

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

Menú “Cejas Andinas Ecuatorianas”

Proyecto de Investigación

Nathalie Roxana Noboa Quespas

Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Trabajo de titulación presentado como requisito
para la obtención del título de Licenciada en Arte Culinario y
Administración de Alimentos y Bebidas

Quito, 25 Junio 2017

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ
COLEGIO DE HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO

HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN

Menú “Cejas Andinas Ecuatorianas”

Nathalie Roxana Noboa Quespas

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Chef Rafael Villota, Master in
International Hospitality Management

Firma del profesor

Quito, 25 de junio de 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:

Nombres y apellidos:

Nathalie Roxana Noboa Quespas

Código:

00117337

Cédula de Identidad:

1723677025

Lugar y fecha:

Quito, 25 junio de 2017

RESUMEN

Este es un proyecto sobre la elaboración de un menú de autor con productos ecuatorianos, enfocado en la aplicación de técnicas de cocina moderna y el uso de la diversidad alimentaria que se encuentra en las “Cejas Andinas”, uniones de los Andes con la región costa y la Amazonía del Ecuador. En este documento se muestran los procesos creativos, aplicación de técnicas culinarias, manejo de productos y administración de alimentos y bebidas empleados durante la ejecución del menú. Para lograr así expandir el conocimiento del público con respecto a estos productos, así como su apreciación hacia una cocina ecuatoriana moderna sin perder las características propias de los productos locales. Se exponen a la par los resultados reales del desarrollo del menú tanto en cocina como en servicio durante una semana de venta en el restaurante “Marcus” de la Universidad San Francisco de Quito.

Palabras clave: Cejas Andinas/ Productos ecuatorianos/ comida ecuatoriana/ cocina moderna / desarrollo de menú/ menú autor

ABSTRACT

This project is based on the elaboration process of an author's menu with local Ecuadorian products. It is focused on the application of modern cuisine technics, using the food diversity founded in "Cejas Andinas", the unions between Andean mountains with the lowest lands, cost and amazon regions. It had the purpose of give to the guests a new experience learning about non common products of the country, and to have new perspective of Ecuadorian modern cuisine, which keep the organoleptic ingredients proprieties of the local products. On this paper it is shown the creative processes, culinary technics, food handle, and food and beverage administration developed during the execution of the menu. Also, it shows the real results of developing the menu in the kitchen and service during a week of sale in University San Francisco de Quito restaurant , "Marcus".

Key words: Andean unions/ Ecuadorian food/ Ecuadorian Products/ modern cuisine/ menu developing/ author's menu

Contenido

1	Introducción	7
2	Resumen Ejecutivo	7
3	Menú	9
4	Justificación histórica y geográfica de productos	9
5	Análisis Gastronómico	18
5.1	Recetas Estándar	18
5.1.1	Primera Entrada	18
5.1.2	Segunda Entrada	19
5.1.3	Plato Fuerte	20
5.1.4	Postre	21
5.2	Técnicas y procesos técnicos	22
5.2.1	Ceviche de camarón cebra y jícama	22
5.2.2	Camotillo en costra de quinua	24
5.2.3	Cerdo en salsa de nea pía	25
5.2.4	Huevo de nieve	27
6	Análisis financiero	29
6.1	Rectas estándar costos	29
6.1.1	Costo primer entrada	29
6.1.2	Costo Segunda entrada	30
6.1.3	Costo Plato fuerte	31
6.1.4	Costo Postre	32
6.2	Costo teórico del menú	33
6.3	Kardex ventas	34
2.		34
6.4	Food cost Teórico versus Real	34
7	Conclusión	35
8	Recomendación	36
9	Referencias	37
10	Anexos	38
10.1	Anexo 1 Ingredientes poco comunes	38
10.2	Anexo Presentación Platos	41
10.3	Anexo Requisiciones	44

1 Introducción

1. Este menú se basó en la creación de platos que representan la diversidad alimentaria de las cejas andinas ecuatorianas, dándoles a los platos e ingredientes una interpretación contemporánea mediante trabajar los productos con técnicas modernas. Y así, brindar a los comensales una presentación innovadora que despierte su interés por descubrir más sobre los productos ecuatorianos y expandir su visión sobre el arte culinario que se puede generar con estos.

2 Resumen Ejecutivo

Para la aprobación del menú fue requerida la revisión de un jurado de chefs de la Universidad San Francisco. Como resultado se aprobó el menú casi en su totalidad, se tuvo algunos problemas técnicos con la elaboración del postre por lo cual se pidió cambios de algunos elementos. Sin embargo, este se volvió a ejecutar y no requirió de los cambios de técnicas ni de ingredientes sugeridos en un principio.

El menú salió a la venta del 21 al 26 de febrero, lo que represento menos ventas ya que esta semana fue feriado y se tuvo menos clientes de lo normal. No obstante, se vendieron alrededor de 70 menús, lo que es positivo pues la idea de conocer un nuevo concepto de cocina ecuatoriana puedo ser compartida con todos estos comensales. Se pudo apreciar la aceptación del menú al hablar con muchos de los clientes sobre su experiencia y otro factor que se vio la aceptación fue la recomendación del menú, así como cuando un cliente veía un plato en las mesas cercanas o en su misma mesa se decidía a probarlo también.

En cuanto a costos del proyecto los costos resultaron más altos de lo estimado, por falta de pruebas para el cálculo del rendimiento de productos. Otra falla fue el manejo de devoluciones, que se pudo realizar con más productos en vez de darlos de baja. Aun así, el food costo un está dentro de los rangos permitidos para el menú de estudiantes.

3 Menú

CEJAS ANDINAS ECUATORIANAS

PRIMERA ENTRADA

"Ceviche de camarón cebra y jícama"

Camarones cebra y jícamas encurtidas en salsa de ceviche con maní, y crocantes de ají

SEGUNDA ENTRADA

"Camotillo en costra de quinua"

Camotillo en costra de quinua, acompañado de puré de camote morado y amarillo, brotes de huerto, mashua deshidratada y salsa de ají nacional

PLATO FUERTE

"Cerdo en salsa de nea pía"

Cerdo cocido sous vide con piel crocante sobre una salsa de ají ahumado (secoya), acompañado de palmito salteado y garabatos yuyos a la parrilla

POSTRE

"Huevo de nieve"

Copo de merengue relleno de helado de guayaba cubierto de caramelo, sobre una base de crema de cedrón, acompañado de una granita de mora, mortiño y flor de ataco.
(Reinterpretación de Snow Egg del restaurante Quay)

4 Justificación histórica y geográfica de productos

Ceja andina se usa para referirse “remanentes de bosque ubicados en la zona de transición entre el bosque montano alto y el páramo”. El nombre del menú se enfoca en este término ya que los productos utilizados están enfocados en las zonas de unión Costa- Sierra y Sierra- Amazonia. Donde el bosque y su producción están influenciados

directamente por el clima propiciado por los Andes. (El bosque montano Ecuador, 2000)

Ceviche de camarón y jícama

Ceviche: El ceviche es un plato típico de la costa ecuatoriana. Mariscos y pescados han sido consumidos crudos por miles de años; sin embargo, el curado con limón y sal comienza con la llegada de los españoles quienes adquirieron esta técnica de Asia.

Es muy popular en el Ecuador, pese a que los países vecinos elaboran platos de ceviche, la peculiaridad del Ecuador es el uso de jugo abundante y platos hondos. Los ingredientes principales de este plato son mariscos, jugo de limón, cebolla paiteña, tomate y cilantro (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.).

Cada ceviche presenta variaciones según la provincia o lugar de elaboración. En peculiar el menú se enfocó en el ceviche de jipijapa que añade maní al jugo del ceviche. Otro aspecto importante es el empleo de ají que comúnmente se pone como una salsa de acompañamiento (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.). En este caso el ceviche contenía un papel de ají, para no perder este aporte de sabor.

Los productos empleados para la elaboración del ceviche son los que usan las comunidades nativas que obtienen sus productos de las cejas andinas ecuatorianas, como los Tsáchilas, Los Chachi y el Pueblo Awá. Para quienes el maní, verde, camarón de río, cebolla paiteña, y ají son productos de consumo cotidiano. (Moya)

Jícama: es una especie que se puede encontrar desde el sur de México hasta los andes. Sin embargo, en Ecuador se conoce como jícama al yacón un tubérculo de una familia totalmente diferente a la jícama. Se confunden estos dos por el parecido en sus características organolépticas, la textura de pera y sabor dulce almidonado, pero el

yacón es una raíz alargada proveniente de una planta asterácea familia del girasol, y la jícama es una raíz redonda proveniente de una planta leguminosa. Esta planta puede lograr un cultivo sostenible en las zonas tropicales con corrientes frías. Una característica importante de este tubérculo es que el azúcar que contiene no es digerible, esta se llama inulina, lo que convierte al yacón en una fruta muy recomendada para dieta y control de colesterol. Su nombre proviene de la lengua “Yaku” que significa agua, el tubérculo obtiene este nombre por su alto contenido de agua y jugosidad que representan un 90 por ciento de su composición, los pueblos antiguos lo llamaban y “Yakun” de donde se derivó su nombre actual Yacón. (Manrique, Párraga, & Hermann, 2005). En el Ecuador la consumen las comunidades ubicadas entre la costa y la sierra, pero la mayor producción de este tubérculo se da en las provincias de Pichincha, Imbabura, Carchi y Zamora Chinchipe.

"Camotillo en costra de quinua"

Este plato no está basado en ninguna técnica o plato típico ecuatoriano, es una construcción de un plato en base a productos autóctonos de sierra y costa con diferentes técnicas, a continuación, se explicará sus ingredientes y procedencia.

Camotillo: es una variedad de pescado que se encuentra en las costa ecuatorianas, es capturado como pesca de arrastre y también existen criaderos de este, su carne blanda y blanca, lo hace uno de los peces pequeños más consumidos en esmeraldas y Manabí. (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.)

Quinua: Pseudocereal, son esferas más pequeñas que un grano de arroz de color crema con tonos cafés, provienen de la familia de las amarantáceas. Este grano es nativo de la región central andina fue una de las principales fuentes de alimento para los pueblos incaicos de la región. Tradicionalmente su consumo se basa en la cocción de estas

semillas en agua como acompañamiento de los platos y principalmente en sopa; a la par se ha empleado para la elaboración de harina con la que se hacen panes, en la actualidad este grano es encontrado en ensaladas, barras de granola y pasta. Existen pruebas de la domesticación de esta planta en aproximadamente 5000 a.c , en las regiones Tarapacá y Clama en Chile, así como en diferentes regiones en Perú (Nations, 2013). Su cultivo se encuentra asentado en lo andes de Perú, Bolivia, Chile, Ecuador, y Colombia en el Ecuador se encuentra principalmente en las provincias de Imbabura, Azuay, Cañar, Tungurahua, entre otras. Su aporte nutritivo y alto contenido proteico lo ha hecho un grano muypreciado desde tiempos pre coloniales.

Camote Morado y Amarillo: Este es un tubérculo de la familia de convolvulácea, es una de los tubérculos más importantes alrededor del mundo por su alto uso en la alimentación de diversas culturas. El origen de esta raíz se encuentra en américa central y Sur américa, destacándose principalmente en la selva peruana. Se tiene muestras de su existencia en las culturas precolombinas por su representación en cerámica, así como la presencia de restos en tumbas prehispánicas. Es un tubérculo que crece en climas tropicales templados, obteniendo mejores resultados de calidad cuando las raíces crecen en suelos escasos de minerales. Se sabe que la raíz esta lista para cosechar cuando la palta presente un color verde pálido. En el caso peculiar del camote morado su contenido de antocianina que es lo le da el pigmento lo convierte en un alimento con propiedad anticancerígenas y antienvjecimiento (Paytan, s.f.).

Estos tubérculos nativos de los valles calientes de la costa andina y Amazonia. Estos son cultivados en muchas provincias del Ecuador entre ellas Santo Domingo de los Tsáchilas, Imbabura, Carchi, Manabí, Pichincha, El Oro, etc. ya que su producción exige cierta temperatura subtropical las uniones entre costa y sierra son propicias para su crecimiento (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.). Estos tubérculos tienen un

sabor dulzón, sin embargo, es muy común emplearlos para la elaboración de platos de sal como tortillas o caldos.

Mashua: Este tubérculo es originario de Perú y Bolivia, pero fue introducido en épocas precolombinas a Ecuador. Crece principalmente en climas fríos por lo que su producción debe ser en los andes. Los rendimientos de este tubérculo duplican las cosechas de cualquier otro. Una característica muy apreciada de este tubérculo es su durabilidad, en almacenamiento adecuado en lugares fríos y oscuros puede mantenerse adecuado para el consumo hasta 6 meses después de su cosecha. Según los estudios existen más de 100 variedades de mashuas que visualmente se pueden diferenciar por sus tonalidades que cambian, todas estas son provenientes de la región central andina. Su cultivo se realiza igual al de las papas y tarda en promedio 8 meses, requiere de tierras con cultivos rotativos, es decir que hayan cultivado otra variedad de planta antes que el cultivo de mashuas (Paytan, s.f.).

Ecuador se produce en las provincias de Chimborazo, Cañar, Bolívar, Cotopaxi, Tungurahua. Tradicionalmente se emplea en sopas, chichas, purés o coladas (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.).

"Cerdo en salsa de nea pía"

Cerdo: El cerdo es una de las proteínas más usadas en el Ecuador múltiples de sus platos típicos principalmente en la Región sierra se basan en este animal. Existen platos muy emblemáticos como la fritada y el hornado. El cerdo se cría en Carchi, Imbabura, Pichincha, Cotopaxi, Tungurahua, Bolívar, Chimborazo, Cañar, Azuay, Loja, Esmeraldas, Manabí, Santo Domingo de los Tsáchilas, Los Ríos, Santa Elena, Guayas, El Oro.

Nea pía: Esta es una salsa elaborada por el pueblo Secoya en el oriente ecuatoriano. Su traducción hace referencia a un ají negro, y ha sido elaborado desde tiempo prehispanicos. Para su elaboración es necesario rallar y exprimir la yuca, este mosto se hierve por varios días junto con el ají jaijoropia. Esta mezcla adquiere un sabor ahumado al ser cocida con leña y en muchos casos los ajíes son ahumados y secos con anterioridad. (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.)

Garabatos Yuyos: Su nombre significa helecho comestible, es una variedad de planta que se reproduce por esporas crece natural y silvestremente, aunque en algunos casos se ha plantado para acercarlo al consumo de la comunidad como en el caso de Kichwa. Se consumen únicamente sus brotes tiernos cuando apenas tiene un par de hijas nacientes pues de lo contrario se volverá duro y amargo (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.). Este brote es verde delgado y alargado pero su mayor peculiaridad es que termina en forma de churo.

Palmito: Es el cogollo no maduro que se obtiene de la palma de chonta, este crece principalmente en climas tropicales se lo encuentra desde centro América hasta el sur de la Amazonia. De cada planta se obtiene entre 500 gramos a un kilo de palmito debido a que es preciso retirar toda la corteza exterior dura y espinosa hasta llegar al centro blanco y suave, lo que eleva su precio. En el Ecuador se lo puede encontrar tanto en la costa como en el oriente. Es muy apreciado gastronómicamente por su sabor textura y aporte calórico y forma parte de la dieta de los nativos desde hace más de 9000 años. El palmito ecuatoriano se distingue por sus cualidades de alta calidad con una textura más compacta y sin trozos fibrosos como en los palmitos de Brasil o Venezuela. Por las características medioambientales del Ecuador el palmito se puede dar durante todo el año permitiendo hasta dos cosechas por planta (Patiño, 2002). Este producto se puede encontrar tanto fresco como en conserva, se exportan grandes cantidades enlatadas. Las

provincias de mayor producción en el Ecuador son Pichincha, Manabí, Esmeraldas, Morona Santiago, Pastaza y Sucumbíos.

"Huevo de nieve"

Guayaba: Una variedad de fruta obtenida del árbol Guayabo, es nativa de América tropical. Este pertenece a la familia Myrtaceae. Esta fruta se caracteriza por su cáscara muy fina de color verde amarillenta, contiene muchas semillas, su pulpa es blanda y rosada. Debido a que es una especie muy aromática, en algunos lugares se emplean también sus hojas para infusiones. Ha sido alimento de las comunidades en Ecuador desde la época prehispánica. Los registros de la conquista muestran que el grupo que acompañaba a Pizarro en sus excursiones encontró esta fruta a lo largo del litoral ecuatoriano. Sin embargo, también se pueden encontrar guayabas con distintas características, menos rosáceas, en el callejón andino en ciudades como Quito u Otavalo y en amazonia en las regiones cercanas a la sierra (Patiño, 2002). Las provincias donde se da la mejor producción de guayaba son Pichincha, Esmeraldas, Azuay y Tungurahua (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.). Esta fruta se emplea en jugos y dulces tradicionales.

Mora de castilla: O también conocida como mora de los andes. Esta una variedad nativa del país, su nombre hace referencia a la lengua española y adquirió fama cuando fue llevada por esto al viejo continente. Su crecimiento se da tanto silvestre como cultivada. Esta puede crecer por el esparcimiento de sus semillas que en su mayoría se da de forma silvestre ya que los pájaros se alimentan del fruto y esparcen las semillas que crecen con facilidad (Lost Crop of the Incas , 1989). Crece principalmente en el callejón interandino por su necesidad de un clima templado, y es mayormente producida en las provincias de Imbabura, Pichincha, Cotopaxi, Tungurahua, Bolívar y Chimborazo.

Mortiño: Es una baya nativa de Ecuador, crece principalmente en climas fríos de montaña (Ministerio de Cultura y Patrimonio, s.f.). Estas plantas crecen a 2000 y 4000 metros sobre el nivel del mar, en la sierra andina. El mortiño es una especie que aún no se ha domesticado, lo que no permite una estandarización en su calidad a veces sus frutos son muy jugosos y otras son secos; por lo que no se exporta ni se usan en comercialización a gran escala. Sus frutos son pequeños y de color morado azulado (Lost Crop of the Incas , 1989). Su uso icónico es la elaboración de colada morada durante el festejo del día de los muertos en Ecuador en la que este fruto se mezcla con harina de maíz y otras frutas; sin embargo, en la actualidad se usa para la elaboración de otros dulces.

Flor de ataco: Es conocido como amaranto un nombre que engloba todas las plantas de la familia amarantácea, existen algunas variedades. Esta planta también es conocida en el Ecuador como sangorache. Dentro de la historia del país esta planta está presente desde épocas prehispánicas constatando su existencia con la presencia de semillas en tumbas de estas culturas, al igual que plantas como la quinua su cultivo fue prohibido con la llegada de los españoles debido a que estas estaban relacionadas con lo que ellos consideraban ritos paganos. Las plantas tienen alta productividad debido que soportan condiciones hostiles como suelo seco o fuertes vientos (Peralta, Villacres, Rivera, & C, 2008). Esta planta es verde en su crecimiento y se torna morada con su madurez, de esta especie se extrae el amaranto negro que es sumamente preciado, y a la par su flor y tallo son utilizados en infusiones por sus propiedades medicinales, igualmente aporta notas aromáticas a las preparaciones En la sierra ecuatoriana se utiliza para la elaboración de la bebida de horchata típica de la región junto con otras hierbas aromáticas como la manzanilla.

Cedrón: Es una planta aromática nativa de los andes y de uso ancestral. Su tronco es leñoso y tiene hojas verdes de forma elíptica que son las que emplean en las preparaciones. Tiene aplicaciones medicinales, con esta se elaboran principalmente infusiones o se usa como aromatizante para distintas preparaciones típicas de los andes como chichas o coladas. Se encuentra principalmente en Carchi, Imbabura, Pichincha, Cotopaxi, Tungurahua, Bolívar, Chimborazo, Cañar, Azuay, Loja.

5 Análisis Gastronómico

5.1 Recetas Estándar

5.1.1 Primera Entrada

Receta: Ceviche de camarón con maní y crocante de ají					
Categoría: Entrada/ ceviche					
Porciones: 1					
Cantidad		Unidad		Ingredientes	
0,1		Kg.		camarón pelado	
0,03		Kg.		jícama	
0,01		Kg.		tomate	
0,02		Kg.		plátano verde	
0,01		Kg.		pimiento verde	
0,01		Kg.		pack brotes	
0,001		Kg.		sal	
0,005		Kg.		cilantro	
0,02		Kg.		maní	
0,02		Kg.		cebolla paiteña	
0,03		Kg.		limón sutil	
0,005		Kg.		harina	
0,005		Kg.		ají amarillo	
0,001		Kg.		sal	
Preparación					
Ref.	Técnicas a utilizar	Unidad	Cantidad	Ingredientes	Explicación:
	Cocción/ hervir	Kg.	0,1	camarón pelado	Cocer el camarón
	Picar	Kg.	0,03	Jícama	Picar en brunoise y reservar en agua con limón
	Cocer/ freír	Kg.	0,02	Plátano verde	Cocer el plátano, aplastarlo, estirar la masa de verde y cortar en forma de botones. Freír.
	Licuar	Kg. Kg.	0,02	maní	Licuar el maní pelado y con sal, agregar un poco de agua para para lograr una pasta ligera.
	Crocante	Kg.	0,005	Harina	Elaborar un pasta con el ají añadir sal y harina extender en un capa fina y hornear a 80 C por una hora
	Licuar	Kg.	0,005	aji amarillo	
	Hornear	Kg.	0,001	sal	
	Picar	Kg. Kg.	0,02 0,01	Cebolla paiteña pimiento	Picar en pluma fina picar en brunoise fino
					Mezclar la pasta de maní con el jugo de limón

					Colocar los camarones cocidos y añadirles la mezcla Agregar los vegetales picados y el cilantro Terminar con los botones de verde y el papel de ají
--	--	--	--	--	---

5.1.2 Segunda Entrada

Receta: Camotillo en costra de quinua con puré de camote morado y amarillo					
Categoría: Entrada					
Porciones: 1					
Cantidad		Unidad		Ingredientes	
0,1		Kg.		camotillo	
0,01		Kg.		quinua	
0,01		Kg.		mix thai	
0,002		Kg.		mashuas	
0,02		Kg.		ají	
0,005		lt.		Aceite	
0,01		Kg.		limón meyer	
0,002		Kg.		sal	
0,01		Kg.		crema de leche	
0,005		Kg.		mantequilla	
0,01		Kg.		camote amarillo	
0,01		Kg.		camote morado	
Preparación					
Ref.	Técnicas a utilizar	Unidad	Cantidad	Ingredientes	Explicación:
	Filetear	kg.	0,1	camotillo	Filetear el camotillo, retirar la piel y porcionar en cuadros de 4x4 cm
	Cocinar/ hervir	kg.	0,01	quinua	Cocinar la quinua, sazonar con sal y comino adherir con huevo la quinua en una cara de los cuadrados de camotillo
	Deshidratar	kg.	0,002	Mashuas	Laminar muy delgada la mashua y pasar por un almíbar Hornear por 1 hora a 80 C
	Puré	kg.	0,01	Camote morado	Cocer los camotes y pasarlos por un chino aplastándolos por separado
		kg.	0,01	camote amarillo crema de leche	Agregar crema y sal
	Vinagreta	kg.	0,01	Limón	Mezclar limón, sal y aceite. Aderezar el mix thai con esta mezcla
		lt.	0,005	aceite	
	Refrito	kg.	0,02	ají	Con los retazos del camotillo hacer un refrito
	Licuar	kg.	0,005	cebolla	

					<p>Agregar el ají blanqueado tres veces y licuarla mezcla</p> <p>freír los cubos de camotillo, montar puntos de puré y brotes esparcidos en el plato, colocar la salsa de ají</p> <p>Finalmente poner las mashuas deshidratadas</p>
--	--	--	--	--	---

5.1.3 Plato Fuerte

Receta: Cerdo en salsa de nea pía					
Categoría: Plato Fuerte					
Porciones: 1					
Unidad		Cantidad		Ingrediente	
kg.		0,05		tecla	
kg.		0,07		Cerdo pierna	
kg.		0,1		Palmito	
kg.		0,01		nea pía	
kg.		0,05		garabato yuyo	
kg.		0,002		ajo	
kg.		0,05		ajo	
kg.		0,005		cilantro	
kg.		0,005		Flor limón	
kg.		0,005		Mantequilla	
kg.		0,01		vino tinto	
kg.		0,001		Pimienta dulce	
kg.		0,001		Anís estrellado	
kg.		0,01		sal	
kg.		0,02		hueso cerdo	
kg.		0,01		Cebolla perla	
kg.		0,01		zanahoria	
kg.		0,01		apio	
Preparación					
Ref.	Técnicas a utilizar	Unidad	Cantidad	Ingredientes	Explicación:
	Cocción/Fondo Reducción	kg. kg. kg. kg.	0,02 0,01 0,01 0,01	hueso cerdo Cebolla perla zanahoria apio	Elaborar un fondo y reducirlo hasta obtener un jus de cerdo
	Marinar Cocción Sous vide	kg. kg. kg. kg. kg.	0,05 0,07 0,01 0,001 0,001	tecla Cerdo pierna vino tinto Pimienta dulce Anís estrellado	Realizar una marinada con el vino y las especies Porcionar la techa y la pierna cocinarlas al vacío por 15 horas a 70 C

	Cortar Saltear	kg. kg. kg.	0,1 0,002 0,005	Palmito ají cilantro	Cocinar el palmito fresco, deshilacharlo y cortar en juliana fina Saltear con ají en brounoise fino y cilantro
	Blanquear Asar	kg. kg. kg.	0,05 0,001 0,002	garabato yuyo ajo Mantequilla	Blanquear los garabatos yuyos Agregarles ajo y mantequilla y asarlos a la parrilla
	Reducir / mezclar	kg. kg.	0,01 0,003	nea pía Mantequilla	Usar el jus de cerdo, el jugo de cocción en del sous vide y mezclarlos con el nea pía, reducir y colocar la mantequilla
					freír el cerdo hasta que la piel quede crocante servir con el palmito, los garabatos yuyos y poner una cucharada de salsa de nea pía

5.1.4 Postre

Receta: Huevo de nieve					
Categoría: postre					
Porciones: 1					
	Unidad		Cantidad		Ingrediente
	kg.		0,05		Leche
	kg.		0,005		Glucosa
	kg.		0,02		crema de leche
	kg.		0,02		guayaba
	kg.		2		huevos
	kg.		0,005		cedrón
	kg.		0,02		azúcar
	kg.		0,005		isomalt
	kg.		0,02		mora
	kg.		0,02		mortiño
	kg.		0,005		flor de ataco
Preparación					
Ref.	Técnicas a utilizar	Unidad	Cantidad	Ingredientes	Explicación:
	Helado	kg. kg. kg. kg.	0,025 0,005 0,02 0,02	Leche Glucosa crema de leche guayaba	Elaborar una crema inglesa sacar del fuego y agregarle la pulpa de guayaba Colocar en la máquina de helados hasta que tome consistencia reservar
	Cocción/ hornear	unidad kg. kg.	1 0,005 0,005	huevos azúcar isomalt	Elaborar un caramelo, poniendo a fuego el isomalt con azúcar Enfriar el caramelo y triturarlo hasta polvo

					Con un cernidor espolvorear sobre las platillas en forma de círculos en un sillpad Hornear por menos de un minuto hasta disolver el polvo. 120 C
	Cocción / crema inglesa	kg. unidad kg.	0,025 1 0,005	leche huevos yema cedrón	Infusionar la leche con el cedrón Elaborar una crema inglesa
	Infusión Licuar	kg. kg. kg.	0,005 0,02 0,02	Flor de ataco Mora Mortiño	Infusionar la flor de ataco en agua Licuar la infusión de flor de ataco con la mora y el mortío Congelar he ir raspando, para formar una granita
	Merengue Hornear	kg. kg.	0,01 0,01	Huevos claras Azúcar	Elaborar un merengue francés Colocar en molde de semiesfera de silicón Cocinar en horno a baño maría 15 minutos 120 C
					Montaje: En una copa grande colocar un bola de helado de guayaba, 3 cucharadas de granita alrededor Sobre el helado poner el copo de merengue horneado y cubierto por el disco de caramelo de isomalt

1.

5.2 Técnicas y procesos técnicos

5.2.1 Ceviche de camarón cebra y jícama

Fondo: Es una preparación a base de huesos, vegetales y especias, que varía dependiendo del tipo de fondo que se quiere obtener. Para el ceviche se elaboró un fondo de pescado utilizando huesos de pescado, cebolla perla, cebolla puerro, zanahoria, apio y un bouquet garni.

Maceración: Los productos solidos tiene diferentes compuestos solubles en ciertas sustancias, en este caso se usó la maceración para extraer de cebollas, ajos, pimiento, cilantro y los huesos del pescado los sabores. Mediante una maceración de 12 horas en jugo de limón y fondo de pescado. De esta forma, se obtuvo la leche de tigre base para la preparación de la salsa del ceviche.

Blanquear: Pasar un alimento en agua hirviendo por un periodo corto de tiempo para que adquiera un color cocción y textura deseada. Se utilizó esta técnica con los camarones para darles una cocción justo, el agua contenía sal para que la proteína tome el sabor.

Licuar: Procesar alimentos para obtener un líquido o pasta. Esta técnica se utilizó para elaborar la pasta de maní, el maní salado y pre pelado se licuo con una porción de fondo de pescado para logrear una pasta que sea fácil de mezclar con la leche de tigre.

También se utilizó para lograr una pasta de con el ají rojo.

Deshidratar / papel: Proceso de eliminar la parte líquida de un producto o componente. En este caso se elaboró un papel de ají con esta técnica. Después, de obtener la pasta de ají se mezcló con harina y sal. Esta mezcla se extendió en plástico film sumamente fina. Por último, se horneó a 80C por 2 horas para deshidratarla, y conseguir la textura de papel deseada.

Procesar/ aplastar: lograr una masa de un género duro mediante aplastarla o triturarla. Esto se utilizó para elaborar los botones de verde, primero se cocinó el verde con sal, después se utilizó la kitchenaid para lograr una masa uniforme. Esta masa se estiro en una capa de 5 mm. Y después se cortó en forma de botones con un corta pastas.

Pluma: Corte delgado en vertical, que se utiliza principalmente para cebolla. En el ceviche se utilizó cebolla paitaña corta en pluma fina.

Mezclar: incorporar ingrediente para lograr que se unan sus componentes entre si.

Primero se mezcló la leche de tigre con la pasta de maní hasta lograr una textura homogénea, después se le agregaron los camarones para que tomen el sabor de la salsa.

Encurtido: Alimentos sumergidos en una solución de sal para cambiar el pH, aumentando así su acidez y logrando que se conserve por más tiempo. Esta técnica se empleó en la jícama, una vez esta estaba cortada en brunoise se le dejó reposar en una solución de limón y sal.

Montaje: Ubicar y decorar un plato con sus ingredientes para la presentación. El ceviche se montó en un plato Saturno, se colocaron 6 camarones separados en círculo el jugo del ceviche iba esparcido en todo el fondo del plato, la jícama encurtida se colocó en la mitad, después se esparcen las julianas de cebolla y el cilantro picado. Finalmente, se coloca el papel de ají troceado en tres partes.

5.2.2 Camotillo en costra de quinua

Filetear: Este término en pescados es utilizado cuando se separan los filetes o la carne del pescado de su estructura ósea. Ya que el camotillo se encontraba fresco fue necesario, sacar sus filetes para obtener la carne para la una preparación y los huesos para la leche de tigre y el fondo.

Porcionar: Obtener porciones de un género. Una vez fileteado el camotillo, se procedió a retirarle la piel y porcionar en cubos de 3cm. x 3cm.

Costra: cubierta crujiente. Para realizar la costra de quinua sobre los cubos de camotillo, primero se cocinó la quinua totalmente, una vez escurrida se le añade sal y comino. Para colocarla sobre el pescado es necesario enharinar una cara, pasarla por huevo y aplastar sobre la quinua. Finalmente, los cubos de deben freír en aceite abundante e hirviendo, hasta que el pescado este totalmente cocido y la quinua crocante.

Puré: Aplastar o colar un género para lograr una textura suave. Esta técnica se empleó en los camotes, tanto camote amarillo como morado se cocinaron y después se aplastan

sobre un chino para lograr una pasta homogénea. A esta pasta se le agrega leche, mantequilla y sal para terminar el puré.

Almíbar: Solución de azúcar y agua que pasa por cocción hasta lograr una consistencia semi espesa. Se realizó un almíbar para bañar las mashuas logrando así que adquieran más sabor y facilitando el proceso de deshidratación

Deshidratar: Esta técnica explicada anteriormente se aplicó en la mashuas. Una vez obtenidas las láminas delgadas y pasada por almíbar, estas se colocaron en un sillpat y se colocaron el horno a 80 C por 2 horas para lograr eliminar su contenido hídrico, así como obtener su textura crocante.

Vinagreta: Mezcla líquida de 3 partes de aceite y una parte vinagre o algún cítrico. Se elaboró una vinagreta de limón meyer simple para rociarla sobre los brotes de huerto.

Salsa: Líquido semi espeso para acompañar platos tanto de sal como de dulce. Para el plato se elaboró una salsa de ají. Primero se prepara un refrito de ajo, cebolla, cilantro, comino y ají a este se le añadió retazos de pescado y fondo de pescado. Luego se licuó esta mezcla hasta que quedara homogénea y se sirve.

Montaje: En un plato espartano, se procede a hacer un camino con los brotes verdes en forma de semi círculo, la salsa se coloca en forma de gotas, intercalando se pone puntos de puré de camote morado y amarillo con ayuda de una manga, después se colocan tres cubos de camotillo en las dos puntas y el centro; finalmente, se colocan las mashuas deshidratadas sobre los puntos de camote.

5.2.3 Cerdo en salsa de nea pía

Marinar: Colocar un alimento principalmente carnes en un adobo o líquido condimentado para que adquiera un sabor deseado. El cerdo se porcionó en cubos de 140 gramos y después se puso a marinar en vino tinto, al que se le añadió ajo, cebolla,

pimienta dulce, anís estrella, canela, azúcar y sal. Esto se dejó reposar por 12 horas para que el cerdo absorba los sabores.

Sous vide: Tipo de cocción prolongada y con temperatura controlada, en el que un género está aislado del contacto con aire y agua. El cerdo de empaco al vacío añadiéndole un cubo de mantequilla y una cucharada del líquido de maceración.

Después se cocinó en sous vide por 15 horas a 70 grados.

Freír: sumergir un género en materia grasa para lograr una textura deseada y cocción.

Esto se utilizó para terminar el cerdo, ya que el corte tenía piel, se colocaba en la freidora para lograr que la piel se hiciera más crocante y que el cubo de cerdo tuviese un color dorado.

Blanquear: Esta técnica se utilizó con los garabatos yuyos, estos se cocieron por un minuto en agua hirviendo con sal.

Grillar: Colocar un género al grill para lograr una cocción, sabor y marcas de dorado peculiares. Una vez blanqueados los garabatos yuyos se les colocaba mantequilla y se los ponía al grill para que adquieran el sabor ahumado característico.

Saltear: Cocción en sartén que se destaca por el movimiento circular que hace que los alimentos se separen de la sartén y vuelvan a caer, este se realiza con la llama alta por un tiempo reducido. En este plato se utilizó este tipo de cocción para los palmitos, una vez fileteado el palmito se salteaba junto con ají en brounoise y cilantro.

Reducir: Lograr que líquido disminuya su volumen hasta conseguir una concentración deseada. La reducción se realizó con el fondo de cerdo que una vez cernido se dejó reducir hasta su tercera parte para lograr concertar sabores y obtener textura.

Salsa: Al fondo de cerdo se le añadió pasta de nea pía lo cual logro el espesor y sabor deseado, finalmente se le agregó un cubo de mantequilla para lograr brillo.

Montaje: Primero se coloca una cucharada de la salsa de nea pía en un borde del plato, y se estira en forma de gota hasta llegar a la esquina contraria, aquí se coloca el cerdo dorado y en cada lado un acompañante, tanto garabatos como palmito.

5.2.4 Huevo de nieve

Crema inglesa: Crema empleada en pastelería, a base de leche, huevos y azúcar, que se espesa por acción del calor sobre el huevo. Para el postre se emplea esta base para dos preparaciones. Primero para el helado de guayaba que obtiene su clamosidad gracias a la crema inglesa y después se le añade pulpa de guayaba y estabilizante. Y la segunda aplicación es para una crema inglesa de cedrón que infusión esta panta en la leche para luego seguir con el proceso de una crema inglesa normal.

Helado: preparación congelada y dulce que puede ser de diferentes sabores. El helado de guayaba se hizo con la base de crema inglesa, se le añade el estabilizante y la pulpa fresca de guayaba. Para finalizar se pone la mezcla en la máquina de helados, para lograr que se congele uniformemente y no aparezcan cristales.

Infusionar: extraer el sabor y aromas de un elemento con acción del agua caliente. Para el postre se infusionó la flor de ataco obteniendo así su sabor y color característico para usarlo de base de una preparación posterior.

Granita: Trozos de hielo con base de un líquido que puede ser jugo, pulpa u otros. Junto con la infusión de ataco se licuo mora y mortiño. Esta mezcla de paso por un cernidor y después se puso a congelar, removiéndola con un tenedor cada hora aproximadamente para lograr la separación de los cristales de hielo.

Batir: Incorporar aire a una preparación por acción de revolver con movimientos circulares y enérgicos. Esta técnica se utilizó para la elaboración de un merengue francés, que consiste solamente en la mezcla de claras y azúcar impalpable en las mismas proporciones.

Baño maría: Técnica de cocción indirecta que se apoya de la utilización de una base de agua en caliente. Para cocer el merengue francés se colocó este en moldes de semiesfera, los cuales se apoyaban sobre una bandeja llena con agua y se horneaban por 15 minutos a 120C.

Caramelo: Elaboración a base de azúcar expuesta a cocción hasta que se disuelva completamente y tome un color ámbar. Esto se utilizó para la elaboración de discos, con una modificación, ya que se sustituyó un parte de azúcar normal por isomalt con la finalidad de darle mayor elasticidad a los discos al derretirlos. Una vez elaborado el caramelo se procesaba hasta lograr un polvo y este se espolvoreaba en una fina capa en forma de círculo sobre un silpat. Estos se colocaban en el horno a 160C por menos de un minuto y finalmente se enfriaba para retirar los discos.

Flamear: Someter un elemento al calor de una llama. Los discos de caramelo se colocaban sobre las semiesferas de merengue y con ayuda del flambeado se derretían ligeramente para que se adhiran al merengue tomando su forma.

Montaje: En una copa grande se colocó una bola pequeña de helado de guayaba, alrededor la granita de flor de ataco mora y mortiño; sobre la bola de helado se colocaba el copo de merengue, cubierto con caramelo y espolvoreado con azúcar impalpable, Finalmente en el servicio en la mesa se colocaba un chorro de la crema inglesa de cedrón.

6 Análisis financiero

2.

6.1 Rectas estándar costos

6.1.1 Costo primer entrada

Receta Ceviche camarón cebra				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
camarón pelado	0,1	Kg.	11,85536	1,186
jícama	0,03	Kg.	3,35	0,101
tomate	0,01	Kg.	0,95	0,010
plátano verde	0,02	Kg.	0,45	0,009
pimiento verde	0,01	Kg.	0,935201	0,009
pack brotes	0,01	Kg.	2,52	0,025
sal	0,001	Kg.	0,368302	0,000
Costo Total				1,339
Margen error 10%				0,134
Total				1,473

Receta Salsa ceviche				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
cilantro	0,005	kg.	2,43166	0,012
maní	0,02	kg.	5,524379	0,110
cebolla paiteña	0,02	kg.	0,8	0,016
limón sutil	0,03	kg.	1,1	0,033
Costo Total				0,172

Margen error 10%	0,02
Total	0,189

Receta crocante aji				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
harina	0,005	kg.	0,7566	0,004
ají amarillo	0,005	kg.	0,85	0,004
sal	0,001	kg.	0,368302	0,000
Costo Total				0,008
Margen error 10%				0,0
Total				0,009

Receta Ceviche camaron cebra	
Coto total receta	1,671

6.1.2 Costo Segunda entrada

Receta camotillo en costra de quinua				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
camotillo	0,1	kg.	8,80	0,88
quinua	0,01	kg.	2,79	0,03
mix thai	0,01	kg.	18,56	0,19
mashuas	0,002	kg.	1,28	0,00
ají	0,02	kg.	0,85	0,02

Aceite	0,005	kg.	3,09	0,02
limón meyer	0,01	kg.	0,55	0,01
sal	0,002	kg.	0,37	0,00
Costo Total				1,135
Margen error 10%				0,11
Total				1,248

Receta Puré de camote				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
crema de leche	0,01	kg.	3,13	0,03
mantequilla	0,005	kg.	5,53	0,03
camote amarillo	0,01	kg.	2,90	0,03
camote morado	0,01	kg.	1,18	0,01
sal	0,003	kg.	0,368302	0,00
Costo Total				0,101
Margen error 10%				0,01
Total				0,111

Receta Camotillo en costra de quinua	
Coto total receta	1,359

6.1.3 Costo Plato fuerte

Receta Cerdo en salsa de nea pía				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
tecla	0,05	kg.	9,78	0,49
Cerdo pierna	0,07	kg.	9,40	0,66
Palmito	0,1	kg.	3,55	0,35
nea pía	0,01	kg.	50,00	0,50
garabato yuyo	0,05	kg.	5,00	0,25
ají	0,002	kg.	0,85	0,00

ajo	0,05	kg.	3,40	0,17
cilantro	0,005	kg.	2,43	0,01
Flor limón	0,005	kg.	7,25	0,04
Mantequilla	0,005	kg.	5,53	0,03
vino tinto	0,01	lt.	3,50	0,04
Pimienta dulce	0,001	kg.	8,76	0,01
Anís estrellado	0,001	kg.	5,17	0,01
Costo Total				2,549
Margen error 10%				0,25
Total				2,804

Receta Jus cerdo				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
sal	0,01	kg.	0,37	
hueso cerdo	0,02	kg.	4,84	0,10
Cebolla perla	0,01	kg.	0,90	0,01
zanahoria	0,01	kg.	0,44	0,00
apio	0,01	kg.	0,58	0,01
Costo Total				0,116
Margen error 10%				0,0116
Total				0,128

Receta Cerdo en salsa de nea pía	
Coto total receta	2,931

6.1.4 Costo Postre

Receta Helado de guayaba				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
Leche	0,05	kg.	1,01	0,05
Glucosa	0,005	kg.	1,92	0,01
crema de leche	0,02	kg.	3,13	0,06
guayaba	0,02	kg.	1,48	0,03
huevos	2	unidad	0,11	0,23

cedrón	0,005	kg.	5,00	0,03
Costo Total				0,404
Margen error 10%				0,040
Total				0,445

Receta tejas caramelo				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
azúcar	0,03	kg.	0,90	0,03
isomalt	0,005	kg.	36,00	0,18
Costo Total				0,207
Margen error 10%				0,02
Total				0,228

Receta granita flor de ataco				
Rendimiento 1 pax				
Ingrediente	Cantidad	Unidad	Precio	Total
azúcar	0,01	kg.	0,90	0,01
mora	0,02	kg.	2,58	0,05
mortiño	0,02	kg.	3,00	0,06
flor de ataco	0,005	kg.	4,00	0,02
Costo Total				0,141
Margen error 10%				0,01
Total				0,155

Receta Helado de guayaba	
Coto total receta	0,827

6.2 Costo teórico del menú

MENÚ CEJAS ANDINAS ECUATORIANAS	
Primera Entrada	1,67
Segunda Entrada	1,36
Fuerte	2,93
Postre	0,83
Total	6,79
Precio de venta sin IVA	16,13

Food cost	42%
-----------	-----

1.

6.3 Kardex ventas

Kardex Ventas 21 a 26 Febrero		
	N. menus	Platos extra
Martes	13	
Miércoles	15	
Jueves	20	
Viernes	13	1 postre
Sábado	7	
Domingo	5	
Total	73	

2.

6.4 Food cost Teórico versus Real**Food Cost Teórico**

El food cost teórico se obtiene del costo obtenido del ingrediente en las recetas estándar, según precios y cantidades especificadas anteriormente. Este costo se divide para el precio de venta y tenemos como resultado 42%

costo venta	6,79
precio venta	16,13
Food cost Teórico	42%

Food cost Real

Este se obtiene del total de transferencias y requisiciones de productos solicitados para la elaboración del menú, estos costos se dividen para el número de menús obteniendo así el costo por cada menú. Finalmente, esta cantidad se divide para el Precio de venta, lo que da como resultado un food cost de 47%.

costo	696
cambio producto	34,2
Cancelado	40,2
devolución	62,67
Total	558,93
Costo por menu	7,66
Food cost real	47%

Como se puede ver existe una diferencia de 5 % entre el food cost teórico y el real, esto se debió a que en las recetas estándar no se consideró el desperdicio de proteína, principalmente el cerdo que debido a su presentación requería piezas asimétricas y quedaban muchos retazos de la carne de la misma forma el palmito disminuía más de la mitad su peso tras la limpieza. Otro problema, fue el sobrante de ingrediente que no se pidieron en las cantidades específicas, se pudieron producir al menos 5 menús extra con la materia prima que se tenía.

7 Conclusión

En conclusión, se pudo notar que la venta del menú fue buena, aunque el target al que iba dirigido el menú usualmente tiene preferencia por comida internacional, muchos

clientes cambiaron de opinión al ver los platos de otros comensales. El proyecto fue exitoso porque estaba enfocado en la utilización de productos propios del Ecuador y principalmente productos de las cejas andinas. Pese a que existen complicaciones para obtener los productos autóctonos ecuatorianos y algunos requirieron remplazo, el menú logro presentarse en esencia con elemento nativos y principalmente con técnicas modernas que permitieron que los clientes apreciaran de forma diferente el arte culinario y el potencial del Ecuador.

8 Recomendación

1. Hacer más pruebas posteriores con el rendimiento de los ingredientes para tener recetas estándar con costo que se acerquen más a los costos reales.
2. Hacer más Publicidad de los menús en redes sociales principalmente con fotografías que llamen la atención del target con anticipación.
3. Explicar personalmente a los clientes de que se trata el menú, y sus ingredientes para que sea más comprensible el concepto y se enfoquen en analizar mientras lo disfrutan.
4. Mejorar el contacto con proveedores nacionales sobre todo del oriente para tener mayor facilidad de acceso a los productos nativos y así poder mostrarlos al público.

9 Referencias

- El bosque montano Ecuador*. (2000). Obtenido de Lyonia Articles :
http://www.lyonia.org/articles/rbusmann/article_398/html/article.html
- Lost Crop of the Incas* . (1989). Washington: National Research Council.
- Manrique, I., Párraga, A., & Hermann, M. (2005). *Yacon syrup: Principles and Processing*. Lima.
- Ministerio de Cultura y Patrimonio*. (s.f.). Obtenido de Patrimonio alimentario del Ecuador :
http://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/P%C3%A1gina_principal
- Moya, A. (s.f.). *Atlas Alimentario de los pueblos indigenas y afrodescendientes* .
- Nations, F. a. (2013). *Quinoa, a future sound thousands of years ago*. Obtenido de
www.fao.org
- Patiño, V. (2002). *Historia y dispersión de los frutales nativos del neotrópico*. Colombia.
- Paytan, W. (s.f.). *Camote Morado* . Obtenido de Academia.Edu:
http://www.academia.edu/5200473/Camote_morado
- Peralta, E., Villacres, E. M., Rivera, M., & C, S. (2008). *El ataco, sangorache o amaranto negro en Ecuador*. Quito: INIAP.

10 Anexos

10.1 Anexo 1 Ingredientes poco comunes

Jícama



Camotillo



Mashua



Nea Pía



Garabatoyuyo



Flor de ataco



10.2 Anexo Presentación Platos

Primera Entrada: Ceviche de camarón cebra y jícama



Segunda entrada: Camotillo en costra de quinua



Fuerte: Cerdo en salsa de Nea Pía



Postre: Huevo de nieve



10.3 Anexo Requisiciones

micros myinventory		ESTUDIANTE MARCUS
Transfer	usf	08/05/2017 12:44 p.m.

Transfer : LA1702-00685 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 22/02/2017
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : Practicas V (Marcus menu estudiante) ROXI
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
61007	CAMARON CEBRA	Kilogram	5.50	1.82	16.80	30.50
83052	JICAMA	Kilogram	2.00	2.30	3.80	8.74
83085	TOMATE FRESCO	Kilogram	2.00	2.00	0.84	1.67
36072	MANI C/SAL	Kilogram	1.00	1.00	6.13	6.13
83029	CEBOLLA PAITENA	Kilogram	3.00	3.00	1.10	3.30
83004	AJI AMARILLO NACIONAL	Kilogram	0.30	0.35	2.00	0.70
83072	PIMIENTO VERDE	Kilogram	0.20	0.20	0.90	0.18
65043	CAMOTILLO ENTERO	Kilogram	6.00	8.97	8.36	74.99
19017	QUINUA	Kilogram	0.20	0.28	2.50	0.70
83024	CAMOTE AMARILLO	Kilogram	0.50	1.00	1.85	1.85
83025	CAMOTE DULCE	Kilogram	0.50	1.00	1.22	1.22
58004	ENSALADA THAI MIX	Kilogram	0.20	0.20	23.20	4.64
83112	MASHUA	Kilogram	0.30	0.70	1.30	0.91
83008	AJI ROJO NACIONAL	Kilogram	1.00	1.00	1.42	1.42
57005	CREMA LECHE	Liter	2.00	2.00	3.08	6.16
57010	LECHE ENTERA	Liter	4.00	4.00	0.98	3.92

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
57014	MANTEQUILLA S/SAL	Kilogram	0.20	0.25	6.61	1.65
14032	CERDO TECLA	Kilogram	5.00	6.10	9.80	59.78
14029	CERDO PIERNA SH	Kilogram	4.00	4.85	8.96	43.45
83057	PALMITO FRESCO	Kilogram	7.00	7.50	4.70	35.25
83010	AJO PELADO	Kilogram	0.30	0.30	4.35	1.31
44022	GUAYABA	Kilogram	2.00	2.40	3.00	7.20
55001	HUEVOS	Each	70.00	70.00	0.11	7.93
9001	AZUCAR	Kilogram	2.00	2.00	0.84	1.68
70018	ISOMALTA	Kilogram	0.30	0.30	36.00	10.80
40000	CEDRON	Kilogram	0.20	0.20	3.00	0.60
44038	MORA CASTILLA	Kilogram	2.00	1.50	1.70	2.55
41001	FLOR COMESTIBLE VARIAS	Each	1.00	3.00	8.27	24.80
83093	ZANAHORIA AMARILLA	Kilogram	1.00	1.00	0.49	0.49
83030	CEBOLLA PERLA	Kilogram	1.50	1.50	0.82	1.23
83013	APIO FRESCO	Kilogram	0.50	0.50	0.75	0.38
61009	CAMARON PELADO 36- 40	Kilogram	2.00	2.00	11.80	23.61
14016	CERDO ENTERO	Kilogram	5.00	5.00	6.70	33.50
				CERDO-HUESO ALA		
Total:					403.24	

micros myinventory		ESTUDIANTE MARCUS
Transfer	usf	08/05/2017 12:41 p.m.

Transfer : LA1702-00976 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 24/02/2017
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : Practicas Marcus V (menu) ROXI
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
14032	CERDO TECLA	Kilogra m	5.00	5.15	9.80	50.47
83112	MASHUA	Kilogra m	0.20	0.20	1.30	0.26
61009	CAMARON PELADO 36-40	Kilogra m	8.00	8.00	11.81	94.52
65043	CAMOTILLO ENTERO	Kilogra m	8.00	7.45	8.80	65.56
19017	QUINUA	Kilogra m	0.20	0.20	2.50	0.50
83024	CAMOTE AMARILLO	Kilogra m	0.50	0.60	2.20	1.32
83093	ZANAHORIA AMARILLA	Kilogra m	2.00	2.00	0.49	0.99
14016	CERDO ENTERO	Kilogra m	6.00	6.00	6.70	40.20
CERDO HUESO AULA						
Total:						253.81

