

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

Judea Gastronomía Mística

Johanna Lisseth Sandoval Vallejo

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

Judea Gastronomía Mítica

Johanna Liseth Sandoval Vallejo

Nombre del profesor, Título académico

Mario Jiménez, Chef Ejecutivo

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.

Nombre y apellido	Johanna Lisseth Sandoval Vallejo
Código:	00024557
Cedula de identidad:	1718860545
Lugar y Fecha:	Quito, 13 de diciembre de 2020

Dedicatoria

A mis Padres quienes me han apoyado incansablemente en este largo camino siendo la fortaleza para culminar esta etapa, a mi hermana quien ha sido mi ejemplo para cumplir con mis objetivos y mi cable a tierra, a mis hermanos y sus familias por el apoyo moral, a todas aquellas personas que la vida me ha puesto en el camino para avanzar en mi camino profesional, quienes confiaron en mi conocimiento y me abrieron las puertas para conjugar mis estudios con la experiencia laboral, a mi familia y amigos por siempre animarme a lograr esta meta y finalmente a mis profesores quienes supieron inculcarme el amor por esta carrera en especial a aquellos con los que pude compartir un espacio profesional permitiéndome aprender más de ellos.

Agradecimiento

Agradezco a la Universidad San Francisco de Quito que me ha dado todas las herramientas para poder culminar mis estudios, a mis profesores por la paciencia y dedicación con la que nos enseñaron a diario sus conocimientos.

RESUMEN

En la presente investigación de informe de identidad culinaria, se basó en un proceso de investigación de la cocina de la religión judía, con la finalidad de ofrecer una contribución a la comunidad residente, además de suministrar una fuente de consulta para futuros estudios. Se muestra una exploración detallista en la que se ha ahondado en aspectos históricos, entrevistas, revisiones bibliográficas acerca de los parámetros alimenticios. La cocina judía está basada en mandamientos decididos por Dios, los cuales son comunes en la alimentación diaria que pueden ser aplicados en la gastronomía local. Al ser el pueblo judío extremadamente religioso, infaliblemente se ha encuadrado en lo que la Tora, Biblia judía compuesta por cinco libros sacros instituye, cargando así estos mandatos como un modo de vida en todos los ámbitos habituales. Es manifiestamente manifiesto que respetan y veneran la ley a cabalidad inclusive en lo que a sus hábitos alimenticios se refiere. Con respecto a los hábitos de la gastronomía judía se puede destacar considerables diferencias e irrisorias similitudes con la gastronomía ecuatoriana. La limpieza de los productos manipulados en las recetas ecuatorianas discrepa con la elaboración y producción de productos Kosher que representa en el idioma hebreo apto, apropiado y son todos aquellos alimentos apropiados y autorizados para consumir acorde a las leyes dietéticas que instituye la religión judía. Es manifiesto que adentro de la tradición ecuatoriana la clasificación de platos se calcula de acuerdo a la cantidad mas no a la calidad, en la cocina judía que suscita el consumo moderado de los productos dando prioridad a su calidad.

ABSTRACT

In the present investigation of the culinary identity report, it was based on a process of investigation of the cuisine of the Jewish religion, in order to offer a contribution to the resident community in Ecuador, in addition provide a source of reference for future studies. A detailed exploration is shown which has delved into historical aspects, interviews, bibliographic reviews about the nutritional parameters. Jewish cuisine is based on commandments decided by God, which are common in the daily diet that can be applied in the local gastronomy. Being the extremely religious Jewish people, it has infallibly been framed in what the Torah, the Jewish Bible composed of five sacred books, institutes, thus carrying these mandates as a way of life in all the usual areas. It is manifestly manifest that they fully respect and venerate the law, even as far as their eating habits are concerned. With respect to the habits of Jewish gastronomy, considerable differences and laughable similarities with Ecuadorian gastronomy can be highlighted. The cleanliness of the products handled in the Ecuadorian recipes disagrees with the elaboration and production of Kosher products that represent in the suitable, appropriate Hebrew language and are all those foods that are appropriate and authorized to consume according to the dietary laws established by the Jewish religion. It is evident that within the Ecuadorian tradition the classification of dishes is calculated according to quantity but not quality, in Jewish cuisine that provokes moderate consumption of products giving priority to their quality.

ÍNDICE

Introducción.....	10
Marco teórico.....	12
Tema y Justificación.....	12
Metodología de la investigación.....	12
Recursos Empleados.....	13
Historia.....	13
Ingredientes.....	14
Menú propuesto.....	14
Entrada.....	14
Plato fuerte.....	16
Postre.....	18
Técnicas culinarias y equipos empleados.....	18
Técnicas.....	18
Equipos.....	19
Desarrollo de Menú.....	20
Informe de costos.....	28
Food cost teórico.....	28
Conclusiones.....	29
Recomendaciones.....	30
Bibliografía.....	31
Anexos.....	33
Anexo A: Concepto y Decoración.....	33
Anexo B: Mezze Judío.....	33
Anexo C: Cordero Al Ras Hanout.....	34
Anexo D: Baklava Invertida.....	35
Anexo E: Recetas estándar hummus morron.....	36
Anexo F: Recetas estándar baba ganoush.....	36
Anexo G: Recetas estándar pan challah.....	37
Anexo H: Recetas estándar matbujá.....	37
Anexo I: Recetas estándar falafel.....	38
Anexo J: Recetas estándar burekas.....	38
Anexo K: Recetas estándar cous cous israeli.....	39
Anexo L: Recetas estándar cordero al ras hanout.....	39

	9
Anexo M: Recetas estándar frutos secos confitados	40
Anexo N: Recetas estándar baklava	40
Anexo O: Recetas estándar miel de azahar.....	41
Anexo P: Recetas estándar helado lemon curd	41
Anexo Q: Recetas estándar tierra tahini	42
Anexo R: Panel de Jueces	42

INTRODUCCIÓN

Durante los últimos meses de la carrera, se realiza la creación de un menú semanal por parte de los estudiantes de gastronomía en el Restaurante Marcus Apicius. Estos menús se basan en conceptos como menú regional, en base a un producto o tendencias culinarias, mediante el cual los estudiantes pueden plasmar todos los conocimientos adquiridos a lo largo de la carrera.

Cada estudiante es responsable de planear su menú y desarrollar las recetas de cada plato, deben coordinar la entrega de productos para la elaboración de los platos, la preparación de los mismo, cuidar los métodos de cocción y costear todo el menú propuesto acorde al presupuesto otorgado. En previos años los estudiantes accedían a las cocinas de Marcus a tener una experiencia real del manejo de una cocina, planificación y elaboración de menús; rotando por las diferentes áreas que existen dentro del restaurante como cocina caliente, pastelería y servicio experimentando el mundo laboral gastronómico.

Actual e inesperadamente los alumnos han tenido que adaptarse a una nueva realidad causada por la pandemia Covid que afronta el mundo, motivo por el cual la experiencia actual es diferente, los alumnos presentan su menú a través de la plataforma zoom, y los menús se adaptan a los utensilios y facilidades que tienen en casa que con técnicas bien utilizadas podrán sustituir equipos que comúnmente se encuentra en restaurante alta gama como Marcus.

En relación al concepto seleccionado de gastronomía judía no está definido por un país o región sino más bien por una religión y cultura, el menú esta denominado como “Judea” gastronomía mística. La cocina de esta cultura ha sido durante años marcada y se caracteriza por tener una estrecha relación con su religión lo que marca los preceptos para el consumo o no consumo de ciertos ingredientes.

Comúnmente muchos de los ingredientes de esta gastronomía se han dado a conocer por la difusión de comida árabe en nuestro país, es por este motivo que se busca con este proyecto gastronómico dar a conocer recetas auténticas judías, ingredientes típicos y la estrecha relación con sus celebraciones sociales y religiosas, que permita conocer al consumidor una nueva cocina

cultural.

Este proyecto no está enfocado solamente en cumplir con un requisito estudiantil, sino también a un futuro cercano ser la opción para la comunidad judía en Quito de disfrutar sus platos tradicionales en la comodidad de su hogar, adaptándonos a nueva realidad que vivimos actualmente en donde nace la oportunidad de crear una dark kitchen para cubrir necesidades del consumidor.

MARCO TEÓRICO

Tema y Justificación

En esta propuesta de menú el concepto seleccionado a tratar fue gastronomía regional, aprobado para el desarrollo del mismo y creado para realizar una degustación virtual. El tema seleccionado fue la gastronomía judía, éste fue escogido por experiencias personales. La vivencia con dos familias judías por un año, permito conocer la cultura, la explicación detrás de sus celebraciones y comida.

Este menú es un proyecto que conjuga la gratitud con estas familias que me acogieron como parte de las mismas y mi familia ecuatoriana quien impulso a que viva fuera del país. Esta experiencia cambio la concepción de la gastronomía, más allá de realizar una receta y servir un plato al comensal. Adicional esta etapa fuera del país y conviviendo con una cultura distinta a la ecuatoriana marco un antes y un después en mi vida personal y profesional, permitiéndome entender la relación religión, cultura y gastronomía.

Formar parte del equipo de cocineros a cargo de eventos judíos personales en la ciudad de New York me permitió estar segura de realizar un menú replica de festividades judías. Este menú esta creado como una celebración a la vida, al verdadero significado de la cocina dentro de la familia, como el espacio para unirse y recordar sabores tradicionales. Se nombró “Judea, cocina mística” porque representa el lugar de los primeros reinos judíos, y mística porque existe una gran conexión entre el alma y el cuerpo, es decir entre su creencia religiosa y lo que se consume.

Metodología de la investigación

La metodología empleada fue en base al proceso de convivencia con judíos y la aplicación de conocimiento adquiridos en los platos más tradicionales para las festividades.

Previo a la degustación, se analizó la facilidad de adquirir los productos para la

realización del menú, se mantuvo contacto con la familia judía para refrescar las recetas y una investigación en artículos y recetarios Israelitas. Debido a la situación actual enfrentando una pandemia y teniendo restricciones de movilidad se recurrió a textos virtuales que fueron de gran ayuda para reforzar los conocimientos previamente adquiridos. En cuanto a las preparaciones y métodos de cocción, todas se manejaron originalmente con los equipamientos que se tiene en casa. Al ser una cocina tradicional las técnicas son rústicas y caseras permitiendo mantener los sabores y recetas originales. Se realizó una selección de vajilla acorde al concepto y menú para el momento de servicio.

Recursos Empleados

Se empleó recursos virtuales, páginas de internet, el contacto con las familias judías. Si bien en Ecuador no es una gastronomía muy difundida en los años actuales la gastronomía israelí de la cual forma parte la cocina judía ha tomado impulso alrededor del mundo. En la parte práctica se emplearon utensilios y equipos de cocina caseros en vista de la nueva normalidad que enfrentamos y la suspensión de prácticas presenciales dentro de las instalaciones de la Universidad San Francisco de Quito.

Para la degustación se dispondrá un lugar dentro de casa, específicamente el área de comedor en donde se decorará la mesa acorde a colores y tradiciones que se manejan en Shabbat el ritual de descanso donde se unen las familias, se reconecta con los amigos, tiempo personal y principalmente la conexión con Dios.

Historia.

Previo a hablar de la historia de los alimentos se mencionará la historia de la cultura judía. El pueblo judío es uno de los más antiguos provenientes de reino de Judá, descendientes de los hebreos, su término proviene de Judá del territorio de Judea. Este pueblo, sus costumbres, gastronomía y cultura está íntimamente ligada con la religión, es una cultura mística vinculada

a lo espiritual y divino, es la mezcla de diferentes cocinas de donde provienen los judíos desde España. Marruecos, Portugal, África, Israel, etc. La religión judía tiene una innegable conexión entre lo que consume, de qué manera lo obtiene y en qué época consume algunos platos o ingredientes, es tan vinculada su religión que mundialmente se habla de su alimentación Kasher la cual marca algunos preceptos que se encuentran escritos en su biblia Torá.

Algunos de sus preceptos prohíben el consumo de cerdo, mariscos y la combinación de carnes y lácteos, el sacrificio de los animales tiene un proceso específico y lo realizan en lugares específicos es por eso que actualmente en el mercado se encuentran productos de certificación kosher que significa que son alimentos sacrificados en un proceso de “santificación” y otros elaborados exclusivamente por y para judíos (Gila & Nissim, 2020).

Ingredientes.

Los ingredientes seleccionados para este menú no son exclusivamente kosher, pero si son ingredientes típicos usados en la gastronomía judía como el garbanzo, tahini, aceite de oliva, garbanzo, cous cous, especias, frutos secos deshidratados entre los cuales empleamos ciruelas pasa, dátiles, albaricoques, cranberries e ingredientes básicos de toda cocina mundial como condimentos, sal, aceite de oliva, etc. (Trujillo, 2010)

Menú propuesto.

El menú a degustar es una propuesta de diferentes platillos de varios países considerando que la cultura judía está compuesta por judíos provenientes de países como Marruecos, Irán, Israel, etc.

Entrada.

Mezze judío

Este plato es la combinación de varios platillos que se consume en las festividades en pequeños pocillos siendo una entrada para compartir entre los comensales.

- Artesanal Pan challah.
- Cremoso Hummus de pimiento morrón.
- Tradicional Baba ganoush.
- Falafel con Matbuja
- Crocantes burekas de espinaca

Este Mezze tiene preparaciones donde encontramos la conexión de la gastronomía y religión. The Shabbat Project recurso virtual dedicado a la experiencia de shabbat con judíos alrededor de mundo explica el significado de cada ingrediente que compone el pan challah y su propósito que se describirá a continuación:

EL bowl en donde se armar la masa representa el hogar, a la harina se la atribuye al sustento y las relaciones personales, el azúcar significa la dulzura y la fe con la que se vive, la sal en menor importancia es el significado de la disciplina, y es ocultada entre los demás ingredientes para retirar todos los pensamientos negativos (Tubal, 2018).

Así mismo la levadura un ingrediente utilizado para aumentar la masa de un pan y elevarlo se otorga el significado de la expansión y protección, por otra parte, el agua representa la vida y el aceite abundancia y bendición, y finalmente los huevos la renovación, fertilidad y todo lo nuevo que inicia (Project, 2020).

Las tradiciones e historias de cada plato están relacionado con la cultura y el humus es un platillo atribuido a la cocina Israelita, es uno de los aperitivos más tradicionales usando uno de los ingredientes con varios años de antigüedad como los garbanzos, su origen no es exacto ya que existe una disputa entre libaneses, turcos y sirios como explica Diana Spechler de la BBC travel (2018):

Para muchos es un asunto de patriotismo e identidad. La ahora legendaria “guerra del hummus” comenzó en 2008 cuando Líbano acusó a Israel de sacar provecho de lo que

ellos creían que debería haber sido el legado, dinero y motivo de publicidad para su país. El presidente de la Asociación de Industrias Libanesas, enojado porque el hummus había llegado a ser conocido y comercializado en todo Occidente como un plato israelí, demandó a Israel por infringir las leyes de derechos de autor de alimentos (p. 5)

En conclusión, no se puede definir un origen del hummus sin embargo su popularización ha alcanzado gran escala permitiendo encontrarle en restaurante alrededor del mundo. El Baba ganoush es un platillo en base de berenjena y tahini típica pasta de ajonjolí, esta receta es una elaboración de familias judías árabes y turcas es decir de los sefardís, con tonos agrios, textura cremosa y sabor ahumado (BBC News, 2018).

Del mismo origen del baba ganoush, las burekas provienen de la pastelería mediterránea sefardí de aquellos judíos provenientes de España y Portugal, son masas crocantes tipo empanadas rellenas de espinaca y queso. La técnica utilizada fue el horneado para darle la textura crocante y la temperatura necesaria para fundir el queso; es un aperitivo en base de masa de hojaldre, quebrada o Speedy (Mexico, 2017).

La Matbuja como los otros platillos que conforman este Mezze es una salsa de origen marroquí en base de tomates, ajo y chile verde, muy consumida en Marruecos, Israel, es un perfecto acompañante de pan, arroz o pastas servido frío o caliente; se la denomina salsa porque acompaña un plato y su consistencia es semilíquida (Estrella Digital, 2017).

Otro tradicional y controversial plato que forma parte de este Mezze es el falafel, unas croquetas o bolitas de garbanzo, su origen exacto no se lo conoce, pero se atribuye a los países árabes, considerado una comida callejera judía (Iglesias, 2014).

Plato fuerte.

Cordero Al Ras Hanout

El cordero es una de las proteínas más consumidas por judíos. La cocción tradicional

para sus festividades es de cocción larga para lograr una carne suave y con mucho sabor, en esta receta se emplea la mezcla de varias especias al ras hanout que saborizan y aromatizan el corte permitiendo tener un guiso especial, provenientes en su gran mayoría de marruecos de donde nace este plato difundido por los judíos de generación e generación.

En su mayoría son semillas frescas procesadas previamente a la utilización de las mismas entre las cuales se destaca cúrcuma, cardamomo, clavo de olor, pimienta cayena, jengibre, comino, anís español, canela, semilla de cilantro, hinojo y nuez moscada, pimienta negra; la mezcla de estas especias no tiene una receta específica donde marcan gramajes específicos, en su gran mayoría cada familia tiene su propia composición acorde a gustos y sabores. Se asemeja al garam masala de la cocina india.

Tradicionalmente este guiso se realiza en una olla llamada tajine, en este caso hemos reemplazado por una olla de barro donde se ha cocinado lentamente al horno la proteína previamente sellada (Vida, 2008).

Este plato de cordero esta complementado con un cous cous al estilo marroquí proveniente de África, descubierto por franceses en la conquista de Argelia, es una sémola de trigo, se cree que su nombre hace referencia a la porción de alimento que un ave recoge con el pico y lo transforma en pequeños granos para alimentar a sus crías del vocablo beréber “al kuskus”.

La técnica de cocción requiere paciencia y delicadeza con verduras selladas y cocidas; el caldo del fondo de cordero y sabor que se obtiene de estas verduras como el zapallo, zucchini, zanahoria y cebolla se utiliza para cocinar al vapor, previamente hidratado permitiendo que absorba todos los sabores, finalmente este plato es complementado con frutos secos deshidratados glaseados que aportan el sabor dulce y crocante, entre los cuales se usó almendras, dátiles, albaricoque, ciruela pasa, cebolla perla y miel (Feliz, 2015).

Postre.

Baklava Invertida

Este postre es la deconstrucción del baklava original turca, se trabajará con los ingredientes de la receta original cambiando su presentación y dándole una textura cremosa por dentro con el pistacho un ingrediente típico y acompañando este dulce con un helado de lemon curd que hacen referencia a los limones confitados al estilo marroquí, para darle una textura diferente y con la finalidad de destacar todos los ingredientes utilizados en la cocina judía se realizara una tierra de tahini (Soler, 2018).

Técnicas culinarias y equipos empleados.

Técnicas.

Las técnicas empleadas son tradicionales aprendidas directamente de abuelas judías, en donde se destaca las siguientes:

Entrada: amasado, horneado, procesamiento, cocción en agua, emulsión, reducción, laminado y tatemado.

Par el pan challah la técnica usada para la realización del challah es el amasado método por el cual se incorpora los ingredientes y aire para formar gluten en la masa creando la estructura del pan, posteriormente se lleva a un proceso de horneado por el cual el producto se cocina por medio de calor seco.

En el hummus se utilizó técnica de procesamiento de los granos de garbanzo, formando un puré suave y cremoso y mezclado con tahini, se puede encontrar variantes de hummus a base de garbanzo y especias o vegetales; para esto le dimos un giro de al hummus con pimiento morrón tatemado una técnica mediante la cual se pone sobre el fuego a un proceso de ahumado, quemando la piel del pimiento e impregnando el sabor a leña o carbón.

Siendo la berenjena el ingrediente principal del Baba Ganoush se realizó un proceso de cocción de la berenjena la cual posteriormente se lleva el producto directo a la llama hasta

quemar la piel que lo cubre y dar un sabor de ahumado.

La técnica utilizada para las burekas fue el horneado para darle la textura crocante y la temperatura necesaria para fundir el queso; es un aperitivo en base de masa de hojaldre, quebrada o Speedy.

Para el falafel se empleó una técnica de fritura que es una cocción seca, ya que es un producto que es sometido a una inmersión en aceite a temperaturas altas que van entre los 150 a 180 °C permitiendo crear una capa dorada y crujiente por fuera y una textura cremosa y cocida por dentro.

Plato fuerte: limpieza, marinado, sellado, braseado, cocción a vapor, hidratación, reducción, glaseado.

El cordero al ras hanout fue la proteína principal para lo cual se empleó la técnica de limpieza de grasa de la pierna de cordero, seguido de un marinado en donde se sumergió la pieza en sal, aceite, naranja y especias al ras hanout, sellado al sartén y un proceso de braseado al horno entre ocho a 10 horas entre 160°C a 180 °C; este corte se humectó con una reducción del fondo obtenido del braseado y frutos secos y cebollas glaseadas para dar brillo y sabor dulzón al cordero.

Como acompañante del cordero se seleccionó el cous cous israelí para lo cual se hidrató el cereal con agua y sazonado con sal y posteriormente cocido al vapor de un fondo de cordero y verduras.

Postre: Horneado, procesamiento, congelación (Gisslen, 2006).

Las técnicas principales usadas para el postre fueron de horneado al llevar las hojas de masa philo a 150 °C hasta dorarse, adicionalmente se procesó todos los ingredientes seleccionados para el helado realizando un lemon curd y llevado a congelación una técnica donde se expone un alimento a temperaturas -0°C.

Equipos

Los equipos utilizados fueron caseros dentro de los cuales se destaca una cocina de casa, un horno a gas, una batidora kitchenaid, refrigeradora.

Desarrollo de Menú

MEZZE JUDÍO

Realizado por: Johanna Sandoval

Tipo: Entrada

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

Pan challah:

15gr levadura fresca
125ml agua
2gr miel de abeja
150gr harina trigo
2 huevos
3 ml de aceite de oliva
5gr de sal
5gr ajonjoliblanco
5gr ajonjoli negro

Matbuja :

3ml aceite de oliva
100gr tomate pomodoro
200gr cebolla perla
10gr ajo
25gr chile jalapeño
5gr comino
5gr paprika hungara
5gr sal

Preparación

1. Mezclar levadura, agua y miel y dejar reposar 15 minutos hasta que doble su tamaño.
2. En un bowl agregar la harina, un huevo a la mezcla anterior.
3. Amasar por varios minutos con la palma de la mano y agregar poco la sal, y amasar por 5 minutos mas.
4. Dejar reposar la masa en un bowl engrasado con aceite de oliva por 2 horas en un lugar caliente hasta que doble su tamaño.
5. sacar la masa del bowl donde reposo y dividir en 3 porciones y dejar reposar por 15 minutos adicionales cubiertas con film
6. Formar tiras largas y trenzar entre si hasta obtener una forma de trenza, dejar reposar por 30 minutos y finalmente pintar con yema de huevo, decorar con ajonjolí y hornear por 15 a 20 minutos a **180°C**, retirar y dejar enfriar el pan.

1. Precalentar un sarten, agregar el aceite de oliva, la cebolla y el ajo en corte brunoise fino a fuego bajo, refreir por 5 minutos
2. Agregar a la elaboracion previa el tomate pomodoro picado en brunoise fina y dejar cocer por 2 a 3 horas, hasta que reduzca todo el liquido y espese la salsa.
3. Finalmente añadimos los jalapeños cortados en brunoise fino y cocer la mezcla por una hora adicional, sazonar con comino, paprika y sal

MEZZE JUDÍO

Realizado por: Johanna Sandoval

Tipo: Entrada

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

Hummus Morrón:

120gr garbanzo seco
2gr tahini
6gr comino molido
5gr sal
135gr limon sutil
200 gr pimiento
tatemado
3ml aceite de oliva

Pimiento Tatemado :

200gr pimiento morr

Preparación

1. Remojar los garbanzos en agua por 24 horas y cocinar hasta que el grano este suave.
 2. En un bowl mezclar tahini, comino, sal y limon hasta formar una salsa cremosa.
 3. En un procesador poner el garbanzo y la salsa cremosa de tahini hasta formar un pure untable.
 4. Rectificar el sabor con sal
 5. Disponer el pure realizado en un plato redondo y decorar con aceite de oliva y el pimiento tatemado.
-
1. Poner el pimiento ojo sobre la llama hasta que su cascara se quemee, posterior a esto hacer sudar el pimiento en una funda por 2 minutos y pelar.

MEZZE JUDÍO

Realizado por: Johanna Sandoval

Tipo: Entrada

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

Baba Ganoush:

400gr berenjena
20gr tahini
2gr ajo
6gr limon sutil
5gr comino
10gr paprika
30ml aceite de oliva
5gr sal

Falafel :

100gr de garbanzo
seco
8gr de ajo
20gr de cilantro
5gr comino
5gr paprika hungara
10gr cebollín
5gr sal
70gr apanadura
150ml aceite girasol

Preparación

1. Tatemar la berenjena, extraer la pulpa y formar un pure.
 2. En un bowl mezclar tahini, comino, sal y limon hasta formar una salsa cremosa.
 3. Juntar el pure de berenjena y la salsa cremosa de tahini
 4. Rectificar el sabor con sal
 5. Disponer el pure realizado en un plato redondo y decorar con aceite de oliva y paprika
-
1. Remojar el garbanzo por 24 horas y cocinar hasta que el grano este suave.
 2. En un procesador añadir el garbanzo y procesar hasya obtener un pure, añadir el cilantro previamente picado en brunoise fina, condimentar con comino, paprika, cebollin picado y sal.
 3. Finalmente añadir la apanadura y formar bolitas, refrigerar po 15 minutos.
 4. Precalear una olla con el aceite de girasol y dar un baño de inmersion a las bolitas de garbanzo hasta obtener una cobertura dorada y crocante.

MEZZE JUDÍO

Realizado por: Johanna Sandoval

Tipo: Entrada

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

Burekas Masa Speddy

60ml aceite de girasol
100gr harina de trigo
3gr polvo hornear
150ml agua
330gr relleno
espinaca

Burekas

relleno de espinaca :

150 gr cebolla perla
100gr espinaca
80gr queso crema
5gr sal

Preparación

1. En un bowl poner aceite de girasol, harina, polvo de hornear y agregar agua de a poco.
2. Amasar por 5 a 8 minutos la masa.
3. Estirar la masa sobre un meson formando triangulos, rellenas los mismo del relleno de espinaca y hornear por 6 minutos.
5. En un sarten previamente calentado disponer la cebolla perla y espinaca por 5 minutos hasta extraer el agua de los ingredientes y se doren.
6. En un bowl mezclar la mezcla realizada con queso crema y rectificar el sabor con sal.

Cordero Al Ras Hanout y Cous Cous Marroqui

Realizado por: Johanna Sandoval

Tipo: Plato Fuerte

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

Cordero Al Ras Hanout

450gr piernade
cordero
150gr tomate fresco
200gr cebolla perla
20gr sal
5gr cardamomo
5gr clavode olor
5gr pimienta cayena
5gr pimienta negra
grano
5gr anís español
5gr canela en polvo
5gr jengibre polvo
5gr curcuma
5gr comino
5gr semilla cilantro
5gr nuez moscada
5gr hinojo 20ml
aceite oliva

Preparación

1. Adobamos la pierna de cordero con todas las especias previamente molidas y mezcladas.
2. En un sartén caliente agregamos el aceite de oliva y sellamos la pieza de cordero por todos sus lados.
3. Someter a cocción con técnica de braseado al horno durante 10 horas a 180°C

Cordero Al Ras Hanout y Cous Cous Marroqui

Realizado por: Johanna Sandoval

Tipo: Plato Fuerte

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

Cous Cous Marroqui

100gr cous cous
50ml aceite de oliva
500 ml de agua
200gr zucchini verde
200gr zucchini
amarillo
200 gr zanahoria
100gr cebolla perla
200gr zapallo
15gr sal

Frutos secos glaseados

50gr mantequilla s/s
200gr cebolla perla
30gr datiles
20gr almendra
fileteada
20gr albaricoque
20gr arandano
deshidratado
20gr ciruela pasa
50gr miel de abeja

Preparación

1. En u bowl ponemos el cous cous y agregamos 200ml de agua, 15ml de aceite de oliva y 5gr de sal, removemos por 3 minutos y sometemos a coccion en vapor sobre una olla de fondo de cordero alrededor de 8 minutos, retiramos del fuego y realizamos una sgeunda hidratacion de 200 ml y 5gr de sal, repetimos la coccion a vapor por 8 minutos y retiramos del fuego; nuevamente realizamos la tercera hidratacion y una coccion final a vapor por 10 minutos.
 2. Picamos en brunoise fino los dos tipos de zucchini y zanahoria, agregamos a nuestros cous cous dejando reposar dentro del mismo por 10 minutos para obtener unas verduras al dente.
 3. Grillamos el zapallo para decorar.
-
1. En un sartre caliente agregamos la mantequilla y doramos las cebollas perlas picadas en julianas por alrededor de 5 minutos.
 2. Agregamos todos los frutos secos previamente picados en julianas finas y removemos por 5 minutos adicionales.
 3. Finalmente añadimos la miel de abeja cocinamos por 2 minutos y decoramos con las almendras fileteadas

:

Baklava Invertida

Realizado por: Johanna Sandoval

Tipo: Postre

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

Helado Lemon Curd

200gr limon sutil
6 huevos
155gr azucar
40gr mantequilla s/s
150 ml crema de
leche
75ml leche entera
155gr azucar
5gr sal
3gr estabilizante
helado
40gr mantequilla s/s

Preparación

1. Realizamos un lemon curd rallando la parte amarilla del limon.
2. En una olla fundimos la mantequilla y reservamos.
3. En una olla juntamos 2 huevos, 2 yemas y 75 gr azucar batiendo hasta incorporar bien todos los ingredientes.
4. Incorporamos la mantequilla, el jugo de limon y la ralladura y continuamos batiendo hasta conseguir una mezcla consistente.
5. Colocamos sobre el fuego y cocinamos removiendo constantemente hasta que espese la salsa, finalmente dejamos enfriando.
6. En una olla disponemos la crema de leche y leche y el restante de azucar, hasta que inicie a humear.
7. En un bowl batimos 2 huevos y 70 gr de azucar y vamos añadiendo lentamente la mezcla anterior y templamos con una varilla batiendo constantemente.
8. Nuevamente llevamos la mezcla a fuego hasta llegar a una temperatura de 80°C y que la salsa la mezcla cree una capa en la cuchara conocido como nappe. Enfriamos durante la noche.
9. En un recipiente mezclamos la primera salsa de lemon curd y la segunda mezcla enfriada, si se dispone de heladera poner la mezcla durante 10 minutos, si no se dispone de heladera congelamos por 20 minutos retiramos del congelador mezclamos con fuerza rompiendo los cristales de hielo y volvemos a refrigerar por mínimo 8 horas.

Baklava Invertida

Realizado por: Johanna Sandoval

Tipo: Postre

Porciones: 4 pax

Ingredientes:

Galleta/ Tierra Tahini

50gr harina trigo
20gr tahini
60gr miel de abeja

Baklava invertida

50gr masa philo
10gr pasta pistacho

Miel de azahar

15gr agua azahar
100gr azucar
blanca
250ml agua

Preparación

1. Mezclamos todos los ingredientes hasta formar una masa la cual le damos forma de galleta, horneamos por 8 minutos a 160 °C, dejamos enfriar y desmoronamos la galleta previo a servir.
1. Cortamos las hojas de masa philo en rectangulos y horneamos hasta dorar y obtener hojas crocante.
2. En un bowl montamos la crema de leche y azucar restante del lemon curd y añadimos la pasta de pistacho para obtner una chantilly saborizada.
1. Realizamos una miel base llevando a ebullicion el agua y azucar durante 10 minutos e incorporar el agua de azahar y continuar cocinado por 5 minutos mas.

Informe de costos

Food cost teórico.

MENU IDENTIDAD CULINARIA		COSTO NOVIEMBRE 2020	MARGEN DE ERROR	COSTO NOVIEMBRE 2020	Precio de venta sin IVA	Precio ventainc IVA 12	Margen Utilidad	Beverage/ Food Cost
			8%					
NOMBRE	Unit							
JUDEA MENU ESTUDIANTE	Each	\$ 8,64	\$ 0,69	\$ 9,33	\$ 25,00	\$ 28,00	62,68%	37,31%

CONCLUSIONES

- La alimentación Kosher para los judíos es un modo de alimentar su alma y cuerpo, conservan una dieta juiciosa basada en las leyes de la Kashrut que la Torá instituye como un mandamiento divino, lo que consuman perturba tanto a lo físico como a la espiritual, el venerar la vida que se toma al comer carne y evitar comer sangre porque en ella está la vida, va más allá de simples experiencias religiosas, recalca el respeto por la vida.
- La identificación de un pueblo lo determina su cocina tradicional, la variedad de productos, la unión de ellos, es producto de años de historia, practicas, hábitos e influencias de cada nación, así la cocina ecuatoriana se transfiere de generación en generación, mientras que la cocina judía se convierte y ajusta según el lugar e ingredientes del país en el que se habite.
- Gran parte de platos típicos ecuatorianos usan como ingrediente básico al chanco y sus derivados, y los mariscos. Sin embargo, al clasificar las recetas típicas ecuatorianas se puede determinar que hay diferentes platillos aptos para el consumo de la comunidad judía.
- Según la historia judía desde la iniciación de los tiempos, es visible la revelación del poder de Dios sobre sus vidas, comenzando con la creación del hombre, la larga de su existencia, el abastecimiento, protección y compasión. Los judíos como su pueblo escogido viven bajo los mandatos divinos señalados en la Torá, que rigen su estilo de vida, vestimenta y alimentación.

RECOMENDACIONES

- Las industrias alimenticias ecuatorianas deben solicitar la certificación Kosher, que les beneficia para una iniciación de mercado dentro de la comunidad judía y al expedir estos productos se avala calidad en la materia prima, higiene y procesos productivos óptimos.
- Promover el interés hacia las prácticas alimenticias de la comunidad a través de la socialización de estas, ceremoniales, reglas para entender, conocer y emplear los contrastes étnicos y culturales.
- Promover a la comunidad judía a probar de la gastronomía ecuatoriana a través de la entrega de folletos explicativos, indicando con estos conocimientos que la cocina nacional es competente para su consumo.

BIBLIOGRAFÍA

- BBC News. (14 de enero de 2018). *BBC News*. <https://www.bbc.com/mundo/vert-tra-42621238>
- Estrella Digital. (1 de abril de 2017). *Burekas sefardíes, antes del anual ataque de fervor*.
<https://www.estrelladigital.es/articulo/la-gran-vida/burekas-sefardies-antes-anual-ataque-fervor/20170401195926317039.html>
- Feliz, E. V. (17 de julio de 2015). *El Viajero Feliz*. <https://elviajerofeliz.com/la-sorprendente-historia-del-cous-cous/>
- Gila, S., & Nissim, S. (20 de noviembre de 2020). Historia de la Cultura Judía. (Johana, Entrevistador)
- Gisslen, W. (2006). Professional Cooking, 6th Edition. En W. Gisslen, *Professional Cooking, 6th Edition*. Wiley.
- Iglesias, P. (22 de mayo de 2014). *Enciclopedia de Gastronomía*.
 doi:<https://www.encyclopediadegastronomia.es/articulos/costumbres-populares/mezze-o-meze.html>
- Mexico, E. J. (16 de abril de 2017). *Enlace Judio*. Recuperado el 11 de diciembre de 2020, de <https://www.enlacejudio.com/2017/04/16/tjine-con-berenjena-baba-ganoush/>
- Project, T. S. (18 de enero de 2020). *The Shabbat Project*. Recuperado el 12 de diciembre de 2020, de <https://www.theshabbosproject.org/es/resources/significado-de-los-ingredientes-de-la-jala>
- Soler, E. (14 de junio de 2018). *Global Stylus*. <https://globalstylus.com/pistachos-nueces-miel-y-agua-de-azahar-para-un-baklava-perfecto/>
- Spechler, D. (2018, enero 31). *Animal Gourmet*. Retrieved diciembre 12, 2020, from <https://www.animalgourmet.com/2018/01/31/quien-invento-el-hummus-medio-oriente>
- Trujillo, J. (13 de diciembre de 2010). *Directo al Paladar: el sabor de la vida*.
 doi:<https://www.directoalpaladar.com/cultura-gastronomica/la-cocina-judia>

Tubal. (8 de abril de 2018). *Tubal*. <http://tubal.blogspot.com/2018/08/matbuja-salsa-fria-de-tomates-judia.html>

Vida, D. a. (25 de mayo de 2008). *Directo al Paladar. El sabor de la Vida*. <https://www.directoalpaladar.com/ingredientes-y-alimentos/ras-el-hanout-el-secreto-de-la-cocina-magrebi>

ANEXOS

Anexo A: Concepto y Decoración



Anexo B: Mezze Judío



Anexo C: Cordero Al Ras Hanout



Anexo D: Baklava Invertida



Anexo E: receta estándar hummus morron

RECETA ESTANDAR HUMMUS MORRÓN					
RECETA:	HUMMUS				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,5 gr/lt				
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,16 gr/lt				
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
GARBANZO SECO		0,12	kilo	\$ 2,94	\$ 0,35
PA STA AJONJOLI (TA HINI) x KG		0,02	kilo	\$ 32,80	\$ 0,66
COMINO MOLIDO		0,06	kilo	\$ 5,72	\$ 0,34
SAL CRISAL		0,005	kilo	\$ 0,46	\$ 0,00
LIMON SUTIL		0,135	kilo	\$ 1,36	\$ 0,18
PIMIENTO TATEMADO		0,2	kilo	\$ 0,36	\$ 0,07
A. OLIVA GALON		0,03	kilo/ml	\$ 0,12	\$ 0,00
		Costo total:			\$ 1,61
		costo por porción			\$ 0,54

Anexo F: receta estándar baba ganoush

RECETA ESTANDAR BABA GANOUSH					
RECETA:	BABA GANOUSH				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,25 gr/lt				
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,08333333 gr/lt				
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
BERENJENA		0,4	kilo	\$ 0,66	\$ 0,26
PA STA AJONJOLI (TA HINI) x KG		0,02	kilo	\$ 32,80	\$ 0,66
AJO PELADO		0,02	kilo	\$ 5,71	\$ 0,11
LIMON SUTIL		0,06	kilo	\$ 1,36	\$ 0,08
COMINO MOLIDO		0,005	kilo	\$ 5,72	\$ 0,03
PAPRIKA UNGARA		0,01	kilo	\$ 30,00	\$ 0,30
A. OLIVA GALON		0,03	kilo	\$ 8,44	\$ 0,25
SAL CRISAL		0,005	kilo	\$ 0,46	\$ 0,00
		Costo total:			\$ 1,70
		costo por porción			\$ 0,57

Anexo G: receta Estándar pan challah

RECETA ESTANDAR PAN CHALLAH					
RECETA:	PAN CHALLAH				
PORCIONES	6				
RENDIMIENTO	0,3 gr/lt				
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,05 gr/lt				
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNIT	COSTO TOTAL
HARINA TRIGO		0,15	kilo	\$ 0,70	\$ 0,10
AGUA		0,125	ML	\$ -	\$ -
HUEVOS		2	UNIDAD	\$ 0,11	\$ 0,23
LEVADURA FRESCA		0,015	kilo	\$ 6,91	\$ 0,10
MIEL DE ABEJA		0,02	kilo	\$ 6,69	\$ 0,13
A. OLIVA GALON		0,03	ML	\$ 8,44	\$ 0,25
SAL CRISAL		0,05	kilo	\$ 0,46	\$ 0,02
AJONJOLI BLANCO		0,005	kilo	\$ 5,25	\$ 0,03
AJONJOLI NEGRO		0,005	kilo	\$ 11,05	\$ 0,06
				Costo total:	\$ 0,93
				costo por porción	\$ 0,15

Anexo H: receta estándar matbuja

RECETA ESTANDAR MATBUJA					
RECETA:	MATBUJA				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,23 gr/lt				
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,076666667 gr/lt				
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNIT	COSTO TOTAL
TOMATE POMODORO CONSERVA (BODEGA-DELI)		0,1	kilo	\$ 4,03	\$ 0,40
C EBOLLA PERLA		0,2	kilo	\$ 1,30	\$ 0,26
AJO PELADO		0,01	kilo	\$ 5,71	\$ 0,06
CHILE JALAPENO FRESCO		0,025	kilo	\$ 3,61	\$ 0,09
COMINO MOLIDO		0,005	kilo	\$ 5,72	\$ 0,03
PAPRIKA UNGARA		0,005	kilo	\$ 30,00	\$ 0,15
A. OLIVA GALON		0,03	kilo	\$ 8,44	\$ 0,25
SAL CRISAL		0,005	kilo	\$ 0,46	\$ 0,00
				Costo total:	\$ 1,24
				costo por porción	\$ 0,41

Anexo I: receta estándar falafel

RECETA ESTANDAR FALAFEL					
RECETA:	FALAFEL				
PORCIONES	6				
RENDIMIENTO	0,373	gr/lt			
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,06216667	gr/lt			
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
GARBANZO SECO		0,1	kilo	\$ 2,94	\$ 0,29
AJO PELADO		0,008	kilo	\$ 5,71	\$ 0,05
CILANTRO		0,02	kilo	\$ 6,90	\$ 0,14
COMINO MOLIDO		0,005	kilo	\$ 5,72	\$ 0,03
PAPRIKA UNGARA		0,005	kilo	\$ 30,00	\$ 0,15
C EBOLLIN		0,01	kilo	\$ 5,00	\$ 0,05
SAL CRISAL		0,005	kilo	\$ 0,46	\$ 0,00
AC EITE GIRASOL		0,15	ML	\$ 2,89	\$ 0,43
APANADURA		0,07	KILO	\$ 1,82	\$ 0,13
Costo total:					\$ 1,27
costo por porción					\$ 0,21

Anexo J: receta estándar burekas

RECETA ESTANDAR BUREKAS					
RECETA:	BUREKAS				
PORCIONES	6				
RENDIMIENTO	0,8	gr/lt			
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,13333333	gr/lt			
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
ACEITE GIRASOL		0,06	ML	\$ 2,89	\$ 0,17
HARINA TRIGO		0,1	kilo	\$ 0,70	\$ 0,07
POLVO HORNEAR		0,003	kilo	\$ 3,49	\$ 0,01
AGUA		0,15	ML	\$ -	\$ -
RELLENO ESPINAC A		0,5	KILO	\$ 1,33	\$ 0,66
Costo total:					\$ 0,92
costo por porción					\$ 0,15

RECETA ESTANDAR RELLENO BUREKAS					
RECETA:	BUREKAS				
RENDIMIENTO	0,33	KG/LT			
PORCIONES	3				
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,11				
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNIT	COSTOTOTAL
QUESO CREMA		0,08	kilo	\$ 4,19	\$ 0,34
C EBOLLA PERLA		0,15	kilo	\$ 1,30	\$ 0,20
ESPINAC A		0,1	kilo	\$ 1,10	\$ 0,11
SAL CRISAL		0,05	kilo	\$ 0,46	\$ 0,02
Costo total:					\$ 0,66
costo por porcion					\$ 0,22

Anexo K: receta estándar cous cous israeli

RECETA COUS COUS ISRAELI					
RECETA:	COUS COUS				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,8 gr/lt				
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,266666667 gr/lt				
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNIT	COSTO TOTA
COUS COUS		0,1	ML	\$ 5,15	\$ 0,52
ZUCCHINI VERDE		0,2	kilo	\$ 1,20	\$ 0,24
ZUCCHINI AMARILLO		0,2	kilo	\$ 1,60	\$ 0,32
ZANAHORIA AMARILLA		0,2	kilo	\$ 0,45	\$ 0,09
C EBOLLA PERLA		0,1	kilo	\$ 1,30	\$ 0,13
ZAPALLO		0,2	KILO	\$ 0,60	\$ 0,12
SAL CRISAL		0,015	KILO	\$ 0,46	\$ 0,01
A. OLIVA GALON		0,05	KILO	\$ 8,44	\$ 0,42
			Costo total:		\$ 1,84
			costo por porción		\$ 0,61

Anexo L: receta estándar cordero al ras hanout

RECETA: CORDERO AL RAS HANOUT					
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,6 gr/lt				
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,2 gr/lt				
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNIT	COSTO TOTA
CORDERO PIERNA C /H NACIONAL		0,45	ML	\$ 11,50	\$ 5,18
TOMATE FRESCO		0,15	kilo	\$ 0,98	\$ 0,15
C EBOLLA PERLA		0,2	kilo	\$ 1,30	\$ 0,26
SAL CRISAL		0,02	kilo	\$ 0,46	\$ 0,01
CARDAMOMO		0,005	kilo	\$ 96,61	\$ 0,48
CLAVO DE OLOR MOLIDO		0,005	kilo	\$ 48,75	\$ 0,24
PIMIENTA CAYENA		0,005	kilo	\$ 6,53	\$ 0,03
PIMIENTA NEGRA GRANO		0,005	kilo	\$ 7,69	\$ 0,04
ANIS ESPANOL		0,005	kilo	\$ 5,59	\$ 0,03
CANELA POLVO		0,005	kilo	\$ 18,48	\$ 0,09
JENGIBRE POLVO		0,005	kilo	\$ 6,41	\$ 0,03
CURCUMA		0,005	kilo	\$ 5,22	\$ 0,03
COMINO MOLIDO		0,005	kilo	\$ 5,72	\$ 0,03
SEMILLA DE CILANTRO		0,005	kilo	\$ 30,00	\$ 0,15
NUEZ MOSCADA		0,005	kilo	\$ 35,97	\$ 0,18
SEMILLA HINOJO		0,005	kilo	\$ 62,99	\$ 0,31
A. OLIVA GALON		0,02	kilo	\$ 8,44	\$ 0,17
			Costo total:		\$ 7,41
			costo por porción		\$ 2,47

Anexo M: receta estándar frutos secos confitados

RECETA FRUTOS SECOS CONFITADOS					
RECETA:	COUS COUS				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,35	gr/lt			
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,1166667	gr/lt			
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNIT	COSTO TOTAL
DATILES CONSERVA		0,03	ML	\$ 50,00	\$ 1,50
ALMENDRA FILETEADA		0,02	kilo	\$ 17,85	\$ 0,36
ALBARICOQUE DESIDRATADO		0,02	kilo	\$ 22,88	\$ 0,46
ARANDANO DESHIDRATADO		0,02	kilo	\$ 9,75	\$ 0,20
CIRUELA PASA S/P		0,02	kilo	\$ 5,03	\$ 0,10
C EBOLLA PERLA		0,2	KILO	\$ 1,30	\$ 0,26
MANTEQUILLA S/SAL		0,05	KILO	\$ 4,90	\$ 0,25
MIEL DE ABEJA		0,05	KILO	\$ 6,69	\$ 0,33
			Costo total:		\$ 3,45
			costo por porción		\$ 1,15

Anexo N: receta estándar baklava

RECETA ESTANDAR BAKLAVA					
RECETA:	BAKLAVA				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,1	gr/lt			
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,03333333	gr/lt			
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
MASA FILO-PHILO		0,05	kilo	\$ 22,14	\$ 1,11
PASTA PISTACHO		0,01	kilo	\$ 42,41	\$ 0,42
PISTACHO S/C ASCA NACION		0,01	kilo	\$ 44,65	\$ 0,45
FRAMBUESA		0,02	kilo	\$ 13,00	\$ 0,26
FLOR COMESTIBLE VARIAS		0,1	kilo	\$ 6,60	\$ 0,66
			Costo total:		\$ 2,90
			costo por porción		0,97

Anexo O: receta estándar miel de azahar

RECETA MIEL DE AZAHAR					
RECETA:	BAKLAVA				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,183	gr/lt			
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,061	gr/lt			
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNIT	COSTOTOTA
AGUA AZAHAR		0,015	kilo	\$ 35,00	\$ 0,53
AZUCAR		0,1	kilo	\$ 0,80	\$ 0,08
AGUA		0,25	kilo	\$ -	\$ -
				Costo total:	\$ 0,61
				costo por porción	\$ 0,20

Anexo P: receta estándar helado lemon curd

RECETA ESTANDAR BAKLAVA					
RECETA:	HELADO LEMON CURD				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,7	gr/lt			
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,23333333	gr/lt			
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNITARIO	COSTO TOTAL
CREMA LEC HE 250 ML (AULA)		0,15	litro	\$ 1,04	\$ 0,16
LEC HE L		0,075	litro	\$ 0,75	\$ 0,06
HUEVOS		6	unidad	\$ 0,11	\$ 0,68
AZUCAR		0,155	kilo	\$ 0,80	\$ 0,12
SAL CRISAL		0,005	kilo	\$ 0,46	\$ 0,00
ESTABILIZANTE HELADO		0,003	kilo	\$ 17,44	\$ 0,05
LIMON SUTIL		0,2	kilo	\$ 1,36	\$ 0,27
MANTEQUILLA S/SAL		0,04	kilo	\$ 4,90	\$ 0,20
				Costo total:	\$ 1,54
				costo por porción	\$ 0,51

Anexo Q: receta estándar tierra tahini

RECETA ESTANDAR BAKLAVA					
RECETA:	TIERRA DE TAHINI				
PORCIONES	3				
RENDIMIENTO	0,1	gr/lt			
TAMAÑO POR PORCIÓN	0,03333333	gr/lt			
INGREDIENTES		CANTIDAD	UNIDAD	COSTO UNIT	COSTO TOTA
HARINA TRIGO		0,05	kilo	\$ 0,70	\$ 0,03
PASTA AJONJOLI (TAHINI) x KG		0,02	kilo	\$ 32,80	\$ 0,66
MIEL DE ABEJA		0,06	kilo	\$ 6,69	\$ 0,40
		Costo total:			\$ 1,09
		costo por porción			0,36

Anexo R: Panel de Jueces

- Chef Mario Jiménez
- Chef Sebastián Navas
- Chef Esteban Tapia