

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo.

Travesía

**Julián Andrés Yáñez Benavides
Xavier Esteban Corrales Chérrez**

Gastronomía

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

Quito, 17 de diciembre de 2023

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte culinario y Turismo

HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA

Travesía

Julián Andrés Yáñez Benavides

Xavier Esteban Corrales Chérrez

Nombre del profesor, Título académico

Andrés Terán, Chef

Quito, 17 de diciembre de 2023

© DERECHOS DE AUTOR

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en la Ley Orgánica de Educación Superior del Ecuador.

Nombres y apellidos: Julián Andrés Yáñez Benavides

Código: 00212494

Cédula de identidad: 1727133967

Lugar y fecha: Quito, 17 de diciembre de 2023

Nombres y apellidos: Xavier Esteban Corrales Chérrez

Código: 00212868

Cédula de identidad: 1719817668

Lugar y fecha: Quito, 17 de diciembre de 2023

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UNPUBLISHED DOCUMENT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 these publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

RESUMEN

Este trabajo explora el potencial gastronómico de las 4 regiones del Ecuador. Centrada en el uso de productos locales, la investigación propone analizar cómo la diversidad geográfica del Ecuador se refleja en sus tradiciones culinarias, resaltando la importancia de la sostenibilidad y la conexión entre los ingredientes y las identidades regionales. El viaje inicia en la región insular, en la que se explora el potencial de los productos locales en la alta cocina, seguimos nuestro viaje por la costa ecuatoriana donde trataremos otros productos marinos y agrícolas, junto con los métodos tradicionales de cocina de la zona. A medida que la travesía avanza hacia la región sierra, se revisa la riqueza de los productos de alta montaña junto con diferentes maneras de presentarlos sin perder su origen. La investigación finaliza en la región amazónica, aquí se toma como inspiración, la belleza natural de la región, usando ingredientes locales en diferentes texturas. El objetivo de este trabajo es realizar un ejercicio de integración de los productos en un restaurante de alta cocina, destacando nuevas formas de hacer cocina ecuatoriana.

Palabras clave: Local, Potencial gastronómico, Alta Cocina, Cuatro mundos

ABSTRACT

The following article explores the gastronomic potential of the four regions of Ecuador. Centered around the use of local products, the research aims to analyze how Ecuador's geographical diversity is reflected in its culinary traditions, emphasizing the importance of sustainability and the connection between indigenous ingredients and regional identities. The journey begins in the insular region, where local ingredients are identified, and their potential in modern cuisine is explored. Continuing along the Ecuadorian coast, the study delves into marine and agricultural products, accompanied by traditional methods that define the cuisine of the area. As the expedition progresses towards the sierra region, the richness of high-altitude products is reviewed, exploring various ways to present them without losing their original essence. The research concludes in the Amazon region, drawing inspiration from the natural beauty of the area and incorporating local ingredients in diverse textures. The objective of this work is to undertake an integration exercise of local products in a modern cuisine restaurant, showcasing innovative approaches to Ecuadorian culinary art.

Keywords: Local, Gastronomic potential, Modern cuisine, Four regions

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	8
CUATRO MUNDOS:	8
GASTRONOMÍA ECUATORIANA:	9
TRAVESÍA:	10
San Cristóbal:.....	12
Preparación:	13
Puerto Cayo:	14
Preparación:	15
Valle de Colta:.....	16
Preparación:	17
Cavernas de Cotundo:	20
Preparación:	21
CONCLUSIONES	25
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	26
ANEXO A: RECETA ESTÁNDAR “SAN CRISTÓBAL”	28
ANEXO B: RECETA ESTÁNDAR “PUERTO CAYO”	30
ANEXO C: RECETA ESTÁNDAR “VALLE DE COLTA”	32
ANEXO D: RECETA ESTÁNDAR “CAVERNAS DE COTUNDO”	34
ANEXO E: “SAN CRISTÓBAL”.....	36
ANEXO F: “PUERTO CAYO”	37
ANEXO G: “VALLE DE COLTA”.....	38
ANEXO H: “CAVERNAS DE COTUNDO”	39
ANEXO I: IMPRESIÓN FÍSICA DEL MENÚ	40
Anexo J: PANEL DE JUECES:	41

INTRODUCCIÓN

"La cocina es una expresión de la tierra. Si no conoces la tierra, no puedes conocer la cocina." (Redzepe, 2018) El Ecuador, con sus 4 mundos se presenta como un escenario perfecto para la formulación de la propuesta gastronómica que se ha desarrollado en este texto. La diversidad natural y cultural que encontramos desde las costas del pacífico a las profundas selvas de las amazonas no tienen comparación geográfica en un territorio tan pequeño. Es por ello, que a través de este menú se celebrará esta diversidad en forma de un viaje, una travesía a lo largo de diferentes locaciones que fueron escogidas por el impacto que han dejado en nuestra memoria.

Cuatro Mundos:

Como visto claramente, durante las últimas dos décadas, la globalización ha jugado un papel muy importante en el desarrollo de nuevos códigos de comunicación internacionales, que a través de símbolos y significados logran cautivar los imaginarios de la audiencia a la que son destinados. Una de las maneras más exitosas de crear un espacio en el subconsciente colectivo, es con la creación de una "marca". Esta, si es bien trabajada, puede llegar a tener una actitud y personalidad identificable por el público. De esta manera se la puede ver como un organismo, que se fortalece o debilita dependiendo de la intensidad y la calidad de comunicación que vaya asociado al mismo. (Kurtz, 2012)

En este contexto, Con la creación de una marca, un país puede desarrollar o fortalecer su identidad e imagen global. Además, se tiene la oportunidad de crear una expectativa en los

futuros turistas y clientes que tendrá el país. “Es necesario comprender que el crear una marca país es un concepto que va más allá del diseño de una gráfica, pues es el conjunto de representaciones que atribuirán una identidad a una nación.” (Chicaiza Villalba, R., Lastra Vélez, J., & Yáñez Velásquez, J. 2014)

A partir de esto, a lo largo de la primera década de los 2000, el Ecuador busca una identidad y una marca. Para ello se han analizado las fortalezas y factores diferenciales que tiene el país en relación con los demás países de la región y el mundo. Uno de los activos intangibles más importante que ofrece el Ecuador son sus cuatro regiones o cuatro mundos. Este es el punto clave que hemos tomado en el desarrollo de este menú, una mirada al Ecuador y su potencial en forma de cuatro tiempos que exploren un poco de toda la diversidad que puede ofrecer el país.

Gastronomía ecuatoriana:

Cuando hablamos de gastronomía nos estamos refiriendo a un grupo de actividades, saberes y tradiciones que forman parte del patrimonio intangible del territorio al que pertenecen. Consecuentemente, la gastronomía se desarrolla como una actividad de mantenimiento crucial para la supervivencia de cualquier grupo humano, responde a factores como la disponibilidad de los productos locales, patrones climáticos y culturales. Así lo explica Catalina Unigarro en su libro (Patrimonio Cultural Alimentario) “En ese sentido, la cocina supone un extenso y complejo entramado de actividades sucesivas y concomitantes que evocan no sólo sabores, colores, texturas, sino, y, sobre todo, recuerdos. Así, a través del acto de comer se recrean sabores, saberes, conocimientos, memorias de los pueblos.” (Unigarro. 2010) Asimismo, uno de los factores determinantes de la forma que adquiere la gastronomía ecuatoriana es la “verticalidad” de los Andes, Unigarro explica cómo somos testigos de un intercambio (reciprocidad) como un

sistema simétrico de intercambio o circulación de bienes entre diferentes pisos climáticos a lo largo de la cordillera y sus estribaciones. Existen evidencias arqueológicas que sustentan la idea de que estos intercambios han ocurrido con frecuencia desde épocas prehispánicas, lo que supone la existencia de una red de comercio y comunicación constante entre los diferentes reinos y cacicazgos que existían donde hoy se encuentra el Ecuador. De esta manera la gastronomía se enriquece del uso e intercambio de diversos productos provenientes de diferentes pisos climáticos ubicados a una distancia relativamente corta.

“La cocina, como espacio integrador, permite una experiencia en la que dialogan y se enfrentan cosmovisiones, lugares de enunciación, estructuras de poder, etc., que no aparecen de manera accidental, sino que se desprenden del mismo hecho de ser una expresión del ser social.” (Unigarro. 2010) Así es como la cocina es el lugar perfecto para hablar de mezclas y transformaciones culturales. En la actualidad es fácil reconocer el impacto y las influencias que provocaron los procesos coloniales en la cocina de América Latina. En el caso del Ecuador, por ejemplo, encontramos la fuerte influencia de la cocina y los saberes de las misiones y los conventos en las urbes de la sierra, así como, en zonas como Esmeraldas y el Valle del Chota la trata de esclavos y las estructuras de explotación feudales de las haciendas han influenciado también la gastronomía con el desarrollo de tradiciones culinarias específicas.

Travesía:

Empezamos este viaje en las islas encantadas. Las Galápagos son un archipiélago ubicado en el océano Pacífico a unos 1.000 kilómetros de la costa ecuatoriana. Estas islas son conocidas por su increíble biodiversidad y su importancia histórica como el lugar donde Charles Darwin desarrolló su teoría de la evolución. Estas islas son famosas por su gran diversidad

natural, la cual ha funcionado como inspiración en la primera entrada. Recordamos a las iguanas en los grandes cactus que se elevan sobre las rocas volcánicas, alimentándose de sus frutos mientras se recuestan en el sol.

Seguimos nuestro viaje por la costa del pacífico ecuatoriana. conocida por su clima tropical y sus hermosas playas. Así mismo, lo que más distingue a la región costa y especialmente a la provincia de Manabí es su gastronomía, el uso de mariscos, plátano verde y el maní. En este plato se resalta una de las técnicas de cocción más tradicionales, el uso de envueltos en hojas de plátano para cocinar alimentos, lo que otorga un sabor único a las preparaciones.

Nuestra tercera parada son Los Andes ecuatorianos, esta cordillera atraviesa el país de norte a sur. Esta región montañosa está llena de paisajes impresionantes, lagunas, volcanes y pueblos indígenas. De esta región se puede destacar la presencia del Chimborazo, “El Monarca de los Andes” es el punto más cercano al sol por estar ubicado en la línea Ecuatorial, sus blancos picos brillan con la luz del día sobre la laguna de Colta, lugar que inspirará nuestro plato fuerte.

Finalmente, la última parada es la región amazónica que cubre gran parte del territorio del país, cerca del 44% de la extensión del Ecuador, curiosamente es el territorio del que menos se habla y se entiende en la sociedad ecuatoriana. Esta zona está compuesta por selvas tropicales densas y ríos caudalosos. El oriente alberga una gran biodiversidad con especies únicas de plantas y animales. Dentro de estos paisajes, uno de los más peculiares podemos encontrar en la provincia del Napo, cuando la cordillera de los Andes desciende en las frondosas selvas amazónicas encontramos profundas cavernas debajo del bosque, dentro de ellas fluyen ríos subterráneos que bajan de las montañas. Estas cavernas han sido usadas como sitios

ceremoniales desde hace cientos de años por los pobladores de la zona. Es así como este escenario ha sido la inspiración para el postre. (Falcón. 2018)

San Cristóbal:

San Cristóbal es una de las islas más fascinantes y hermosas del archipiélago de las Galápagos, ubicado en Ecuador. Conocida también como Chatham, es la quinta isla más grande de todo el archipiélago y cuenta con una superficie total de aproximadamente 558 kilómetros cuadrados. Esta isla es reconocida por su biodiversidad única y su belleza natural impresionante. Al visitar San Cristóbal, los turistas tienen la oportunidad de descubrir una gran variedad de especies endémicas que no se encuentran en ningún otro lugar del mundo. Desde tortugas gigantes hasta lobos marinos, iguanas terrestres y aves exóticas, cada rincón de esta isla ofrece un encuentro cercano con la vida silvestre.

Una de las atracciones más populares de San Cristóbal es el Centro Interpretativo donde los visitantes pueden aprender sobre la historia geológica del archipiélago y cómo ha influido en la formación de las especies únicas que habitan estas islas. También hay varios senderos para caminar alrededor de la isla, ofreciendo increíbles vistas panorámicas y permitiendo a los viajeros explorar diferentes ecosistemas como manglares, playas vírgenes y colinas volcánicas. Además de su belleza natural, San Cristóbal cuenta con una vibrante comunidad local que ofrece a los visitantes una experiencia auténtica. El pueblo principal, Puerto Baquerizo Moreno, es un lugar encantador lleno de tiendas, restaurantes y hoteles boutique. Aquí se pueden encontrar deliciosos platos locales a base de mariscos frescos y disfrutar de la hospitalidad amigable de los habitantes locales. (Flores Hernández. 2017)

Preparación:

Dentro de los ingredientes que identificamos para desarrollar el primer plato del menú, encontramos a las tunas, el róbalo de profundidad, la tinta de calamar y el tamarindo. Con la tuna hemos decidido usarla como base para un ceviche en el que infusionamos al jugo de limón con los retazos del pescado, jengibre, apio, cebolla y ají amarillo. Posteriormente incorporamos la pulpa de la tuna a esta preparación, haciendo uso de la pectina que posee la fruta conseguimos una consistencia muy agradable. Por otro lado, decidimos presentar la tinta de calamar de una manera diferente y que nos aportara una textura diferente en el plato, realizando un crocante de tapioca infusionada con la tinta y un poco de carbón activado para obtener un color oscuro. Esta preparación se logra al hidratar y cocinar la tapioca en agua, una vez suave vamos a drenar el agua, agregaremos la tinta y el carbón activado para darle color, finalmente extenderemos la mezcla sobre una lata y dejaremos que esta se deshidrate por un día para poder suflarla antes del servicio.

Con el róbalo hemos tratado al producto de dos maneras diferentes, en la primera realizamos el encurtido clásico del ceviche, usando sal, pimienta y zumo de limón, en la segunda hemos realizado una apanadura inglesa, con el objeto de presentar al pescado en dos texturas. Como elementos complementarios realizamos un falso caviar de cebolla paiteña junto con un gel de esta para refrescar el paladar y acompañar el resto de los sabores. Finalmente, para dar altura y un toque de acidez realizamos un aire de tamarindo usando suero y una bomba de aire.

Puerto Cayo:

Puerto Cayo es un pintoresco y encantador pueblo costero ubicado en la provincia de Manabí, en la costa central de Ecuador. Conocido por sus hermosas playas y su ambiente tranquilo, Puerto Cayo se ha convertido en un destino turístico popular tanto para los ecuatorianos como para los visitantes internacionales. Las playas de Puerto Cayo son sin duda su principal atractivo. Con extensas franjas de arena dorada y aguas cristalinas, estas playas ofrecen el escenario perfecto para relajarse bajo el sol o practicar deportes acuáticos como el surf o el snorkel. Además, debido a su posición geográfica privilegiada, Puerto Cayo es también uno de los mejores lugares para disfrutar de impresionantes puestas de sol sobre el océano Pacífico.

Además de sus bellas playas, Puerto Cayo cuenta con una gran diversidad de flora y fauna marina. Los amantes del buceo encontrarán aquí un verdadero paraíso submarino, donde podrán explorar arrecifes coralinos llenos de vida marina colorida y fascinante. También es común avistar tortugas marinas nadando cerca de la costa, lo que representa una experiencia única para aquellos interesados en la conservación y protección del medio ambiente. El pueblo en sí tiene un aire auténtico y tranquilo. Sus calles están adornadas con casitas tradicionales pintadas en colores brillantes y albergan una comunidad amigable y acogedora. Aquí es posible disfrutar de la rica gastronomía local, que destaca por su frescura y sabor único. Los platos típicos incluyen mariscos, pescados frescos y los bollos de verde.

Preparación:

En este plato, empleamos productos y técnicas que son característicos de la zona, como lo es el ají manaba que tiene elementos principales como la zanahoria, cebolla, vinagre de plátano y ají. De la misma manera, encontramos variaciones de la receta que llevan repollo, mostaza, rábanos, y remolacha. Cada casa tiene una variante diferente del famoso ají, así es como también nosotros hemos creado la nuestra. Una no tan picante teniendo en cuenta las necesidades y expectativas de los clientes del restaurante pero que al mismo tiempo resalte la esencia de esta preparación.

En este plato hemos elegido al bollo como principal agente del cual sacamos inspiración. El bollo es una preparación de una masa de plátano verde que se cocina envuelta en hojas del mismo plátano y puede tener varios tipos de rellenos dependiendo de donde se lo elabore. En este caso, nosotros adaptamos esta receta ancestral para su producción en un restaurante de alta cocina, lo hemos presentado sin su hoja, con una textura crocante en el exterior y una suave y sedosa en el interior. De esta manera, en la fase de prácticas intentamos diferentes maneras, a veces sin éxito, de obtener los sabores característicos de esta preparación en el resultado final. Así es como definimos la receta final de las croquetas de bollo de verde, primero hacemos un refrito usando el achiote, rallamos el verde y realizamos un fondo de vegetales con la hoja del plátano. Pues, se definió que el objetivo de esta preparación era el de resaltar su el sabor y el umami que ofrece la hoja. Así mismo, una vez se tenga la masa se la vertió sobre una lata de horno cubierta con hojas de plátano, de esta manera se realizó un bollo a gran escala que entraba al horno y se cocinaba al vapor. El resultado final fue muy satisfactorio

Otro de los ingredientes al que se quiere hacer alusión es el infaltable, que es la salsa encocada, la cual se puede usar con diferentes proteínas pero que no puede faltar en cualquier carta de restaurante que se visite. Por estas razones, el plato se conformó de la siguiente manera: Croquetas de verde inspiradas en lo que es bollo manaba, por lo cual se respetó la preparación tradicional del bollo en hojas de plátano con su mezcla de maní y sofrito, para luego enfriarse y poder porcionar para darle la forma deseada. Esto se acompaña con una salsa encocada, camarones salteados y ají manaba de zanahoria, cebolla, ají rojo nacional, unos pedazos de ciruela a gusto personal de los chefs, crudités de zanahoria y rábano con el fin de darle más presencia a la zanahoria que se usa mucho en el ají manaba y el rábano que también es común encontrarlo en estas preparaciones.

Con este plato se logró traer los ingredientes y preparaciones estrella en esta parte del país, con una tonalidad de colores que hace alusión a los atardeceres que podemos apreciar desde la costa ecuatoriana.

Valle de Colta:

El Valle de Colta es una región ubicada en la Sierra Central de Ecuador, específicamente en la provincia de Chimborazo. Esta maravillosa zona geográfica se encuentra rodeada por majestuosas montañas y colinas esculpidas hace miles de años por los incas y sus terrazas de cultivo, ofreciendo paisajes espectaculares que cautivan a quienes tienen el privilegio de visitarla. En la mitad de este valle encontramos la laguna de Colta o laguna de los patos, pues Colta en kichwa significa pato, a una elevación de 3300 m.s.n.m., y a unos 18 km de la ciudad de Riobamba y a unos 30 km del Chimborazo, el punto más cercano al sol en toda la tierra y el pico más alto de la cordillera de los Andes en el Ecuador. El monarca de los andes, el taita

Chimborazo como se le conoce en la zona, representa una deidad volcánica, el padre mitológico de los Puruwá (ca ~700 BP- AD 1412). Inclusive en la actualidad, el culto a las rocas y a las montañas es parte de las ontologías locales de los Andes. Es importante mencionar que la importancia que ha tenido la agricultura en y su impacto en la zona, pues el valle de Colta fue parte de las periferias del “Tawantinsuyo”. Al observar las colinas que rodean la laguna podemos apreciar como en la zona se ha realizado una agricultura intensiva desde tiempos preincaicos, lo cual ha degradado el suelo a lo largo del tiempo. “Anthropogenic environments are manifested in hundreds of years of farming modifications, characterized by soil deterioration, desertification and reforestation with alien groves (Pines and Eucalyptus)” (Vásquez, 2020) Esta función agrícola representa también la riqueza en la producción de productos alimenticios que tiene la zona, en la actualidad el cultivo principal de la zona es la papa, esta va rotando junto a otros productos para cuidar el deteriorado suelo.

Preparación:

Para el plato fuerte del menú hemos ideado una forma de presentar una celebración a la diversidad de productos que vamos a encontrar en la zona y en el valle interandino. De esta manera optamos por realizar una interpretación de una terrina de paleta de res. El término terrina se refiere a “un recipiente rectangular, ovalado o redondo, de bordes rectos y bastante altos, provisto de orejas o asas y cerrado con una tapa que encaja en un borde interior” (Larousse, 2022) De esta manera, la preparación que se realiza dentro de este recipiente también lleva el nombre de “terrina”. En este caso, no se ha utilizado este recipiente, pero se ha buscado un resultado similar. Para obtenerlo hemos cocinado el pecho de res por 18 horas en sous vide. Se escogió este método con la intención de conseguir una carne suave que se encuentre impregnada

con tomillo, ajo y mantequilla, y que esta pueda ser desmechada con facilidad. “Sous-vide cooking of meats has been a game changer for most restaurants and foodies all around the world, allowing very tender textures of tough cuts and enabling a perfect control of doneness.” (Ruiz-Carrascal. 2019) El uso del sous vide es un aspecto indispensable en la alta cocina, además de facilitar la cocción nos permite tener un resultado constante cada servicio lo que mejora y mantiene la imagen del restaurante que lo use.

Una vez la carne esté hecha, será desmechada y se formará una mezcla de colapez con sus jugos, de manera que esta solución actúe como la unión entre cada pedazo de carne y evite que cuando se forme la terrina y se la corte, esta se deshaga. Para formar la terrina se pesa 500gr de carne sobre un plástico film, consecuentemente se forma un cilindro aplicando presión al envuelto de carne. Este envuelto cilíndrico será enviado inmediatamente a refrigeración para que la colapez actúe y se cristalice. Pasadas 2 horas en refrigeración se puede porcionar la terrina, estas porciones serán guardadas en fundas al vacío hasta el servicio. Durante el servicio calentaremos la carne en el termo circulador, una máquina capaz de mantener una temperatura de agua constante a través de sensores de temperatura y otros componentes tecnológicos. (Marcotti. 2023) Finalmente se coloca la carne en el horno para darle el último toque de temperatura y se la cubre con el jus de oporto en el plato.

Para realizar el jus, se ha usado la receta y los amplios conocimientos del restaurante. Un jus es una preparación que se realiza a partir de los huesos de res tostados al horno, junto con vegetales, el objetivo es obtener una salsa aterciopelada que se espese con el colágeno de los huesos y cartílagos de res. Para esta preparación, usamos huesos de pollo junto con los de res para obtener aún más colágeno, de la misma manera usamos garbanzos para espesar la salsa por

su aquafaba. Todos estos consejos los seguimos del equipo de cocina para obtener una buena salsa controlando el desperdicio y aprovechando productos al 100%. Por otro lado, este plato iba acompañado por una milhojas de papa y zapallo, se la coloca de costado y su imagen recuerda a las terrazas incas del valle de Colta, esta milhojas fue elaborada con el uso de una mandolina, una herramienta que permite obtener láminas finas de vegetales y frutas de una manera uniforme y consistente. Para acompañar al zapallo y la papa usamos una mantequilla noisette, o mantequilla avellanada, esta se logra al infusionarla con ajo y tomillo, y la idea es dorar las proteínas de la leche que están presentes en la mantequilla hasta que tengan un aroma de nuez.

Asimismo, este plato va acompañado de mashuas confitadas, para lograrlas es necesario limpiar y desinfectar las mashuas y cortarlas en cuatro partes, posteriormente, se verterá aceite en una olla junto con ajo, tomillo y sal. La cocción por confitura es una de las formas más antiguas de conservar alimentos que existen, y es una técnica que se origina en el sur de Francia. Cuando se habla de confitar, usualmente se refiere a la cocción de elemento, usualmente un ave como el pato, en su propia grasa, de esta manera logramos una cocción que potencia los sabores y que puede ser usada para conservar alimentos. Sin embargo, en este caso como se usa la mashua el papel de la grasa lo tomará el aceite vegetal infusionado. Se las cocina por 15 min o hasta que estén suaves. (Institut Paul Bocuse. 2021)

Para continuar se realizó un pickle de zapallo, usando una base de vinagre, agua, azúcar y alga kombu para potenciar el umami. Esta preparación se origina como una manera de aprovechar los desperdicios del zapallo al usar la mandolina, se obtuvo una preparación inesperada, el zapallo era suave y refrescante, y funcionó para cortar la grasa de los demás elementos del plato. Nos recuerda de cierta manera, a los encurtidos que se realizan a lo largo de

la cocina de la sierra, elementos ácidos y vegetales que ayudan a cortar la grasa y a mejorar la experiencia en boca.

Finalmente, este plato se complementa de una mostarda de uvillas, la mostarda es una técnica italiana para conservar frutas en soluciones azucaradas, de esta manera se ha ideado una versión salada, usando semillas hidratadas de mostaza, reducción de vinagre de manzana, mantequilla y uvillas. Así es como se obtiene una conserva perfectamente balanceada en cuanto a acidez y los aromas delicados de las uvillas, el picante que trae la mostaza y la grasa de la mantequilla. Este elemento ayudó a que el plato en conjunto fuera redondo y complejo en sabores.

Cavernas de Cotundo:

Al bajar la cordillera de los andes se encuentra la provincia del Napo, es una región geográfica entre la sierra y el oriente, esta condición permite la formación de ciertas formaciones topográficas muy interesantes como son las cavernas ceremoniales en el pueblo de Cotundo, a 18 km del Tena la capital del Napo se encuentran estas cavernas en la falda de montaña. Estas se forman debido al deshielo de las montañas que baja rápidamente hacia la cuenca amazónica y erosiona las rocas a lo largo de miles de años. El recorrido dura alrededor de una hora y existen varias cámaras que se pueden conocer. Dentro de ellas, los visitantes podrán encontrar impresionantes formaciones rocosas, estalactitas y estalagmitas que han sido esculpidas durante siglos por el agua y los minerales presentes en el suelo. se han registrado diferentes especies de murciélagos, arañas y otros invertebrados adaptados a la vida subterránea. Además, algunas galerías cuentan con pequeños ríos subterráneos que albergan peces ciegos, una adaptación evolutiva única.

A parte de esto, lo que sirvió como inspiración para este trabajo fueron los recorridos nocturnos que se pueden tomar dentro de estas cuevas. En la clase de Sociedades Amazónicas se realizó una salida de campo en la que pudimos conocer este lugar. Después de una caminata nocturna por la selva a la luz de las linternas, se llega a un lugar en donde la tierra se abre y se pasa por una pequeña entrada hacia una cascada subterránea, allí las paredes rugosas de la cueva son alumbradas por la luz de las velas. Este lugar sirve como un templo donde se realizan rituales de limpiezas dirigidas por los habitantes de la comunidad. Para el plato decidimos tomar inspiración de las texturas afiladas de las cuevas, formando diferentes texturas con el chocolate, representamos las rocas mojadas de los ríos subterráneos con un helado de ishpingo y la luz de las velas con el coulis de naranjilla especiada.

Preparación:

Para lograr este plato, definimos los ingredientes amazónicos que se querían usar. Principalmente, encontramos al Macambo, Ishpingo, Canela, Chocolate y Naranjilla. Para el helado se realizó una infusión de ishpingo, canela, pimienta dulce y clavo a una base de leche, posteriormente agregamos los estabilizantes y dejamos que el helado madure por 8 horas en refrigeración, esto es importante porque solo de esta manera los estabilizantes que están compuestos por gomas como la goma guar o la xantana, almidones modificados y proteínas como la gelatina, podrán incorporarse de manera exitosa en la mezcla, la idea es reducir la cantidad de agua líquida en la mezcla, por ello usamos también polvos como la glucosa atomizada y la leche en polvo que van a ayudar junto a los estabilizantes a espesar la mezcla.

Dentro de los beneficios del uso de los estabilizantes encontramos que previenen la formación de cristales de hielo grandes, estos cristales se presentan como una amenaza a la

textura del helado, además de que los cristales de hielo pueden causar lesiones dentro del paladar al ser ingeridos, continuando con los beneficios, también ayudan a conseguir una mezcla viscosa, que a su vez concluye en una textura cremosa y sedosa, ofreciendo así una experiencia sensorial más agradable para los comensales, Finalmente y más importante que nada, los estabilizantes permiten que esta experiencia agradable sea constante, pues permiten que el helado sea estable a lo largo del tiempo. Ya que durante el almacenamiento a bajas temperaturas el helado podría experimentar cambios no deseados, puede asentarse y endurecerse como también podría oxidarse y cambiar de color y características. (Corvitto. 2004)

Después del helado, hicimos el Crumble de macambo con chocolate blanco caramelizado, inspirándonos en las recetas de la clase de chocolatería y repostería, decidimos que podríamos caramelizar el chocolate, usando el mismo principio que usamos para hacer una mantequilla noisette, vamos a dorar las proteínas de la leche que se encuentran en el chocolate blanco. Este proceso es únicamente posible por la gran cantidad de leche que tiene este chocolate, ya que si intentásemos el mismo proceso con chocolates con más porcentaje de cacao este se quemaría y nos daría notas amargas que dañarían el postre.

Para caramelizar el chocolate blanco se lo coloca en una lata con un silpat, dentro de un horno a 150°C, moviéndolo en intervalos de 6 min nos aseguraremos de que la caramelización sea uniforme y no se dañe el chocolate, pues este también podría quemarse. Lo moveremos hasta que el chocolate haya alcanzado un color beige-dorado y un poco opaco. Una vez esté listo, se formarán grumos que disolveremos con movimientos circulares mientras el chocolate sigue caliente. De la misma manera que con la mantequilla, esta caramelización permitirá que el chocolate desarrolle un nuevo perfil de sabores, vamos a encontrar notas avainilladas, a nueces

tostadas y coco. Para acompañar de manera perfecta esta mezcla vamos a tostar las semillas de macambo en el horno, así potenciaremos sus características organolépticas y lo añadiremos sobre el chocolate caramelizado, enfriaremos la mezcla y reservamos.

Para terminar el crumble, se forma una masa quebradiza con harina de almendras, harina de trigo, mantequilla, vainilla y azúcar. Una vez esta masa esté cocinada, procederemos a romperla y molerla hasta obtener una especie de arena de galleta. En ese momento agregaremos el chocolate con el macambo picado en pedazos pequeños, que se puedan incorporar en la galleta.

Para lograr las texturas de chocolate, primero haremos un bizcocho ligero de chocolate 70% y ralladura de limón mandarina, para obtener este bizcocho vamos a batir las claras a punto de nieve, a derretir la mantequilla con el chocolate y agregar las yemas al final. Lo más importante de esta preparación es mezclar las claras y la mezcla con las yemas de manera envolvente, mientras tamizamos la harina y la dejamos caer ligeramente sobre la preparación para no perder las burbujas. Después, formaremos una espuma de chocolate 65% a partir de una mezcla de claras y crema de leche con chocolate fundido, la albúmina de las claras funcionará como un estabilizante en la textura de la espuma. Cabe recalcar que para el uso de la espuma esta tiene que ser calentada previamente a una temperatura de 50°C a 60°C para que no se cocinen las claras dentro del sifón. Por otro lado, decidimos que la última textura de chocolate que presentaríamos sería un Tuile de chocolate con nibs de cacao. Esta masa se extiende finamente con la ayuda de una espátula de codo sobre latas y se cocina a una baja temperatura para no quemar el cacao. Esta preparación puede ser moldeada de diferentes formas cuando sale caliente del horno. (Roca. 2018)

Como últimos componentes del postre tenemos las gelatinas de canela que se obtienen haciendo un caramelo en seco, agregando agua y canela, infusionar 15 minutos y se le agrega la gelatina. Finalmente se agrega la mezcla a los moldes y se la corta en cubos pequeños, terminamos con el Coulis de naranjilla que realizamos para aportar un toque frutal y ácido al postre. Usamos la naranjilla, una fruta que crece muy bien en las faldas de la cordillera de los Andes y va muy bien acompañada de las especies dulces que se obtienen en la Amazonía.

CONCLUSIONES

A través de la investigación, encontramos como la gastronomía puede ser este ente elástico que se crea, destruye y se transforma. En el caso de la cocina ecuatoriana es pertinente parar a preguntarse ¿Qué es la cocina ecuatoriana? ¿Qué formas puede tomar a la luz de un mundo globalizado? Así como hace miles de años el intercambio y la reciprocidad entre pisos climáticos formó las bases de lo que hoy conocemos como la cocina tradicional, en la actualidad las influencias de la academia y las técnicas globales permiten jugar otra vez con estos ingredientes locales. Encontramos nuevas formas de presentarlos, ya sea usando técnicas mundiales como la formulación de una salsa acevichada de tuna para hacer un ceviche inspirado en las Galápagos o la inspiración en la croqueta española para presentar un plato tradicional de la costa ecuatoriana, el uso de técnicas francesas como la terrina y las milhojas en el fuerte para representar un paisaje interandino o finalmente la idea de un postre de alta cocina que represente el interior de una caverna en la Amazonía.

La gastronomía es un espacio que nos permite explorar nuevos mundos en relación con el uso de productos y técnicas. Por lo que es un error, el caer en esencialismos que limiten el potencial y diferentes combinaciones que se pueden lograr usando la gran diversidad de productos que cuenta el Ecuador. Esperamos que este menú demuestre la riqueza natural y cultural del país a través de un viaje, una travesía por sus cuatro regiones.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cardona, D., & Vásquez, J. (2018). *Los 4 Mundos del Ecuador: Una mirada a la diversidad cultural y geográfica de un país megadiverso*. Universidad Técnica Particular de Loja.
- Chicaiza Villalba, R., Lastra Vélez, J., & Yáñez Velásquez, J. (2014). La marca país: su origen y evolución, caso Ecuador.
- Corvitto, A., Guillamet, F., & Fabregà, J. M. (2004). *Los secretos del helado: el helado sin secretos*. Vilbo.
- Falcón, V. V., Muñoz, D. A. F., Díaz, N. I. G., Garlobo, E. R., Quinapanta, M. D. R. A., & Martínez, P. A. (2018). Gastronomía ecuatoriana y turismo local. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*.
- Félix Mendoza, Á. G., Vera Intriago, D. A., & Cevallos Cevallos, J. K. (2021). Caracterización de corredores gastronómicos como elementos turísticos potenciales en zonas rurales. Caso de estudio: la zona central de Manabí-Ecuador. *Siembra*, 8(2).
- Flores Hernández, D. V. (2017). *Elaboración de una guía gastronómica que permita difundir el patrimonio culinario de la provincia de Galápagos* (Bachelor's thesis).
- Kurtz, D. L., & Young, V. (2012). *Marketing contemporáneo*. Cengage Learning.
- Larousse, L. (2022). *Larousse Gastronomique: The World's Greatest Culinary Encyclopedia, Completely Revised and Updated*. Clarkson Potter.
- Marcotti, J. V., de Brito Miranda, C., & Nascimento, E. S. (2023) *desenvolvimento da estrutura plástica de um termocirculador aplicado à técnica culinária sous vide*.
- Oñate, F. T., Fierro, J. R., & Viteri, M. F. (2018). *Diversidad gastronómica y su aporte a la identidad cultural*. Revista de Comunicación de la SEECI, (44), 1-13.
- Redzepi, R., & Zilber, D. (2018). *The Noma guide to fermentation: including koji, kombuchas, shoyus, misos, vinegars, garums, lacto-ferments, and black fruits and vegetables*. Artisan Books.
- Roca, J., & Medina, I. (2018) *Casa Cacao: El viaje de vuelta al origen del chocolate*. Editorial Planeta, España. ISBN: 978-84-08-20044-4.
- Ruiz-Carrascal, J., Roldan, M., Refolio, F., Perez-Palacios, T., & Antequera, T. (2019). Sous-vide cooking of meat: A Maillarized approach. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 16, 100138.

Unigarro, C. (2010). Patrimonio cultural alimentario. *Cartografía de la Memoria*. Recuperado de: www.flacsoandes.edu.ec.

Vásquez, J. (2020) *The History of Space in Colta Lake Valley (Chimborazo)*. University of Florida (Anthropology).

Vega Falcón, V., Freire Muñoz, D. A., Guananga Diaz, N. I., Garlobo, E. R., del Rocío Alarcón Quinapanta, M., & Aguilera Martínez, P. (2018). Gastronomía ecuatoriana y turismo local. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 6(1).

ANEXO A: RECETA ESTÁNDAR “SAN CRISTÓBAL”

San Cristóbal

Realizado por: Julian Yanez y Xavier Corrales

Tipo: ENTRADA FRÍA

Porciones: - pax

Ingredientes:

Ceviche de tuna:

600g de tuna fresca
150g de retazos de robalo
10g de sal
20g de jengibre
20g de ajo
500g de limón sutil
500g de limón mandarina
500g de limón Meyer
5g de pimienta molida
15g de apio fresco
100g de cebolla paiteña
3g de xantana
50g de ají rojo nacional
10g de cilantro

Robalo apanado:

450g de harina
120g de maicena
500g de panco
800g de robalo

Tuna a la parrilla:

1000g de tuna

Tapioca de tinta de calamar:

500g de tapioca
35g de harina
5g de tinta de calamar
3g de sal

Aire de tamarindo:

350g de pulpa de tamarindo
150 de azúcar
14g de sucro

Preparación:

Ceviche de tuna:

1. leche de tigre:
 - En un recipiente grande, coloca los cubos de tuna y robalo.
 - Agrega la sal, el jengibre y el ajo picados.
 - Vierte el jugo de limón sutil, limón mandarina y limón meyer sobre los pescados.
 - Deja marinar en el refrigerador por al menos 12 horas
2. Preparación de la salsa:
 - En una licuadora agrega el liquido de la leche de tigre con la pulpa de tuna.

Robalo apanado:

1. Sazón de los filetes de robalo:
 - Sazona los filetes de robalo con sal y pimienta.
2. Proceso de empanizado:
 - Pasa cada pedazo por la harina, asegurándote de cubrirlo completamente y sacudiendo el exceso.
 - Luego, sumerge los pedazos enharinados por la mezcla de tempura.
 - Finalmente, pasa los pedazos por el panco.
3. Fritura:
 - freir a 180 C durante aproximadamente 3-4 minutos.

Tuna a la parrilla:

1. Pelar, cortar y sellar a la parrilla.

Tapioca de tinta de calamar:

1. Cocción:
 - Cocina la tapioca de 20 a 30 min hasta que estén suaves.
2. Preparación de la mezcla aglutinante.
 - Cocina por unos minutos la harina con agua
 - Incorporar la tinta de calamar
3. Secado:
 - secar de 1 a 2 días.
4. fritura:
 - freir a 200 C



Cre moso de aguacate:

500g de aguacate
 10g de aceite vegetal
 5g de sal
 10g de limón Meyer

Perlas de cebolla paitaña:

300g de cebolla paitaña
 12g de agaragar
 150g de azúcar
 400 de vinagre de manzana
 200de agua
 10 de sal
 1000ml de aceite vegetal

Gel de cebolla paitaña:

300g de cebolla paitaña
 12g de agaragar
 150g de azúcar
 400 de vinagre de manzana
 200de agua
 10 de sal

Aceite verde de eneldo:

300g de eneldo
600g de aceite vegetal

Aire de tamarindo:

- Mezcla de tamarindo y azúcar:
 - Combina la pulpa de tamarindo con el azúcar.
- Filtrado de la mezcla:
 - Pasa la mezcla por un colador fino o una gasa para eliminar cualquier fibra o residuo de la pulpa
- Incorporación del sucro
 - En la mezcla filtrada incorpora el sucro hasta que esté bien disuelta.
- Paso final
 - Calentar la mezcla y formar el aire.

Cre moso de aguacate:

- Añadir ingredientes líquidos:
 - Agrega el aceite vegetal y el jugo de limón Meyer a los aguacates..
- licuar:
 - licuar todos lo ingredientes.

Perlas de cebolla paitaña:

- Mezcla de vinagre, azúcar y sal:
 - En una olla, combinar el vinagre de manzana, el azúcar y la sal. Calentar la mezcla a fuego medio, revolviendo para disolver completamente el azúcar y la sal.
- Añadir la cebolla:
 - Agregar la cebolla picada a la mezcla de vinagre, deja reposar 3 minutos y cernir
- Disolución del agar agar:
 - Llevar a ebullición la mezcla con agar
- Formación de las perlas:
 - Con la ayuda de una jeringa, vertir pequeñas porciones de la mezcla en el aceite vegetal frío.

Gel de cebolla paitaña:

- Usar de base la mezcla anterior, agregar el agar.
- Formacion del gel
 - Dejar enfriar para luego licuar y poder tener le gel.

Aceite verde de eneldo:

- Blanquear del eneldo
- licuado:
 Licuar aceite y eneldo
- limpiar impurezas:
 Pasar por lienzo.

ANEXO B: RECETA ESTÁNDAR “PUERTO CAYO”

Puerto Cayo

Realizado por: Julian Yanez y Xavier Corrales

Tipo: ENTRADA CALIENTE.

Porciones: - pax

Ingredientes:

Croqueta de verde:

50g de hojas de verde
400g de plátano verde
70g de cebolla pailteña
70g de cebolla blanca
10g de ajo
10g de cilantro
5g de orégano seco
5g de hierba buena
40g de pimienta verde
150g de pasta de maní
25g de aceite de achiote
10 g de sal
5g de comino
350g de harina
150g de maicena
120g de agua
400g de panco

Camarón:

700g de camarón pelado y desvenado

Salsa encocada:

50g de pimienta roja
50g de cebolla perla
10g de ajo
1000ml de leche de coco
10g de perejil
5g de comino
100g de tomate
150g de cebolla blanca
10g de cilantro
100g de aceite de achiote

Preparación:

Croqueta de verde:

1. pelar y rallar el verde
 - rallar el verde finamente
2. refrito base
 - Picar las cebollas y el ajo
 - en un sartén a fuego medio poner lo picado con la mitad del aceite de achiote
 - cocinar hasta que la cebolla esté suave
3. masa
 - mezclar el refrito, el verde rallado y pasta de maní con el resto del aceite de achiote.
 - una vez la mezcla este bien integrada poner una olla con agua y cocinar.
 - Procesar para obtener un resultado homogéneo
 - Cubrir una lata con hojas de plátano
 - Agregar la masa y cocinar a 90 grados por 2 horas en un horno a vapor.
5. mezcla tempura
 - mezclar una parte de la harina, toda la maicena y el agua.
4. armado de la croqueta
 - cuando la masa este cocida dejar enfriar y porcionar.
 - una vez porcionada la masa la proceder con la apanadura.
5. cocción final
 - freirlas a 200 c por unos minutos hasta que el exterior este dorado y crocante.

Camarón:

1. Sazonar el camarón usando ralladura de limón, sal y pimienta.
2. Saltear los camarones usando mantequilla y aceite.

Salsa encocada

1. Preparación de los ingredientes:
 - Picar finamente el pimienta roja, la cebolla perla, el ajo, el perejil, el tomate, la cebolla blanca y el cilantro.
2. Sofreír en aceite de achiote:
 - Calentar el aceite de achiote en una sartén grande a fuego medio. Agregar la cebolla blanca y el ajo picados y sofríelos.
3. Añadir pimienta y cebolla perla:
 - Agregar el pimienta roja y la cebolla perla picados a la sartén.
4. Incorporar el tomate y el comino:
 - Añadir el tomate picado y el comino a la mezcla. Cocinar hasta que el tomate se deshaga y la mezcla tenga una consistencia homogénea.



Ají Manaba:

300g de cebolla paitaña
 300g zanahoria
 100g de ciruelo
 50g de ají nacional
 20g de cilantro
 50g de vinagre de banano
 10g de sal
 5g de pimienta.

Zanahoria encurtida:

500g de zanahorias
 200g de vinagre de manzana
 50g de azúcar
 1g de pimienta en grano

Pickle de rábano:

500g de rábano cósmicos
 300g de vinagre de arroz
 250g de azúcar
 70g de mirín

Gel de remolacha:

500g de remolacha
 8g de agar

5. Agregar la leche de coco:

- Verter la leche de coco en la sartén y mezclar bien. Cocinar a fuego lento durante 15-20 minutos.

6. Finalizar con perejil y cilantro:

- Agrega el perejil y el cilantro picados a la salsa. Cocina por unos minutos adicionales para que los sabores se integren.

Ají Manaba:**1. preparación de los ingredientes:**

- cortar la cebolla, zanahoria, ciruelo, ají nacional y el cilantro en brunoise.

2. mezcla

- A todo lo cortado lo mezclamos con el vinagre de banano y dejamos reposar 2 días en el refrigerador.

Zanahoria encurtida:**1. base del encurtido.**

- mezclamos en una olla el vinagre el azúcar y las especies queden bien de acuerdo con la preparación en este caso pimienta en grano.

- llevamos a hervor 3 minutos.

2. preparar la zanahoria

- cortar la zanahoria en las formas que desees que tenga en este caso en crudites.

3. empaque al vacío

- mezclar la zanahoria con la base de vinagre y realizar 3 impregnaciones en la funda la vacío.

Pickle de rábano:**1. base del encurtido.**

- mezclar en una olla el vinagre el azúcar y las especies.

- llevar a hervor 3 minutos.

- sacar del fuego y añadimos el mirín

-agregar los rábanos

2. empaque al vacío

- Impregnar usando la máquina al vacío.

Gel de remolacha:**1. preparar la remolacha.**

- pelar y cocinar la remolacha hasta que esté blanda.

2. liquido base.

- procesar la remolacha cocida

- pasar por un lienzo.

3. activación de agar.

- incorporar el agar al liquido base

- calentar hasta los 80 c

- extender en una lata

- cuando este gelificado lo pasar por la licuadora.

ANEXO C: RECETA ESTÁNDAR “VALLE DE COLTA”

Valle de Colta

Julian Yanez y Xavier Corrales

Plato fuerte.

- pax

Ingredientes:

Tarrina de paleta de res:

1000g de paleta de res
150g de mantequilla
5g de tomillo
5g de ajo
15g de sal
6g de colapez
5g de pimienta molida
2 fundas al vacío

Jus:

1000g de rabo de toro
500g de hueso de pollo
200g de salsa de soya
300g de cebolla perla
300g de zanahoria
100g de apio
300g de puerro
100g de oporto
4g de pimienta en grano
5g en tomillo
1g de laurel
500g de vino tinto
100g de garbanzo

Papel de coliflor y chulpi:

500g de coliflor
20g de mantequilla
4g de sal
50g de chulpi

Milhojas de zapallo y papa:

300g de mantequilla
20g de ajos pelados
25 de tomillo
500g de zapallo
650 de papa chola

Preparación:

Tarrina de paleta de res:

- preparar la carne:
 - sellar la paleta de res
 - empacar en fundas la vacío con tomillo sal y pimienta.
 - cocinar a 70 c por 17 horas en sous vide
- enrollado.
 - pasadas las 17 horas desmechar la carne
 - en el líquido de cocción añadir la colapez
 - mezclar el líquido de cocción con la carne desmechada.
 - poner en plástico film, 500g de esta mezcla y hacer rollos.
 - Dejar enfriar para poder porcionar.

Jus:

- Dorar el rabo de toro y hueso de pollo:
 - En una lata para horno, dorar el rabo de toro y el hueso de pollo a 160 c.
- Añadir las verduras:
 - En otra lata dorar también las cebollas perla, zanahorias, apio y puerro.
- Desglasar con vino tinto:
 - Verter el vino tinto en la lata para de glasear.
- Agregar las especias:
 - Incorporar pimienta en grano, tomillo y laurel.
- Cocinar lentamente:
 - Añadir los garbanzos junto con los huesos
 - Añadir suficiente agua para cubrir todos los ingredientes y llevar la mezcla a ebullición. Cocinar por 2 horas hasta llegar al sabor deseado.
- Colar y espesar
 - Colar el líquido para separar los sólidos y obtener el jus.
 - Reducir el líquido para obtener una salsa espesa.

Papel de coliflor y chulpi:

- Preparación de la coliflor:
 - Lavar y cortar la coliflor en floretes pequeños.
- Cocción al vapor:
 - Cocinar la coliflor al vapor.
- Procesamiento de la coliflor:

500g de zapallo
650 de papa chola

Mostarda de uvilla:

500g de uvilla
40g de mantequilla
10g de sal
50g de vinagre de manzana
100g de azúcar moreno
10g de mostaza

Pickle de zapallo:

500g de zapallo
10g de sal
70g de vinagre de manzana
100g de azúcar
10g de canela

Mashuas confitadas:

1000ml de aceite vegetal
7g de tomillo
6g de ajo
1000g de mashua

Pure de arvejas:

1000g de alverja congelada
10g de aceite
10 de TPT

- Colocar la coliflor cocida en un procesador de alimentos.

4. Extender la pasta

- extender la pasta en una lata.

- espolvorear el chulpi picado sobre la mezcla

5. cocinar la mezcla

- cocinar a 160 c por 6 minutos.

Milhojas de zapallo y papa:

1. cortar la papa y zapallo

- laminar el zapallo y la papa con la mandolina.

2. mantequilla.

-Preparar una mantequilla noisette con ajo, tomillo y sal

3. armado.

- en una lata profunda poner plástico film

- armar la milhojas, una capa de zapallo por dos de papa, agregando la mantequilla en cada capa.

4. horneado.

- poner una lata similar, encima de las mil hojas

- cocinar al horno a 160 c por 20 minutos.

Mostarda de uvilla:

1. Preparación de la Mantequilla:

- En una sartén, derretir la mantequilla a fuego medio.

2. Incorporar la Mostaza:

- Añadir la mostaza a la mezcla y mezcla bien.

3. Cocción de las Uvillas:

- Agregar las uvillas a la sartén con la mantequilla derretida. Cocinar las uvillas durante unos minutos hasta que comiencen a ablandarse.

4. Añadir Azúcar y Vinagre:

- Agregar el azúcar moreno y el vinagre de manzana a las uvillas.

5. Cocinar a Fuego Lento:

- Reducir la mezcla a fuego lento.

Pickle de zapallo:

1. Usar la base de Pickle usada anteriormente

2. Impregnar el zapallo con esta base en la máquina al vacío.

Mashuas confitadas:

1. Preparar una olla con aceite, ajo, tomillo y sal

2. Confitar las Mashuas por 15 min.

Pure de arvejas:

1. Cocinar las arvejas.

2. Mezcla de las Arvejas y el TPT:

- Agregar las arvejas a la mezcla de TPT en la sartén.

4. Procesar las arvejas hasta obtener un puré lizo.

ANEXO D: RECETA ESTÁNDAR “CAVERNAS DE COTUNDO”

Cavernas de Cotundo

Julian Yanez y Xavier Corrales

POSTRE.

- pax

Ingredientes:

Helado de ishpingo y vainilla:

750g de leche
100g de crema de leche
30g leche en polvo
100g de azúcar
5g de estabilizante de helado
30g de glucosa atomizada
40g de ishpingo
4g de vaina de vainilla

Espuma de chocolate 65%:

400g de cobertura 65%
300g de crema de leche
6 huevos

Cremoso de chocolate amazónico:

250g de crema de leche
250g de leche
9 huevos
50g de azúcar
300g de cobertura chocolate 75%

Bizcocho chocolate 70%:

600g de harina
200g de azúcar blanca
390g de chocolate 70%
200g de mantequilla
10 huevos
40g de limón mandarina

Preparación:

Helado de ishpingo y vainilla:

1. Infusionar la leche con las especias dulces por 30 min.
2. Tamizar la mezcla y llevarla a otra olla.
3. Mezclar los ingredientes secos en la base de helado.
4. Cocinar la Base del Helado:
 - Verter la mezcla en una olla, revolviendo constantemente, cocinar hasta que la mezcla alcance una temperatura de 85°C.
5. Enfriar la mezcla y reservarla por 4 horas antes del batido.
6. Batir el helado en la máquina por 30min.

Espuma de chocolate 65%:

1. Calentar la Crema de Leche y derretir en ella el chocolate
2. Añade las yemas a la mezcla de chocolate y crema.
3. Batir las claras a punto de nieve.
4. Incorporar las claras de manera envolvente.
5. Verter la mezcla dentro del sifón.
6. Calentar el sifón antes de usarlo.

Cremoso de chocolate amazónico:

1. Elaborar una crema inglesa.
2. Emulsionar con el chocolate picado
3. Pasar la mezcla por un mixer
3. Cristalizar la mezcla por 12 horas.
4. Poner la mezcla en una manga pastelera.

Bizcocho chocolate 70%:

1. Fundir el chocolate y mantequilla.
2. Montar las claras y el azúcar, obtener un merengue francés.
3. Formar una emulsión con las yemas.

Gelatina de caramelo y canela:

200g de azúcar
 10g de canela en rama
 20g de gelatina sin sabor
 500g de agua

Crumble de macambo:

200g de azúcar
 200g de chocolate blanco
 200g de harina
 6g de sal
 200g de mantequilla
 70g de macambo

Tuile de cacao:

200g de mantequilla
 140g de cacao en polvo
 160g de harina
 200g de azúcar micro
 4 huevos

Coulis de naranjilla:

600g de naranjilla
 4g de canela en rama
 2g de pimienta dulce
 2g de clavo de olor
 200g de azúcar morena

4. Agregar los secos y mezclar de manera envolvente
5. Verter la mezcla sobre una lata en harinada
6. Cocinar a 180°C por 12 min.

Gelatina de caramelo y canela:

1. Preparar un caramelo en seco.
2. Agregar el agua y la canela.
3. Infusionar por 15 min.
4. Hidratar la gelatina.
5. Cernir la mezcla y agregar la gelatina.
6. Verter en moldes y dejar cristalizar por 4 horas.

Crumble de macambo:

1. Mezclar todos los ingredientes para hacer un crumble de vainilla.
2. Cocinar al horno a 180°C por 15 min.
3. Tostar las semillas de macambo.
4. Cortar el chocolate blanco y verter sobre una lata de horno.
5. Cocinar el chocolate blanco a 150°C hasta que este cambie de color y se haga dorado.
6. Mezclar el chocolate caramelizado con el macambo picado y agregarlo al crumble inicial.

Tuile de cacao:

1. Mezclar todos los ingredientes.
2. Verter la mezcla sobre una lata con un silpat
3. Extender usando una espátula de codo.
4. Agregar nibs de cacao sobre la mezcla
5. Cocinar a 130°C por 15 min

Coulis de naranjilla:

1. Cocinar la naranjilla con las especias dulces.
2. Cernir.
3. Procesar la naranjilla y volver a cernir.
4. Obtener una mezcla espesa que se sostenga en el plato.

ANEXO E: "SAN CRISTÓBAL"

ANEXO F: "PUERTO CAYO"

ANEXO G: "VALLE DE COLTA"

ANEXO H: “CAVERNAS DE COTUNDO”

ANEXO I: IMPRESIÓN FÍSICA DEL MENÚ

TRAVESÍA

XAVIER CORRALES
& JULIÁN YÁNEZ

SAN CRISTÓBAL

Róbalo en texturas con salsa acevichada de tuna, tuna a la parrilla, crocante de tinta de calamar, aire de tamarindo, gel y perlas de cebolla paiteña y aceite de cilantro.

PUERTO CAYO

Camarón en salsa encocada, croquetas de verde, aji manaba, gel de remolacha y pickles de zanahoria y rábano.

VALLE DE COLTA

Terrina de paleta de res, mil hojas de zapallo, puré de arveja, mostarda de uvilla, mashuas confitada y demi-glacé de oporto.

CAVERNAS DE COTUNDO

Helado de vainilla e ishpingo, crumble de macambo, namelaka chocolate amazonia 75%, bizcocho de cacao cítrico, gelatina de caramelo y canela, espuma de chocolate 65% y coulis de naranjilla.

MARCUS

RESTAURANTE

\$25.00

INCLUIDO IMPUESTOS

Anexo J: PANEL DE JUECES:

- **Ana Lovato**.....Chef y profesor de innovación
- **Damian Ramia**.....Decano Colegio de hospitalidad, arte culinario y turismo USFQ
- **Sebastián Navas**.....Director académico de Gastronomía USFQ
- **Andres Terán**Chef ejecutivo Marcus y San Francisco Food Service
- **Emilio Dalmau**.....Chef y profesor de vanguardia
- **Milton Cepeda**.....Chef y profesor de panadería