

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

Cocina Peruana Nikkei

Juan Diego Mora Jácome

Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Trabajo de fin de carrera presentado como requisito
para la obtención del título de
Lic. Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Quito, 13 de diciembre de 2020

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad Arte Culinario y Turismo

HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA

Cocina Peruana Nikkei

Juan Diego Mora Jácome

Nombre del profesor, Título académico

Mario Jiménez, Chef

Quito, 13 de diciembre de 2020

© 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: Juan Diego Mora

Jácome Código: 00124740

Cédula de identidad: 1716131089

Lugar y fecha: Quito, 13 de diciembre de 2020

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UNPUBLISHED DOCUMENT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

La sinergia gastronómica que resulta de la unión de dos culturas, que en su momento se pensaba eran aisladas, ha generado una nueva visión en el mundo gastronómico. La cocina peruana nikkei nos permite definirla en su máxima expresión como a la comida fusión peruana japonesa que representa la historia de la inmigración y nuevo origen de una diversidad étnica. La cocina peruana nikkei es considerada como el subgénero con más éxito de la cocina peruana en las opciones gastronómicas mundiales. En este documento se presenta información sobre la historia del origen de la emblemática cocina peruana nikkei, así como un análisis profundo de uno de los componentes principales característicos de estos platos: el ají. Tomando en cuenta una cocina rentable y que cumpla con las expectativas de los clientes.

Palabras clave: cocina Nikkei, Perú, ají, picante, multiculturalidad

ABSTRACT

The synergy that comes from two cultures that everyone thought were complete opposites have opened a new way of looking at the gastronomic world. Peruvian Nikkei cooking allows the fusion of Japanese Japanese and Peruvian cuisine. It represents how immigration and diversity comes up with new ideas. Peruvian Nikkei cuisine has accomplished and is more renowned than the classical Peruvian cuisine. In this document is presented how this new cuisine was created and a deep analysis of how peppers emphasize their dishes. Everything taking into account a profitable cuisine and overall a great experience for the customers.

Key words: Nikkei cuisine, Peru, peppers, spiciness, multiculturality.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción.....	8
Desarrollo del tema.....	11
Desarrollo del menú.....	20
Conclusiones.....	25
Referencias bibliográficas.....	27
Anexo A: Fotografías del menú.....	28
Anexo B: Lista de jurados del menú.....	30
Anexo C: Tabla de costos del menú.....	31

INTRODUCCIÓN

Sin importar en qué lugar una persona se encuentre, comer se traduce en cultura y tradición. Todo tipo de comida, desde la más sencilla que se encuentra en la calle, hasta la más compleja e innovadora; comparten la misma base o tipo de cocina. La creatividad y la adaptación a conocimientos ya existentes son los que hacen que la gastronomía tenga una infinidad de maneras de presentar un mismo plato o transmitir un mismo tipo de cocina. El conocimiento de nuevas técnicas y la transmisión de ideas y experiencias son los factores que diferencian un plato de otro sin importar que este sea el mismo (Barrón, 2013).

Es menester diferenciar dos conceptos que, a pesar de parecer ser iguales, son totalmente diferentes: comer y alimentarse. Por un lado, comer es satisfacer una necesidad biológica por medio del consumo de un alimento que pueda satisfacer dicha necesidad (Barrón, 2013). Por otro lado, alimentarse quiere decir satisfacer las necesidades biológicas tomando en cuenta el balance energético y la calidad de los alimentos (Gonzales-Lara, 2017). Como se puede apreciar existe una línea muy delgada que diferencia estos dos conceptos, en el que el tipo de alimentos y su valor nutricional son tomados en cuenta. Esto es importante debido a que cada cultura come y se alimenta en base a los productos que producen y al acceso de los mismos. Por ejemplo, la cultura japonesa basa su dieta/alimentación en productos del mar debido a que están rodeados por el océano. Por otro lado, en el territorio andino los alimentos principales son tubérculos y granos. Este punto abre una ventana que demuestra que existen diferentes formas de alcanzar una alimentación balanceada y esta es por medio de la combinación de diferentes tipos y grupos alimenticios.

Perú tiene una gran reputación en cuanto a su gastronomía, al punto de ser reconocida a nivel mundial. Esta ha tenido una gran acogida en las últimas décadas y ha logrado estar al mismo nivel de las cocinas clásicas como lo es la cocina francesa o italiana. Su secreto radica

en la combinación de dos culturas, la peruana y la japonesa, que dieron como fruto a la cocina Nikkei, una fusión que emplea técnicas y alimentos andinos y asiáticos (Hinostraza, 1999). Debido a su combinación y juego con los perfiles de sabores es que han alcanzado una acogida y un éxito importante en el mundo de la gastronomía. Restaurantes con este tipo de cocina han llegado a estar dentro de los diez mejores restaurantes del mundo. La relevancia de la cocina Nikkei dentro del mundo culinario es indiscutible debido a la gran variedad de ingredientes con los que cuenta y las diferentes técnicas aplicadas (Gonzales-Lara, 2017).

La globalización ha generado que el reconocimiento del mestizaje sea una herramienta muy importante para fusionar la interculturalidad en la multiculturalidad. Todo pueblo es mestizo ya que no existe ningún pueblo que no esté aislado del mundo. Basándonos en la historia, la cocina peruana adquirió el mestizaje desde mucho antes de su fusión con la gastronomía japonesa. Cuando dos culturas se fusionan, se conectan, se entienden y se genera una tercera realidad (Barrón, 2013). Países vecinos a Perú como Ecuador no cuentan con la misma fama gastronómica a pesar de compartir muchos alimentos y formas de alimentación. Productos como las papas, frutas, ajíes, mariscos, res, pollo, vísceras son ingredientes empleados en las dos culturas, sin embargo, la forma en la que se presentan al comensal en cada plato es totalmente distinta. Es aquí donde existe una oportunidad potencial para el Ecuador de ser reconocido por su comida y su manera de alimentarse. El Ecuador necesita crear un concepto en el que se combinen productos locales con técnicas tanto nacionales como internacionales, con el fin de elevar y mostrar el potencial de su cocina local.

La motivación detrás de la creación de un menú peruano nikkei radica en la versatilidad y adaptación de productos locales del Perú y productos internacionales provenientes de Japón. Por ejemplo, se puede lograr una sustitución del arroz japonés, que es un grano corto rico en carbohidratos complejos con la papa, un tubérculo de igual manera rico en almidones

complejos (Hinostroza, 1999). El uso de la salsa de soya para marinar mariscos dentro de un ceviche y potenciar la palatabilidad de los mariscos. Este cruce que combina la ideología japonesa de potenciar los sabores naturales de los alimentos, con la cocina peruana que se enfoca en utilizar diversos ingredientes para dar sabor a la comida (Koch, 2011). Ahora, existe un ingrediente en particular utilizado para dar sabor, realzar y sobretodo generar sensaciones neuroquímicas positivas y gratificantes en el paladar de los comensales. Este ingrediente es el ají, una fruta reconocida por aportar la sensación de picante en las comidas. El menú a pesar de ser peruano nikkei tiene como estrella al ají. Debido a esto es que se hará un recorrido breve a través del origen de la cocina peruana nikkei y profundizar con todo lo que tiene que ver con el ají, su origen, propiedades y fama en las diferentes culturas (Gonzales-Lara, 2017).

DESARROLLO DEL TEMA

La palabra Nikkei, en Perú, se utiliza para identificar a los inmigrantes japoneses y a todos los que son descendientes de esta cultura que actualmente habitan en este país. A partir de la década de los ochenta, esta terminología fue ampliada para referirse también a la gastronomía que fusiona los ingredientes peruanos con los ingredientes característicos de la cultura japonesa (Barrón, 2013). Es necesario conocer la historia de la cocina nikkei para entender a profundidad la elaboración del presente proyecto. El concepto de una cocina nikkei es la representación de todos los inmigrantes japoneses que arribaron a la costa de Perú en 1889 en búsqueda de trabajo. Muchos de ellos recibieron trabajos en haciendas, lo que les permitió sobrevivir gracias a los alimentos peruanos de la producción que generaban en las mismas, aplicando sus propias técnicas japonesas ancestrales para prepararlos y generando una nueva cultura culinaria (Barrón, 2013).

El inicio de la era de la industrialización en Japón afectó principalmente a la población campesina, ocasionando que inmigrantes japoneses lleguen a Perú en 1889 en busca de nuevas oportunidades (Barrón, 2013). Aproximadamente setecientos nueve inmigrantes japoneses fueron contratados para realizar trabajos en las haciendas algodoneras y azucareras, sin embargo, este número fue en aumento y para el año 1936 ya existían treinta y seis mil inmigrantes japoneses provenientes de las islas Kumamoto, Okinawa y Fukushima (Barrón, 2013). Estos países mantenían hábitos alimenticios similares, permitiendo a la población japonesa una adaptación rápida al nuevo entorno peruano. Sin embargo, con el paso del tiempo, los japoneses empezaron a sentir nostalgia por los sabores tradicionales, por lo que tomaron iniciativa y decidieron emplear los productos locales peruanos, pero utilizando técnicas de cocción y sazón japonesa. Con el paso del tiempo, existían cada vez más

adaptaciones por parte de la población nikkei, en las que se conseguía tener comida japonesa con un giro occidental (Hinostroza, 1999).

Ahora, la comida nikkei tiene un reconocimiento mundial debido a que las dos culturas trabajaron en sinergia para crear una gastronomía diferente que abarca lo mejor de dos mundos (Olivas, 1993). Lo interesante es que la cultura japonesa y la peruana son totalmente diferentes en cuanto a su percepción de la comida y su forma de ser consumida. Por un lado, está la cultura japonesa la cual es muy meticulosa en cuanto a la manipulación y cocción de los ingredientes (Barrón, 2013). Esta cultura busca la pureza del alimento y potenciar el sabor natural de la comida sin la necesidad de muchas especias o condimentos. Al mismo tiempo, la dieta japonesa se basa mucho en el consumo de productos del mar ya que al estar rodeados por el océano, es su principal fuente de alimento. Este dato es importante ya que antes de los inmigrantes japoneses el consumo de mariscos en Perú era muy limitado. Por otro lado, la cultura peruana basa su cocina en la combinación de ingredientes y condimentos para dar sabor tanto a las proteínas como a los vegetales (Barrón, 2013).

Debido a que la cocina peruana tiene influencias europeas como la española, la base de la alimentación era de carne de res y aves. Estos eran combinados con productos como ajos, cebollas, ajíes, limones y otros productos locales. Cuando se juntaron dos culturas con opiniones gastronómicas opuestas es que se llegó a tener un equilibrio y es ahí donde nace la cocina nikkei (Olivas, 1993). Sin embargo, esto solo fue el inicio ya que con el paso del tiempo se empezó a cultivar productos japoneses como el jengibre, salsa de soja, soya, tofu, por mencionar algunos (Barrón, 2013). La implementación no solo de técnicas sino también de ingredientes de ambas culturas es lo que crea un balance y grandes sabores. Justamente, tanto la cocina nikkei como la japonesa tienen una complejidad tan grande debido a la implementación de los cinco sabores percibidos por la lengua: dulce, ácido, amargo, salado y

umami. Ahora, existe otro componente que, a pesar de no ser un sabor, tiene la misma importancia que uno. Una sensación que lleva el sabor de la comida a un nivel totalmente diferente y por el cual muchas personas llegan a volverse adictas. Esta sensación de la que se habla no es otra que la del picante proveniente de los ajíes (Wust, 2006).

El ají es un producto empleado en una gran porción de la gastronomía peruana debido a la gran variedad de ajíes, cada uno con su sabor e intensidad característica. Este ingrediente al ser tan versátil, puede ser utilizado en todo tipo de platos. Es por esto que se ha elegido al ají como un ingrediente fundamental y base para la elaboración del menú peruano nikkei (Barrón, 2013). Como cultura general cuando se escucha la palabra picante o chiles se tiende a pensar en México. Sin embargo, toda la familia *Capsicum* tiene como origen América del Sur. Esta especie vegetal tiene el nombre científico *Capsicum* debido que proviene del latín que significa cápsula o encapsulado. Este nombre es dado debido a que tanto los ajíes como los pimientos son alimentos huecos, es decir, lo único que tienen por dentro son las raíces y las semillas. Esta es la única fruta que por dentro no tiene pulpa o relleno (Wust, 2006).

Existen restos arqueológicos que datan de 18000 A.C. que muestran las primeras plantas de ají. Sin embargo, no fue hasta diez mil años después que se encontraron restos de plantas de ají domesticadas las cuales ya se consumían (Sociedad Peruana de Gastronomía, 2009). La pregunta es, si en el territorio del Perú es donde se originó el ají, porque se piensa en México cuando se habla del picante. La respuesta es bastante simple: debido al consumo por persona. El consumo de ají en México ronda los 16 kilogramos por persona cada año, mientras que en Perú el consumo es de 4 kilogramos por persona por año. Al mismo tiempo, ajíes como el jalapeño han obtenido tanta fama que se cree que el nacimiento de la familia *Capsicum* proviene de Centroamérica (Wust, 2006). Con estos antecedentes en mente, se cree que los ajíes llegaron a otras partes del continente a través de las aves que consumen el fruto

incluyendo las semillas. La migración de estas aves permitían que las semillas lleguen a otros territorios. Con el paso del tiempo y debido a la mineralidad y tipo de suelo se llegaron a desarrollar diferentes tipos de ajíes cada uno con diferentes características organolépticas (Sociedad Peruana de Gastronomía, 2009). Existen otros factores que demuestran la importancia de este fruto y el impacto cultural que conlleva. Debido a investigaciones realizadas en el sistema digestivo a cuerpos con más de cuatro mil años de antigüedad en la zona de litoral, se encontró remanentes de varios alimentos como moluscos, crustáceos y ajíes. Al mismo tiempo, en la misma zona fue encontrado campos de cultivo en la que el ají era uno de los alimentos más sembrados junto con granos como el maíz, el frijol (Sociedad Peruana de Gastronomía, 2009).

Dentro del imperio Inca, el ají tiene un gran simbolismo debido a los varios usos que este tenía. Para empezar el ají junto otras hierbas medicinales se utilizaban como moneda para pagar labores e intercambio de bienes (Cabineses, 2000). Debido a que los productos eran multifuncionales, es decir, servían para más de una actividad, fue por lo que tenían un valor simbólico al punto de ser considerado como moneda. Por otro lado, el ají era usado en distintos rituales religiosos. Por ejemplo, en el ritual llamado *Sasi*, los incas pasaban por un ayuno de no consumir picante en homenaje al inicio del imperio Inca. Al mismo tiempo, existía otra ceremonia religiosa conocida como *Llakuay* en la que se consume ají con sal como alimento y chicha de jora como bebida. Asimismo, el imperio inca entregaba como tributo a sus dioses los ajíes debido a que para ellos era una fruto invaluable y muypreciado. El uso del ají como medicamento era otra de las diversas aplicaciones debido a sus diferentes propiedades. Por ejemplo, se usaba el ají para tratar patologías como la cefalea, dolor de dientes o muelas, tratar enfermedades respiratorias como el asma y la falta de aire por el cambio de altura (Sociedad Peruana de Gastronomía, 2009).

Es menester tomar en cuenta que otro de los usos del ají era castigar a los incas que violaban las leyes del imperio o para torturar a sus enemigos en las guerras (Koch, 2011). Una de las prácticas más realizadas como castigo consistía en tomar al sujeto y colgarlo boca abajo, seguido se prendía una hoguera a partir de ajíes secos. El humo producido llevaba consigo la capsaicina y causaba irritación en los ojos y en la mayoría de los casos muerte por asfixia por la falta de oxígeno (Yánes, 2015).

Los restos arqueológicos no son la única evidencia que sustenta el origen del ají; hablando nuevamente de México, este a pesar de tener grande fama por ajíes como el chipotle, ancho, jalapeño,, por mencionar algunos, no tiene una variedad muy extensa como la que tiene el Perú (Wust, 2006). A grosso modo, existen alrededor de 350 variedades que no solo difieren en su morfología, pero en el lugar que crece, sus colores, su intensidad de picor, su sabor característico y con este el tipo de platos en lo que son usados. Al simple hecho que existan más especies de ajíes quiere decir que estos vivieron en el territorio peruano por mayor tiempo, ya que permitió que estos tengan cambios paulatinos y conferir sabores e intensidades de picor distintas (UNALM, 2012).

Al hablar del ají, la sensación picante como se la conoce es lo que enamora profundamente a las personas y existe evidencia química de porque ocurre eso. El ají tiene un compuesto conocido como capsaicina, una molécula que no aporta con aroma ni con sabor en boca (Yánes, 2015). Al contrario, es un compuesto al tener contacto con órganos como la piel, lengua u ojos genera una respuesta nociva en el cuerpo. Esta empieza mandando señales al cerebro para que genere una respuesta en contra a este compuesto. Los más comunes son la dilatación de los vasos sanguíneos; esto explica porqué las personas se vuelven rojas cuando comen picante. Al mismo tiempo, la capsaicina activa células en el cuerpo encargadas de la temperatura corporal, es por eso que cuando se come ají, el cuerpo aumenta su temperatura.

Además de eso, la capsaicina activa células nerviosas que identifican el dolor, razón por la cual el picante genera sensaciones de dolor o ardor que no son placenteras (Yánes, 2015). El nivel de pungencia o picor no está dado el tamaño del ají, pero por la concentración de capsaicina presente. Muchas veces los ajíes más pequeños como el *pipi de mono* o el *ratón* tienen un nivel de picor muy alto causando que la persona pueda tener malestar general e inflamación de estructuras internas como el diafragma, lo cual explica la dificultad para respirar (Sociedad Peruana de Gastronomía, 2009).

Debido a que el picante no puede medirse en unidades del sistema internacional, fue necesario el desarrollo de una escala que mida cuán picante es un alimento. En 1912 el farmacéutico americano Wilbur Scoville creó la escala Scoville la cual permite determinar cuán picante es un alimento (Koch, 2011). A grosso modo lo que mide son las partículas por millón de capsaicina encontradas en un alimento. Mientras mayor sea el número de partículas tendrá mayor número de unidades Scoville. Para el entendimiento de la escala se estima que una partícula por millón es equivalente a quince unidades Scoville. Dicho esto, existen ajíes que llegan a tener cientos de miles de unidades Scoville como es el habanero o el carolina reaper (Yánes, 2015).

Una vez consumido un alimento picante la primera reacción de una persona es buscar una forma de retirar la sensación de picor de su boca. Existen ciertos métodos que disminuyen la cantidad de picor percibida. Una de estas es el consumo de alimentos ricos en grasas. La razón es debido a que la capsaicina es una molécula liposoluble, eso quiere decir que se disuelve en medios grasos. Al consumir alimentos ricos en grasa como crema, leche, mantequilla, entre otros; estas desplazan las moléculas de capsaicina de la lengua y por consiguiente disminuyendo el picor (Yánes, 2015). Una segunda opción es consumir alimentos como un pH bajo, es decir, alimentos ácidos como los cítricos. Debido a que la

capsaicina es una molécula con un pH básico, al introducir un alimento con pH ácido ocurre un equilibrio en el que se altera el pH general y por consiguiente alivia el picor de la boca (Yánes, 2015). Una tercera alternativa radica en el consumo de alimentos dulces. Si se logra colocar una cantidad considerable de dulce en las pailas de la lengua, la percepción de picor es disminuida por el dulzor presente. Las tres alternativas son formas válidas y eficientes de sobrellevar un nivel de picor intolerable y que debe ser saciado (UNALM, 2012).

Uso de técnicas culinarias para la elaboración del menú

Batir: Técnica que consiste en trabajar energéticamente una preparación o elemento para lograr una modificación en su consistencia, color o aspecto (Larousse, 2020).

Blanquear: es la acción en la que se someten alimentos, como vegetales crudos, en agua hirviendo. Esto puede ir acompañado con sal, para luego escurrirlos antes de que lleguen a su punto de final de cocción (Larousse, 2020).

Brunoise: es un modo de corte para verduras en forma de dados pequeños de aproximadamente 1 o 2 mm de lado. La *Brunoise* se suele utilizar para guarniciones de salsas y ayuda a aromatizar los diferentes elementos de los platos (Larousse, 2020).

Caramelizar: es la acción de colocar azúcar en fuego y convertirlo en caramelo. Esta es considerada una técnica que requiere precisión (Larousse, 2020).

Cocción al vapor: Originario de Asia, China. Consiste en colocar agua en un recipiente y encima una reja en la cual se cocina el alimento. Cubrir el alimento para que nada pueda entrar o salir. Se calienta el agua y se cocina el alimento debido al vapor producido. Este método fue utilizado debido a que no introduce agua en los alimentos y no los afecta en su estructura física y conserva más el valor nutricional del alimento (Larousse, 2020).

Cocción seca o sartén: se trata de una técnica en la que se cocina en ausencia de agua, ya que parte del agua que el alimento que se cocina se evapora, logrando que los sabores se concentren (Zapata, 2006).

Confitar: es una técnica muy popular en la fabricación de dulces mexicanos y que consiste en bañar o cocer diversos productos como frutas frescas, cáscaras o frutos secos en azúcar (Larousse, 2020).

Emulsionar: consiste en batir energicamente dos líquidos, que en un principio no son compatibles, para generar una mezcla homogénea. Para lograr esto, es importante utilizar agentes emulsionantes tales como los huevos y el aceite de oliva (Zapata, 2006).

Glaseado de postre: es una técnica que consiste en cubrir, ya sea en caliente o frío, postres con una delgada capa de jalea de fruta o de chocolate. Como resultado se obtendrá un postre más brillante. Muchos pasteleros denominan a esta técnica como glaseado espejo (Larousse, 2020).

Juliana: la técnica juliana es una alternativa para cortar verduras crudas, en la que las mismas son cortadas con un cuchillo en múltiples láminas regulares de aproximadamente 1 a 2 mm de grosor, y luego se superponen para ser cortadas en filamentos de 3 a 5 cm de longitud (Larousse, 2020).

Marinar: es una técnica muy utilizada en países mediterráneos y países nórdicos, Japón, India y Perú. Consiste en colocar un ingrediente en un medio ácido (vinagre, limón, naranja) un ingrediente durante un tiempo determinado para que se aromatice o se vuelva más tierno (Larousse, 2020).

Sancochar: técnica muy utilizada en la mayoría de las cocinas del sur y sureste de México. Consiste en hervir cualquier alimento en agua y sal. A este proceso se le pueden agregar hierbas aromáticas o especias (Larousse, 2020).

DESARROLLO DE MENÚ

Causamaki de camarón con aguacate y mayonesa de miso

Realizado por:	Juan Diego Mora
Tipo:	Entrada fría
Porciones:	4 - pax

Ingredientes:Mezcla de papa

Papa chaucha 450g
Mantequilla a
temperatura ambiente
90g
Sal 10g
Pimienta negra molida
5g

Pasta de ají amarillo

Ají amarillo 150g
Sal 10g
Azúcar 30g
Vinagre blanco 20g
Aceite vegetal 30g

Pasta ajo y cebolla

Pasta de ajo y cebolla
Cebolla perla 100g
Ajo pelado 25g
Aceite vegetal 100g

Camarón cocido

Camarón cocido
Camarón mediano
36-41 120g
Cebolla colorada 50g
Apio fresco 50g
Sal 10g
Pimienta negra en grano
10g
Laurel seco 3g

Preparación:Mezcla de papa

1. En una olla colocar las papas previamente lavadas y sin pelar. Cubrirlas apenas con agua y tapar. Llevar a fuego medio alto y cocer por 15 minutos. Debido a la tapa se crea vapor que cocina las papas sin introducir agua.
2. Sacar de la olla, pelar las papas y aplastar la papa hasta tener un puré liso.
3. Colocar la mantequilla y salpimentar a gusto.
4. Colocar la mezcla en papel film y refrigerar un mínimo de 2 horas.

Pasta de ajo amarillo

1. Cortar los ajíes en mitades y limpiarlos retirando las semillas y las raíces con una cuchara para no dañar la piel del ají.
2. Blanquear los ajíes tres veces (empezando con agua fría y dejar que hiervan por dos minutos).
3. En la tercera blanqueada dejar los ajíes hasta que toda el agua se evapore. Colocar sal, azúcar, vinagre blanco y 10g de aceite. Cocinar a fuego medio alto hasta que los ajíes se caramelicen.
4. Colocar en una licuadora y licuar hasta tener una pasta. Colocar 20g de aceite y emulsionar hasta tener una pasta lisa.

Pasta de ajo y cebolla

1. Cortar la cebolla (corte batalla) y colocarlos en una olla con aceite junto con el ajo.
2. Confitar a fuego medio bajo a una temperatura de 70 grados Celsius por 20 minutos.
3. Colocar la cebolla y el ajo en una licuadora y licuar. Colocar el mismo aceite en el que se confitaron las cebollas y el ajo hasta tener una pasta lisa y homogénea. Reservar

Camarón cocidoPreparación

1. Limpiar los camarones retirando la cáscara y las venas superior e inferior. Reservar en el refrigerador hasta usar.
2. En una olla colocar agua junto con el resto de los ingredientes y calentar hasta los 85 grados centígrados.
3. Colocar los camarones en el fondo aromático y pocharlos por 3 minutos. Una vez pasado el tiempo sacarlos del agua caliente y cortar la cocción colocando los camarones en un tazón de agua con hielo. Una vez fríos sacarlos y reservar en el refrigerador.



Anticucho

Realizado por: Juan Diego Mora

Tipo: Entrada caliente

Porciones: 4 - pax

Ingredientes:

Marinada

Ají panka 150g
Sal 15g
Vinagre de vino tinto 65g
Comino molido 15g
Ajo pelado 15g
Aceite de girasol 50g
Pimienta negra molida 5g

Papas al vapor
Papa chaucha 90g
Sal al gusto

Maíz tierno cocido
Choclo entero tierno 40g
Sal al gusto

Ensamblaje del plato
Corazón de res marinado 180g
Papa chaucha cocida 90g
Choclo cocido 30g

Preparación:

Preparación

1. Colocar los ajíes y retirar las venas y semillas. Colocarlos en agua caliente y cocerlos por 8 minutos (deben estar suaves y blandos).
2. En una licuadora colocar los ajíes hidratados junto con el resto de los ingredientes. Licuar añadiendo el agua de cocción de los ajíes hasta tener una pasta ligeramente espesa, lisa y homogénea.
3. Colocar en un tazón la marinada y colocar el corazón de res previamente limpio y cortado en cubos de 5x5 cm. Marinar por 12 horas en refrigeración.

Preparación

1. Lavar las papas y colocarlas en una olla con agua al mismo nivel de las papas. Cocinar tapando la olla a fuego media alto por 10 minutos.
2. Sacar las papas de la olla, rectificar con sal y reservar.

Preparación

1. Colocar en una olla agua y calentar hasta que llegue a punto de ebullición (90-100 grados centígrados).
2. Colocar el choclo y cocinarlo por 15 minutos hasta que esté suave y firme.
3. Retirar del agua caliente, rectificar con sal y reservar.

1. Colocar tres cubos de anticucho en palos para brochetas y cocinarlas a yergo medio alto en parrilla o sartén por cuatro minutos girando las brochetas cada minuto para una cocción uniforme. La temperatura interna debe estar en 55 grados centígrados. Retirar del fuego y reposar las brochetas de 5-8 minutos.
2. Emplatarse el anticucho junto con papas cocidas y maíz desgranado

Ceviche carretillero

Realizado por: Juan Diego Mora

Tipo: Plato fuerte

Porciones: 4 - pax

Ingredientes: Preparación:

Leche de tigre
 Apio fresco 30g
 Cilantro 10g
 Cebolla colorada 50g
 Ajo pelado 10g
 Jengibre 5g
 Ají rocoto 5g
 Sal 15g
 Zumo de limón 250g
 Filete de dorado 150g

Camote Sancochado

Ingredientes
 Fanta 800g
 Canela en rama 3g
 Clavo de olor 1.5g
 Camote dulce 500g

Chicharrón de calamar

Ingredientes
 Harina de trigo 500g
 Sal 10g
 Pimienta negra molida 5g
 Huevos 50g
 Ajo pelado 15g
 Comino molido 10g
 Salsa de soya 15g
 Mostaza 30g
 Calamar limpio 300g
 Aceite vegetal 500g

Maíz tierno cocido
 Choclo entero tierno 50g
 Sal al gusto

Leche de tigre

1. Colocar todos los ingredientes en una licuadora y licuar hasta tener una mezcla lisa.
2. Pasar por un colador y reservar en el refrigerador.

Camote sancochado

1. Colocar la fanta en una olla junto con la canela y el clavo de olor y llevar a ebullición baja (70-80 grados centígrados).
2. Colocar el camote pelado y troceado en el líquido y cocinar por 20 minutos.
3. Retirar del líquido y reservar en el refrigerador.

Chicharrón de calamar

1. Combinar la harina, sal y pimienta en un tazón y mezclar. Reservar.
2. Combinar en un tazón el resto de los ingredientes menos el calamar y batir hasta tener un líquido homogéneo.
3. Colocar el calamar en la marinada y reservar en el refrigerador un mínimo de dos horas.
4. Una vez listo, cubrir con la mezcla de harina.
5. Calentar el aceite a 180 grados centígrados y freír el calamar por dos minutos. Retirar del aceite colocarlo en una toalla con papel absorbente. Reservar.

Maíz tierno cocido

1. Colocar en una olla agua y calentar hasta que llegue a punto de ebullición (90-100 grados centígrados).
2. Colocar el choclo y cocinarlo por 15 minutos hasta que esté suave y firme.
3. Retirar del agua caliente, rectificar con sal y reservar

Suspiro Limeño 2.0

Realizado por: Juan Diego Mora

Tipo: Postre

Porciones: 4 - pax

Ingredientes:

Inserto suspiro limeño
Leche evaporada 103g
Leche condensada 98g
Huevos 20g (1 yema)

Ganache montada de oporto con canela.
Agua 20g
Gelatina sin sabor 4g
Crema de leche 50g
Canela en rama 5g
Chocolate blanco 110g
Crema de leche fría 150g
Oporto 50g

Masa azucarada
Mantequilla sin sal fría 60g
Azúcar impalpable 35g
Huevo 50g (1 huevo)
Sal 1g
Harina de trigo 80g

Preparación:

Inserto suspiro limeño

1. Colocar la leche condensada y la leche evaporada en una y cocinar a fuego medio bajo por quince minutos hasta que se caramelicé.
2. Añadir la yema de huevo y cocinar removiendo constantemente por cinco minutos.
3. Quitar del fuego y colocar en moldes de silicon de semi esfera de 15g. Congelar un mínimo de seis horas.
4. Desmoldar y juntas mitades para tener una esfera de 60g. Congelar de nuevo.

Ganache montada de oporto con canela

1. Hidratar la gelatina en cinco veces su peso con agua. Reservar.
2. Tomar el primer peso de la crema calentar hasta lo 50 grados.
3. Colocar la Canela en rama e infusionar por veinte minutos.
4. Retirar la canela y calentar la crema infusionada. Colocar la gelatina hidratada.
5. Incorporar la mezcla de crema con gelatina en el chocolate blanco y pasar el turbo para tener una mezcla homogénea.
6. Añadir el resto de la crema de leche y el oporto.
7. Refrigerar un mínimo de seis horas.
8. Con el globo batir la ganache hasta una consistencia de picos suaves (3 minutos) a velocidad media.
9. Colocar la ganache en una manga y rellenar un molde de silicon con la ganache introduciendo el inserto de suspiro limeño en la mitad. Colocar más ganache y congelar por seis horas mínimo.

Masa azucarada

1. En un tazón de batidora Com el escudo colocar la mantequilla cortada en cubos de 1x1cm junto con el azúcar impalpable, la harina y la sal. Mezclar por cinco minutos en velocidad media 4-6 hasta tener una mezcla que parezca arena mojada.
2. Añadir el huevo y mezclar por treinta segundos hasta que toda la mezcla se incorpore y sea homogénea.
3. Cubrir con papel plástico y refrigerar por dos horas.
4. Estirar la masa hasta un grosor de 3mm y cortar con un corta pastas. Colocar la masa en un anillo de tartaleta y congelar por quince minutos.

Crema de almendra con
maíz morado
Mantequilla sin sal a
temperatura ambiente
65g
Azúcar 65g
Huevos 50g
Almendra molida 57g
Harina de maíz morado
8g
Harina de trigo 14g

Glaseado crocante
Manteca de cacao 50g
Chocolate blanco 50g

Glaseado espejo
Agua 37g
Azúcar 50g
Glucosa 50g
Leche condensada 35g
Chocolate blanco 50g
Gelatina en láminas 3g
Colorante soluble en
agua color morado 3g

Preparación

1. Cremar la mantequilla con el azúcar con un batidor de mano.
2. Colocar el huevo y batir hasta incorporar.
3. Colocar la almendra molida, la harina de maíz morado y la harina de trigo y mezclar hasta incorporar.
4. Colocar la masa crema en la masa congelada tres cuartas partes. Hornear a 160 grados por veinticinco minutos. Reservar.

Glaseado crocante

1. Calentar la manteca de cacao hasta que se funda totalmente.
2. Verter la manteca sobre el chocolate blanco y mezclar hasta tener una solución homogénea.

Glaseado espejo

1. Hidratar la gelatina en un tazón con agua fría por cinco minutos. Sacar del agua y diluir la gelatina hidratada con 15g de agua. Reservar.
2. Preparar un almíbar en una olla con el agua, el azúcar y la glucosa. Cocinar hasta los 103 grados centígrados.
3. Añadir la leche condensada y batir hasta incorporar. Añadir la gelatina derretida.
4. Colocar la mezcla sobre el chocolate blanco y batir hasta estar bien homogéneo.
5. Añadir el colorante y pasar el turbo sin incorporar aire en la mezcla. Refrigerar por 24 horas.

Ensamblaje del plato.

1. Calentar el glaseado de manteca de cacao a 4r grados centígrados y el glaseado espejo a 32 grados centígrados. Reservar.
2. Desmoldar la esfera de ganache montada y colocar un palillo de brocheta en la parte superior de la esfera. Congelar por 15 minutos. Una vez fuera, introducir la esfera en el glaseado de manteca de cacao y esperar unos segundos a que cristalice. Seguidamente bañar la esfera con el glaseado espejo.
3. Tomar la tartaleta y colocar en un plato, seguidamente con espátulas de codo transportar la esfera sobre la tartaleta y refrigerar un mínimo de 3 horas para que se descongele el postre

CONCLUSIONES

En conclusión, existen varios factores a tomar en cuenta para un futuro. Para empezar, todo menú desarrollado está basado en la cultura y en las prácticas del territorio. En este caso se demostró que el ají es un elemento emblemático para la gastronomía mundial debido a su gran uso y consumo. Al mismo tiempo, esto abre una puerta al desarrollo de futuros menús en los que se puede enfatizar los diversos grados picor con el fin de crear nuevas experiencias todo basado en la versatilidad de este fruto. Asimismo, desarrollar en el campo del maridaje con los ajíes con el fin de potenciar sus sabores sin perder el gusto ni las sensaciones de los sabores a servir.

En cuanto al menú realizado existieron puntos altos y bajos tomando en cuenta todos los aspectos de una experiencia al momento de comer. Por el lado positivo, fue posible expresar el mensaje deseado de otorgar un homenaje al ají por sus diversos usos y aplicaciones. Los sabores y técnicas fueron los correctos, además de la buena manipulación de los ingredientes. Por otro lado, fue necesario tomar en cuenta las porciones a servir, ya que estas deben ser balanceadas con el fin de que el comensal pueda probar el menú entero sin quedar satisfecho a la mitad del servicio. El trabajo fino que corresponde al emplatado requiere refinamiento ya que parte de la experiencia culinaria es la apariencia visual del plato ya que de esa manera llama la atención del cliente.

Como se puede apreciar, el precio del menú de Marcus es de 25 dólares incluido el 10% de servicio y el 12% de IVA. Esto quiere decir que el Menú del estudiante quitando los impuestos es de \$20.49; esto implica que hay que tomar este valor para determinar el porcentaje de food cost con el que se está manejando en base a los costos de los platos del estudiante. El menú luego de tomar en cuenta el rendimiento de porciones y transformaciones de los alimentos (mermas y ganancia de peso por agua) llegó a un valor de \$6.99 lo cual está

dentro del presupuesto establecido. Ahora, con estos valores se determinó que el costo de materia prima (food cost) es de 34.11%. Esto es un valor positivo desde la perspectiva del restaurante ya que los restaurantes Gourmet deben trabajar con un 35% de costo de materia prima como máximo, caso contrario pueden existir diferencias teóricas físicas caso que no aplica en el menú. A pesar de estar dentro del costo de materia prima, existen algunas acciones que se pueden llevar a cabo para reducir el costo de materia prima e incrementar los ingresos del restaurante. El uso de redes sociales con fines de promoción puede atraer un mayor número de clientes, por consiguiente incrementan las ventas y disminuyen posibles bajas. Asimismo, se puede disminuir un tiempo del menú con el fin de bajar los costos, de esta manera el food cost se reduce y existe mayor margen de utilidad. A groso modo, existe un sinnúmero de posibilidades sin embargo, siempre tomando en cuenta que la experiencia del comensal debe ser siempre perfecta con el fin de generar lealtad y una comunidad satisfecha.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barrón, J. (2013). *Nikkei es Perú*. Biblioteca Nacional del Perú. Lima, Perú.
- Cabineses, M. F. (2000). *Antropología del ají*. Instituto Nacional de Medicina Tradicional.
- Diario Correo. (2017). *El gobierno Inca controlaba la delincuencia con estos castigos drásticos*. Correo. Grupo El Comercio. Perú, Lima.
- Gonzales-Lara, J. (2017). *La gastronomía peruana: identidad cultural e interculturalidad en la diáspora peruana en Estados Unidos*. La Diáspora Peruana.
- Hinostroza, G. (1999). *Centro del Perú: Cocinas regionales peruanas*. Universidad San Martín de Porres.
- Koch, C. (2011). *Cocina e Identidad: La culinaria peruana como patrimonio cultural inmaterial*. Ministerio de Cultura de Perú.
- Larousse. (2020). *Diccionario gastronómico*. México.
- Olivas, W.R. (1993). *Cultura, identidad y cocina en el Perú*. Universidad San Martín de Porras.
- UNALM. (2012). *El punto de ají*. Biblioteca Nacional del Perú. Lima, Perú.
- Sociedad Peruana de Gastronomía. (2009). *Ajés Peruanos. Sazón para el mundo*. Sociedad Peruana de Gastronomía. El comercio S.A. Perú.
- Wust, W. (2006). *Ajés del Perú*. Gráfica Biblos.
- Yánes, P. (2015). *Características morfológicas y de concentración de capsaicina en cinco especies nativas del género Capsicum cultivadas en Ecuador. La granja: Revista de ciencias de la vida*. Universidad Politécnica Salesiana. Ecuador, Cuenca. Amato, V. (2005). *An exploration of teacher understanding and use of brain research in the instruction of young adolescents*. Dissertation (M.S.), Texas Woman's University, Texas. AAT 1425943.
- Zapata, A. S. (2006). *Diccionario de gastronomía peruana tradicional*. Universidad San Martín de Porres.

ANEXO A: FOTOS DEL MENÚ PERUANO NIKKEI**FOTO 1: CAUSAMAKI DE CAMARÓN CON AGUACATE Y MAYONESA DE MISO.****FOTO 2: ANTICUCHO**



FOTO 3: CEVICHE CARRETIILLERO



FOTO 4: SUSPIRO LIMEÑO 2.0

ANEXO B: Lista de Jurados del Menú

1. Sebastian Navas
2. Chef. Mario Jiménez
3. Chef. Esteban Tapia

ANEXO C: TABLAS DE COSTOS MENU PERUANO NIKKEI

Receta	Mezcla de papa		Tamaño de porción		0.15
			Número de porciones		3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.45	PAPA CHAUCHA	\$0.72	\$0.33	
Kilo	0.09	MANTEQUILLA S/SAL	\$4.90	\$0.44	
Kilo	0.01	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.00	
Kilo	0.005	PIENTA NEGRA MOL	\$6.54	\$0.03	
Rendimiento	0.555		Costo total	\$0.80	
Merma %	10.00%		Costo por kilo	\$1.45	
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.22	
Receta	Pasta de ají amarillo		Tamaño de porción		0.03
			Número de porciones		3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.15	AMARILLO PERUANO	\$4.00	\$0.60	
Kilo	0.01	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.00	
Kilo	0.03	AZUCAR	\$0.80	\$0.02	
Kilo	0.02	VINAGRE BLANCO	\$1.94	\$0.04	
Rendimiento	0.21		Costo total	\$0.67	
Merma %	5.00%		Costo por kilo	\$3.18	
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.10	
Receta	Pasta ajo y cebolla		Tamaño de porción		0.02
			Número de porciones		3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.1	CEBOLLA PERLA	\$1.30	\$0.13	
Kilo	0.025	AJO PELADO	\$5.71	\$0.14	
Kilo	0.01	ACEITE VEGETAL	\$1.79	\$0.02	
Rendimiento	0.135		Costo total	\$0.29	
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$2.15	
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.04	

Receta	Camarón cocido		Tamaño de porción		0.04
			Número de porciones		3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.12	MARON PELADO 36	\$14.71	\$1.77	
Kilo	0.05	CEBOLLA PAITENA	\$1.40	\$0.07	
Kilo	0.05	APIO FRESCO	\$0.96	\$0.05	
Kilo	0.01	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.00	
Kilo	0.01	MIENTA NEGRA GRA	\$7.69	\$0.08	
Kilo	0.003	LAUREL SECO	\$10.00	\$0.03	
Rendimiento	0.12		Costo total	\$2.00	
Merma %	30.00%		Costo por kilo	\$16.63	
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.67	

Receta	Mayonesa de miso		Tamaño de porción		0.02
			Número de porciones		3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.015	PASTA MISO BLANCO	\$10.18	\$0.15	
Kilo	0.05	HUEVOS	\$0.11	\$0.01	
Kilo	0.015	VINAGRE ARROZ	\$15.94	\$0.24	
Kilo	0.005	LSA SOYA IMPORTA	\$3.77	\$0.02	
Kilo	0.015	MIRIN	\$4.83	\$0.07	
Kilo	0.2	ACEITE GIRASOL	\$2.89	\$0.58	
Rendimiento	0.3		Costo total	\$1.07	
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$3.56	
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.07	

Receta	Causa Maki de camarón con mayonesa de miso y caviar de pez espada		Tamaño de porción		0.30
			Número de porciones		3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.555	Mezcla de papa	\$1.45	\$0.80	
Kilo	0.21	Pasta de ají amarillo	\$3.18	\$0.67	
Kilo	0.135	Pasta ajo y cebolla	\$2.15	\$0.29	
Kilo	0.12	Camarón cocido	\$16.63	\$2.00	
Kilo	0.3	Mayonesa de miso	\$3.56	\$1.07	
Kilo	0.1	AGUACATE	\$2.67	\$0.27	
Kilo	0.004	CAVIAR TOBIKO	\$140.00	\$0.56	
Kilo	0.009	ALGA NORI	\$64.20	\$0.58	
Rendimiento	1.433		Costo total	\$6.23	
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$4.35	
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$1.29	

Receta		Marinada		Tamaño de porción	0.06	Receta		Anticucho de corazón de res		Tamaño de porción	0.16
				Número de porciones	3					Número de porciones	3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total		Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.015	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.01		Kilo	0.18	Marinada	\$0.95	\$0.17	
Kilo	0.065	VINAGRE VINO TINTO	\$5.52	\$0.36		Kilo	0.18	RES CORAZON	\$5.29	\$0.95	
Kilo	0.015	COMINO MOLIDO	\$5.72	\$0.09		Kilo	0.09	PAPA CHAUCHA	\$1.44	\$0.13	
Kilo	0.015	AJO PELADO	\$5.71	\$0.09		Kilo	0.03	OCLO ENTERO TIER	\$1.43	\$0.04	
Kilo	0.015	AJI PANKA	\$15.79	\$0.24		Rendimiento	0.48			Costo total	\$1.30
Kilo	0.05	ACEITE GIRASOL	\$2.89	\$0.14		Merma %	10.00%			Costo por kilo	\$2.70
Kilo	0.005	PIENTA NEGRA MOL	\$6.54	\$0.03		Costo por kilo	1			Costo por porción	\$0.43
Rendimiento	0.18			Costo total	\$0.95						
Merma %	5.00%			Costo por kilo	\$5.28						
Costo por kilo	1			Costo por porción	\$0.32						

Receta		Leche de tigre		Tamaño de porción	0.12
				Número de porciones	4.38
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.03	APIO FRESCO	\$0.96	\$0.03	
Kilo	0.01	CILANTRO	\$6.90	\$0.07	
Kilo	0.05	CEBOLLA PAITENA	\$1.40	\$0.07	
Kilo	0.01	AJO PELADO	\$5.71	\$0.06	
Kilo	0.005	JENGIBRE	\$2.94	\$0.01	
Kilo	0.005	AJI ROCOTO	\$3.96	\$0.02	
Kilo	0.015	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.01	
Kilo	0.25	ZUMO DE LIMON	\$2.04	\$0.51	
Kilo	0.15	DORADO FILETE	\$6.22	\$0.93	
Rendimiento	0.525		Costo total	\$1.71	
Merma %	10.00%		Costo por kilo	\$3.25	
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.39	

Receta		Camote Sancochado		Tamaño de porción	0.15
				Número de porciones	3.33333
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total	
Kilo	0.5	CAMOTE DULCE	\$0.74	\$0.37	
Each	1.5	FANTA X 400 ML	\$0.32	\$0.48	
Kilo	0.003	CANELA RAMA	\$21.53	\$0.06	
Kilo	0.0015	AVO DE OLOR ENTE	\$20.44	\$0.03	
Rendimiento	0.5		Costo total	\$0.95	
Merma %	10.00%		Costo por kilo	\$1.89	
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.28	

Receta	Chicharrón de calamar		Tamaño de porción	
			Número de porciones	
				0.10
				3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total
Kilo	0.3	LAMAR PELADO GF	\$14.56	\$4.37
Kilo	0.5	HARINA TRIGO	\$0.70	\$0.35
Kilo	0.01	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.00
Kilo	0.005	PIENTA NEGRA MOL	\$6.54	\$0.03
Kilo	1	HUEVOS	\$0.11	\$0.11
Kilo	0.01	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.00
Kilo	0.015	AJO PELADO	\$5.71	\$0.09
Kilo	0.01	COMINO MOLIDO	\$5.72	\$0.06
Kilo	0.015	LENSA SOYA IMPORTA	\$3.77	\$0.06
Kilo	0.5	ACEITE VEGETAL	\$1.79	\$0.90
Kilo	0.03	MOSTAZA	\$1.71	\$0.05
Rendimiento	0.3		Costo total	\$6.02
Merma %	30.00%		Costo por kilo	\$20.06
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$2.01

Receta	Ceviche carretillero		Tamaño de porción	
			Número de porciones	
				3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total
Kilo	0.6	DORADO FILETE	\$6.22	\$3.73
Kilo	0.02	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.01
Kilo	0.015	CILANTRO	\$6.90	\$0.10
Kilo	0.25	ZUMO DE LIMON	\$2.04	\$0.51
Kilo	0.125	Leche de tigre	\$3.25	\$0.41
Kilo	0.04	CEBOLLA PAITENA	\$1.40	\$0.06
Kilo	0.3	Chicharrón de calama	\$20.06	\$6.02
Kilo	0.05	HOCCLO DESGRANAD	\$3.83	\$0.19
Kilo	0.15	Camote Sancochado	\$1.89	\$0.28
Rendimiento	1.55		Costo total	\$11.31
Merma %			Costo por kilo	\$7.30
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$2.43

Receta	Inserto suspiro limeño		Tamaño de porción	
			Número de porciones	
				0.06
				3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total
Kilo	0.103	LECHE EVAPORADA	\$4.19	\$0.43
Kilo	0.098	LECHE CONDENSADA	\$4.53	\$0.44
Unidad	1	HUEVOS	\$0.11	\$0.11
Rendimiento	0.221		Costo total	\$0.99
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$4.48
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.33

Receta	Ganache montada de oporto con canela		Tamaño de porción	
			Número de porciones	
				0.12
				3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total
Kilo	0.004	GELATINA S/SABOR	\$13.12	\$0.05
Kilo	0.2	CREMA LECHE	\$2.92	\$0.58
Kilo	0.11	COBERTURA BLANCA	\$12.32	\$1.36
Kilo	0.05	PORTO RUBY BARR	\$25.33	\$1.27
Kilo	0.005	CANELA RAMA	\$21.53	\$0.11
Rendimiento	0.369		Costo total	\$3.37
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$9.12
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$1.12

Receta	Masa Azucarada		Tamaño de porción	
			Número de porciones	
				0.05
				4
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total
Unidad	1	HUEVOS	\$0.11	\$0.11
Kilo	0.08	GRISO (SANTA LUCIA)	\$0.78	\$0.06
Kilo	0.001	SAL CRISAL	\$0.46	\$0.00
Kilo	0.035	GLICEROL MICRO IMPALP	\$2.13	\$0.07
Kilo	0.06	MANTEQUILLA S/SAL	\$4.90	\$0.29
Rendimiento	0.226		Costo total	\$0.54
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$2.41
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.14

Receta	Glaseado crocante		Tamaño de porción	
			Número de porciones	
				0.03
				3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total
Kilo	0.05	COBERTURA BLANC	\$12.32	\$0.62
Kilo	0.05	MANTECA CACAO	\$12.12	\$0.61
Rendimiento	0.1		Costo total	\$1.22
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$12.22
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.41
Receta	Glaseado espejo		Tamaño de porción	
			Número de porciones	
				0.04
				4
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total
Kilo	0.037	Agua	\$0.00	\$0.00
Kilo	0.05	AZUCAR	\$0.80	\$0.04
Kilo	0.05	GLUCOSA	\$1.26	\$0.06
Kilo	0.035	ECHE CONDENSAD	\$4.53	\$0.16
Kilo	0.05	COBERTURA BLANC	\$12.32	\$0.62
Kilo	0.003	COLAPEZ	\$90.00	\$0.27
Rendimiento	0.225		Costo total	\$1.15
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$5.10
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$0.29

Receta	Suspiro limeño 2.0		Tamaño de porción	
			Número de porciones	
				0.36
				3
Unidad	Cantidad	Ingredientes	Costo	Costo total
Kilo	0.221	Inserto suspiro limeño	\$4.48	\$0.99
Kilo	0.369	montada de oportoc	\$9.12	\$3.37
Kilo	0.226	Masa Azucarada	\$2.41	\$0.54
Kilo	0.259	de almendra con maíz	\$5.03	\$1.30
Kilo	0.1	Glaseado crocante	\$12.22	\$1.22
Kilo	0.225	Glaseado espejo	\$5.10	\$1.15
Rendimiento	1.4		Costo total	\$8.57
Merma %	0.00%		Costo por kilo	\$6.12
Costo por kilo	1		Costo por porción	\$2.86