismo que propone analizar el porque, mantener las raíces culturales, de un país en este caso Italia específicamente de la región de Nápoles. Significa prevalecer a lo largo de la historia exactamente tal y como se dió a conocer los diferentes platos característicos, presentados a lo largo de dicho escrito.

El menú presenta una trayectoria de sabores, aromas, tinte y texturas, de los cuales podemos encontrar en la región de Nápoles, Italia. Manteniendo uno de los propósitos del presente trabajo, en plasmar la importancia de mantener la tradición gastronómica, cuya forma de elaboración ha atravesado diferentes cambios, tanto en lo cultural como social de igual manera, llegar al producto final y entender su historia y motivo que hace al plato tan significativo, ya que la tradición gastronómica representa una experiencia hacia los recuerdos e imaginación, haciendo énfasis al momento de probar dichos platos. Creando un escenario dentro de nuestras mentes para así poder imaginar el momento en que se creó dicho plato.

Por otro lado, un punto interesante sobre plasmar la tradición en este trabajo, se basa en algunos factores. Influencias culturales por otros países (España, Francia), distinción de la clase social entre rico y pobre, sobre el consumo de alimentos (géneros cárnicos para los ricos, verduras para los pobres), por lo que, al unir lo antes mencionado, surgiría los diferentes platillos mas representativos.

Palabras clave: Cultura, Cocina Tradicional, Sabores Tradicionales, Nápoles, Italia

## ABSTRACT

This work demonstrates the elaboration of "Traditional Neapolitan Cuisine", a menu created under the importance of traditional cuisine. The same one that proposes to analyze why the different dishes are born, maintaining the cultural roots, of a country in this case, Italy specifically from the region of Naples. Prevailing the cultural gastronomic tradition throughout history exactly as the different characteristic dishes presented throughout this writing were unveiled, was one of the main objectives.

The menu has a history of flavors, aromas, dye and textures, of which we can find in the region of Naples, Italy. Maintaining one of the purposes of the present work, in reflecting the importance of maintaining the gastronomic tradition, whose way of elaboration has under been through different changes. Both culturally and socially, likewise, reach the final product and understand its history and reason that makes the dish so significant, since the gastronomic tradition represents an experience towards memories and imagination, emphasizing when trying such dishes. Creating a scenario within our minds so that we can imagine the moment that dish was created.

On the other hand, an interesting point about reflecting tradition in this work is based on some factors. Cultural influences by other countries (Spain, France), a distinction of the social class between rich and poor, on the consumption of food (meat genera for rich people, vegetables for the poor), so by combining the above, the different dishes would emerge more representative.

Keywords: Culture, Traditional Cuisine, Traditional Flavors, Napoles, Italy

**TABLA DE CONTENIDO**

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>8</b>
<b>UBICACIÓN GEOGRÁFICA.....</b>	<b>9</b>
<b>CULTURA NAPOLITANA .....</b>	<b>9</b>
<b>IMPORTANCIA DE LA TRADICION EN LA COCINA NAPOLITANA.....</b>	<b>10</b>
<b>INFLUENCIAS QUE SE ENCUENTRA EN LA COCINA NAPOLITANA .....</b>	<b>11</b>
<b>INGREDIENTES PRINCIPALES DE LA COCINA NAPOLITANA .....</b>	<b>12</b>
<b>PASTAS DENTRO DE LA DIETA DIARIA.....</b>	<b>14</b>
<b>MÉTODOS DE COCCIÓN EN LA COCINA NAPOLITANA.....</b>	<b>15</b>
<b>PLATOS CARACTERÍSTICOS DE LA COCINA NAPOLITANA.....</b>	<b>15</b>
<b>APORTE NUTRICIONAL DE LOS PLATOS DE LA COCINA NAPOLITANA .....</b>	<b>20</b>
<b>DESARROLLO Y ELABORACIÓN DEL MENÚ.....</b>	<b>22</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>31</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>32</b>
<b>ANEXO A: LISTADO DE JURADO.....</b>	<b>34</b>
<b>ANEXO B: PRESENTACIÓN DEL MENÚ.....</b>	<b>35</b>
<b>ANEXO C: BRUSCHETTA DE POMODORO Y CAMARÓN.....</b>	<b>36</b>
<b>ANEXO D: PASTA E FAGIOLI.....</b>	<b>37</b>
<b>ANEXO E: MOZZARELLA IN CARROZA Y MEJILLONES EN SALSA DE VINO BLANCO.....</b>	<b>38</b>
<b>ANEXO E: TARTA CAPRESE A LA NAPOLITANA.....</b>	<b>39</b>

## INTRODUCCIÓN

La cocina italiana suele ser una de las más reconocidas cuando se hace mención al arte culinario europeo (Bichara, 2019). Su amplia variedad de platos, el uso exquisito de las pastas y quesos, así como la más que palpable tradición a sus espaldas, le convierten en un referente de la gastronomía mediterránea. Por supuesto, la comida italiana es sumamente amplia en términos de variedad no sólo por los platos en sí mismos, sino por la influencia que las diferentes regiones de dicha nación poseen sobre la gastronomía del lugar. De todas las regiones de Italia, quizás una de las más reconocidas en términos culinarios es Nápoles, ciudad italiana cuya tradición en la comida influye hasta el día de hoy en diferentes partes del mundo.

La gastronomía napolitana, en términos generales, posee una influencia muy antigua y rica culturalmente hablando, remontándose a los momentos greco-romanos, desde el cual ya se comenzaría a modelar el compendio de platos que le harían una ciudad tan característica en este sentido (Spieler, 2018). Ahora, por la amplia variedad de platos, rasgos culturales, influencias, entre otros aspectos de vital conocimiento, se ha decidido realizar un abordaje investigativo completo acerca de la cocina tradicional napolitana, cuyo desarrollo al detalle se presenta en este informe de indagación académica.

El trabajo se compondrá de diferentes secciones. Se comenzará con una breve explicación de la ubicación geográfica de la ciudad de Nápoles, se hablará de la cultura, su importancia en la tradición gastronómica del país, las influencias que ha tenido, ingredientes principales, métodos de cocción, los platos característicos y el aporte nutricional de los mismos. Al final, se expondrán unas breves conclusiones que permitan entender la importancia de la cocina napolitana no sólo para Italia, sino para la cultura humana en general. Todo ello, a continuación.

## **UBICACIÓN GEOGRÁFICA**

Nápoles, la ciudad que inspira esta investigación culinaria, es una ciudad de Italia, siendo conocida como la ciudad sureña con mayor cantidad de habitantes, además de ser la capital de la denominada región Campania. Al estar ubicada en el sur de Italia, Nápoles goza de un clima típico del mediterráneo, con una temperatura media de 15.9°C y unas precipitaciones de 1006.6 mm anuales. El casi millón de habitantes que posee la ciudad se esparcen en un total de diez municipalidades, como San Ferdinando, San Giuseppe, Stella, Vicaria, Vomero, entre otras (BBC, 2015). La superficie de Nápoles corresponde a 117 kilómetros cuadrados y su altitud media es de 17 metros sobre el nivel del mar. Pese a ser reconocida como una ciudad de amplia influencia culinaria, su actividad relacionada a la agricultura puede considerarse escasa, dado que apenas el 5.1% del PIB generado por la ciudad corresponde a esta actividad.

## **CULTURA NAPOLITANA**

La cultura napolitana se considera excepcionalmente rica, dado que posee una historia, una calidad artística y gastronomía con gran recorrido y reconocimiento (Bock, 2008). Como principales puntos de reconocimiento de la cultura napolitana se destaca la pintura y la música, así como el teatro y, por supuesto, la comida.

En la primera, se destaca la importancia de la pintura barroca y el romanticismo, exudándose de ellas un orgullo inherente de los napolitanos por su ciudad y costumbres. Sobre la música no se queda atrás en relevancia, debido a que en Nápoles se ha generado un género de música particular denominada la canción napolitana, la cual ha tenido una gran influencia en diferentes regiones europeas, sobre todo las occidentales (Chambers, 2003). Como punto clave de la música napolitana, destaca su enfoque romántico y de apreciación de los paisajes de la ciudad, acompañándose las mismas de instrumentos tradicionales de la nación. Las canciones napolitanas llegaron a ser reconocidas internacionalmente, en parte, por la migración de italianos a raíz de los distintos períodos de crisis en la nación, sobre todo en las Guerras Mundiales. Sobre el

teatro, este se considera una de las actividades culturales más importantes de la ciudad, donde se exponen diferentes pensamientos artísticos actuales y más tradicionales.

La cultura gastronómica, por supuesto, es una de las más importantes sobre todo por su conocimiento en la cultura general. La cocina napolitana tiene influencias variadas, como la de los habitantes oscos-umbras, la influencia romana, la de los griegos, bizantinos, españoles y estadounidense, esta última como la influencia más reciente a raíz de la Segunda Guerra Mundial (Terence, 2016). Los platos culturalmente tradicionales en Nápoles se asocian principalmente a las pastas, así como a las pizzas y el consumo de Sfogliatelle, entre los dulces más reconocidos. Es de conocimiento común que la cocina napolitana se influencia, además, de la propia cultura general de Italia, por lo que las similitudes con la comida del resto de la nación resultan evidentes.

### **IMPORTANCIA DE LA TRADICIÓN EN LA COCINA NAPOLITANA**

La tradición cultural ha modelado a la cocina napolitana a través de los siglos, por lo que la importancia de la tradición en este sentido posee un valor difícil de calcular. Nápoles fue una ciudad invadida constantemente luego de la influencia helénica de la época de la predominancia griega (Bayless, 1976). Pompeya, por ejemplo, invadió Nápoles y cultivó en sus áreas diferentes frutas y vegetales que con el tiempo se integrarían a la tradicional cocina napolitana, como podrían ser los higos y las granadas (Spieler, 2018). Algunas costumbres propias de los romanos, como las salsas realizadas a base de vísceras de pescado (conocida también como garum) también es una tradición napolitana que se remonta a esos tiempos convulsos de los imperios predominantes en Europa antigua.

Sin embargo, no sólo se puede atribuir a la cocina napolitana rasgos característicos provenientes de los períodos de invasión y conquista, por cuanto también existieron otras tradiciones más inherentes a su ubicación, que también marcaron a la cocina de la ciudad. Por ejemplo, el fácil acceso a los productos de mar, como los pescados y los mariscos, generó una tradición pesquera que rápidamente se trasladó a la

cocina napolitana, que por supuesto tiene amplias influencias culturales en estos productos en sus diferentes preparaciones. El clima mediterráneo también facilitaba el cultivo de diferentes frutas y hortalizas, las cuales se volvieron poco a poco inherentes a la cocina de dicha ciudad, como el tomate o la albahaca (Sert, 2017). Otro aspecto de gran importancia dentro de la cultura y tradición gastronómica en Nápoles ha sido su capacidad de documentación de sus preparaciones. Incluso, uno de los escritos culinarios más completos de la cocina de la época medieval justamente proviene de Nápoles, siendo este el *Liber de Coquina*, o libro de cocina, escrito en el siglo XIV y que terminó influenciando la cocina de las élites napolitanas desde entonces (Martellotti, 2008).

### **INFLUENCIAS QUE SE ENCUENTRA EN LA COCINA NAPOLITANA**

Pese a que existen documentaciones sobre las diferentes influencias de los reinos e imperios sobre las diferentes regiones de Italia, no es sencillo encontrar referencias específicas sobre las influencias acerca de la comida en Nápoles. Por ejemplo, se conjetura que el amplio uso de los productos de mar no es en sí una causalidad de la cercanía de Nápoles al mediterráneo, sino fruto de la época de la Magna Graecia, nombre por el cual el imperio romano denominó a todas las regiones sureñas de Italia (Del Conte, 1990). La influencia de la Magna Graecia, por el siglo VIII antes de Cristo, generaron que el uso de peces y moluscos fuera cotidiano en la comida napolitana. Al parecer, el pescado en inicio se comía solo, pero con el tiempo se fue acompañando de otros ingredientes, como algunas especias simples.

La influencia de Pompeya, si bien es aceptada, aun se tienen dudas sobre los puntos específicos que permitirían esclarecer el grado de la misma. Por ejemplo, se sabe que Pompeya llevó el consumo del pan a Nápoles, en presentaciones circulares, picándose para su consumo en pequeños triángulos (Field, 2011). La llegada del pan, según algunos historiadores, dio el paso a la creación de la pizza tradicional en Nápoles, cubriéndose la preparación de pan tradicional picado en triángulos con salsas, de tal

forma que, al momento de tomar la pieza de pan, este ya tuviese contenido suficiente para comer.

Ahora, la soberanía española y francesa en Nápoles se considera una de las más influyentes en tiempos contemporáneos, sobre todo por haber dejado una marca profunda en las diferencias culinarias de las clases sociales altas y bajas (Spieler, 2018). En la cocina de la aristocracia se aprovechaba la carne por encima de otros ingredientes de la clase baja, como podían ser los vegetales y los cereales. Pese a ello, con el paso del tiempo y de la mayor unificación y contacto entre las clases sociales, la influencia de la comida de una clase social llegó a la otra y generaron los platos de la cocina napolitana moderna, como la lasaña.

### **INGREDIENTES PRINCIPALES DE LA COCINA NAPOLITANA**

La cocina napolitana es bastante variada en términos de ingredientes. Incluso, sería posible dividir los ingredientes principales de la cocina mencionada según qué época se trata en cada caso. No obstante, para una mejor comprensión de los ingredientes generales de la cocina napolitana, se exponen los seis ingredientes principales de la misma, considerándose las tradiciones culinarias que prevalecen hasta el día de hoy.

Con esta acotación, se procede a enlistar los seis ingredientes típicos de la cocina napolitana, desde las referencias expuestas por Capatti y Montanari (1999), así como lo mencionado por Spieler (2018):

- Pasta: la pasta no puede ser considerada una invención propia de la cocina napolitana, pero su amplia utilización en la misma le hace ser parte esencial de los ingredientes de todo el arte culinario de la ciudad. Incluso, es importante señalar que la amplia utilización de las pastas en Nápoles le convirtieron en el primer punto en Italia donde se comenzó a fabricar de forma industrial. Las pastas que se utilizan en Nápoles son muy numerosas, pero las más importantes son los espaguetis, el linguini,

el paccheri, los ñoquis, la moderna scialatelli y el ziti. La utilización de un tipo de pasta u otra depende no sólo de la finalidad de la preparación, sino también de la técnica del chef.

- **Tomate:** nuevamente, el tomate no era específicamente originario de Nápoles, pero su introducción, cerca del siglo XVIII, lo convirtió rápidamente en un referente para la comida tradicional de esta ciudad. Su utilización, pese a su tardía introducción en la cocina, fue masiva. Tal fue el alcance del tomate que, similar a lo ocurrido con la pasta, Nápoles fue la primera ciudad italiana en generar una técnica de conservación de los tomates que le permitiera a los chefs y cocineros tradicionales de la ciudad utilizarlos en épocas no necesariamente productivas. Dicha realidad trajo como consecuencia la aparición de los tomates en conservas y los tomates pelados, productos típicos de exportación italiana que hasta la fecha se siguen comercializando en toda Europa.
- **Verduras:** no se puede escoger un par de verduras que representen por sí solas a parte de la cocina napolitana, por lo que se hace necesario mencionarlas en términos generales y destacar algunas de las que se emplean en las preparaciones más reconocidas. Los platos napolitanos se caracterizan por utilizar diferentes tipos de verduras según la finalidad de la preparación, como pueden ser las berenjenas, los pimientos, el brócoli rabe, la escarola, la col de Saboya, frijoles, garbanzos, calabacines, lechuga, rábanos, aceitunas, habas o incluso guisantes. Estos vegetales suelen ser empleados de diferentes maneras, ya sean cocidos, rebanados, enteros, triturados, fileteados, entre otros.
- **Queso:** el queso es un acompañante cotidiano de la comida italiana y, por supuesto, tienen un rol destacado en la comida napolitana propiamente. Los napolitanos han desarrollado un uso común del queso sin importar el

tipo, por lo que es común que se puedan hallar en sus platos el uso del queso fresco o de los más añejos. Entre los quesos más comunes en la gastronomía napolitana pueden encontrarse el queso ricotta (en sus derivaciones di fuscella, fresca y secca), el caciotella fresco, la mozzarella de búfala, el fiordilatte, el provola affumicata, el burrielli, el scamorze, el caciocavalli, entre otros.

- Mariscos y peces: como se mencionó en apartados anteriores, los productos de mar son típicos en la cocina napolitana, siendo los mariscos de los más resaltantes. Entre los pescados más empleados en los platos napolitanos, destacan las anchoas, el scorfano, la tracina, el cuoccio, la spigola, el orate, el sarago, el pezzogna, los cicinielli, el fravaglio, el bacalao, diferentes clases de pulpos, calamares y sepias, crustáceos (principalmente los camarones), los mejillones, las almejas, entre otros.
- Pan y carne: si bien no son ingredientes principales, vale la pena mencionarlos debido a que son realmente importantes en ciertos platos. El tipo de pan más empleado para la cocina napolitana es el pan tipo panecillo, realizado en horno de leña. También se utiliza una variación de la baguette, como lo es el sfilatini, además de los rollitos de Rosseta. Con relación a las carnes, se tienen las salchichas, el hígado de cerdo, los callos, el cordero, el conejo, el pollo y la carne de res.

### **PASTAS DENTRO DE LA DIETA DIARIA**

Como se ha podido destacar, las pastas representan un punto importante para la cultura culinaria napolitana, algo que evidentemente se radica de la propia importancia que las pastas en sí mismas poseen para la cultura italiana. Dado su amplio consumo en la región napolitana, la pasta de sémola de trigo duro está mucho más extendida acá, incluso más que en la propia zona de Campania. Esto convierte a la pasta en un

componente básico dentro de la dieta diaria de las personas de Nápoles. Incluso, en Nápoles la pasta tiene un tiempo de cocción específico, siendo este el punto donde la pasta quede al dente, algo especialmente importante si la preparación de incluye colocar la pasta para batirse en una salsa caliente (Spieler, 2018).

La pasta para los napolitanos suele servirse como plato principal, siendo ella la base de las preparaciones y variándose las salsas y acompañantes de la misma. Por ejemplo, en las zonas más humildes la pasta suele ser realizada de manera sencilla, con condimentos como el ajo o el aceite, mientras que en las clases sociales más adineradas se le suele preparar considerando no sólo más ingredientes, sino carnes y otros productos costosos. Pese a ello, la pasta es un elemento común en la dieta de cada napolitano y por ello se le considera parte de los elementos que unen a las clases sociales italianas en esta región.

### **MÉTODOS DE COCCIÓN EN LA COCINA NAPOLITANA**

La cocina napolitana utiliza los métodos típicos de cocción de la cocina italiana. En este sentido, se pueden utilizar técnicas de cocción en medio acuoso, como el escaldado, el escalfado, la cocción mediante agua hervida u otro tipo de líquido e incluso al vapor (Capatti & Montanari, 1999). También se emplean técnicas de cocción en medios grasos, como el salteado o la fritura. Sobre los medios de cocción aéreos se tiene como el más popular el horneado, siendo utilizado sobre todo para las pizzas y la preparación de diferentes panes (Spieler, 2018).

### **PLATOS CARACTERÍSTICOS DE LA COCINA NAPOLITANA**

Los platos de la comida italiana son realmente variados, por lo que es posible dividirlos según si son primeros platos, si se basan en pastas o en carnes, mariscos, postres, entre otros. Dada la amplitud de platos existentes, se enlistarán los más importantes destacando algunas de sus características. Las explicaciones de cada uno de

ellos parten desde lo expuesto por Bichara (2019), Capatti y Montanari (1999), Del Conte, (1990), Field (2011), Sert (2017) y Spieler (2018):

- Primeros platos más comunes: los primeros platos de la cocina napolitana son esencialmente, en la actualidad, una combinación entre la comida aristócrata del pasado con la comida de las clases bajas. Por un lado, están los espaguetis realizados con ajo, aceite y guindilla, siendo uno de los platos típicos y más sencillos que se consideran principales. También están los espaguetis alla puttanesca, siendo estos preparados con una salsa a base de tomate, aceite de oliva, ajo, aceitunas negras de Gaeta, alcaparras y orégano. Las tortillas de camarones también se consideran platos de clase social baja, dado que son preparados con restos de otras pastas, colocándosele huevo batido y queso, siendo modificado con otros ingredientes, como la carne molida, la salsa blanca, los guisantes, entre otros. Sobre los platos de la cocina típica de las clases sociales más altas se encuentra la boloñesa, preparada con zanahoria, apio, cebolla, carne y tomate. El genovés (en base a cebolla y especias aromáticas), los macarrones llardiati (similares a los de la versión de las clases sociales bajas, pero con pasta de buena calidad, tocino y queso pecorino), así como el espagueti con almejas (que también puede ser realizado con peces, como el escorpión o el tejedor), entre otros.
- Platos de arroz: los platos principales de arroz de la cocina napolitana suelen venir de las tradicionales preparaciones de las clases sociales trabajadoras. Uno de los más comunes es el arroz sartú (el cual se prepara con arroz, salsa de carne, guisantes, tocino, mozzarella, huevos duros, entre otros), así como el propio risotto napolitano, que se prepara con

arroz, caldo de verduras, tomates, cebolla blanca, ajo, queso parmesano, mantequilla y especias varias.

- Pizzas napolitanas: las pizzas napolitanas son de los platos más importantes e influyentes de la cocina italiana, pudiéndose hallar versiones de ellas en todas partes del mundo. En lo que respecta a las pizzas de Nápoles, se pueden destacar dos especialmente relevantes. Por un lado, está la pizza marinara, la cual es preparada con tomate, ajo, orégano y aceite. Por otro, se tiene la pizza margarita, que es realizada con tomate, mozzarella de varios tipos, albahaca y aceite. Lo más importante de las pizzas napolitanas es que deben ser realizadas en horno a 450°C, por lo que los tiempos de cocción son reducidos, alrededor de los 70 segundos (esto para que pueda ser considerada una pizza napolitana).
- Platos en base a las verduras: existen cuatro platos principales en la cocina napolitana que se basan en verduras y que pueden considerarse como los más influyentes en la misma. El primero es el plato de berenjenas a la parmesana, el cual se prepara con berenjenas fritas, cubiertas con salsa de tomate, fiordilatte y albahaca, cociéndose en horno. El gattó de patata es otro plato de verduras popular, basado en papas picadas con carne y queso, también cocido en el horno. Los famosos pimentones rellenos se basan en el relleno, valga la redundancia, de los pimentones con productos diversos, como aceitunas, alcaparras y pan rallado. Finalmente, están las berenjenas en bote, las cuales se asemejan a los pimentones rellenos por ser cortadas por la mitad, rellenas con condimentos al gusto y horneadas.

- Guarniciones: el arte culinario napolitano considera una amplia cantidad de guarniciones, como el scarpece de calabacín (que es un calabacín que se fríe y se sazona con vinagre y algunas hojas de menta), las berenjenas con setas, las parrillas de pimientos (horneados, previamente sazonados con diferentes ingredientes como el ajo, aceite de oliva, perejil, aceitunas, alcaparras y otros), el brócoli salteado, el repollo frito, entre otros.
- Dulces: los más tradicionales son el sfogliatella (que se realiza con masa quebrada, rellenándole de queso ricotta, dándole sabor con canela, vainilla y cedro), la baba (un pastel de masa fermentada que se rellena de chocolate o crema), la pastiera napolitana (realizado con masa quebrada, queso ricotta, maíz cocido, azúcar, fruta confitada, huevos, leche y, en ocasiones, natillas y chocolate), el struffoli (masas realizadas con harina, huevo, manteca, azúcar, sal y licor de anís, fritas en aceite y envueltas en miel), entre otros postres.

Dado que la finalidad de la investigación es la realización de platos basados en la cultura y arte culinario napolitano, a continuación, se presentan los platos a realizar. Los mismos se dividirán según su ubicación en el menú y se detallarán brevemente según los ingredientes y aspectos más importantes. También se debe señalar que la descripción de los mismos es en términos generales, por lo que la preparación, ingredientes y rasgos pueden variarse según las conveniencias que puedan surgir al momento de su esbozo final y preparación en la cocina correspondiente.

Antipasto: Bruschetta di pomodorini e gamberetti

Son unas tostadas realizadas con rúcula, gambas, tomates cherry y vinagre balsámico. La preparación se basa en el corte en rebanadas de un pan, colocándoles por encima un poco de aceite para que se tuesten en el horno durante unos 10 minutos

aproximadamente, con una temperatura fija de 180°C. Los tomates se deben cortar y sofreírse hasta que los mismos se encuentren tiernos. Una vez que ello ocurra, se aplastan un poco para que el zumo del mismo pueda salir. Una vez realizado lo anterior, se coloca sal y vinagre balsámico, mezclándose todo hasta que el último mencionado se evapore. Se elabora aparte un pesto con rúcula, queso parmesano, ajo, opcionalmente nueces y pimienta y piñones al gusto. Todo ello se tritura y se procede a armar las tostadas y decorar según convenga. Es una entrada sencilla y muy satisfactoria.

#### Primi Piatti: Pasta e fagioli con crostini e cipolla rossa cruda

El plato de pasta y frijoles es uno de los clásicos de la cocina italiana, siendo realizado de diferentes maneras según la región, donde en Nápoles suele realizarse con mejillones dada la cultura de consumo de productos del mar. La receta clásica de este plato consiste en el sofrito clásico y una pasta de risotto cocinado poco a poco con la salsa, cociéndose muy lentamente para que se logre el efecto de crema aterciopelada, sin demasiado caldo. Durante la cocción se debe ir agregando progresivamente agua hirviendo para que este efecto pueda ser efectivo. Sobre los frijoles, se suelen utilizar rojos o blancos, añadiéndosele algunas verduras, tocino o picatostes.

#### Secondi piatti: Mozzarella in carrozza

Una de las características de este segundo plato radica en su origen humilde. Se cree que nació de la necesidad de las trabajadoras del hogar del sur de Italia por utilizar el queso y el pan sobrante de días pasados, por lo que para hacer reutilizable el pan, se remojaba en huevo y pan rallado, envolviéndose la mozzarella con ello. Una vez que el emparedado se ha realizado, se procede a freír la preparación en aceite caliente. Una vez cocido, se saca, se escurre y se consume de manera inmediata, de tal forma que la mozzarella se aproveche mientras está derretido. El secreto de su preparación es lograr

un color dorado y crujiente durante la cocción, de tal forma que oponga la suficiente resistencia y contraste con la suavidad del queso mozzarella en su interior.

Secondi piatti: Scarola alla napoletana

La scarola alla napoletana se considera una guarnición muy sencilla de realizar, de bajo costo y que puede tardar unos 30 minutos en realizarse. Los ingredientes típicos de esta preparación son la escarola, ajo, anchoas en aceite, piñones, alcaparras saladas, aceitunas negras, ají al gusto, sal y aceite de oliva extra virgen. La preparación consiste en el tostado de los piñones en una sartén. Luego se coloca la escarola limpia sobre una sartén con un poco de aceite, los dientes de ajo y la guindilla, dejando que se dore todo. Luego de ello, se agregan las anchoas, las aceitunas sin hueso y las alcaparras. Todo ello se mantiene en la sartén por un período de dos a tres minutos. Finalmente se añaden las hojas de escarola cortadas en dos o tres trozos, mezclándose y dejando que se sequen durante 5-6 minutos para luego tapar y dejar cocer unos veinte minutos, se procede a salar las verduras unos minutos antes de que finalice la cocción y se da por culminada su preparación.

### **APORTE NUTRICIONAL DE LOS PLATOS DE LA COCINA NAPOLITANA**

El determinar el aporte nutricional exacto de los platos de la cocina napolitana es una tarea muy compleja, sobre todo cuando se comprende la variabilidad de las preparaciones en función de las necesidades estacionales o por técnicas o costumbres específicas de cada chef. Por ello, es conveniente exponer algunos valores nutricionales referenciales para los platos más típicos de la cocina napolitana.

De manera que se pudiera centralizar la información en base a una misma referencia sobre información nutricional, se empleó la página web [FDC.NAL.USDA.GOV](http://FDC.NAL.USDA.GOV) del gobierno de los Estados Unidos de América, específicamente el departamento de agricultura, donde se tiene una amplia

consideración de diferentes platillos según regiones. Con estas consideraciones, se enlistan los datos nutricionales de algunos de los alimentos de la comida napolitana:

- Pizza Margherita: una porción de 100 gramos puede contener un total de 200k calorías, 8.57 gramos de proteínas y 4.29 gramos de lípidos. Además, contiene 71 miligramos de calcio y 325 miligramos de sodio.
- Boloña: una porción de 100 gramos de este plato puede contener 75k calorías, 4.79 gramos de proteínas y 4.79 gramos de lípidos. Destaca por poseer calcio (27mg), potasio (240mg) y hierro (1.03mg).
- Ravioli: una porción de 100 gramos puede contener un total de 227k calorías, así como 13.28 gramos de proteína y 3.52 gramos de lípidos. Se puede hallar nutricionalmente elementos como el calcio (47mg), el hierro (2.81mg) y sodio (78mg).
- Pasta y frijoles: una porción de 100 gramos de este alimento puede contener un total de 179k calorías, además de 3.57 gramos de proteína, 7.14 gramos de lípidos y 10.7 gramos de fibra. Se puede hallar en él hierro (1.93mg), sodio (214mg) y vitamina C (4.3mg).
- Escarola a la napolitana: una porción de 100 gramos puede contener un total de 16k calorías, con 10mg de sodio, 380mg de potasio, 14% de vitamina A y 8% de vitamina C, según los valores diarios recomendados.
- Mantener la tradición, en este caso resulta el paso principal a la elaboración final de cada plato ya que, es toda una historia que se encuentra detrás con sus motivos y razones.

## DESARROLLO Y ELABORACIÓN DEL MENÚ

# Bruschetta de Pomodoro y Camarón

Realizado por: Diego Galindo

o por:

Tipo: Entrada

Porción: 4 pax

es:

## Ingredientes:

### Subreceta 1:

#### Masa Madre

#### Pan Ciabatta

Miel de Abeja 6 gr  
Harina de Trigo 150 gr  
Agua 150 ml

### Subreceta 2:

#### Pan Ciabatta

Levadura Fresca 3 gr  
Leche Entera 45 gr  
Harina e Trigo 150 gr  
Masa Madre 150 gr

## Preparación:

### Subreceta 1:

- Verter los ingredientes dentro de un recipiente amplio, mezcla y dejar fermentar por al menos 12 horas

### Subreceta 2:

- En un recipiente verter la levadura y agua tibia y esperar a que se disuelva
- Mezcla la levadura y agua, junto con el aceite de oliva y la masa madre
- Batir la masa durante 5 min con una cuchara de madera, la masa debe estar esponjosa. Tapar la masa con un trapo húmedo y dejar fermentar por 3 horas, hasta duplicar su tamaño
- Dividir la masa, con las manos de harina crear una forma rectangular, dejar reposar por 30 min
- Llevar al horno por 220 grados durante 30 min

**Subreceta 3:****Salsa****Pomodoro**

Tomate 300 gr

Cebolla 143 gr

Ajo Pelado 30 gr

Sal Crisal 10 gr

Vino Blanco Clos

50 ml

Albahaca 20 gr

Orégano Fresco

10 gr

Azúcar 10 gr

Aceite de Oliva

30 ml

**Subreceta 4****Camarones**

Camarón Pelado

36-40 300gr

Sal de Ajo 20 gr

Perejil Crespo 15

gr

Aceite de Oliva

30 gr

**Subreceta 3:**

- Retirar la piel del tomate creando haciendo una X con la ayuda de un cuchillo, por debajo de cada uno y llevar a hervir unos 3 min aproximadamente.
- Picar cebolla, ajo finamente.
- Una vez cocinado los tomates, cortar la cocción de los mismo en agua con hielo, retirar la piel y licuar. Reservamos
- En un sartén caliente introducimos, aceite de oliva, cocinar la cebolla por 3 min hasta que cambien de color, después el ajo. Introducimos la pasta de tomate reservada, vino blanco, sal, orégano, albahaca finamente cortada, azúcar. Cocinamos por 20 min a llama media

**Subreceta 4:**

- Pelar y desvenar los camarones
- En un recipiente agregar los camarones, perejil crespo, sal y aceite de oliva y marinar en el refrigerador por 30 min
- En una sartén caliente agregar aceite de olivar y cocinar los camarones por 3 min aproximadamente. Servir de inmediato

**Montaje:**

- Pan Ciabatta de base, salsa pomodoro, camarones cocinados y para decorar hojas de albahaca frita.

# Pasta e Fagioli

Realizado por: Diego Galindo

Preparado por:

Tipo: Entrada

Porción: 4 pax

Ingredientes:

## Ingredientes:

### Subreceta 1:

#### Pasta Fresca

Harina de Trigo  
500gr  
Huevos 3 unid  
Agua 10 ml

### Subreceta 2:

#### Frijoles con

#### Panceta de

#### Cerdo Ahumada

Frijol rojo 125gr  
Frijol blanco  
125gr  
Panceta de  
Cerdo 200gr  
Cebolla Perla 50  
gr

## Preparación:

### Subreceta 1:

- Crear un volcán con la harina de trigo, introducir los huevos y mezclar con la ayuda de los dedos entre abiertos hasta lograr formar una masa, si está muy seca agregar poco a poco agua y amasar. Dejar reposar por 30 min
- Separar la masa en partes iguales y con la ayuda de un rodillo laminar finamente creando dos dobleces delgados, con la ayuda de un cuchillo cortar la pasta
- En una bandeja de plástico verter harina y colocar la pasta, verter harina por encima y llevar al congelador de inmediato

### Subreceta 2:

- Cocinar el frijol en ollas diferentes,

Ajo Pelado 25gr  
 Aceite de oliva  
 25 ml  
 Sal 30 gr  
 Zanahoria  
 amarilla 15gr

**Subreceta 3:**

**Aceite de  
 Albahaca**

Albahaca 30 gr  
 Aceite de Oliva  
 500 ml

- junto con la mitad de sal en ambas
- En un sartén caliente agregar el aceite de oliva
  - Sofreír, la cebolla cortada finamente, ajo y zanahoria, agregar la panceta cortada en bastones medianos

**Subreceta 3:**

- En una licuadora agregar las hojas de albahaca sin los tallos junto con el aceite de oliva y licuar hasta ver que la mezcla haya cambiado totalmente el color.

**Montaje:**

- Pasta fresca, frijoles por encima y aceite de albahaca a gusto

# Escarolla in Carrozza y Mejillones En Salsa De Vino Blanco

Realizad Diego Galindo

o por:

**Tipo:** Fuerte

**Porcion** 4 pax

**es:**

## Ingredientes:

### Subreceta 1:

#### Mozzarella en pan delgado

Mozzarella 280 gr  
Huevos 3 unidad  
Harina 150 gr  
Pan Molde sin corteza 7 unidad  
Aceite Vegetal 250 ml  
Sal 15 gr

### Subreceta 2:

#### Escarola

Escarola Verde  
Escarola Roja  
Ajo Pelado  
Alcaparras  
Aceituna Negra  
Anchoas  
Aceite de Oliva Extra virgen

### Subreceta 3:

#### Crocante de queso parmesano y perejil

Queso  
Parmesano 100gr  
Perejil Crespo 50gr  
Aceite vegetal 5 ml

### Subreceta 4:

#### Mejillones en salsa de vino

## Preparación:

### Subreceta 1:

- Cortar triángulos de queso mozzarella de 2 cm de ancho, escurrir las rodajas
- Formar triángulos con el pan molde sin corteza, que este quede como un sánduche junto con el queso
- En un recipiente, batir los huevos
- En otro verter la harina
- El pan con el queso, pasar por el huevo batido, después por la harina. Este quedará empanizado y llevar al frio por 20 min
- Calentar el aceite en una olla e introducir los sandwiches empanizados, dorar por cada lado y retirar de la olla para escurrir

### Subreceta 2:

- Retirar las hojas de escarola, verdes y rojas y lavarlas
- Picar al ajo finamente junto con las alcaparras, aceituna negra, anchoas
- En un sartén caliente agregar aceite de oliva, ajo alcaparras, anchoas, aceituna negra y hacer un refrito por 5 min a fuego medio.
- Incorporar la escarola y cocinar a llama media por 20 minutos hasta que este haya reducido su tamaño

### Subreceta 3:

- Rayar el queso parmesano
- Cortar finamente el perejil crespo
- En sartén caliente verter aceite para que el queso no se pegue, de inmediato agregar hacer un circulo de perejil y enseguida agregar queso rayado. De tal manera que se el queso empiece a derretirse como una costra

**blanco**

Mejillones  
Vino Blanco  
Mantequilla

- Con la ayuda de una espátula voltear el queso y que este se haga costra del otro lado, retirar de inmediato y dejar enfriar.

**Subreceta 3:**

- Lavar los mejillones en agua fría, retirar impurezas del caparazón
- En una olla agregar mantequilla vino blanco y los mejillones
- Tapar la olla y cocinar hasta que estos se abran
- Reservar el liquido para montaje

**Montaje:**

- Agregar escarola en el centro, mejillones alrededor y verter el liquido del mismo sobre los mejillones y el plato
- Mozzarella en pan delgado en el centro
- Para decorar costra de queso parmesano

# Tasta Caprese a la Napolitana

Realizado por Diego Galindo

o por:

Tipo: Postre

Porción 4 pax

es:

## Ingredientes:

### Crumble de

#### Subreceta 1:

##### Tarta Caprese

Almendra 200gr

Cobertura 69%

150 gr

Mantequilla sin

sal 200 gr

Azúcar 180 gr

Huevos 4 unidad

Azúcar

impalpable 25 gr

#### Subreceta 2:

##### Nieve de limón

Azúcar 250gr

Zumo de Limón

200gr

#### Subreceta 3:

##### Mouse de

##### chocolate

##### blanco con

##### maracuyá

Cobertura de

chocolate blanco

200 gr

Pulpa de

maracuyá 150 gr

Crema de leche

para montar 100

gr

#### Subreceta 4:

# Preparación:

## Subreceta 1:

- Tostar las almendras en el horno a 200 grados por 10 min aproximadamente. Pasar por una licuadora y triturar no muy fino.
- Fundir el chocolate a baño maría, reservamos a temperatura ambiente
- En un recipiente blanqueamos mantequilla pomada junto con el

azúcar y montamos hasta obtener una crema lisa con la ayuda de una licuadora o batidor de mano.

- Añadimos las 4 yemas de huevo una a una y batimos hasta que se integren del todo
- Enseguida vertemos el chocolate derretido y batimos hasta obtener una masa homogénea
- Agregamos las almendras y seguimos batiendo
- En un bowl montamos las claras a punto de nieve e incorporamos a la masa en 3 partes, mezclamos de manera envolvente con la ayuda de una espátula de goma, sin que la masa se baje tanto
- Engrasamos un molde y llevamos al horno por 180 grados
- Cuando esta lista dejar enfriar y espolvorear azúcar glas

## Subreceta 2:

- En una olla verter el zumo de limón, azúcar y glucosa, llevar a hervor y dejar enfriar

**almendra**

Harina 150 gr

Mantequilla 150gr

Azúcar 50gr

Almendra

enpolvo 150gr

- Pasar a un recipiente y dejar en el congelador por 8 horas min

**Subreceta 3:**

- Derretir el chocolate blanco a baño maría
- Calentar la pulpa de maracuyá y verter sobre el chocolate fundido,
- Montar la crema de leche con la ayuda de una batidora, agregar a la mezcla anterior y ayudar a emulsionar con un mixer o licuadora

**Subreceta 4:**

- Agregar la mantequilla pomada junto con el azúcar, mantequilla, almendra en polvo y hacer una masa homogénea
- Con la ayuda de una rejilla triturar la masa y reservar en el congelador por 15min
  - Hornear a 180 grados por 20 min

## CONCLUSIONES

A consecuencia de todo lo que se ha expuesto en este trabajo de investigación, la importancia de la cocina napolitana en la cultura italiana e incluso en la propia gastronomía mundial se ve puede observar fuerte y con muchos rasgos históricos, tales como culturales y sociales. La amplia utilización de las pastas, el ingenio al momento de aprovechar ingredientes antiguos y la influencia de pasadas invasiones de regiones como Pompeya, Grecia o Roma, han transformado al arte culinario napolitano en todo un referente. La variedad de los ingredientes sólo contrasta con la relativa sencillez de las preparaciones, que permiten su reproducción en diferentes partes del mundo y que le otorgan gran importancia para la cultura de la humanidad.

Por otro lado, se categoriza a la cocina italiana, llena de pastas, pero por el presente trabajo, hay muchas preparaciones las cuales salen del concepto de la pasta, si bien es cierto es un plato popular, se puede construir un menú saludable, teniendo variaciones en diversos platos.

Mantener la tradición al momento de recrear platos significativos, contarán una historia detrás, ya que, al prepararlos, se lo hará de la misma manera en la que nació el dicho plato, teniendo en cuenta sus diferentes variaciones tales como culturales, sociales, para así haber llegado al plato deseado. En la creación de dicho menú, pude denotar la importancia de seguir los pasos al pie de la letra, ya que, como se mencionó, cada plato tiene su razón de ser y estos deben y seguirán siendo preparados de la misma manera del cual se los conocerá tradicionalmente.

## REFERENCIAS

- Bayless, W. (1976). The Visigothic Invasion of Italy in 401. *The Classical Journal*, 72(1), 65-67. Obtenido de [www.jstor.org/stable/3296883](http://www.jstor.org/stable/3296883)
- BBC. (2015). *The Last Millionaire. Naples*. Naples. Obtenido de [http://downloads.bbc.co.uk/lastmillionaire/city\\_guides/naples\\_guide.pdf](http://downloads.bbc.co.uk/lastmillionaire/city_guides/naples_guide.pdf)
- Bichara, J. (2019). *Gastronomía Italiana*. Centro de Capacitación Gastronómica, Caracas. Obtenido de <https://es.scribd.com/document/451476029/TESIS-JORGE-GASTRONOMIA-ITALIANA-pdf>
- Bock, N. (septiembre de 2008). Patronage, standards and transfert culturel: Naples between art, history and social science theory. *Art History*, 31(4), 574-597. doi:<https://doi.org/10.1111/j.1467-8365.2008.00630.x>
- Capatti, A., & Montanari, M. (1999). *Italian Cuisine. A cultural history*. New York, Estados Unidos: Columbia University Press. Obtenido de [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=C5axRXILOIAC&oi=fnd&pg=PR7&dq=Typical+ingredients+of+%22Neapolitan%22+cuisine&ots=mdNBWN SJPd&sig=kZoZL0A2PNeigRj4TFyHI7QpQFA&redir\\_esc=y#v=onepage&q=Typical%20ingredients%20of%20%22Neapolitan%22%20cuisine&f=f](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=C5axRXILOIAC&oi=fnd&pg=PR7&dq=Typical+ingredients+of+%22Neapolitan%22+cuisine&ots=mdNBWN SJPd&sig=kZoZL0A2PNeigRj4TFyHI7QpQFA&redir_esc=y#v=onepage&q=Typical%20ingredients%20of%20%22Neapolitan%22%20cuisine&f=f)
- Chambers, I. (2003). Some Notes on Neapolitan Song: From Local Tradition to Worldly Transit. *Cross-Cultural Aesthetics*, 45(3), 23-27.
- Del Conte, A. (1990). *Gastronomy of Italy*. Editorial Pavilion. Obtenido de [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=TvO\\_CAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT7&dq=Magna+Graecia+%22Neapolitan+cuisine%22&ots=8-HBqyv5rU&sig=yT-m9SOWu-ZgVYbIYfMkNUSUIBY&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=TvO_CAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT7&dq=Magna+Graecia+%22Neapolitan+cuisine%22&ots=8-HBqyv5rU&sig=yT-m9SOWu-ZgVYbIYfMkNUSUIBY&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)

- Field, C. (2011). *The Italian Baker, Revised: The Classic Tastes of the Italian Countryside--Its Breads, Pizza, Focaccia, Cakes, Pastries, and Cookies*. Londres, Reino Unido. Obtenido de [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vMm8pI83VewC&oi=fnd&pg=PA15&dq=bread+Pompeii+Pizza+Naples&ots=SM4dKJSL3b&sig=aQrEuOn\\_Af8gxErjPX7maq0z4U&redir\\_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=vMm8pI83VewC&oi=fnd&pg=PA15&dq=bread+Pompeii+Pizza+Naples&ots=SM4dKJSL3b&sig=aQrEuOn_Af8gxErjPX7maq0z4U&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Martellotti, A. (2008). I ricettari di Federico II: Dal Meridionale al Liber de Coquina. *The Sixteenth Century Journal*, 39(4), 1190-1192.  
doi:<https://doi.org/10.2307/20479193>
- Sert, A. (2017). Italian Cuisine: Characteristics and Effects. *Journal of Business Management and Economic Research*, 1(1), 49-57. doi:10.29226/jobmer.2017.4
- Spieler, M. (2018). *A taste of Naples. Napolitan culture, cuisine and cooking*. Londres, Reino Unido: Rowman & Littlefield. Obtenido de [https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=c61vDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=RS&dq=naples+cuisine&ots=2Kp2Fc9dEI&sig=NqBY1xS7OL1bWoJ8vREEbdmc7V&redir\\_esc=y#v=onepage&q=naples%20cuisine&f=false](https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=c61vDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=RS&dq=naples+cuisine&ots=2Kp2Fc9dEI&sig=NqBY1xS7OL1bWoJ8vREEbdmc7V&redir_esc=y#v=onepage&q=naples%20cuisine&f=false)
- Terence, S. (2016). The Neapolitan Recipe Collection: Cuoco Napoletano. *Renaissance Quarterly*, 69(1), 289-291.

**ANEXO A: LISTADO DE JURADO**

1. Sebastián Navas
2. Mario Jiménez
3. Michael Koziol

**ANEXO B: PRESENTACIÓN DEL MENÚ**

# COCINA TRADICIONAL NAPOLITANA

**PRIMERA ENTRADA**

Bruschetta de pomodoro, en pan ciabatta, camarón y albahaca frita.

**SEGUNDA ENTRADA**

Pasta fresca acompañado de frijoles, pancetta de cerdo ahumada, aceite de albahaca.

**PLATO FUERTE**

Mozzarella en pan delgado, escarolla verde, roja y mejillones en salsa de vino blanco.

**POSTRE**

Torta caprese, nieve de limón, mousse de chocolate blanco, con macaruyá, crumble de almendra.



**ANEXO C: BRUSCHETTA DE POMODORO Y CAMARÓN**

**ANEXO D: PASTA E FAGIOLI**

**ANEXO E: MOZZARELLA IN CARROZA Y MEJILLONES EN SALSA DE VINO BLANCO**



**ANEXO E: TARTA CAPRESE A LA NAPOLITANA**