

## **DEGUSTACIÓN**

Después de presentar el menú al panel de degustación se hicieron algunos cambios para mejorar la apariencia y el sabor de las preparaciones. No hubo cambios en los platos solo algunas recomendaciones, como poner más ají para las empanadas y no poner el aceite de achiote debajo de las mismas, cocinar más el choclo desgranado que estaba un poco duro, poner más azúcar y naranjilla en el canelazo y menos aguardiente. Dichas recomendaciones se llevaron a cabo durante la elaboración y venta del menú. En general, el resultado de la degustación fue positivo.

Después de que el panel de degustación aprobara la propuesta el menú salió a la venta así:

### **APERITIVO**

Rosero Quiteño

Bebida tradicional compuesta por frutas frescas y mote.

### **PRIMERA ENTRADA**

Mini Empanadas de Morocho acompañadas con ají de chochos

Estas deliciosas y nutritivas empanadas contienen masa suave rellena con huevo, carne, arroz y arvejas.

### **SEGUNDA ENTRADA**

Papas con cuero acompañado con ají criollo

Es una cremosa preparación de papas con cuero de cerdo en salsa de maní.

### **PLATO FUERTE**

Hornado junto a su agrio Como guarnición: Llapingachos rústicos, choclo-mote, aguacate y maduro frito.

Pierna de cerdo horneada, servida con una ligera salsa agridulce, acompañada de tortillas de papa rellena con queso, choclo-mote, junto con zanahoria, cilantro y cebolla blanca.

**POSTRE**

Gran sabor de los dulces capitalinos provenientes de barrios emblemáticos de la ciudad.

Granizado de canelazo. Quimbolitos tradicionales. Dos versiones de Ponche.

**REGALO**

Fundita de colaciones típicas del Centro de Quito.

## INGREDIENTES Y VARIANTES

### Detalle de ingredientes, tratamientos específicos, adaptaciones

Ají rojo: proviene de la familia de los pimientos y es una baya. Su aroma y sabor picante brinda a las comidas un sabor característico y en el Ecuador no puede faltar dentro de la comida típica una salsa de ají. El ají es producto que viene de los Andes, y se lo conocía bajo el nombre Kichwa “uchu”, este se usaba como un componente más de las preparaciones como el ajo y la cebolla (Ministerio de Turismo del Ecuador, 2012). Gracias a los colonos el ají se comenzó a utilizar como base de salsas picantes en los siglos XIX y XX (Ministerio de Turismo del Ecuador, 2012). El tratamiento que se aplicó al ají fue convertirlo en salsas y también preservar las rodajas en aceite.

Chocho: es una semilla que proviene de una leguminosa y viene del Kichwa “chuchu” que significa pezón o pecho materno. En la antigüedad los nativos solían desaguar el chocho, cocinarlo, aplastarlo y obtenían un tipo de leche blanquesina que utilizaban para alimentar a sus niños (Ministerio de Turismo del Ecuador, 2012). El tratamiento que se dio fue pelarlo para que forme parte del ají.

Cuero de cerdo: es una parte del cerdo que se come mucho en la Sierra ecuatoriana preparada de distintas maneras. En el menú se utilizó el cuero de la pierna horneada que tenía más sabor y también el cuero solo. El tratamiento fue secarlo al horno y freírlo.

Mote: es el grano del maíz seco y cocinado, el maíz es una planta ancestral que se originó en América y es típica de la Sierra ecuatoriana. Conocido en Kichwa como “muti”, este grano se luce completamente en Azuay. El tratamiento que se dio fue remojarlo por un día para que facilite la cocción (hervir).

Masa de morocho: la masa de morocho proviene del morocho partido cocinado y molido. Resulta difícil encontrar una buena masa de morocho en los mercados ya que por cuestión de costos tienden a mezclar con arroz triturado, lo que hace que la masa pierda su humedad y elasticidad. Con el ingrediente que se tuvo mayor problema fue con este, ya que la masa debía estar fresca y solo dura dos días refrigerada una vez hechas las empanadas, de otra manera se rompen y la masa se fermenta demasiado.

Por efectos de tiempo, la masa de morocho no se realizó como anteriormente se explica. La masa de morocho se compró en el mercado Iñaquito, en donde hay señoras que la elaboran artesanalmente. Esta masa resulta muy delicada porque necesita de cierta cantidad de humedad para no quebrarse el momento de freírla. Para esto se hicieron varias pruebas con la masa y la mejor manera de manejarla fue añadir un poco de agua mezclada con sal y pimienta (como condimento) y una pequeña cantidad de manteca de chanco.

Perejil: forma parte de las finas hierbas, es muy aromático y se utiliza mucho en la cocina ecuatoriana. En este caso se reservó las hojas de perejil en aceite.

Pierna de cerdo: es un corte del cerdo que por estar en constante uso su carne es dura, por eso se recomienda cocciones largas para suavizarla. Para el hornado, a la pierna de cerdo se le levanta el cuero, se limpió la grasa y se hizo cortes profundos para marinarla.

Pony malta: fue un ingrediente singular dentro del menú, es básicamente una cerveza sin alcohol, es una malta con gas. Su uso fue para dar la espuma al sabayón de yemas para elaborar el ponche. En el Centro de Quito este ponche es un clásico, y todavía se lo puede tomar, lo más típico es encontrar a los “poncheros” que van con su carrito de bronce venidiéndolo.

Las únicas adaptaciones que se hicieron en el menú fue en el postre, en donde no se modificó el sabor original de las recetas solo la manera de presentar. Por ejemplo, granizado de canelazo y gelatina de ponche.

## DETALLE DE TÉCNICAS CULINARIAS EMPLEADAS

### **Aperitivo**

Técnica culinaria: Infusionar, procesar.

La base para el rosero quiteño fueron dos infusiones. La técnica consiste en introducir ingredientes en este caso especias y hoja de naranja, en un líquido caliente de preferencia hirviendo (agua) para que esta tome todos sus aromas y se perfume. Los jugos de fruta se procesaron en la licuadora sin agua para obtener un sabor concentrado. Al final, se cortaron las demás frutas y el mote para mezclarlos con el jugo del rosero.

### **Primera Entrada**

Técnica culinaria: Freír en grasa, refreír, hervir, sazonar.

Las empanadas se cocinaron en abundante grasa caliente 350°C – 400°C (aceite vegetal) para evitar que absorban el mínimo de grasa, que pierdan su humedad, para darles un color dorado y la textura crocante tan típica de dichas empanadas. Para el relleno de las empanadas se utilizó la técnica más popular de la comida ecuatoriana, el refrito, que consiste en sofreír los ingredientes en un sartén caliente con grasa hasta cocinarlos. Los ingredientes como el huevo, el arroz y la arveja se cocinaron por separado (hervir). La masa de morocho solo se sazonó con sal y se le agregó un poco de agua y manteca de cerdo para agregar elasticidad a la masa.

### **Segunda Entrada**

Técnica culinaria: Hervir, refreír, procesar.

Para las papas y el cuero se utilizó el método de cocción con calor húmedo (hervir). En cuanto a la salsa del platillo se hizo a base de refrito y luego se la procesó para hacerla más líquida. Los demás ingredientes solo se cortaron y sazonaron.

### **Plato Fuerte**

Técnica culinaria: Marinar, ahumar, hornear, hervir, refreír, secar al horno, freír en grasa.

En el plato fuerte el componente que requirió de mayor técnica fue la pierna de chanco para elaborar hornado. Primero se marinó la pierna durante 3 días, lo que consiste en dejar reposar un género acompañado de aliños y especias por largo tiempo

para que se impregne el sabor. Luego, se ahumó la pierna con hierbas aromáticas, que es básicamente someter a un género al humo producido por distintos ingredientes (madera, hierbas) para dejarlo con su aroma y sabor. Por último, se horneó por 12 horas utilizando este método de calor seco sin grasa a una temperatura de 70°C. Se eligió dicha temperatura y tiempo considerando que la carne de cerdo esta cocinada a 72°C para que así la carne salga suave, no este seca y se deshaga fácilmente. Se hirvió las papas de los llapingachos, se las aplastó, para saborizar se hizo un refrito y se rellenaron. También se hirvió la zanahoria y el choclo desgranado. Para el cuero reventado, se seco al horno el cuero de cerdo limpio sin grasa, a una temperatura de 100°C por aproximadamente 4 horas y luego se frió en grasa hasta que se reviente. El maduro se frió en grasa.

### **Postre**

Técnica culinaria: Hornear, congelar, gelificar, acaramelar, cocción al vapor, pochar.

El crocante de canela se horneó a 170°C con calor seco. El granizado se congeló, luego se procesó para mejorar la textura y se mantuvo congelado a -18°C. Para la gelatina de ponche se utilizó un gelificante en este caso colapez que ayuda a convertir una sustancia de estado líquido a sólido. La garrapiña no es más que nueces acarameladas, en un proceso donde la curva del caramelo pasa de cristalizar el azúcar a derretirla para dar el color oscuro a las nueces. Los quimbolitos se cocinaron al vapor envueltos en hoja de achira, en el horno de combinación (steamer) solo con humedad a 100°C por 15min. Por último, para el ponche espumoso se pocharon las yemas de huevo con el almíbar caliente, lo que consiste en cocinar un ingrediente con un líquido caliente.

### **Adaptaciones culinarias**

La única adaptación dentro del menú fue en cuanto a la técnica de cocción del hornado y del cuero reventado. Este plato tan típico de la sierra se elabora en horno de leña el mismo que le da su sabor característico y le permite a la carne cocinarse a baja temperatura por largo tiempo haciéndolo suave y jugosa. En cuanto al cuero, una vez

cocinado el hornado, se vuelve a prender el horno de leña y con ayuda de un palo se acerca solo el cuero a la llama viva, y el cuero que está seco comienza a reventarse.

Según la investigación respectiva que se hizo para poder elaborar este plato, la temperatura y el tiempo de cocción del cerdo es fundamental para el resultado final. Una de las personas consultadas decía que el horno está listo cuando se termina de quemar toda la leña y los ladrillos del horno se calientan, pero la temperatura nunca supieron decir con certeza, solo mencionaban que cuando uno puede meter el brazo y mantenerlo por pocos segundos sin quemarse el horno está perfecto para cocinar el cerdo. Estas personas meten el cerdo una noche antes porque está listo en 12 horas y el horno de leña no se puede abrir porque se pierde el calor, si el chancho no está listo cuando se abre el horno no hay nada que hacer.

La gente que lleva años en el negocio tienen sus trucos y secretos para dar el sabor característico al hornado, por ejemplo mencionaba un señor que a los chanchos más viejos se les deja cocinar más tiempo y con más temperatura que a los chanchos jóvenes. Esto es algo que resulta un reto para los cocineros y chefs de hoy en día, tratar de recrear las técnicas tradicionales de cocinar nuestra comida en una cocina de restaurante sin alterar el sabor original.

Entonces lo que se hizo es adaptar este mismo proceso a una cocina normal, para dar el gusto a horno de leña se ahumó la pierna sobre la parrilla del restaurante por 30 minutos con eucalipto, tomillo y romero fresco. Luego, se cocinó en el horno de combinación a baja temperatura con calor seco pero con 2/4 de la bandeja llena de aliño para que la carne no se seque. Para el cuero ya se explicó la técnica primero se lo seco (como si saliera del horno de leña) y luego se sometió a alta temperatura en la freidora (como si se lo acercase a la llama viva).

### **Detalle de técnicas culinarias y procesos**

Infusionar: agregar ingredientes a un líquido hirviendo para perfumarlo y aromatizarlo.

Procesar: licuar para convertir ingredientes en una sola mezcla uniforme.

Freír en grasa: método de cocción con calor seco usando grasa, en donde se sumerge un género para cocinarlo, evitando que absorba mucha grasa, dándole color y textura.

Refreír: consiste en sudar o sofreír los ingredientes en poca grasa para cocinarlos.

Hervir: método de cocción con calor húmedo, en donde se cocina un género sumergido en un líquido hirviendo.

Sazonar: realzar el sabor de los alimentos mas no cambiarlos.

Marinar: saborizar un género sumergido o en contacto con condimentos varios, durante un período de tiempo largo.

Ahumar: exponer a un género al humo de especias, leña, madera u hojas para que se impregne el sabor y aroma de las mismas.

Hornear: método de cocción con calor seco sin grasa, donde se cocina los alimentos por el calor del aire seco.

Secar al horno: deshidratar o quitar todos los líquidos de un género con calor seco.

Congelar: convertir una sustancia líquida a sólida por efecto de bajas temperaturas.

Gelificar: convertir un sustancia líquida a una semisólida por efecto de otra sustancia como colapez, agar agar, gelatina sin sabor.

Acaramelar: recubrir un ingrediente con azúcar por efecto de la cristalización de la misma.

Cocción al vapor: consiste en cocinar un género por medio de humedad.

Pochar: cocinar un género por medio de un líquido caliente.

### **Equipos utilizados y especificaciones técnicas**

Horno de combinación: es un equipo que permite cocinar los géneros combinando calor seco y calor húmedo. Al igual que se puede utilizar solo calor seco o solo humedad. La facilidad que brinda es que se puede inyectar un poco de vapor durante la cocción de algún alimento. En el caso del menú se utilizó para hornear la

pierna de cerdo controlando la temperatura interna, para cocinar los quimbolitos solo con vapor, para secar el cuero de cerdo y cocinar el crocante de canela solo con calor seco.

Freidora: es un equipo industrial utilizado para cocinar los productos a temperaturas específicas o en grandes cantidades de manera rápida dentro de una grasa. En el menú se usó para freír las empanadas y el cuero a 400°C y el maduro a 350°C.

Parrilla: es un tipo de asador que tiene un gril donde se colocan los géneros y el calor que viene por debajo los cocina, dándoles un sabor y aroma a carbón o humo. Se utilizó este equipo para ahumar la pierna debido a la ausencia de una máquina ahumadora.

## **RAZONAMIENTO / JUSTIFICACIÓN DE MENÚ**

El menú “Tradición Quiteña” fue elaborado en base a la disposición de los ingredientes en Quito, la posibilidad de aplicar las técnicas necesarias para recrear los platos en su totalidad, la apertura de las personas que serían los posibles comensales, hacía los platos que se presentarían y la actitud del estudiante frente al tema. De esta manera se eligieron los platos que conformarían el menú, respetando y representando el tema elegido (Cocina Ecuatoriana, Tradición Quiteña).

Además, la razón de crear un menú como este fue incentivar al estudiante a profundizar sobre temas, técnicas, cultura, historia y tradiciones de su ciudad natal Quito. Con el objetivo de tener mayor conocimiento y dominio sobre esta gastronomía que es fundamental para cualquier estudiante de la carrera.

## MARIDAJE DEL MENÚ

El maridaje consiste en combinar de manera correcta la comida con algún tipo de bebida. Este es un arte que se debe estudiar con mucha precisión ya que no es simplemente cuestión de unir dos elementos por su sabor individual. Esto quiere decir, que se busca que tanto el sabor de la comida como el sabor de la bebida armonicen en la boca de la persona que los consume y que juntos estos dos elementos, eleven el sabor del otro para resaltar los alimentos y la bebida. Esta unión debe ser perfecta para lograr el objetivo deseado y que no sea la bebida ni la comida quien se lleve el premio, todo lo contrario que estos dos sean las estrellas al momento de degustarlos.

Durante la venta del menú, no se ofreció vino ni ningún tipo de bebida que acompañe las entradas, el plato fuerte y el postre. Dentro del costo del menú se incluyó un aperitivo que fue un come y bebe llamado Rosero Quiteño, detallado anteriormente.

De todas maneras, el menú se podía acompañar de la bebida que el comensal deseara. Entre las bebidas más óptimas para el menú están la cerveza para las entradas y el plato fuerte. La cerveza de nuestro país (Pilsener) es ligera pero presenta cuerpo y va muy bien con salsas picantes y fritos como los de la primera entrada, al igual que con el picante y la cremosidad de las papas con cuerto (segunda entrada) y con los sabores agrídulces y lampreados que ofrece el plato de hornado. La cerveza ligera resiste, armoniza y limpia el paladar de sabores especiados, agresivos, ácidos, agrídulces, grasos, ahumados (Cerveceros de España).

Por otro lado, una bebida típica de la Sierra es la chicha, la más popular y consumida en Quito la famosa chicha de Jora. Esta bebida también resulta ideal aunque un poco pesada para combinar con las entradas y el plato fuerte del menú. La chicha de jora fue concebida como una bebida ritual y mítica que se consumía en las fiestas religiosas, sociales o a manera de brebaje sanador y como refresco cuando no se la fermentaba (Molina, 2001).

La chicha resulta un poco pesada pero es muy apetitosa, a parte de ser una bebida que representa nuestras raíces. La elaboración de la chicha comienza con el remojo del maíz durante una noche entera, seguido de secar al grano al sol tapado con hojas de maíz (Molina, 2001). Luego, se coloca una olla para infundir agua con clavos de olor, pimienta dulce, canela, ishpingo y panela, mientras que aparte se muele y

cocina el grano por media hora (Molina, 2001). Una vez cocido el grano se cierne y se junta con el almíbar infusionado en una vasija de barro de preferencia, como dicta la tradición, y se deja que la mezcla fermente por aproximadamente cuatro días (Molina, 2001). A partir de eso esta lista para beber o perfumar con corteza de piña, en caso de desear la bebida más fuerte se debe fermentar por más días (Molina, 2001).

Para resumir, las bebidas que se pueden utilizar para maridar el menú son la cerveza y la chicha en el caso de las entradas y el plato fuerte. No es recomendable otra bebida para el postre porque resultaría muy pesado para el comensal y los sabores no serían los mismos.

## EJECUCIÓN DE MENÚ

Con respecto a las ventas y al costo del proyecto los resultados se pueden ver en las siguientes tablas:

**Tabla de Costos**

CURSO	COSTO UNITARIO
Aperitivo	0.24\$
1era Entrada	0.76\$
2da Entrada	0.31\$
Plato Fuerte	1.50\$
Postre	0.46\$
Regalo	0.23\$
<b>COSTO POR MENÚ</b>	<b>3.51\$</b>

**Detalle de Ventas**

FECHA	VENTAS
4 de Dic.	17
5 de Dic.	10
6 de Dic.	Cerrado
7 de Dic.	14
8 de Dic.	3
9 de Dic.	11
<b>TOTAL</b>	<b>55</b>

<b>COSTO POR MENÚ</b>	3.51\$
<b>CANTIDAD VENDIDA</b>	55
<b>COSTO TOTAL</b>	193.19\$
<b>PRECIO POR MENÚ</b>	19.95\$
<b>CANTIDAD VENDIDA</b>	55
<b>INGRESO TOTAL</b>	1097.25
<b>UTILIDAD BRUTA</b>	904.06\$
<b>*antes de impuestos</b>	

Generalmente, el menú tuvo buena acogida por los comensales del restaurante, cosa que resulta difícil tratándose de un menú nacional. Una de las causas puede ser que el menú fue diseñado acorde a las fechas de venta, lo que seguramente ayudó a atraer consumidores. No se presentó ningún problema ni queja durante los días de venta. El servicio fue tranquilo pero constante, ya que la mayoría de las ventas se realizaban durante el servicio de la tarde de 12:00pm a 4:00pm. La venta del menú fue una experiencia bastante diferente porque implicó un nivel más alto de responsabilidad con respecto a requisiciones, mise en place, preparación y despacho del menú. En resumen, la semana del menú se desarrolló de manera normal sin mayor problema o dificultad resultando un vivencia enriquecedora.

## ANÁLISIS FINANCIERO

## Recetas estándar de costos

Aperitivo: Rosero quiteño.

RECETA ESTÁNDAR #		1		
NOMBRE DE LA RECETA		Rosero Quiteño		
PAX		15		
TAMAÑO DE LA PORCIÓN		0.065 Lt		
RENDIMIENTO		1 Lt		
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTE	COSTO UNIDAD	COSTO REQUERIDO
0.100	Kg	Mote	2.88	0.29
0.300	Kg	Azúcar	0.88	0.26
0.005	Kg	Canela	14.93	0.07
0.003	Kg	Pimienta dulce	7.49	0.02
0.003	Kg	Clavo de olor	10.13	0.03
0.003	Kg	Ishpingo	8.00	0.02
0.005	Kg	Hoja de naranja	3.80	0.02
0.200	Kg	Piña	0.69	0.14
0.200	Kg	Babaco	2.74	0.55
0.200	Kg	Naranjilla	1.76	0.35
0.100	Kg	Chamburo	5.28	0.53
0.060	Kg	Limón sutil	1.57	0.09
0.100	Kg	Frutilla	2.55	0.25
0.030	Lt	Agua azahares	33.33	1.00
			<b>Subtotal</b>	<b>3.64\$</b>
			<b>Costo Total</b>	<b>3.64\$</b>
			<b>Costo Unitario</b>	<b>0.24\$</b>



## Segunda Entrada: Papas con cuero con ají criollo

RECETA ESTÁNDAR #		3		
NOMBRE DE LA RECETA		Papas con cuero.		
PAX		15		
TAMAÑO DE LA PORCIÓN		0.070 Kg		
RENDIMIENTO		1 Kg		
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTE	COSTO UNIDAD	COSTO REQUERIDO
0.200	Kg	Cebolla blanca	1.37	0.27
0.100	Kg	Pimiento verde	1.00	0.10
0.008	Kg	Ajo pelado	3.43	0.03
0.020	Kg	Ají rojo nacional	1.76	0.04
0.040	Lt	Aceite achiote	3.65	0.15
0.005	Kg	Comino	6.24	0.03
0.350	Lt	Leche	0.80	0.28
0.100	Kg	Maní salado	5.70	0.57
0.600	Kg	Papa chola	0.78	0.47
0.200	Kg	Cuero	5.62	1.12
0.008	Kg	Sal	0.32	0.003
0.005	Kg	Pimienta	4.32	0.02
0.250	Kg	Aguacate	1.96	0.49
0.020	Kg	Cilantro	5.88	0.12
0.020	Kg	Perejil liso	3.92	0.08
0.030	Kg	Limón sutil	1.57	0.05
0.200	Lt	Aceite vegetal	2.16	0.43
			<b>Subtotal</b>	4.25\$
			<b>Costo Total</b>	4.25\$
			<b>Costo Unitario</b>	0.28\$

SUBRECETA ESTÁNDAR #		3.1		
NOMBRE DE LA RECETA		Ají criollo.		
PAX		15		
TAMAÑO DE LA PORCIÓN		0.030 Lt		
RENDIMIENTO		0.450 Lt		
CANTIDAD	UNIDAD	INGREDIENTE	COSTO UNIDAD	COSTO REQUERIDO
0.020	Kg	Ají rojo nacional	1.76	0.04
0.020	Kg	Cilantro	5.88	0.12
0.060	Kg	Limón sutil	1.57	0.09
0.065	Kg	Cebolla blanca	1.37	0.09
0.005	Kg	Sal	0.32	0.00
0.003	Kg	Pimienta	4.32	0.01
0.030	Lt	Aceite vegetal	2.16	0.06
			<b>Subtotal</b>	0.42\$
			<b>Costo Total</b>	0.42\$
			<b>Costo Unitario</b>	0.03\$
			<b>Costo Unitario Final</b>	0.31\$