UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

Menú: From the Andes

.

Marlon Vinicio Bustillos Muñoz

Gastronomía

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

Quito, 20 de Julio de 2020

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA

Menú: From the Andes

Marlon Vinicio Bustillos Muñoz

Nombre del profesor, Título académico **Sebastián Navas, Msc.**

Quito, 20 de Julio 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 el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Nombres y apellidos:	Marlon Vinicio Bustillos Muñoz
Código:	00135885
Cédula de identidad:	0502964521
Lugar y fecha:	Quito, Julio 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UNPUBLISHED DOCUMENT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

El presente trabajo muestra el desarrollo de “From the Andes”, un menú concebido desde la perspectiva de la cocina progresiva. Propone el intercambio de productos, técnicas y platos de varios lugares del mundo, desarrolla y analiza metodologías de transformaciones de alimentos mundiales y las adapta al contexto culinario del país. Todo esto gracias a la globalización y al fácil acceso de ingredientes de todos los rincones del planeta, los mismos que son presentados de una forma completamente identificable haciendo que ocupe un espacio en la innovación.

El menú presenta un recorrido a lo largo de los sabores, texturas, aromas y colores que se encuentran en la Cordillera de los Andes, haciendo mención a su tradición y a los procesos culturales y sociales que la humanidad ha propuesto. De igual forma, la evolución y adaptación de nuevos productos que se pueden encontrar a lo largo de este sistema montañoso. De esta forma se establece un diálogo omnipresente entre el autor y el comensal, generando una nueva definición de cocina andina, rompiendo prejuicios y expectativas en cada paso. Concibe una experiencia sensorial a todo nivel ya que cada plato está forjado desde la naturaleza de sus ingredientes para crear una composición que puesta en escena estimula todos los sentidos.

Un punto interesante es el deslindamiento con la tradición, es una forma distinta de pensar los alimentos que integra múltiples disciplinas y riesgos no solo basándose en el sabor sino en la forma en como se obtienen para crear una experiencia irrepetible. Sin dejar el lado científico que involucra el tratamiento y manipulación de alimentos, así como el origen del producto, enfocándose en una propuesta sostenible y sustentable respetando el entorno, y la cadena productiva de los recursos que se emplean para obtener alimentos, en su mayoría locales, de alta calidad aportando al desarrollo comunitario.

Palabras clave: Cocina Progresiva, Cocina Andina, Experiencia Culinaria, Gastronomía, Tendencia Culinaria

ABSTRACT

This product displays the development of *From the Andes,* a menu conceived from the perspective of progressive cuisine. This culinary experience introduces the exchange of products, techniques, and specialties from various parts of the globe. Not only does it develop methods and analyze transformations of the world's food supplies, but it also adapts them to the culinary context of Ecuador. The phenomenon of globalization has enabled interconnectivity amongst societies allowing ingredients to be more accessible, creating a menu that arranges each component toward an innovative appearance.

The menu presents a journey into flavors, textures, aromas, and colors found in the Andes. It reflects tradition, culture, and social transformations like the evolution and adaptation of new products along the Andean mountain range. Thus, a ubiquitous dialogue between the author and the diner is established, generating a new definition of Andean cuisine as it breaks prejudices and expectations in every course. The food formulates a sensory experience as each dish is forged from nature to create a composition that stimulates all the senses.

An interesting point is the separation of tradition, as this suggests an unconventional way of imagining food that not only integrates multiple disciplines and takes flavor risks but grants insight into how each ingredient reaches the table offering an unforgettable experience. Without leaving the scientific side that involves the processing and handling of food, as well as the origin of the product, this menu focuses on a sustainable and renewable proposal, respecting the environment and the productive chain of the resources contributed by local communities to ensure community development.

Key Words: Progressive Cuisine, Andean Cuisine, Culinary experience, Gastronomy, Culinary Tendencies

Table of Contents

Introducción 11

Historia 11

Descripción 14

Representación de la tendencia 15

Proceso Creativo 15

Importancia de la Tendencia Culinaria para el Autor 16

Productos 18

- Trucha Arcoíris 19
- Maíz 19
- Pato Muscovy 20
- Uvilla 20

Técnicas 21

Desarrollo y Elaboración del Menú 23

- Entrada fría: Andean Tartar 23
  - Tartar de Trucha Arcoíris 23
  - Crocante de Quinuas 24
  - Cremoso de Aguacate 25
  - Falso Caviar de Limón 26
  - Chips de Camote 27
  - Montaje 27
- Entrada Caliente: Highland Soup 28
  - Crema de Choclo 28
  - Croquetas de Queso Fresco 30
  - Salsa de Ají Rocoto 31
  - Choclo Frito 32
  - Montaje 32
- Plato Fuerte: Volcanic Duck 33
  - Magret de Pato 33
  - Puré de Papa 35
  - Salsa de Frutos Rojos 36

Vegetales Salteados 36
Montaje 37
Postre: Sun Sweet 38
Cremoso de Uvilla 38
Streusel de Cacao 39
Puré de Piel de Naranja 40
Caramelo de Piel de Naranja 41
Montaje 42
Conclusión 44
Bibliografía 45
Anexo A: Recetas Estandar 49
Anexo B : Presentación de Menú 54
Anexo C : Fotografías de la Degustación 55

Índice de Tablas

Tabla 1 Productos Usados 19

Índice de Ilustraciones

Ilustración 1Andean Tartar (Bustillos, M. 2020) 28
Ilustración 2 Highland Soup (Bustillos, M. 2020)..... 33
Ilustración 3 Volcanic Duck (Bustillos, M. 2020)..... 38
Ilustración 4 Sun Sweet (Bustillos, M. 2020)..... 43

Introducción

El ser humano es un individuo que requiere, al igual que cualquier animal, alimentarse. A diferencia de cualquier otro animal, el ser humano es inquieto, dinámico e innovador; no se conforma con una realidad, sino que requiere experimentar cosas nuevas cada cierto tiempo. Por ello, no fue extraño que el simple acto de comer, y cocinar, se convirtiese en un arte: el arte culinario. Como explica Capano (2012) la cocina se ha convertido en parte de la cultura, gracias en buena medida a evolucionar la forma en la que lleva sabores y sensaciones al paladar de las personas. Ahora, dentro de toda esta evolución y cambio propios del arte culinario, hay una tendencia que está en la boca a boca de todos en la actualidad. Se habla de la cocina progresiva.

Por supuesto, se es consciente que dicha vertiente del arte culinario quizás no sea del todo conocida por quienes no están al tanto de la realidad gastronómica. Y, por ello, además de que nunca está de más recapitular sobre las bases de aquello que revoluciona de alguna u otra forma al mundo, la presente investigación pretende contextualizar qué es en sí ese arte de la cocina progresiva. Para ello, se abordarán dos ejes temáticos: la historia de la cocina progresiva, y la descripción de esta. Al final del escrito, en el cierre, se hará una reflexión sobre este modo de cocina y la importancia para la cultura moderna.

Historia

En primer lugar, se debe comenzar definiendo qué se entiende por cocina progresiva. Para Arenós, la cocina progresiva es aquella actividad culinaria en la que la cocina convencional se hace a un lado para abrir paso a una cocina llena de ingredientes inéditos, instrumentos únicos o no convencionales, métodos de cocción totalmente innovadores, con la finalidad de que el comensal tenga sensaciones, gustos y experiencias totalmente diferentes a

las que ya tenía (2015). Sus orígenes son debatidos en la actualidad, y vale la pena reseñar ambas vertientes que existen.

Primero están los que afirman que la cocina progresiva inició en el siglo XIX, como lo declara Hervé This (2004), quien aclara que, en Francia, desde ese entonces, ya se manejaban métodos de cocina progresivos, innovadores, con la finalidad de dar a las personas de las clases altas experiencias únicas. Luego, están quienes aseveran que en realidad la cocina progresiva inició entre los años 80 y 90 del siglo pasado, como lo hace José Ramón Navarro, exponiendo, además, que la misma tuvo origen en Barcelona, España, en medio de una revolución del concepto de cocina (2011). Esto deja sobre la mesa dos perspectivas: una de una creación de la cocina progresiva más antigua y de espectro amplio (basada en el origen de la esencia de su técnica), y otra de masificación, la más moderna, al hacerse dicha cocina realmente preponderante en el mundo contemporáneo.

Existen debates sobre los autores de esta cocina. Los defensores del origen de esta en el siglo XIX exponen que Carême, un cocinero muy famoso en Francia para la época señalada fue su creador (This, 2004). Esta teoría se debate con la perspectiva de creación contemporánea de la cocina progresiva, en la que se cree que, al originarse en Barcelona a mediados de los 80 y 90, la misma fue obra de varios de los más reconocidos chefs de la zona, como lo fueron José Mari Arzak y Ferran Adriá. Sobre este último chef mencionado, Ferran Adriá, se considera como el padre en sí de la cocina progresiva, dado que sus aportes a la misma han sido básicamente inconmensurables (Navarro, 2011).

En particular, el caso de Ferran Adriá considerarlo como el creador de dicha cocina no sería descabellado. Sus aportes pasan desde intentar crear de forma empírica un género para englobar todas las vertientes de la cocina progresiva, llamándolas deconstructivistas (Toomey, 2010), hasta infinidad de métodos y técnicas relacionadas a las mismas. Con relación al consenso que se posee sobre esta cocina, es relevante destacar que, la historia y

descripción de la cocina progresiva, su denominación y consideración es realmente variable en el tiempo, por lo que no es difícil hallar diferentes concepciones sobre la misma según la cultura o el enfoque desde el que se le vea.

Conociendo el año de la creación de la cocina progresiva, el autor y el lugar, resulta conveniente conocer qué terminó motivando la creación de esta cocina propiamente. Sobre este punto no es necesario hacer distinciones sobre vertientes del pensamiento, dado que, en este particular, sí existe un consenso evidente sobre el germen que terminó provocando el nacimiento de dicha cocina. Una de las primeras explicaciones la ofrece Rambourg quien determina que la necesidad de innovar y de ofrecer experiencias nuevas en la cocina fue una de las causas más poderosas de la creación de este tipo de cocina. La necesidad, explica, imperó en la exposición de técnicas sofisticadas y la racionalización de la preparación de los alimentos, inédito dentro de la cocina convencional (2005).

Otra explicación convincente la enarbolan Scarpato y Daniele (2003), quienes consideran que la cocina progresiva fue el elemento final, hasta ahora, de la necesidad por explotar al máximo la comida exótica. Esto es así porque, para las consideraciones de los autores mencionados, la cocina progresiva trascendió a la mera innovación experiencial en lo referente al local o la forma en la que se presenta un plato, y llegó para explorar aspectos no abordados hasta el momento como las formas, las combinaciones, las técnicas de cocción, entre otros, todos ellos alejados del contexto cultural. Es decir, la cocina progresiva quiso deslindarse de la definición de la cocina por inducción cultural, para generarse un espacio alejado de toda delimitación geográfica y cultural existente.

Descripción

Ya comprendidos los aspectos históricos de la cocina progresiva, es hora de pasar a la descripción, comenzando con la explicación de la esencia de dicha tendencia culinaria. Como ya se ha podido dilucidar de las explicaciones previas, la cocina progresiva consiste en la sorpresa constante de los consumidores; no quiere ofrecer lo mismo de forma repetitiva, sino jugar con las experiencias y los sabores. Por ello, la cocina progresiva tiene como principal objetivo jugar con elementos que por lo general no son tocados dentro de la cocina tradicional, como las formas en las que se presentan los alimentos, la temperatura de los mismos, las cantidades que se sirven (que suelen ser pequeñas), e incluso se desdibuja el orden típico de la presentación de los platos (Domene, 2013). Ese orden de entrada, plato fuerte y postre puede perderse totalmente, lo que termina sorprendiendo en todos los sentidos al comensal. Por supuesto, lograr esta variedad de sensaciones no es sencillo, y por ello, se considera una cocina que, en términos de costos, puede estar perfectamente por encima de los promedios tanto en valores de venta al público, como en gastos necesarios para confeccionar un restaurant enfocado a esta tendencia de cocina.

Por último, dentro de la descripción de este estilo de cocina, es importante reseñar los aspectos únicos que involucra esta tendencia. La cocina progresiva contempla el aspecto creativo muy por encima de los estándares convencionales de los restaurantes normales. Se basa no sólo en los sabores, sino en cómo estos logran conseguirse. Las técnicas, los instrumentos, las maquinarias, entre otros, todo lo que se emplea forma parte de la experiencia culinaria y se debe transmitir eso al cliente. La elección de los alimentos no sigue necesariamente recetas predefinidas, y la investigación sobre posibles combinaciones de sabores y experiencias está a la orden del día. De ahí, en buena medida, deriva el nombre de cocina progresiva: la misma no quiere en ningún momento estancarse con lo que conoce o con lo que le da éxito, sino arriesgarse, poner en el paladar de las personas sensaciones que no conseguirá de otro modo. En general, la cocina progresiva tiene un aspecto cuasi científico, dentro de las posibilidades propias del arte culinario.

Representación de la tendencia

El menú “from the Andes”, es una propuesta de cocina moderna progresiva, que vincula técnicas culinarias de cocina clásica; así como técnicas de cocina de vanguardia, pero más que nada su mensaje es romper con la tradición. si bien existen ingredientes protagonistas que tiene su origen en la cordillera de los Andes, hay otros que fueron insertados por varios motivos, entre ellos la llegada de los europeos hace 500 años, o por efecto de la globalización, por citar algunos.

Invita a crear una reflexión o debate, al tener como titulo “desde los andes”, traducido al español, el comensal puede interpretar que se trata de cocina andina tradicional y esperar platos típicos que se consumen en la serranía. Por el contrario, la propuesta enmarca una nueva definición de cocina andina basada en la globalización, en el intercambio de productos y técnicas con el mundo a lo largo de la historia, proponiendo una discusión en todos sus aspectos. Se presenta ingredientes familiares en formas poco convencionales rompiendo expectativas o prejuicios en cada plato.

Proceso Creativo

El menú es una experiencia sensorial, en la que los cinco sentidos intervienen para generar el dialogo mediante los ingredientes y sus preparaciones. Este es el punto de partida, los productos y su ensamblaje en plato son agradables a la vista con una composición cromática y minimalista en la que se destaca la naturaleza del color para generar expectativas del sabor, por este motivo los productos aún después de su preparación mantienen sus tonos naturales.

El sentido del tacto es importante para la conformación del menú, tanto en la temperatura como en la textura, iniciar con una entrada fría y fresca con elementos trabajados en diferentes texturas que se complementan y equilibran los sabores, trucha, aguacate y

quinua. Para la segunda entrada haciendo énfasis en una tradición andina se presenta una sopa que se adapta al criterio del menú y se reinventa en función al estilo culinario propuesto, siguiendo una línea contextual ligada a la tradición como es el choclo junto con productos lácteos y una salsa ligeramente picante para estimular el sentido del gusto.

En el plato fuerte el olfato permitirá intercambiar ideas con el comensal, pato aromatizado con tomillo, puré de papa con manteca de cacao, salsa de frutos rojos, zanahorias cósmicas y garabatoyuyo esta mezcla de texturas y aromas provocan una armonía puesto que los sabores intensos son contrastados por ingredientes que aportan a la percepción del paladar. Para finalizar el postre es una mezcla de acidez y dulzor, concentrando los sabores con el streusel de cacao como soporte para el cremosos de uvilla, el puré de piel de naranja como agente aromatizante, y un crocante de caramelo como bienvenida para preparar al gusto para la composición de sabores.

Importancia de la Tendencia Culinaria para el Autor

Durante las últimas décadas en la gastronomía ha existido una gran evolución y revolución, y esto se define en parte al contexto actual y cambiar el pasado. En el mundo de la cocina existe una fuerte corriente que enaltece a la tradición y comúnmente se rigen a recetas de nuestros antepasados. Lo que en la actualidad se conoce como cocina tradicional pudo ser revolucionaria no mucho tiempo atrás, con lo cual en la cocina se puede decir que la tradición es el cúmulo de cambios que se dieron en el pasado (Myhrvold, Young , & Bilet, Modernist Cuisine Historia de la cocina, 2011, pág. 14).

Encontrar un menú tradicional regional en base a ingredientes locales resultaría muy difícil, ya que a lo largo de la historia se han ido incorporando ingredientes o eliminando, pero en la actualidad se puede hablar de una colección de tradiciones culinarias. Los ingredientes que se importaron o que llegaron a una región son muy aceptados. Al igual que los nuevos ingredientes, las técnicas culinarias son igualmente aceptadas y producen un

cambio en la cocina de cada región y esto da un toque evolutivo a la cocina que se produce paso a paso.

En varias expresiones culturales ocurren cambios radicales que son productos de hechos revolucionarios, en ocasiones estos hechos promovían adelantos tecnológicos o cambios de pensamiento. Uno de estos movimientos fue el modernismo en el cual varias expresiones culturales cambiaron su corriente de pensamiento, las vanguardias artísticas marcaron un antes y un después en este periodo de la historia.

En la cocina, la modernidad no surgió efecto, hablando cronológicamente, siempre se tuvo a Francia como el máximo referente y durante varias décadas se siguieron al pie de la letra los tratados de Carême y Escoffier y durante varios años muchos jóvenes cocineros empezaron a cuestionarse varios elementos que componían estas cocinas clásicas y fueron aportando con ideas para renovar y adaptar la gastronomía al contexto de cada época. Con la globalización la idea de tener una ciudad que sea al centro de atención de las nuevas propuestas gastronómicas es casi impensable ya que varios puntos del mundo tienen cocineros que presentan su propuesta desde su perspectiva.

En el mundo del arte un nuevo movimiento toma inspiración en su antecesor, y son el resultado de la sociedad o ideologías de su época. Esto puede ser aplicable en la cocina los nuevos cocineros toman referencias en figuras y tratados notables. Es cuando elBulli aparece y toma protagonismo y replantea la teoría de la cocina y se la deja de ver como una combinación de sabores y se empieza a tratar desde un enfoque analítico e intelectual, este restaurante es famoso por sus técnicas, pero el principal mensaje es que el cocinar se vuelve un arte, ya que el objetivo no es crear una cocina científica sino generar experiencias a los comensales (Adrià, Adrià, & Soler, 2010).

Es generar un diálogo entre el cocinero y el comensal, el plato no basta con que tenga una buena combinación de aromas y sabores, debe fundar una reacción, perder el miedo de romper con la tradición, si bien las técnicas, las convenciones están implícitamente presentes

no son un obstáculo para generar nuevas propuestas. Es sorprender y a la vez desafiar, provocar un debate a través de los sabores, aromas, formas, etc., sin dejar de lado el interés por el origen del producto y una explotación sostenible de recursos para emplear en la cocina.

Productos

A lo largo de la cordillera de los andes se encuentra una gran variedad de frutas, vegetales y animales. Muchos de ellos son originarios de los Andes, otros han sido introducidos y algunos se han adaptado muy bien a las condiciones climáticas. A continuación, se muestra un listado de los principales productos usados en el menú su lugar de origen y el hábitat apto para su cultivo.

Producto	Origen	Hábitat	Fuente
Trucha Arcoíris	Norte del Océano Pacífico	Aguas subtropicales a frías	(FAO, 2005)
Aguacate Guatemalteco	Guatemala	1200 a 1300 m.s.n.m.	(El Comercio, 2011)
Quinua	Cordillera de los Andes	2300 a 3900 m.s.n.m.	(Izquierdo & Roca , 1988)
Choclo	Sierra Ecuatoriana	2300 a 2800 (Izquierdo & Roca , 1988) m.s.n.m.	(Yánez, Velasquez, Peñaherrera, & Zambrano, 2010, pág. 6)
Ají Rocoto	Cordillera de los Andes	1500 a 2900 m.s.n.m.	(Izquierdo & Roca , 1988)
Tomate de árbol	Cordillera de los andes	500 a 2700 m.s.n.m.	(Izquierdo & Roca , 1988)
Pato Muscovy	Sudamérica	Tropical	(Avilez & Camiruaga, 2006, pág. 13)
Papa Chola	Cordillera de los Andes	2800 a 3600 m.s.n.m.	(Pumisacho & Sherwood, 2002, p. 24)
Zanahoria Cósmica	Medio Oriente	1800 a 2100 m.s.n.m.	(Bradeen & Simon, 2007, p. 161)
Garabatoyuyo	Amazonía	Clima tropical húmedo	(World Wide Fund for Nature, 2017)
Mora de Castilla	Cordillera de los Andes	1320 a 4200 m.s.n.m.	(Martinez, Vásquez, Viteri,

			Jácome, & Ayala, 2013, pág. 2)
Frutilla	América	1300 a 3600 m.s.n.m.	(El Comercio, 2011)
Frambuesa	Este de Asia	Sub tropical	(Pritts)
Uvilla	Cordillera de los Andes	1000 a 3500 m.s.n.m.	(El Comercio, 2011)
Cacao Fino Aroma	Ecuador	300 a 800 m.s.n.m.	(León, F. 2015, p. 6)
Almendra	Irán	100 a 1200 m.s.n.m.	(Ensminger, Ensminger , Konlande, & Robson, 1994, p. 1624)
Naranja Americana	Florida, EEUU	0 a 150 m.s.n.m.	(Donald R Petrus, 1985)
Hierba Buena	Mediterráneo	0 a 400 m.s.n.m.	(Kokkini & Vokou, 1989, pp. 192-202)

Tabla 1 Productos Usados

Trucha Arcoíris

La trucha arcoíris es un pez de crecimiento rápido, que se adapta rápidamente a varios entornos y condiciones climáticas, adicionalmente pueden ser acondicionados a una alimentación artificial, existen variedades de esta truca que viven en el océano y en sus periodos de reproducción migran a ríos, otra variedad habita en lagos de agua dulce, bajo condiciones naturales en 3 años pude alcanzar un peso de 4.5 kg, las condiciones de temperatura ideales para el crecimiento son entre los 9 y 14 °C, en su hábitat, mientras que en piscinas de cultivo debe ser inferior a los 21 °C.

Su origen es desde México, hasta Alaska, y en el siglo XIX fue introducida a todos los continentes, principalmente con fines recreativos y acuicultores, se la produce en varis países del mundo sin embargo la mayor producción se reporta en Norteamérica, Sudamérica, Australia y Japón (FAO, 2005).

Maíz

El maíz es uno de los productos mas cultivados en la serranía ecuatoriana, ya que es fundamental en la dieta de la población. En Ecuador se pueden encontrar 29 razas, de las cuales 17 están en el callejón interandino. El maíz Mishca Mejorado, es de tipo suave, posee

un grano amarillo harinoso, la planta pude alcanzar una altura de 1,85m. se pude cosechar a los 258 días en maíz maduro o a los 140 en choclo, se lo cultiva en una altitud de 2500 a 2800 m.s.n.m., se lo cultiva principalmente en las provincias de Tungurahua, Pichincha y Cotopaxi.

Se lo usa principalmente para la alimentación de seres humanos, en choclo, o en su estado maduro en forma de harinas o en preparaciones derivadas (Yánez, Velásquez, Peñaherrera, & Zambrano, 2010, pág. 2-6).

Pato Muscovy

Los patos son aves rusticas, muy resistentes y de fácil adaptación a múltiples condiciones climáticas, con el pasar de los años y el avance tecnológico se ha logrado generar especies que se desarrollan mejor en ambientes específicos para mejorar su productividad.

Uno de ellos es el pato Muscovy, que se lo conoce también como pato criollo, de acuerdo con varios estudios su origen se encuentra en Sudamérica, y se lo ha difundido en varios países ecuatoriales, para usar su carne y huevos para alimentación. Tiene un peso promedio entre 3.2 a 4.5 kg, entre sus características físicas posee un cuerpo largo, u una abultada pechuga, lo cual es su principal ventaja ya que es una fuente importante de carne magra, su hábitat natural es el clima tropical, adicionalmente es una raza muy resistente a enfermedades comunes (Avilez & Camiruaga, 2006, pág. 11).

Uvilla

La uvilla es una baya, originaria de la Cordillera de los Andes, crece en forma de arbusto en una altitud que oscila entre 1250 a 3600 m.s.n.m., en temperaturas ambiente ente 10 y 18 °C, su fruto se encuentra envuelto en pétalos que lo protegen de factores ambientales y plagas, su diámetro promedio es de 1.9 cm. y pesa aproximadamente 8 gr. su sabor es levemente ácido, el color de su fruto varia de verde a un anaranjado tenue cuando ya esta maduro, no se trata de un producto estacional por lo cual se lo puede cultivar en cualquier mes del año (El Comercio, 2011).

Se lo puede considerar un alimento funcional ya que cuenta con propiedades antibacterianas, antivirales y diuréticas.

Otro producto que se usa dentro del postre del menú es el isomaltitol o isomalt, es un edulcorante artificial que se obtiene por síntesis química de la sacarosa, es estable a 150 C por ese motivo es muy usada en la industria de la restauración ya que se pueden obtener caramelos sin color (Alicia Foundation elBullitaller, 2010, pág. 119).

Técnicas

A lo largo de la historia de la gastronomía se han desarrollado varias técnicas para cocer los alimentos. En la cocina progresiva a la par del desarrollo tecnológico se desarrollan nuevos métodos, uno de ellos es la cocina al vacío, que se emplea para la cocción de la proteína del plato fuerte del menú “From the Andes”.

La cocina al vacío es una técnica relativamente nueva que a la vez permite conservar y cocinar los alimentos. Consiste en empacar los ingredientes en una bolsa plástica y cocinarlos a temperatura controlada, en algunas ocasiones cuando se va a servir inmediatamente después de la cocción puede no extraerse el aire de la bolsa. Este método no es reciente ya que antes y en la actualidad se preparan alimentos envueltos en hojas como la tonga en la provincia de Manabí, o en grasa, entre otros (Myhrvold & Young, Modernist Cuisine Técnicas y Equipamiento, 2011, p. 195).

Lo fundamental de este tipo de cocción no es el empacado, es el hecho de poder controlar con precisión las temperaturas de preparación de los alimentos, para cocinarlos uniformemente, adicionalmente se mantienen los sabores y se verifican las texturas. Otra ventaja es que las variaciones de temperatura son mínimas y de esta forma los resultados pueden replicarse n veces, con esta técnica también se optimiza la seguridad alimentaria, ya que al estar dentro del empaque se reduce el riesgo de contaminación, hay que recalcar que

un empacado incorrecto, puede generar el ambiente propicio, para la reproducción de bacterias.

Para realizar este tipo de cocina es necesario contar con ciertos equipos que permiten llevar a cabo los procesos, como son una máquina para empacar al vacío, la misma que ayudará a la conservación y concentración de sabores en los alimentos, y un termo circulador que controla la temperatura del agua de la cocción y la mantendrá uniforme durante el tiempo especificado.

Desarrollo y Elaboración del Menú

Nombre del menú: From the Andes

Entrada fría: Andean Tartar

Descripción: Tartar de Trucha arcoíris, Cremoso de aguacate, Crocante de variedad de quinuas, Chips de camote, Esferas de limón.

Tartar de Trucha Arcoíris

Ingredientes

400 gr. Trucha filete

20 gr. Mostaza Dijon

40 gr. Cebollín

52 gr. Zumo de limón

10 gr. Pimienta negra molida

12 gr. Sal

20 gr. Aceite de Oliva

Equipo Necesario

Tabla para picar azul, pescados y mariscos

Tabla para picar verde, vegetales

Bowl mediano

Cuchillo de chef

Cuchillo flexible

Pinzas para espinas de pescado

Espátula de goma

Proceso de Elaboración

- En la tabla de picar azul, con el cuchillo flexible retirar la piel del filete de trucha, y con las pinzas para pescado verificar que no queden espinas en el filete. Con el cuchillo de chef cortamos el filete en dados medianos, colocamos en el bowl y refrigeramos.
- El cebollín debe ser picado en dados pequeños de 2mm., en la tabla verde con el cuchillo de chef.
- Sacar el bowl de refrigeración, añadir el aceite de oliva, la mostaza Dijon, zumo de limón, cebollín, sal y pimienta. Con la ayuda de la espátula de goma mezclamos todo y refrigeramos, hasta usar para que los sabores se incorporen.

Crocante de Quinuas

Ingredientes

70 gr. Quinua blanca

70 gr Quinua negra

70 gr. Quinua roja

20 gr. Sal

Equipo Necesario

Olla mediana

Colador fino

Horno

Bandeja para hornear

Papel Cera

Proceso de Elaboración

- Precalentar el horno a 180ºC.
- Encender la estufa, en la olla tostar ligeramente las quinuas por un minuto, una vez finalizado este proceso, añadimos 315 ml. de agua y la sal, cocinar entre 17-20 minutos hasta que la quinua este ligeramente firme, el siguiente paso es retirar el liquido usando el colador fino, y dejamos reposar por 5 minutos.
- En la bandeja para hornear, colocar el papel cera y sobre este esparcir las quinuas
- En el horno precalentado, insertar la bandeja con la preparación anterior, evaporar la humedad por 7 - 8 minutos hasta lograr una textura ligeramente crocante.

Cremoso de Aguacate

Ingredientes

500 gr. Aguacate

50 gr. Zumo de limón

20 gr. Sal

10 gr. Pimienta negra molida

10 gr. Ajo en polvo

15 gr. Cebolla en polvo

Equipo Necesario

Cuchillo de chef

Licuadora

Botella exprimible

Espátula de goma

Proceso de Elaboración

- Retirar la piel y la semilla de los aguacates.
- Colocar en la licuadora el aguacate, zumo de limón, sal, pimienta, ajo en polvo y cebolla en polvo.
- Triturar hasta obtener una pasta de textura firme
- Retirar de la licuadora con la espátula de goma, colocar en la botella exprimible y refrigerar.

Falso Caviar de Limón

Ingredientes

40 gr. Tapioca grano

50 gr. Zumo de limón

400 ml. Agua potable

Equipo Necesario

Olla mediana

Colador mediano

Cuchara metálica

Proceso de Elaboración

- En la olla poner a hervir el agua.
- Cuando el agua se encuentre a 100 ºC, colocar la tapioca y el zumo de limón.
- Cocinar a fuego medio, alrededor de 15 minutos mezclando constantemente para evitar que se pegue en el fondo.
- Retirar del fuego cuando la tapioca este transparente, colar y lavar con agua fría.

Chips de Camote

Ingredientes

20 gr. Camote morado

8 gr. Sal

Equipo Necesario

Mandolina

Freidora

Bandeja metálica

Papel absorbente

Proceso de Elaboración

- Precalentar la freidora a 177 ºC, con aceite vegetal.
- Lavar el camote, fijar en la mandolina un grosor de 1mm y laminar el camote.
- Con el aceite caliente, insertamos las láminas de camote. Por unos 40 a 50 segundos hasta lograr una textura crocante.
- En la bandeja metálica, colocar el papel absorbente, esparcir los chips de camote y poner la sal.

Montaje

Ingredientes

100 gr. Tartar de trucha

70 gr. Crocante de quinuas

85 gr. Cremoso de aguacate

10 gr. Falso caviar de limón

5 gr. Chips de camote

Equipo Necesario

Espátula de codo pequeña

Plato Melissa

Corta pastas metálico redondo de 2.5 cm. de alto y 5 cm. de diámetro

Proceso de Elaboración

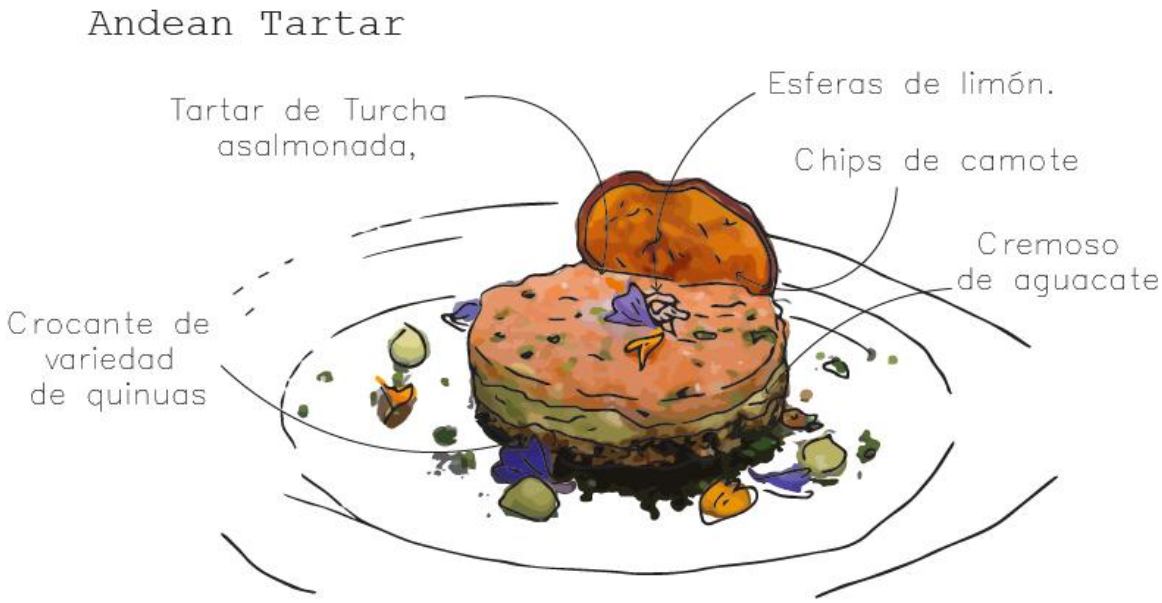


Ilustración 1Andean Tartar (Bustillos, M. 2020)

Entrada Caliente: Highland Soup

Descripción: Crema de Choclo, Croquetas de queso fresco, Salsa de ají rocoto,

Choclo frito.

Crema de Choclo

Ingredientes

100 gr. Cebolla perla

75 gr. Mantequilla sin sal

400 gr. Choclo desgranado

6 gr. Ajo pelado

5 gr. Pimienta negra molida

15 gr. Sal

250 ml. Crema de leche

500 ml. Fondo de vegetales.

Equipo Necesario

Tabla para picar verde, vegetales

Espátula de goma

Olla mediana

Chuchillo de chef

Licuadora

Colador mediano metálico

Proceso de Elaboración

- En la tabla para picar verde, cortar la cebolla perla en brunoise, junto con el ajo.
- Cocer el choclo desgranado con los restos de la cebolla, un poco de sal, por 25 a 30 minutos.
- Retirar el choclo y preservar el caldo.
- En una olla mediana, rehogar la cebolla y el ajo en mantequilla, hasta que la cebolla se torne transparente aproximadamente por 5 minutos.
- A esta preparación agregar el choclo cocido, y la mitad del fondo de vegetales, añadir sal y pimienta, llevar a ebullición y licuar.
- Colar la elaboración anterior.
- Una vez colado agregar la crema de leche, mezclar y corregir sabores.

Croquetas de Queso Fresco

Ingredientes

350 ml. Leche entera

50 gr. Harina trigo

35 gr. Mantequilla sin sal

50 gr. Queso fresco

2 Huevos

10 gr. Sal

5 gr. Pimienta negra molida

50 gr. Pan molido

Equipo Necesario

Olla mediana

Espátula de goma

Bowl pequeño

Bowl mediano

Rallador metálico

Sartén mediano

Freidora

Proceso de Elaboración

- Rallar el queso.
- En el sartén fundir la mantequilla, añadir la harina y remover con la espátula de goma hasta incorporar todo, cocer esto por 1 o 2 minutos.
- A la preparación anterior agregar la leche en forma de hilo, evitado que queden grumos, añadir sal y pimienta y cocer por 5 minutos.

- A esta mezcla incorporar el queso rallado, y remover hasta disolverlo. Retirar del fuego y dejar reposar.
- Incorporar un huevo y mezclar a fuego medio hasta conseguir una textura gelatinosa.
- Colocar esto en un bowl mediano, cuando esto este frío refrigerar por una noche.
- Al día siguiente, precalentar la freidora con aceite vegetal a 177 ºC.
- En los bowls pequeños, colocar huevo, harina y pan molido. Formar pequeñas esferas de 10 gr. Y a estas pasarlas por el bowl de harina, huevo, y pan molido
- Freír por 5 minutos.

Salsa de Ají Rocoto

Ingredientes

15 gr. Ají rocoto

10 gr. Ajo pelado

5 gr. Vinagre blanco

10 ml. Aceite vegetal

30 gr. Cebolla perla

60 gr. Tomate árbol

5 gr. Sal

10 ml. Zumo limón

Equipo Necesario

Cuchillo de chef

Licuadora

Botella exprimible

Espátula de goma

Sartén mediano

Tabla para picar verde, vegetales

Proceso de Elaboración

- En la tabla verde, cortar en dados grandes, el ají y la cebolla
- En el sartén tostar ligeramente por 5 minutos la cebolla, el ají y el ajo.
- Perlar el tomate de árbol
- Licuar todos los ingredientes.
- Colocar en la botella exprimible.

Choclo Frito

Ingredientes

120 gr. Choclo desgranado

10 ml. Aceite vegetal

Equipo Necesario

Sartén mediano

Espátula de goma

Proceso de Elaboración

- En el sartén colocar el aceite, cuando se encuentre a 177 ºC, añadir el choclo, freírlo por 10 minutos.

Montaje

100 gr. Crema de choclo

330 gr. Croquetas de queso

20 gr. Salsa de ají rocoto

30 gr. Choclo frito

Equipo Necesario

Pinzas de precisión

Espátula de codo pequeña

Bowl de cerámica

Proceso de Elaboración

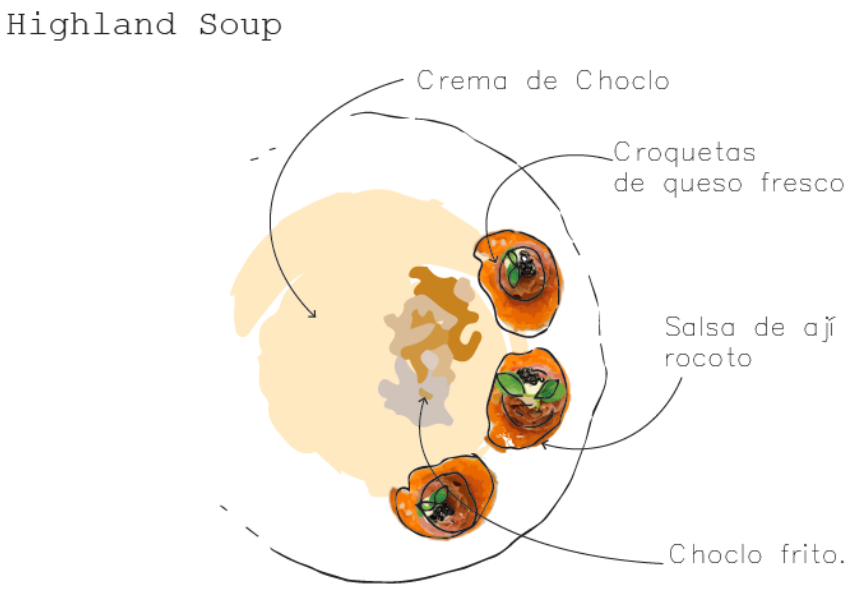


Ilustración 2 Highland Soup (Bustillos, M. 2020)

Plato Fuerte: Volcanic Duck

Magret de Pato

Descripción: Magret de Pato cocido a baja temperatura sellado en piedra volcánica,

Puré de papa chola con manteca de cacao, Salsa de frutos rojos, Vegetales salteados.

Ingredientes

480 gr. Pato magret

40 gr. Ajo pelado

4 gr. Tomillo

40 ml. Aceite oliva

8 gr. Sal parrillera

Equipo Necesario

Tabla para picar amarilla, aves

Cuchillo de chef

Empacadora al vacío

Fundas para empacar al vacío

Termo circulador

Olla grande

Balanza

Piedra volcánica rectangular

Proceso de Elaboración

- Colocar 4 litros de agua dentro de la olla grande con el termo circulador, encendido a 58 ºC
- En la tabla para picar amarilla hacer porciones de magret de pato en 120 gr., con el cuchillo de chef hacer cortes en diagonal en dos sentidos sobre la piel del pato.
- En 4 fundas al vacío, colocar la porción de pato 10 gr. De ajo, 1 gr. de tomillo, 10 ml de aceite de oliva y dos gramos de sal parrillera.
- Colocar en la empacadora y sellar.
- Colocar las fundas selladas en la olla y cocer al vacío durante 1 hora 30 minutos a 58 ºC.

- Antes de servir a fuego alto y con la piedra volcánica aproximadamente a 80 ºC, y sellar la piel del pato durante 3 minutos.

Puré de Papa

Ingredientes

200 gr. Papa chola

75 gr. Crema leche

25 gr. Sal

65 gr. Manteca cacao

Equipo Necesario

Olla mediana

Espátula de goma

Prensador de papa

Bowl mediano

Colador metálico mediano

Pelador de vegetales

Proceso de Elaboración

- Lavar las papas, y pelarlas.
- Cocerlas por 30 minutos con sal.
- Retirar el agua con la ayuda del corlador, y prensar las papas, colocar en el bowl.
- Añadir la crema de leche y la manteca de cacao, mezclar bien con la espátula de goma hasta obtener una textura cremosa.
- Antes de servir, regenerar la temperatura a fuego medio.

Salsa de Frutos Rojos

Ingredientes

20 gr. Azúcar

50 gr. Mora de castilla

50 gr. Frutilla

50 gr. Frambuesa

Equipo Necesario

Bowl mediano

Olla mediana

Colador metálico mediano

Espátula de goma

Licuadora

Proceso de Elaboración

- Limpiar las moras, frutillas y frambuesas
- Licuarlas con el azúcar,
- Colarlas poner en la olla mediana.
- A fuego bajo cocer y reducir por 10 minutos.

Vegetales Salteados

Ingredientes

20 gr. Mini zanahorias cósmicas

30 gr. Garabatoyuyo

50 gr. Mantequilla s/sal

6 gr. Sal

Equipo Necesario

Bowl mediano

Olla mediana

Colador metálico mediano

Espátula de goma

Hielo

Sartén

Proceso de Elaboración

- En un bowl mediano colocar agua con hielo
- Limpiar las zanahorias, y garabatoyuyo.
- Cocinar las zanahorias aproximadamente por 15 minutos.
- En una olla mediana tener agua a fuego medio a 100 C con sal.
- Blanquear el garabatoyuyo por un minuto, retirar del agua caliente y cortar la cocción en el bowl con hielo.
- Antes de servir, fundir la mantequilla en el sartén y saltear por 2 minutos los vegetales.

Montaje

Ingredientes

120 gr. Magret pato

50 gr. Puré de papa

20 gr. Salsa de frutos rojos

50 gr. Vegetales salteados

1 gr. Sal sea flakes

Equipo Necesario

Tabla para picar café, cocidos

Espátula de codo pequeña

Plato redondo n22

Proceso de Elaboración

- Cortar el magret por la mitad.
- Terminar el plato, con escamas de sal sea flakes sobre el magret.

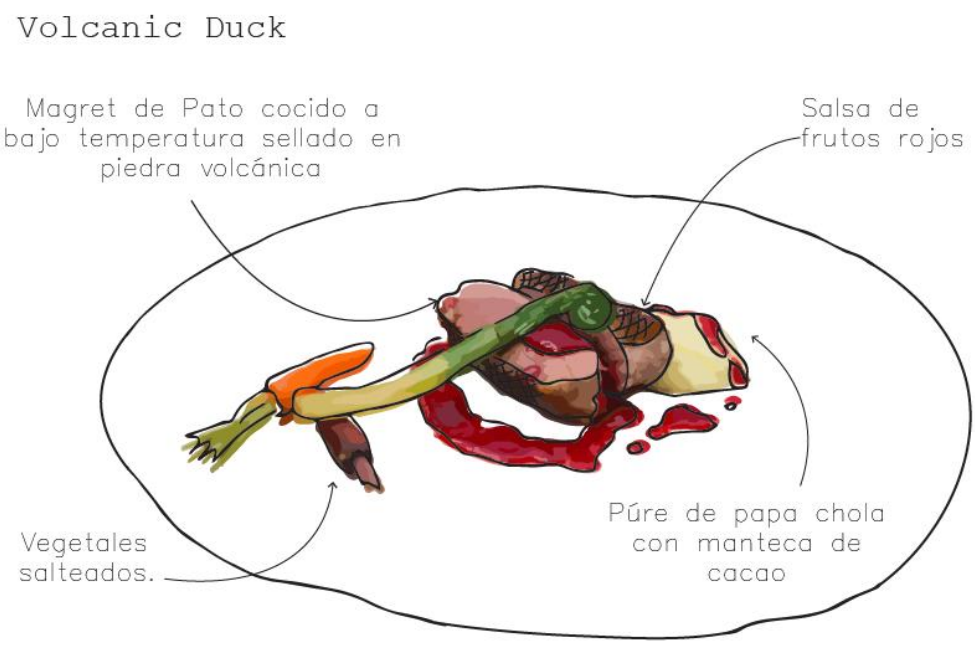


Ilustración 3 Volcanic Duck (Bustillos, M. 2020)

Postre: Sun Sweet

Descripción: Cremoso de uvilla, Streusel de cacao, Puré de piel de naranja, Caramelo de piel de naranja.

Cremoso de Uvilla

Ingredientes

320 gr. Crema leche

80 gr. Leche entera

8 gr. Gelatina s/sabor

100 gr. Queso crema

100 gr. Azúcar

300 gr. Uvillas sin cascara

Equipo Necesario

Olla mediana

Licuadora de inmersión

Stand Mixer

Proceso de Elaboración

- Hervir la crema de leche con la leche, en la olla mediana
- Mezclar la gelatina en el azúcar y añadir a la preparación anterior,
- Verter sobre el queso crema, añadir las uvillas, con la licuadora de inmersión triturar hasta obtener una textura homogénea.
- Poner la mezcla en el stand mixer hasta que duplique su volumen.
- Reposar en la nevera por 8 horas.

Streusel de Cacao

Ingredientes

75 gr. Almendra molida nacional

75 gr. Mantequilla s/sal

24 gr. Cocoa polvo amarga republica cacao

75 gr. Harina trigo

75 gr. Azúcar

Equipo Necesario

Bowl Mediano

Stand mixer

Papel cera

Bandeja metálica

Espátula de goma

Proceso de Elaboración

- Precalentar el horno a 180 ºC
- Mezclar en el bowl mediano con la ayuda de la espátula de goma coca en polvo, la almendra molida, la harina y el azúcar.
- Añadir la mantequilla a temperatura ambiente y colocar con el resto de los ingredientes en el stand mixer por 5 minutos hasta tener una mezcla uniforme.
- Sobre la bandeja metálica con papel y desmenuzar y congelar por 20 minutos. Hornear a 180 ºC por 20 minutos hasta lograr una cocción uniforme.
- Enfriar y guardar en lugar fresco, seco en un recipiente hermético

Puré de Piel de Naranja

40 gr. Piel de naranja

45 gr. Azúcar

45 gr. Zumo de naranja

20 gr. Mantequilla sin sal

Equipo Necesario

Olla mediana

Licuadora

Cuchillo de chef

Proceso de Elaboración

- Lavar las naranjas y retirar la piel.
- Obtener el zumo de naranja.
- Blanquear dos veces, por un minuto la piel de naranja.
- Cocinar la piel, el zumo y el azúcar por 20 minutos.
- Licuar la preparación anterior.
- Enfriar hasta 40 ºC y añadir la mantequilla.

Caramelo de Piel de Naranja

Ingredientes

150 gr. Isomalt

50 gr. Ralladura de piel de naranja

Equipo Necesario

Rallador de cítricos

Bandeja metálica

Lámina de silicona

Procesador de alimentos

Sartén mediano

Proceso de Elaboración

- Precalentar el horno 180 ºC
- Con el rallador de cítricos, obtener la limadura de la naranja.
- Fundir el isomalt en el sartén a 160 ºC.

- Sobre la bandeja con la lámina de silicona, verter el isomalt fundido y dejar enfriar hasta que se solidifique.
- En el procesador de alimentos, triturar el isomalt, esparcir en la bandeja con la lámina de silicona, y la ralladura de naranja.
- Colocar en el horno caliente por 2 minutos.
- Enfriar y trocear, almacenar en un lugar fresco y seco.

Montaje

Ingredientes

80 gr. Cremoso de uvilla

70 gr. Streusel de cacao

20 gr. Puré de piel de naranja

10 gr. Caramelo de piel de naranja

2 gr. Hierba buena

Equipo Necesario

Plato redondo n22

Cuchara metálica

Botella exprimible

Pinzas de precisión

Proceso de Elaboración

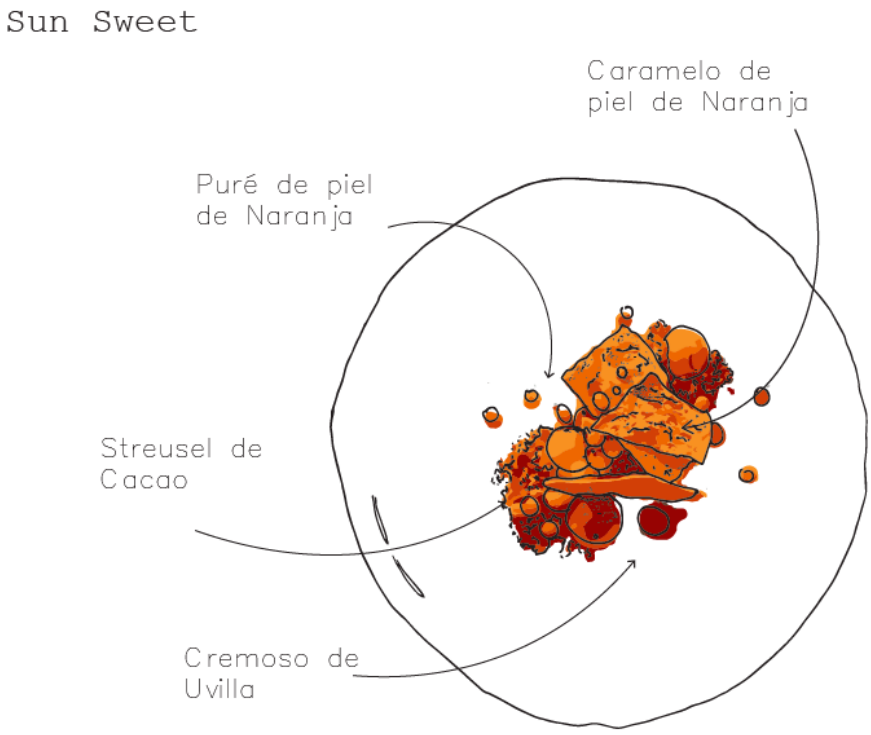


Ilustración 4 Sun Sweet (Bustillos, M. 2020)

Conclusión

- En conclusión, la cocina progresiva es una derivación del arte culinario-única y que, muy probablemente, haya llegado para quedarse. Su historia es diversa, y depende directamente de las innovaciones que se originan desde las ciudades más cosmopolitas para ofrecer a los comensales cosas que en ningún otro restaurant obtendrá. Lo más interesante para reflexionar sobre ella es sin duda su deslindamiento de la cultura y la historia de las naciones que, sin ser una condición indefectible, marca un punto de inflexión entre ese lazo casi inequívoco que se vislumbraba siempre entre la cocina y la cultura. De ahí nace justamente la mayor importancia de la cocina progresista: ser una forma totalmente distinta de concebir el arte culinario, integrando en ella elementos multidisciplinarios, riesgos y pasión por ofrecer algo distinto en cada experiencia. Es, quizás, una de las tendencias culinarias más asombrosas de toda la historia de la cocina.
- Es fundamental conocer el origen, la procedencia, historia detrás de cada producto y técnicas para poder contextualizarlo o adaptarlo a cualquier tipo de propuesta.
- Un menú equilibrado con un conjunto de ingredientes, que plasmaron claramente las intenciones de la propuesta.
- Menú sabores, texturas colores presentan una armonía, que visualmente es llamativo y el sabor en boca es agradable.
- En postre, usar ingredientes frescos como la uvilla para generar un contraste que resalte el sabor.

Bibliografía

Adrià, A., Adrià, F., & Soler, J. (2010). *Como funciona elBulli, las ideas los metodos y la creatividad de Ferran Adrià*. London: Phaidon.

Alicia Foundation elBullitaller. (2010). *Modern Gastronomy A to Z a scientific and Gastronomic Lexicon*. Boca Raton: Taylor & Francis Group.

Andrade, H., Bastidas, O., & Sherwood, S. (2002). La Papa en Ecuador. En Pumisacho, M. Sherwood, S. (Eds.), *El Cultivo de la papa en Ecuador*.(pp. 21-28). Estación Experimental Santa Catalina. https://repositorio.iniap.gob.ec/bitstream/41000/2802/4/iniapsc190.pdf

Arenós , P. (2015). *La cocina de los valientes* (Primera ed.). Barcelona, España: Ediciones B, S.A.

Avilez, J. P., & Camiruaga, M. (2006). *Manual de Crianza de Patos*. Temuco, Chile: Universidad Católica de Temuco. Obtenido de http://www.uco.es/organiza/servicios/publica/az/php/img/web/07_10_31_manual.pdf

Bradeen, J., & Simon, P. (2007). Carrot. En C. Kole, Vegetables. *Genome Mapping and Molecular Breeding in Plants* (Vol. V). Springer, Berling, Hedielberg. obtenido de https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-540-34536-7_4#citeas

Capano, D. (2012). *Los sabores de la literatura: un recorrido culinario*. Revista Gramma, XXIII(49), 292-312. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6069102.pdf

Domene, M. (2013). *El Bulli: Contemporary Intersections Between Food, Science, Art and Late Capitalism*. Barcelona Research Art Creation, I(1). https://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/brac/article/view/611

El Comercio. (2011, Enero 29). El Aguacate tiene diferentes formas y sabores. *El Comercio*: https://www.elcomercio.com/actualidad/negocios/aguacate-diferentes-formas-y-sabores.html

El Comercio. (2011, Agosto 13). El cultivo de la uvilla crece en el país. *El Comercio*: https://www.elcomercio.com/actualidad/negocios/cultivo-de-uvilla-crece-pais.html

El Comercio. (2011, Septiembre 10). La frutilla es un cultivo rentable. *El Comercio*: https://www.elcomercio.com/actualidad/negocios/frutilla-cultivo-rentable.html

Ensminger, A., Ensminger , M., Konlande, J., & Robson, J. (1994). *Foods and Nutrition Encyclopedia* (Vol. I). Boca Raton, Florida, USA : CRC Press. https://books.google.com.ec/books?id=XMA9gYIj-C4C&pg=PA1622&lpg=PA1622&dq=almond+scientific+name+and+origin&source=bl&ots=nKTc80p5Bj&sig=ACfU3U3oaFDquRMjfTW-aaCoyp7MB5r13Q&hl=es-419&sa=X&ved=2ahUKEwj-_OWs7InqAhWTSDABHbFgAnIQ6AEwGnoECAwQAQ#v=onepage&q=almond%20scientific%20name%20and%20origin&f=false

FAO. (2005, Junio 15). *Cultured Aquatic Species Information Programme Oncorhynchus mykiss*. Food and Agriculture Organization of the United Nations: http://www.fao.org/fishery/culturedspecies/Oncorhynchus_mykiss/en#tcNA0053

Izquierdo, J., & Roca , W. (1988). *Under-Utilized Andean Food Crops: Status And Prospects Of Plant Biotechnology For The Conservation And Sustainable Agricultural Use Of Genetic Resources*. Santiago: Acta Hortic. http://www.fao.org/tempref/GI/Reserved/FTP_FaoRlc/old/prior/recnat/recursos/biodiv/andinos.pdf

Kokkini, S., & Vokou, D. (Abril de 1989). Mentha spicata (Lamiaceae) chemotypes grown wild in Greece. *Economic Botany*, 43, pp. 192-202. https://www.researchgate.net/profile/Despoina_Vokou/publication/227232662_Mentha_spicata_Lamiaceae_chemotypes_grown_wild_in_Greece/links/560d396c08ae2aa0be49bbb8/Mentha-spicata-Lamiaceae-chemotypes-grown-wild-in-Greece.pdf

León, F. (2015). *Estrategias para el cultivo, comercialización y exportación del cacao fino de aroma en el Ecuador* [Tesis de maestría, Univdersidad Espiritu Santo]. Repositorio Universidad Espiritu Santo. http://repositorio.uees.edu.ec/bitstream/123456789/1726/1/PAPER%20FERSEN%20LEON%20MAE%20PRESENTAR.pdf

Martinez, A., Vásquez, W., Viteri, P., Jácome, R., & Ayala, G. (2013). *FICHA TÉCNICA DE LA VARIEDAD DE MORA SIN ESPINAS (Rubus glaucus Benth) INIAP ANDIMORA-2013*. Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias: https://repositorio.iniap.gob.ec/bitstream/41000/4768/1/iniapsc359.pdf

Myhrvold, N., Young , C., & Bilet, M. (2011). *Modernist Cuisine Historia de la cocina* (Vol. I). Köln, Germany: Taschen.

Myhrvold, N., & Young, C. & Bilet, M. (2011). *Modernist Cuisine Técnicas y Equipamiento* (Vol. II). Köln, Germany: Taschen.

Navarro, J. (2011). *La cocina de vanguardia, una nueva forma de arte*. Congreso Internacional Latina de Comunicación, III, pp. 1-10. La Laguna. http://www.revistalatinacs.org/11SLCS/actas_2011_IIICILCS/197_Navarro.pdf

Petrus,D., Attaway,J. (2020) Spectral Characteristics of Florida Orange Juice and Orange Pulp wash. Collaborative Study., *Journal of Association of Official Analytical Chemists*, *Vol*. (68), Issue 6, 1 November 1985, pp. 1202–1206. https://academic.oup.com/jaoac/article-abstract/68/6/1202/5704531

Pritts, M. (s.f.). *Raspberries and related fruit*. Department of Horticulture, Cornell University's College of Agriculture and Life Sciences: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwi6wNTl5YnqAhU1VTABHVWKC1EQFjAPegQIARAB&url

=http%3A%2F%2Fwww.postharvest.biz%2Fdownload%2Fnews%2F79270%2F6737%2F498813611%2F53682%2Fcms%2Frasprelfru.pdf%2F&usg=AOvVaw3

Rambourg, P. (2005). *De la cuisine à la gastronomie: Histoire de la table française*. París, Francia: Editorial Louis Audibert.

Scarpato, R., & Daniele, R. (2003). *New global cuisine: tourism, authenticity and sense of place in postmodern gastronomy*. Burlington: Editorial Elsevier. https://shora.tabriz.ir/Uploads/83/cms/user/File/657/E_Book/Tourism/Food%20Tourism.pdf#page=313

This, H. (2004). Les livres de cuisine anciens à l'épreuve du nouveau savoir culinaire. *Critique*, VI-VII(685-686), 546-559. https://www.cairn.info/revue-critique-2004-6-page-546.htm?ref=doi

Toomey, C. (2010, Marzo 28). What Ferran Adria is cooking up after El Bulli. https://www.christinetoomey.com/2010/what-ferran-adria-is-cooking-up-after-el-bulli/

World Wide Fund for Nature. (2017). *De la selva a la mesa*. World Wide Fund for Nature: https://www.wwf.org.ec/horadelplanetaecuador_/hora_del_planeta_ecuador_2017/gira_gastronomica_quito_guayaquil/de_la_selva_a_la_mesa/

Yánez, C., Velasquez, J., Peñaherrera, D., & Zambrano, J. (2010). *Guía de Producción de Maíz de Altura Guía no. 96*. Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias: https://repositorio.iniap.gob.ec/bitstream/41000/2440/1/iniapscg96.pdf

Anexo A: Recetas Estandar

RECETA:	TARTAR DE TRUCHA		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.4	TRUCHA FILETE	$ 17.50	$ 7.00
kilogram	0.02	MOSTAZA DIJON	$ 17.88	$ 0.36
kilogram	0.04	CEBOLLIN	$ 10.50	$ 0.42
liter	0.052	ZUMO DE LIMON	$ 2.04	$ 0.11
kilogram	0.01	PIMIENTA NEGRA MOLIDA	$ 6.16	$ 0.06
kilogram	0.012	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.01
liter	0.02	A.OLIVA	$ 8.44	$ 0.17
Cantidad Total	**0.554**	[redacted]	COSTO TOTAL	*$ 8.12*
Merma (%-cant)	10.00%			
Rendimiento total kg	0.499			
Costo por kilogramo	$ 16.28			

RECETA:	CROCANTE DE QUINUAS		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.075	QUINUA	$ 2.98	$ 0.22
kilogram	0.075	QUINUA NEGRA	$ 2.98	$ 0.22
kilogram	0.075	QUINUA ROJA	$ 2.98	$ 0.22
kilogram	0.02	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.01
Cantidad Total	**0.245**	[redacted]	COSTO TOTAL	*$ 0.68*
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.245			
Costo por kilogramo	$ 2.77			

RECETA:	CREMOSO DE AGAUCATE		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.5	AGUACATE	$ 1.90	$ 0.95
liter	0.04	ZUMO DE LIMON	$ 2.04	$ 0.08
kilogram	0.015	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.01
kilogram	0.01	PIMIENTA NEGRA MOLIDA	$ 6.16	$ 0.06
Cantidad Total	**0.565**	[redacted]	COSTO TOTAL	*$ 1.10*
Merma (%-cant)	20.00%			
Rendimiento total kg	0.452			
Costo por kilogramo	$ 2.43			

RECETA:	FALSO CAVIAR DE LIMON		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.08	TAPIOKA GRANO	$ 5.15	$ 0.41
liter	0.05	ZUMO DE LIMON	$ 2.04	$ 0.10
Cantidad Total	**0.13**	[redacted]	COSTO TOTAL	*$ 0.51*
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.130			
Costo por kilogramo	$ 3.95			

RECETA:	CHIPS DE CAMOTE MORADO		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.1	CAMOTE MORADO	$ 2.20	$ 0.22
kilogram	0.008	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.004
Cantidad Total	**0.108**	[redacted]	COSTO TOTAL	*$ 0.22*
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.108			
Costo por kilogramo	$ 2.07			

RECETA:	ANDEAN TARTAR		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	1.00
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO KG	COSTO TOTAL
kilogram	0.1	TARTAR DE TRUCHA	$ 16.28	$ 1.63
kilogram	0.07	CROCANTE DE QUINUAS	$ 2.77	$ 0.19
kilogram	0.085	CREMOSO DE AGUACATE	$ 2.43	$ 0.21
kilogram	0.01	FALSO CAVIAR DE LIMON	$ 3.95	$ 0.04
kilogram	0.05	CHIPS DE CAMOTE	$ 2.07	$ 0.10
Cantidad Total	**0.315**	[redacted]	COSTO TOTAL	*$ 2.17*
Merma (%-cant)	0.00%		FOOD COST	
Rendimiento total kg	0.315		P. VENTA	
Costo por kilogramo	1			

RECETA:	MAGRET PATO		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.64	PATO MAGRE	$ 31.66	$ 20.26
kilogram	0.04	AJO PELADO	$ 7.60	$ 0.30
kilogram	0.005	TOMILLO	$ 3.00	$ 0.02
kilogram	0.03	A. OLIVA GALON	$ 8.44	$ 0.25
kilogram	0.015	SAL PARrILLERA	$ 5.22	$ 0.08
Cantidad Total	**0.73**		**COSTO TOTAL**	***$ 20.91***
Merma (%-cant)	7.00%			
Rendimiento total kg	0.679			
Costo por kilogramo	$ 30.81			

RECETA:	PURE DE PAPA		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.4	PAPA CHOLA	$ 0.58	$ 0.23
liter	0.15	CREMA LECHE	$ 2.92	$ 0.44
kilogram	0.025	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.01
kilogram	0.075	MANTECA CACAO	$ 9.34	$ 0.70
Cantidad Total	**0.65**		**COSTO TOTAL**	***$ 1.38***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.650			
Costo por kilogramo	$ 2.13			

RECETA:	SALSA DE FRUTOS ROJOS		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.05	AZUCAR	$ 0.72	$ 0.04
kilogram	0.1	MORA DE CASTILLA	$ 2.60	$ 0.26
kilogram	0.1	FRUTILLA	$ 3.50	$ 0.35
kilogram	0.1	FRAMBUESA	$ 13.00	$ 1.30
Cantidad Total	**0.35**		**COSTO TOTAL**	***$ 1.95***
Merma (%-cant)	8.00%			
Rendimiento total kg	0.322			
Costo por kilogramo	$ 6.04			

RECETA:	VEGETALES ALTEADOS		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.2	MINI ZANAHORIAS COSMICAS	$ 18.00	$ 3.60
kilogram	0.05	GARABATOYUYO	$ 10.00	$ 0.50
kilogram	0.1	MANTEQUILLA S/SAL	$ 4.92	$ 0.49
kilogram	0.01	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.004
Cantidad Total	**0.36**		**COSTO TOTAL**	***$ 4.60***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.360			
Costo por kilogramo	$ 12.77			

RECETA:	VOLCANIC DUCK		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	1.00
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO KG	COSTO TOTAL
kilogram	0.12	MAGRET PATO	$ 30.81	$ 3.70
kilogram	0.05	PURE DE PAPA	$ 2.13	$ 0.11
kilogram	0.02	SALSA DE FRUTOS ROJOS	$ 6.04	$ 0.12
kilogram	0.05	VEGETALES SALTEADOS	$ 12.77	$ 0.64
kilogram	0.001	SAL SEA FLAKES (MALDON)	$ 81.25	$ 0.08
Cantidad Total	**0.241**		**COSTO TOTAL**	***$ 4.64***
Merma (%-cant)			FOOD COST	
Rendimiento total kg	0.241		P. VENTA	
Costo por kilogramo	1			

RECETA:	STREUSEL DE CACAO		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.075	ALMENDRA MOLIDA NACIONAL	$ 17.00	$ 1.28
kilogram	0.075	MANTEQUILLA S/SAL	$ 4.92	$ 0.37
kilogram	0.024	COCOA POLVO AMARGA REPUBLICA CACAO	$ 10.36	$ 0.25
kilogram	0.075	HARINA TRIGO	$ 0.70	$ 0.05
kilogram	0.075	AZUCAR	$ 0.72	$ 0.05
Cantidad Total	**0.324**		**COSTO TOTAL**	***$ 2.00***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.324			
Costo por kilogramo	$ 6.17			

RECETA:	PURE DE PIEL DE NARANJA		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.18	NARANJA AMERICANA	$ 3.10	$ 0.56
kilogram	0.09	AZUCAR	$ 0.72	$ 0.06
kilogram	0.03	MANTEQUILLA S/SAL	$ 4.92	$ 0.15
Cantidad Total	**0.3**		**COSTO TOTAL**	***$ 0.77***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.300			
Costo por kilogramo	$ 2.57			

RECETA:	CARAMELO DE PIEL DE NARANJA		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.05	NARANJA AMERICANA	***$ 3.10***	***$ 0.16***
kilogram	0.15	ISOMALTA	***$ 16.25***	***$ 2.44***
Cantidad Total	**0.2**		**COSTO TOTAL**	$ 2.59
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.200			
Costo por kilogramo	$ 12.96			

RECETA:	CREMOSO DE UVILLA		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
liter	0.44	CREMA LECHE	$ 2.92	$ 1.28
liter	0.12	LECHE ENTERA	$ 0.99	$ 0.12
kilogram	0.01	GELATINA S/SABOR	$ 12.07	$ 0.12
kilogram	0.15	QUESO CREMA	$ 3.99	$ 0.60
kilogram	0.16	AZUCAR	$ 0.72	$ 0.12
kilogram	0.4	UVILLAS S/C	$ 2.95	$ 1.18
Cantidad Total	**1.28**		**COSTO TOTAL**	***$ 3.42***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	1.280			
Costo por kilogramo	$ 2.67			

RECETA:	SUN SWEET		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	1.00
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO KG	COSTO TOTAL
liter	0.08	CREMOSO DE UVILLA	$ 2.67	$ 0.21
liter	0.07	STREUSEL DE CACAO	$ 6.17	$ 0.43
kilogram	0.02	PURE DE PIEL DE NARANJA	$ 2.57	$ 0.05
kilogram	0.015	CARAMELO DE PIEL DE NARANJA	$ 12.96	$ 0.19
kilogram	0.002	HIERBA BUENA	$ 15.56	$ 0.03
Cantidad Total	**0.187**		**COSTO TOTAL**	***$ 0.92***
Merma (%-cant)	0.00%		FOOD COST	
Rendimiento total kg	0.187		P.VENTA	
Costo por kilogramo	1			

RECETA:	CREMA DE CHOCLO		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.15	CEBOLLA PERLA	$ 1.60	$ 0.24
kilogram	0.1	MANTEQUILLA S/SAL	$ 4.92	$ 0.49
kilogram	0.4	CHOCLO DESGRANADO	$ 2.60	$ 1.04
kilogram	0.006	AJO PELADO	$ 7.60	$ 0.05
kilogram	0.015	PIMIENTA NEGRA MOLIDA	$ 6.16	$ 0.09
kilogram	0.2	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.09
liter	0.5	CREMA DE LECHE	$ 2.92	$ 1.46
Cantidad Total	**1.371**		**COSTO TOTAL**	***$ 3.46***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	1.371			
Costo por kilogramo	$ 2.52			

RECETA:	CROQUETAS DE QUESO		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
liter	0.35	LECHE ENTERA	$ 0.99	$ 0.35
kilogram	0.05	HARINA TRIGO	$ 0.70	$ 0.03
kilogram	0.035	MANTEQUILLA S/SAL	$ 4.92	$ 0.17
kilogram	0.05	QUESO FRESCO	$ 5.40	$ 0.27
each	1	HUEVO	$ 0.12	$ 0.12
kilogram	0.01	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.00
kilogram	0.008	PIMIENTA NEGRA MOLIDA	$ 6.16	$ 0.05
Cantidad Total	**0.563**		**COSTO TOTAL**	***$ 1.00***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.563			
Costo por kilogramo	$ 1.78			

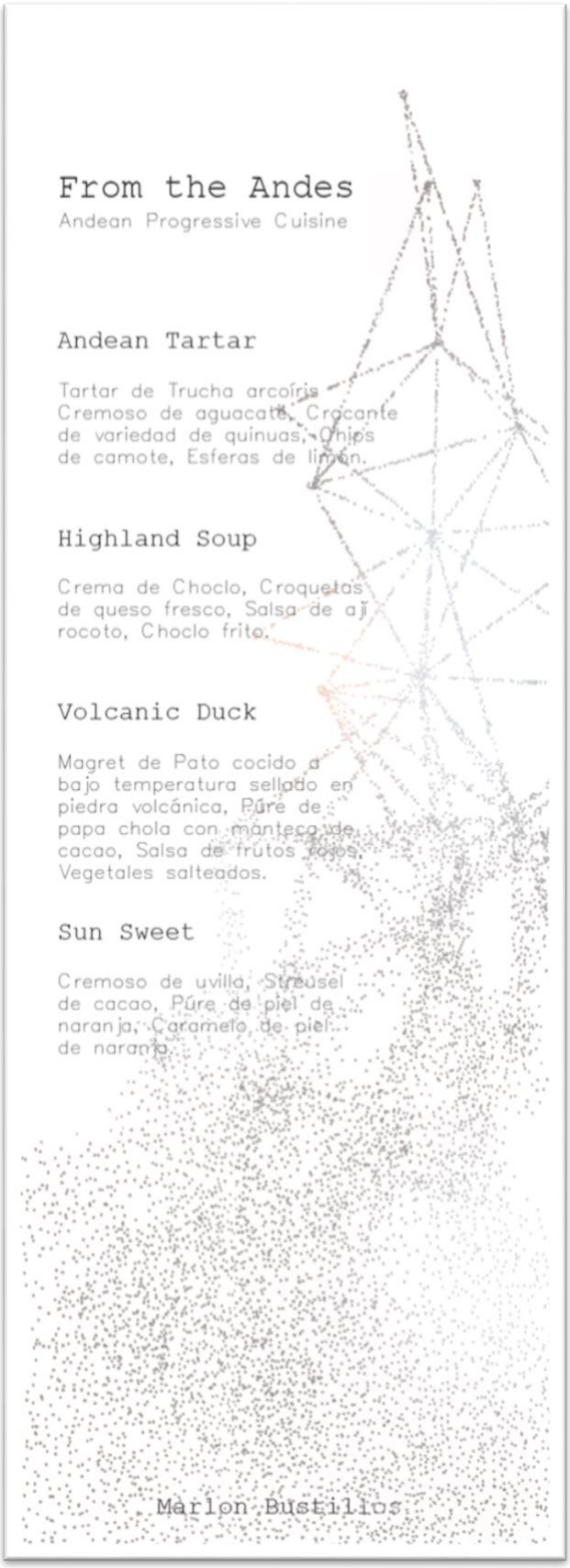
RECETA:	SALSA DE AJI ROCOTO		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.015	AJI ROCOTO	$ 2.90	$ 0.04
kilogram	0.01	AJO PELADO	$ 7.60	$ 0.08
liter	0.005	VINAGRE BLANCO	$ 0.52	$ 0.00
liter	0.01	ACEITE VEGETAL	$ 1.40	$ 0.01
kilogram	0.03	CEBOLLA PERLA	$ 1.60	$ 0.05
kilogram	0.06	TOMATE ARBOL	$ 1.34	$ 0.08
kilogram	0.005	SAL CRISAL	$ 0.44	$ 0.00
liter	0.01	ZUMO LIMON	$ 2.04	$ 0.02
Cantidad Total	**0.145**		**COSTO TOTAL**	***$ 0.29***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.145			
Costo por kilogramo	$ 1.98			

RECETA:	CHOCLO FRITO		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
kilogram	0.15	CHOCLO DESGRANADO	$ 2.60	$ 0.39
Cantidad Total	**0.15**		**COSTO TOTAL**	***$ 0.39***
Merma (%-cant)	0.00%			
Rendimiento total kg	0.150			
Costo por kilogramo	$ 2.60			

RECETA:	HIGHLAND SOUP		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	
			NÚMERO DE PORCIONES	1.00
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO KG	COSTO TOTAL
kilogram	0.1	CREMA DE CHOCLO	$ 2.52	$ 0.25
kilogram	0.03	CROQUTAS DE QUESO	$ 1.78	$ 0.05
kilogram	0.02	SALSA DE AJI ROCOTO	$ 1.98	$ 0.04
kilogram	0.03	CHOCLO FRITO	$ 2.60	$ 0.08
Cantidad Total	**0.18**		**COSTO TOTAL**	***$ 0.42***
Merma (%-cant)			FOOD COST	
Rendimiento total kg	0.180		P. VENTA	
Costo por kilogramo	1			

RECETA:	FROM THE ANDES..		***TAMAÑO DE LA PORCIÓN***	
			NÚMERO DE PORCIONES	
UNIDAD	***CANTIDAD***	***INGREDIENTES***	***COSTO***	***COSTO TOTAL***
each	1	ANDEAN TARTAR	***$ 2.17***	***$ 2.17***
each	1	HIGHLAND SOUP	***$ 0.42***	***$ 0.42***
each	1	VOLCANIC DUCK	***$ 4.64***	***$ 4.64***
each	1	SUN SWEET	***$ 0.92***	***$ 0.92***
Cantidad Total	**4**	[redacted]	**COSTO TOTAL**	$ 8.16
			FOOD COST	
			P. VENTA	

Anexo B : Presentación de Menú



Anexo C : Fotografías de la Degustación

Andean Tartar

Highland Soup

Volcanic Duck

Sun Sweet