

# **UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Hospitalidad, Arte culinario y Turismo**

**Identidad**

**Karla Micaela Burgos Solá**

**Gastronomía**

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

Quito, 21 de julio de 2024

# **UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo**

## **HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA**

**Identidad**

**Karla Micaela Burgos Solá**

**Nombre del profesor, Título académico**

**Ana Lobato, Profesora**

Quito, 21 de julio de 2024

## © 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: Karla Micaela Burgos Solá

Código: 00216799

Cédula de identidad: 1725583585

Lugar y fecha: Quito, 21 de julio 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## **UNPUBLISHED DOCUMENT**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 theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.



## RESUMEN

El propósito de este estudio es dar a conocer productos gastronómicos emblemáticos nativos de la región Costa, Sierra, Amazonía y Galápagos del Ecuador. Así, como analizar la influencia económica y cultural que tienen estos productos para las comunidades locales. Este estudio se complementa con un componente práctico, dentro del cual se desarrollará un menú de degustación de cuatro tiempos basado en los productos escogidos de cada región del Ecuador. El objetivo de este menú es brindar una experiencia culinaria donde se demuestre el dominio de las técnicas aprendidas en la carrera.

**Palabras clave:** Comunidad, local, Costa, Sierra, Amazonía, Galápagos, técnicas, productos.

## ABSTRACT

The purpose of this investigation is to introduce emblematic gastronomical products native to the Galapagos Islands, coastal, Amazonian, and highland, regions of Ecuador. Along with, the analysis of the economic and cultural influence that these products have on the local communities. This study is complemented by a practical component, in which a fourth course menu is going to be developed using the selected ingredients of each region. The main object of this menu is to present a culinary experience that demonstrates the dominance of the culinary techniques learned in the degree.

**Key words:** Communities, local, Galapagos Islands, Coastal, Amazonian, Highlands, techniques, ingredients

.

## TABLA DE CONTENIDO

### Tabla de contenido

<b><i>Introducción</i></b> .....	<b>9</b>
<b><i>Desarrollo del Tema</i></b> .....	<b>13</b>
Breve historia de la cocina de Galápagos: .....	13
Introducción al producto Galápagos: .....	13
Importancia cultural y económica en la historia de Galápagos: .....	14
Desarrollo del plato: .....	15
Elementos y técnicas utilizadas en el plato: .....	16
Breve historia de la cocina en la costa ecuatoriana: .....	18
Introducción al producto costa: .....	19
Importancia cultural y económica en la costa: .....	19
Desarrollo del plato Costa: .....	20
Elementos y técnicas utilizadas: .....	22
Breve historia de la cocina en la sierra ecuatoriana: .....	23
Introducción al producto Sierra: .....	24
Importancia económica y cultural en la sierra: .....	24
Desarrollo del plato: .....	25
Elementos y técnicas utilizadas: .....	27
Breve historia de la cocina en la Amazonía ecuatoriana: .....	29
Introducción al producto: .....	29
Importancia cultural y económica en la Amazonía: .....	31
Desarrollo del plato: .....	33
Elementos y técnicas utilizadas: .....	34
<b><i>Conclusiones</i></b> .....	<b>36</b>
<b><i>Referencias bibliográficas</i></b> .....	<b>37</b>
<b><i>Anexo A: galápagos</i></b> .....	<b>42</b>
<b><i>Anexo B: COSTA</i></b> .....	<b>43</b>
<b><i>Anexo C: SIERRA</i></b> .....	<b>44</b>
<b><i>Anexo D: AMAZONÍA</i></b> .....	<b>45</b>
<b><i>Anexo E: Jueces degustación</i></b> .....	<b>46</b>
<b><i>Anexo D: Recetario</i></b> .....	<b>47</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Comparación entre el encocado tradicional y la adaptación del plato en el menú  
“Identidad” ...21

## INTRODUCCIÓN

“Identidad” tiene como raíz etimológica el latín *Identitas* que quiere decir “igual a uno mismo” incluso “ser uno mismo”, o lo que se conoce como *principio ontológico* [...] y era utilizado únicamente para hablar de las características, cualidades, atributos propios de un objeto o del hombre.” (Navarrete,2015)

Por otro lado, la gastronomía se percibe como un “conjunto de conocimientos y actividades relacionadas con el buen comer, conocida como una práctica de costumbres que en sus elementos se transmiten en la historia y tradición de una comunidad o grupo de personas” (Estupiñán et al., 2021)

Bajo este concepto, la palabra *Identidad* es ideal como representación verbal del concepto que será desarrollado en este trabajo y posteriormente presentado como un menú de degustación el restaurante Marcus. Debido a que demuestra la convergencia que existe entre el hombre y la gastronomía. El concepto de este menú tiene como hilo conductor una travesía por las cuatro regiones del Ecuador, Galápagos, Costa, Sierra y Amazonía. Donde, el objetivo final es prestar una herramienta que permita reconocer la riqueza que posee el Ecuador en cuanto biodiversidad gastronómica, valorar su potencial de crecimiento y transmitir un sentido de identificación con los platos que se están sirviendo. Cada tiempo se centra en el uso de productos y preparaciones tradicionales de cada zona, que permitan resaltar las texturas, sabores, olores y colores de cada plato.

Esta que se percibe como un “conjunto de conocimientos y actividades relacionadas con el buen comer, conocida como una práctica de costumbres que en sus elementos se transmiten en la historia y tradición de una comunidad o grupo de personas” (Estupiñán et al., 2021)

El primer tiempo se centra en las islas Galápagos. Según la UNESCO (2024) Galápagos es una reserva marina que se sitúa en el océano Pacífico a 970km del Ecuador continental. Se lo reconoce como un archipiélago formado de 13 islas y más de 200 islotes. Este territorio en 1976 fue reconocido como Patrimonio Natural de la Humanidad, en 1984, como una Reserva de la Biosfera, y en 2001, como un sitio Ramsar. Estos reconocimientos son atribuidos a las islas por su origen volcánico, la singularidad de sus especies, ser un punto de interés científico, y su dinámica centrada en la biodiversidad. Esta biodiversidad responde a su ubicación geográfica, misma que sitúa a las islas sobre la línea ecuatorial y hace que sean afectadas por las corrientes de Humboldt y Cromwell. Esto permite la existencia de microambientes dentro de las islas, permitiendo climas templados, tropicales, húmedos, secos y mixto. Estos microambientes, en el ámbito gastronómico se traducen como la posibilidad de encontrar una variedad de productos complejos inigualables en un espacio geográfico limitado.

El segundo tiempo se basa en la costa ecuatoriana, también denominada región litoral. Esta se encuentra ubicada entre el océano Pacífico y la Cordillera de los Andes. Se compone de siete provincias: El oro, Esmeraldas, Guayas, Los Ríos, Manabí, Santa Elena y Santo Domingo de Los Tsáchilas y tiene una extensión de 640 km. Este territorio se compone por cuencas sedimentarias, llanuras fértiles, redes fluviales y colinas que determinan la biodiversidad de la región. Existen parques nacionales protegidos como el Parque Nacional Machalilla, ubicado en Puerto López, Manabí. O la reserva Ecológica Manglares Churete, perteneciente a Guayaquil. El objetivo de estos espacios es proteger el hábitat natural de las especies animales y vegetales, esto va de la mano con la conservación de sus espacios naturales como manglares, bosques húmedos, bosques secos, y el ecosistema marino biodiverso.

El tercer tiempo, se basa en la sierra ecuatoriana. Según Hoftede et al. (1998). los Andes ecuatorianos tienen la influencia de la Cordillera Occidental y Real. Estas disponen la geografía de la sierra, debido a un hundimiento que las separa, conocido como el valle interandino, que delimita una prolongación en el sur de la región hacia Loja y El Oro. La cordillera Occidental, se compone de rocas volcánicas, y la Cordillera real, se basa en rocas metamórficas como las cuarcitas, el mármol y la arcilla. Esto tiene influencia en el ámbito gastronómico, debido a que, a base de los minerales encontrados en el suelo, las poblaciones andinas desarrollaron sus métodos de cocción y los implementos utilizados para cocinar. Tradicionalmente las comunidades andinas consideran que “las piedras emanan micronutrientes, que se adhieren a los alimentos, que junto a los materiales aislantes le otorgan un sabor muy especial y diferente a la comida” (Hidalgo, 2020)

Como cuarto tiempo, se representará el territorio amazónico. Según Cartay et al. (2020) la cuenca amazónica ocupa un 5% de la superficie terrestre total del planeta, su vegetación corresponde al 56% de los bosques húmedos tropicales en el mundo, y se distribuye por siete países a lo largo de Sudamérica, donde uno de los territorios clave, por su cercanía a la línea ecuatorial, es Ecuador. La Amazonía ecuatoriana abarca 130,000 km<sup>2</sup>, según el último censo poblacional, “Es el territorio ancestral de las nacionalidades Siona, Cofán, Secoya, Huaorani, Shuar, Achuar, Zápara, Andoa, Shiwiari, Quijos y Kichwa Amazónica” (Arias et al. 2012). Este territorio es considerado uno de los más biodiversos del planeta por su bosque húmedo tropical, ocupa las provincias de Sucumbíos, Orellana, Pastaza, Napo, Morona Santiago, y Zamora Chinchipe. En estas provincias existe “una gran variación en los tipos de vegetación, una rica biodiversidad, y específicamente una notable biodiversidad de especies, que puede sustentar, además, como lo ha hecho durante miles de años, una rica etnodiversidad” (Cartay et al. 2020)

A través del presente trabajo se investigará la importancia histórica, cultural y económica que tienen los productos provenientes de cada región del país. Demostrando su importancia en el desarrollo de la conducta social y como esta se moldea a los productos que se tienen a la mano, creando una relación Tierra-Hombre. Y con el fin de demostrar la aplicación gastronómica que puede dárseles, con el uso de técnicas tradicionales y modernas. Dicho sea de paso, el objetivo final de este trabajo es la creación de un menú que exprese la identidad ecuatoriana de cada región.



## DESARROLLO DEL TEMA

### ***PRIMERA ENTRADA: GALÁPAGOS***

#### ***Breve historia de la cocina de Galápagos:***

La gastronomía de Galápagos es constituida por el uso del producto local. Esta cultura nace en principio, por las normas y requisitos necesarios para que los productos pueden ser importados a las Islas Galápagos. Mismas que se dan por la falta de conexión terrestre con las otras regiones de Ecuador. Según la Resolución No. D-ABG-004-07-2013, aprobada por la Agencia de Regulación y Control de la Bioseguridad y Cuarentena para Galápagos (2013) existe una variedad de productos derivados y subproductos, de origen vegetal o animal, que son permitidos o restringidos según sus normas específicas. Especialmente los productos cárnicos frescos, no son permitidos para importación debido a que tienen un mayor riesgo en la reproducción de plagas y enfermedades durante su transporte.

Se incentiva el consumo de productos endémicos permitidos, debido a que los productos introducidos, tienen un efecto medioambiental negativo. Dentro del cual podemos encontrar problemas como erosión de los suelos y desplace de la población nativa. Por otro lado, el producto local galapagueño es de la más alta calidad. La pesca artesanal en Galápagos es una actividad pilar en la economía, y tradición importante a nivel de cultura. Lleva a la mesa parte de la riqueza que se halla en el ecosistema. Se encuentra en el comercio productos emblemáticos como la langosta de Galápagos, el langostino, la chanchalagua y entre los más solicitados, por su paleta de llamativos colores, el pez brujo.

#### ***Introducción al producto Galápagos:***

El producto seleccionado para esta región es el *Pontinus clemensi*, conocido como pez brujo o brujo rojo, es endémico de Las Islas Galápagos. Esta especie, según Ortega (2018), habita en

el dominio bentónico del Océano Pacífico. Es decir, que se encuentra en fondos rocosos, desde los 50 metros de profundidad, donde caza a sus presas. Según Zambrano (2023) su dieta es especializada, se basa en moluscos pequeños como el pulpo y el calamar, también, incluye crustáceos como el cangrejo o camarones y peces, especialmente anchoas. Su alimentación se basa en la disponibilidad estacional, debido a que Galápagos tiene la influencia de la corriente de Humboldt y Cromwell, mismas que hacen que algunas especies marinas migren.

### ***Importancia cultural y económica en la historia de Galápagos:***

El pez brujo destaca en el desarrollo económico de las Islas Galápagos. Según Ramirez (2004) la actividad pesquera se convierte en una fuente importante de trabajo en 1832. El producto de la pesca se conservaba con métodos tradicionales de curado en sal, ya que no se contaba con espacios fríos que puedan mantener la calidad de los pescados, ni un transporte a motor que permita el traslado facilitado entre las islas.

Ramirez expone dos factores clave que determinaron que la actividad pesquera en Galápagos se desarrolle para ser una de las fuentes económicas principales hasta la fecha. Inicialmente, para 1940, se constituyó la primera entidad pesquera formal del archipiélago, denominada como La Predial. “Esta sociedad pesquera de Galápagos tenía un establecimiento frigorífico de unas 1000 tm. de capacidad” (Ramirez, 2004). El desarrollo de un almacenamiento frío impulsó el intercambio de producto en la isla, y constituyó al puerto al Puerto Baquerizo Moreno como un principal punto de comercio.

El segundo aspecto que menciona Ramirez, fue la llegada de una base naval americana a la isla de Baltra. Los ciudadanos estadounidenses introdujeron el dólar a cambio de la pesca; misma que se realizaba por un consumo diario. Como resultado, los pescadores desarrollaron interés en sacar embarcaciones de producto para un comercio abierto, mismo que formalizó la profesión pesquera.

Hoy en día, la economía de Galápagos se basa en una tradición pesquera regulada. Según Ortega(2018) , la Ley Orgánica de Régimen Especial de Galápagos (LOREG), determina que, solo los residentes galapagueños pueden realizar actividad pesquera, estos mismo deben estar calificados, al igual que sus embarcaciones. Sólo se permite realizar pesca en los dominios bentónicos, menores, de fondo, Pelágicos costeros y Pelágicos grandes. El pez brujo, se considera de un régimen bajo, por lo cual su pesca es permitida. Se encuentra mayormente en Puerto Ayora, y se permite capturarlos de manera tradicional, con carnada y anzuelos. Según Ramirez et al.(2004) se recomienda vedar la pesca del brujo de agosto a septiembre para que no se desarrolle una sobreexplotación del producto y pueda desarrollarse un comercio responsable.

#### ***Desarrollo del plato:***

Para el desarrollo de este plato se tomo el pez brujo como proteína principal representante de la región. Debido a que es un producto endémico de las islas y su pesca es permitida. El pez brujo de Galápagos se caracteriza por su ternura y sabor, este se diferencia de otros peces brujo ubicados en la costa ecuatoriana, ya que nada en aguas limpias y se alimenta de crustáceos. Esta proteína se consume tradicionalmente en las islas entero, después de haber pasado por un proceso de fritura profunda. Se lo acompaña de una ensalada fresca y arroz marinero. Otro producto importante dentro de la entrada fría de “Identidad” es el mucílago de cacao utilizado en la salsa acevichada. La producción de cacao en las Islas Galápagos se da en la parte alta del archipiélago, donde la temperatura no es tan alta como en la las islas más cercanas a la línea ecuatorial, especialmente en Puerto Ayora, Santa Cruz. A pesar de que la semilla de cacao no es nativa de las islas, esta ha brindado aspectos positivos a la conservación de las islas, debido al proceso que tienen que seguir los productores de cacao. Empezando por la fumigación de plagas como la mora y el sauco, que actualmente son especies invasoras que ponen en peligro

el ecosistema. Igualmente, para que el cacao tenga una reproducción eficiente, se debe realizar policultivos que mantengan la fertilidad de la tierra. La gastronomía en las islas Galápagos, junta técnicas de cocción de las cuatro regiones del Ecuador, haciendo una distinción con el producto local. Para propósito de este menú, se tomó en cuenta esta caracterización en el desarrollo de la comida, se realizó un ceviche de brujo con base de mucílago de cacao, texturizado con papel de yuca y perlas de toronja. (Anexo A)

### ***Elementos y técnicas utilizadas en el plato:***

#### **Base Acevichada:**

Para la base acevichada de la preparación se realizó un proceso de ósmosis directa de los vegetales y los retazos de brujo. Para esto, se agregó el 5% de sal al peso total de vegetales y la pesca. Se reservó en frío por cinco horas, con el fin de que los ingredientes suelten su contenido líquido interno, deshidratando los vegetales y la proteína. A este líquido base se le agregó un medio cítrico para balancear los sabores, en este caso, una mezcla de limón sutil y myer. Se realizó una emulsión en la Thermomix junto a los vegetales, que deja una base equilibrada entre la sal y el ácido. A la cual, posteriormente, se agrega el mucílago de cacao, que brinda dulzor y una consistencia más firme en boca, dándole un equilibrio perfecto a la base del plato.

#### **Perlas:**

La técnica utilizada para la realización de perlas de toronja fue la esferificación con agar-agar. Esta técnica de cocina molecular fue desarrollada por los hermanos Adriá, en su restaurante ElBulli, en España, durante el pico de la nouvelle cuisine. Tiene como principio químico el uso de agar-agar, un gelificante hecho a base de algas. Se introduce en una sustancia ácida, en este caso jugo de toronja, y se lleva a 80 C. El agar-agar es un componente que gelifica a menos 50 C, por lo que una vez alcanzada la temperatura se induce un choque de temperatura, virtiendo

el zumo de toronja en aceite frío. Como resultado se tiene una esfera pequeña con sabor concentrado. Esta técnica fué escogida con el fin de introducir un ingrediente local como es la toronja brindando diferentes texturas y sabores al plato de manera sutil.

**Papel:**

Para incorporar crujiente al plato se realizó un papel de yuca. La yuca fue seleccionada por su alto contenido en almidón y su presencia en el archipiélago. Es uno de los vegetales estratégicos en la producción agrícola debido a su rendimiento y las condiciones climáticas en las que se desarrolla, además de su alto contenido en nutrientes y vitaminas. . Para este papel se realizó una cocción tradicional de puré de yuca, el cual fue cernido con un chino fino. Como resultado se tiene una pasta glutinosa de yuca, que es extendida sobre un silpat y cocinada a calor seco por cinco horas a 70 C. Esto permite generar un crocante en plato sutil, que también aporta a la parte visual.

**Emulsión:**

La emulsión se define como la mezcla homogénea de dos o más elementos que naturalmente no se encuentran homogenizados. Dentro de este tiempo, la emulsión se encuentra en la base acevichada del plato y en dos aceites elaborados. El primero a base de cilantro y el segundo a base de ají criollo. Estos elementos se consideraron para que el plato tenga picos de sabor sin cambiar o agregar texturas crudas como sería el caso del ají criollo. Para esto, se debe blanquear los vegetales y homogenizar junto al aceite ya sea con una Thermomix o un Turbomix. Por el movimiento y ruptura que causan las cuchillas de estas herramientas, se incorporará el color y sabor de los ingredientes en el aceite que cumple el rol de un elemento neutro.

## ***SEGUNDA ENTRADA: COSTA***

### ***Breve historia de la cocina en la costa ecuatoriana:***

Según Tapia (2021) La cocina de la costa ecuatoriana siempre ha sido asociada con los asentamientos sedentarios y permanentes. Esto se debe a que la actividad pesquera implicó un recurso constante de variedad, que alimentaba y nutría a la población. Se puede obtener alimento del fondo marino y manglares que ofrecen productos como crustáceos, peces y algunos moluscos. Igualmente, la sociedad costeña encontró estabilidad en la fertilidad de la tierra, aprendieron a cultivar sus frutas y verduras, así como domesticar los productos de mayor interés. Otra fuente de alimento primario fue el producto de la caza que podía encontrarse en el monte de la costa. Por ese motivo, se puede decir que la costa ecuatoriana, desde los principios de su desarrollo, ha contado con un patrimonio natural, a disposición de la población. Siendo este:

El conjunto de saberes y conocimientos, así como las prácticas agrícolas y culinarias que han experimentado una interiorización colectiva, una apropiación simbólica y material que es transmitida de generación en generación, que se recrea en la cotidianidad de un grupo social y que se consolida como referente de identidad. (Unigarro, 2015)

Todo este patrimonio se centra en los alimentos acogidos socialmente, aquellos preferidos por el público. También, en sus formas de cocinarlos, que cambian en la interpretación, pero mantienen su raíz como es el caso del refrito que consta de cebolla paiteña, ajo, pimiento y comino. Este patrimonio determina no solo los tiempos y técnicas usadas, sino los implementos correctos para la realización de los platos, como son la tradicional cuchara de palo. Y también

escribe reglas sociales de como consumir los alimentos, a qué hora del día, que tiempo del año, todo basado en un conocimiento ancestral sobre las estaciones y la disponibilidad del producto.

### ***Introducción al producto costa:***

El producto principal seleccionado para la costa fue el langostino. Este es un crustáceo perteneciente a la familia Penaeoidea, se alimentan de algas, crustáceos y moluscos más pequeños. Son organismos omnívoros que se pueden encontrar naturalmente en océanos, ríos, y manglares usualmente a 25 metros de profundidad o en fondos rocosos. Este es de gran interés gastronómico por su sabor, tamaño y distintivo color. Dentro de las costas ecuatorianas se puede encontrar el langostino tigre y vennamei, siendo el segundo la categoría más comercializada en el país. También conocido como langostino del Pacífico, el vennamei es un crustáceo cuya coloración va de transparencias grises a anaranjadas. Este suele habitar en el dominio bentónico, cerca de las entradas costeras, especialmente en su etapa de desarrollo; y proceden a migrar a manglares naturales para el proceso de adultez.

### ***Importancia cultural y económica en la costa:***

El langostino vennamei, también conocido como camarón blanco, es uno de los productos más comercializados en el mundo. “Desde el 2017 el camarón blanco se ha posicionado como la principal exportación no petrolera de Ecuador, gracias a su fuerza monetaria” (Gonzaga, 2020). Este espécimen se reproduce sobre todo en la provincia del Oro para su exportación masiva, misma que tiene un resultado favorable económico y negativo en el aspecto medioambiental. La sociedad pesquera responsable, que ofrece producto fresco y de pesca manual, se opone a la comercialización del langostino de camaronera. Debido a que para satisfacer la necesidad del mercado, se explota el manglar natural con el fin de realizar piscinas de reproducción. Esto tiene un alto costo para las comunidades locales, no sólo en la destrucción del manglar, sino también en el desplazamiento de la población, de sus puestos de trabajo y sus costumbres. Las

comunidades denuncian que los criadores de langostino no tienen prácticas orgánicas, y ensucian el mar con químicos, por lo que la recuperación del ecosistema, junto con las buenas prácticas pesqueras, cada día toman más visibilidad en los medios. La sociedad pesquera costeña, deja como herencia un ecosistema proveedor, y el conocimiento a las nuevas generaciones de como realizar la labor pesquera. Esto va ligado a sus costumbres, y muestra la importancia en la selección de productos frescos y orgánicos.

### ***Desarrollo del plato Costa:***

Para el desarrollo de este tiempo, se divide el plato en dos elementos esenciales. Siendo el primero, el langostino. La preparación del langostino se basa en la riqueza que el simple producto, sin elaboraciones excepcionales, puede aportar al plato. Para esto, se presentó el langostino cocinado a la plancha y condimentado con sal, pimienta negra y achiote, para brindar coloración.

Como segundo elemento se realizó una interpretación del encocado clásico ecuatoriano. Según Estupiñán et al. (2021) el encocado tiene como origen raíces africanas, fue traído por los afrodescendientes que se asentaron en la costa esmeraldeña. Este tiene como ingrediente principal, la leche de coco, a la que se le acompaña con cualquier proteína marítima como el pescado, cangrejo, camarón, etc.

Para obtener un auténtico encocado esmeraldeño se debe obtener la denominada “leche de coco”. Esta se realiza rayando con una concha la pulpa fresca del coco, y se procede a licuar junto con su agua. Como resultado se obtiene una mezcla muy espesa, a la que se le llama “primera leche”. Para sacar la “segunda leche”, se cierne la pulpa, se mezcla con agua natural, y se lleva a licuado. Esta es menos espesa, sin embargo, el sabor de coco sigue muy presente. Como leche final, se vuelve a cernir la pulpa, se licua con agua y se obtiene la “tercera leche de coco”. El objetivo de realizar las tres leches de coco es que, el encocado es un plato de



cocción lenta que debe ir espesando por la reducción de sus líquidos. Esta preparación permite que la preparación cumpla con su tiempo de cocción, sin agregar líquidos que le resten sabor al plato. Otro aspecto importante de este plato es su refrito, se maneja un refrito tradicional costeño de aceite de achiote, cebolla paiteña, y pimiento verde y rojo. A este refrito se le agrega comino, que realza los sabores de las proteínas que se agregan después en la cocción.

Como adaptación a este platillo tradicional, que suele comerse como plato fuerte, se realizó una croqueta líquida, que guarda en pocos bocados toda la esencia del encocado y que funciona como una entrada caliente. Para esto, se realizó un encocado tradicional, manteniendo el refrito y los tiempos de uso en la leche de coco, al que se le agregó como proteína carne de cangrejo. A la par, se realizó una salsa bechamel espesa, que funcionaría como base neutra para la croqueta. Se mezclan estas dos preparaciones creando una masa homogénea que debe descansar 12 horas en refrigeración. Una vez pasado este periodo de tiempo, se bolea la masa en croquetas cilíndricas de 40 gr, mismas que se empanizan con harina y panko. (Anexo B)

Tabla 1: Comparación entre el encocado tradicional y la adaptación del plato en el menú “Identidad”

<b>Encocado tradicional</b>	<b>Adaptación del encocado tradicional</b>
Proteína entera cocinada en la leche de coco	Para este plato se consideraron dos proteínas. El langostino principalmente, que se cocinó a la plancha, afuera de la cocción encocada, para resaltar la calidad del producto. Y el cangrejo que estaba dentro de la croqueta líquida.
Salsa encocada	Se sirvió la salsa encocada tradicional como base del plato, y dentro de la croqueta líquida, homogenizada

	junto a la salsa bechamel. Esto permitió que se mantenga la cremosidad del plato tradicional dentro de la croqueta.
Maduro frito	Se realizó unas mil hojas de maduro barraganete, que fue cortado en láminas delgadas con ayuda de la mandolina, montado uno encima de otro, creando 12 capas. Con el fin de al momento de la fritura, obtener una capa crujiente por afuera y un puré de maduro por dentro.

### ***Elementos y técnicas utilizadas:***

#### **Espuma:**

Las espumas son una técnica moderna implementada por Ferrán Adriá a la cocina salada en los años noventa. Estas nacen de la pastelería francesa, con las mousses, y migran a la cocina salada, con el invento del sifón. Se trata de una herramienta capaz de crear texturas aireadas, sedosas en boca que pueden servirse calientes a menos de 70 C ° o frías. Para este menú, se realizó una espuma a base de maíz amarillo que acompañe a la croqueta encocada. Tiene como principio una emulsión dentro del sifón, donde se mezcla un gas, que es usualmente una bomba de nitrógeno, con un líquido. Esto crea una experiencia sensorial, que va a depender de lo que el cocinero quiera transmitir; ya que estos elementos permiten crear texturas consistentes o ligeras. Para lograr esta emulsión es necesario que nuestra base líquida tenga un medio graso, emulsionante o un almidón. En este caso, se utilizó crema de leche base para lograr la crema de maíz, llevando al maíz a una cocción lenta, a fuego bajo por 2 horas. Se procede a triturar esta mezcla, pasar por un chino fino y montar en el sifón.

## ***FUERTE: SIERRA***

### ***Breve historia de la cocina en la sierra ecuatoriana:***

La cocina de la sierra ecuatoriana se basa en una “tradicón que se renueva cotidianamente en la praxis, mediante la seleccón y uso de productos en determinadas recetas que sistemáticamente se preparan de una forma particular, por transmisi3n intergeneracional del conocimiento.” (Arellano, 2014). De acuerdo a Arellano, la cocina andina se puede reconocer por factores claves interrelacionados entre si. Donde principalmente, hace referencia a una zona geogr3fica determinada. Dentro de esta resalta un espacio geogr3fico caracterizado por la existencia de diferentes biomas, mismos que varías seg3n los pisos climáticos de la regi3n. La existencia de estos pisos, es responsable de la biodiversidad animal y vegetal, así como la variabilidad climática. La cocina andina también se reconoce por su asociaci3n a lo místico, la presencia de un pensamiento que conecta el mundo material andino, en sus productos, con la espiritualidad ancestral. Las costumbres y tradiciones se ligan a un sentido de identidad, donde la enseñaanza aborígen cultivava respeto y agradecimiento hacia la tierra, siendo esta “proveedora de recursos para el sostenimiento de la vida humana” (Guerrero et al, 2021), La sociedad andina, no fue totalmente sedentaria, a pesar de que las montañas proveeían de los inusmos para subsistir, tenían que hacer viajes para poder apropiarse de estos. Se ayudaban de lanzas y cuchillas para la casa y la pesca; a su vez, las flores y hierbas silvestres suplían sus necesidades medicinales. Con el desarrollo de la sociedad, y el calendario lunar, se pudo realizar los procesos de siembra y domesticaci3n de semillas a cultivos de altura. Estos llevaron a una especializaci3n del trabajo, al desarrollo de nuevas industrias como la textil y poco a poco se fue introduciendo el sector ganadero.

### ***Introducción al producto Sierra:***

El producto principal seleccionado es el chancho, uno de los ingredientes protagonistas dentro de la escena gastronómica andina del Ecuador. Las razas que se comercializan son de “procedencia ibérica pertenecían a las razas negra y colorada. Su crianza fue erradicada del área urbana de Sangolquí a mediados del siglo pasado y ahora provienen de la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas.” (MITUR, 2014). Se lo reconoce en su clasificación zoológica como *Sus scrofa mediterraneus*, llegan a pesar entre 80-90 kg dependiendo de su sexo y de su ubicación dentro del país, debido a que los cerdos macho en la sierra pueden llegar a los 115 kg. Este producto se considera sostenible, ya que genéticamente son animales con tendencia a sobrepasar infecciones o desequilibrios nutricionales, en caso de plagas, tienen un mayor porcentaje de supervivencia, haciendo que sea un producto de interés en la industria agropecuaria. Según Llangarí (2021) el inconveniente actual con el cerdo de procedencia Ibérica es la falta de conocimiento sobre los ejemplares existentes. Existen cerdos que están siendo comercializados, sin conocimiento de su procedencia. Por lo cual, es un recurso cuyo valor no puede ser correctamente definido.

### ***Importancia económica y cultural en la sierra:***

La importancia de la producción porcina en Ecuador está directamente relacionada a la cultura. El cerdo se encuentra en diferentes platos ecuatorianos como son el hornado pastuso, la fritada, mote pata, tamal de chochos, chugchucaras, cecina, entre otros platos que tienen como protagonista el cerdo criollo. Esta carne no es solo fundamental en la elaboración de platos típicos, sino tiene un papel en la dieta cotidiana de la población.

La producción de cerdos en el Ecuador para el consumo es una de las actividades pecuarias más importantes, ocupa el segundo puesto de consumo de carne a nivel nacional. El consumo de esta proteína es de 12 kilos per cápita por año representando un 8% del PIB total

agropecuario de la región, generando ventas de 600 millones por año y más de 80,000 empleos directos e indirectos. Según Carmona, las provincias con mayor consumo son Pichincha con 38% y el Guayas con 34%. “El consumo per cápita de carne de chanco creció alrededor del 193 % al pasar de una ingesta promedio de esta proteína de 3,9 kg en 1993 a 11 kg en 2022, también con base en las cifras de ASPE.” (El Universo, 2023) María Valenzuela, gerente general de Pronaca, marca líder en la producción de carne en el Ecuador, atribuye el aumento de consumo de cerdo a un fortalecimiento en la clase media ecuatoriana y, sobre todo, la diversificación de productos que puede realizarse a base de la carne de cerdo, haciendo que las familias ecuatorianas puedan consumir este producto en varias presentaciones durante el día. Se provee, por la Asociación de Porcicultores del Ecuador que el consumo de cerdo crecerá un 2% para 2024.

### ***Desarrollo del plato:***

Para el desarrollo de este tiempo se dividió el plato en dos elementos principales. La proteína como elemento principal, donde el protagonista es la tecla de cerdo. Se denomina tecla al corte resultante de la falda de cerdo, que contiene piel y se encuentra por encima de las costillas. Está ubicada en el cuarto delantero del cerdo, en su parte abdominal. Esta carece de huesos y es una lonja que intercala capas de carne magra con grasa. La tecla se considera un corte parrillero, es decir, que puede ser usado en cualquier tipo de cocción, ya sea estofados, asados, frituras, a la plancha, etc. Para este plato se utilizó el método sous vide, y el tratamiento de la carne antes de su cocción fue esencial.

Se comenzó realizando una salmuera del 7% del peso total de cerdo, la carne reposó en esta salmuera por 24 horas dentro de una funda al vacío. Una vez transcurrido el tiempo, se adobo la carne con un rub de panela, orégano, pimienta, laurel y paprika. Es importante en este punto del proceso, realizar pequeñas incisiones en la piel de la tecla, para poder obtener un sellado

uniforme antes del servicio. Según Douglas (2011), hacer micro cortes en una carne, tiene como resultado una reducción en la contracción que sufren las fibras internas de durante el proceso de cocción, permitiendo que la pieza tenga más humedad y ternura. Posteriormente, se realizó un marinado serrano clásico de cerdo, que consiste en naranja y achiote. La carne reposo, sellada al vacío, junto a estos elementos, por 24 horas. Una vez pasado este tiempo, se llevó a una cocción lenta, en el termo circulador, durante 14 horas a 68 C °. Como resultado de este proceso, se obtiene la carne en una temperatura perfecta para sellar la piel antes del servicio, y los líquidos de su cocción sirven como base para la salsa con la que fue servida.

“Au jus” es una expresión francesa que hace referencia a la salsa resultante de los líquidos de la cocción de una carne por medio de una reducción, sin la necesidad de agregar un elemento espesante como almidones. Tradicionalmente, el término jus se asocia con carne bovina, sin embargo, este ha evolucionado en la industria gastronómica, para referirse a líquidos de cocción de cualquier proteína animal, incluso, se ha innovado en la presentación de jus de procedencia vegetal por cocineras como Manu Bufarra. Para esta preparación se juntaron dos reducciones que conformarían la salsa que acompañe a la tecla. La primera fue el jus resultado de la cocción lenta del cerdo. La segunda reducción fue un demi-glacé tradicional, hecho a base de huesos de res, mismos que fueron dorados en el horno, se procedió a juntarlos con un mirepoix (zanahoria, apio, puerro) en una olla de 25 litros para de glasearlos con vino tinto y vermouth. A esta mezcla se le agregó hielo hasta cubrir todos los huesos, con el fin de obtener un fondo con menos impurezas, y se redujo por 8 horas hasta conseguir 1/8 del fondo inicial. La salsa se formó a la minuta antes del servicio, mediante la reducción de la gelatina resultante de estas dos preparaciones en una sartén humeando.

Como guarnición del plato, se realizó un millojas de tubérculos andinos, donde el protagonista fue la papa y la remolacha. Según el MAGAP (2024) la papa es uno de los tubérculos más

importantes dentro la dieta de los ecuatorianos. Se produce alrededor de 400 mil toneladas al año, provenientes de una superficie de 50 mil hectáreas sembradas por aproximadamente 80 mil agricultores. También, se estima que “En el país, cada persona consume un promedio de 30 Kg de papa al año” (MAGAP, 2024). Para el desarrollo de esta guarnición se hizo uso de la Papa Chola, misma que se cultiva en el norte a 2800 m.s.n.m, en la provincia de El Carchi, y en el centro a 2600 m.s.n.m, en Pichincha, Cotopaxi, Tungurahua, Bolívar y Chimborazo. Esta papa es ideal para el millojas, debido a que tiene alto contenido de almidón, que mantiene las capas unidas y no sufre cambios en la coloración al momento de la cocción. Como segundo elemento se utilizó la remolacha (*Beta Vulgaris*), este es un tubérculo rico en carotina, caroteno responsable de su emblemático color morado, se caracteriza además por su contenido alto de azúcares y minerales. La remolacha es nativa de África, pero ha sido acogida por los pueblos andinos de Sudamérica, especialmente Perú y Ecuador, mismos que la implementan en sus platos típicos por su distintivo sabor dulzón. Además, según Carlosama (2022) este producto tiene la capacidad de reparar las propiedades biológicas del suelo con ayuda de enmiendas orgánicas, convirtiéndolo en un producto de importancia agrícola ya que “alrededor del 49% de las tierras del país se encuentran en degradación y el 22% de las tierras están en proceso de desertificación” (Paucar, 2022)

### ***Elementos y técnicas utilizadas:***

#### **Sous Vide:**

La palabra sous vide se traduce del francés como “al vacío” y se define según Douglas (2011) como una técnica culinaria que toma ingredientes crudos que son cocidos bajo condiciones controladas de temperatura y tiempo dentro de bolsas al vacío termoestables. Esta técnica se ha estudiado desde los años noventa, por su capacidad de extender la vida aprovechable de los productos. Se diferencia de las técnicas de cocción tradicionales, ya que en esta, se puede tener

temperaturas constantes por largos periodos de tiempo. También, se caracteriza por mantener la comida en un ambiente cerrado, sin oxígeno, lo que reduce la probabilidad de contaminación. En el ámbito gastronómico es popular, ya que permite una manipulación más variada de ciertas proteínas que sin esta tecnología tendrían que ser cocinadas totalmente para que sean seguras para el consumo humano. Algunos establecimientos toman esta técnica para hacer producciones masivas, tener los productos congelados y solo darles un choque de calor durante el servicio, labor que les facilita el mise en place diario. Igualmente puede servir como un factor que evite pérdidas económicas al disminuir la probabilidad de que caduquen los productos alimentarios.



## ***POSTRE: AMAZONÍA***

### ***Breve historia de la cocina en la Amazonía ecuatoriana:***

La Amazonía ecuatoriana, es un territorio que mantiene una cocina totalmente autóctona. Es decir, que no ha sido sincretizada, alterada, o manipulada por el mundo moderno. Le lejanía que tienen los pueblos amazónicos con las otras regiones del Ecuador, ha limitado el intercambio de productos y preparaciones entre sí.

Esta cocina se basa en el conocimiento a profundidad del producto que ofrece la tierra, y una relación de respeto con la misma. Sus técnicas de cocción hacen uso de elementos que ofrece la naturaleza (aire, fuego, tierra, agua), sin necesidad de la implementación de nuevas tecnologías. Todo es proveído por el ecosistema, por lo que la amazonía ecuatoriana funciona como un sistema interno donde donde “La selva, que es su casa, su cultura y su medio de vida” (Vallejo et al. 2017), junta a todos los organismos vivos en una sola comunidad biodiversa.

### ***Introducción al producto:***

- **Chocolate 70%:**

La composición de esta cobertura consiste en que el 70% de los ingredientes totales son licor de cacao (nibs trituradas), al cual se le agrega 30% de azúcar y se sigue con el procesado y conchado del chocolate. El objetivo de usar un chocolate con este porcentaje es encontrar presencia de un sabor más amargo que dulce, lo cual aporta al balance del plato. Para este trabajo se ha utilizado la cobertura 70%, hecha con cacao de aroma, tiene la presencia de notas de frutos secos, especias dulces, así como un balance de acidez y amargor.

- **Mucílago de cacao**

El mucílago es un polisacárido proveniente de la semilla de cacao, se lo reconoce visualmente como la pulpa blanquecina que envuelve a la semilla. Según Escobar, A. *et al.* (2022) el mucílago se forma en cantidad dependiendo de la época del año en la que se cultive la mazorca, debido a que los mucílagos reaccionan con el agua, en épocas de lluvia se encuentra más cantidad de mucílago producido. A pesar de que este puede ser extraído en un medio acuoso, sin alterar la semilla de cacao. Usualmente, él es un producto desperdiciado por la industria chocolatera, debido a que no es extraído y se pierde en el proceso de secado de la semilla.

- **Macambo**

El macambo (*Theobroma bicolor*), también conocido como patasmuyu, o cacao blanco, proviene de los árboles perennales amazónicos de la provincia del Napo. Esta semilla no es utilizada para producir chocolate, por lo que suele ser olvidada por la industria. Sin embargo, según Tenea *et al.* (2021) los pueblos ancestrales hacen uso del macambo para ritos ceremoniales, bebidas fermentadas e incluso lo consumen tostado, reconocen el valor nutricional en los altos contenidos que posee de fibra y proteínas.

- **Haba tonka**

El haba tonka, también conocida como camarú, es proveniente de la cuenca amazónica norte. Proviene del fruto producido por el árbol serrapia (*Dipteryx odorata*), se reconoce visualmente por ser una semilla arrugada negra, y su principal uso es de aromatizante. Su intenso aroma, tiene similitud a la vainilla, y su complejidad se basa en el proceso de fermentación que se produce, dentro de la fruta para poder tener su obtención. Este producto tiene en su composición la cumarina, sustancia que puede alterar el flujo sanguíneo humano. Por este motivo debe ser considerada dentro de las

restricciones alimentarias que se toman en cuenta en el servicio, no puede ser consumida por personas que se encuentren en tratamientos con coagulantes sanguíneos.

- **Guayusa**

La guayusa (*Ilex Guayusa Loes*) se encuentra en la cuenca amazónica ecuatoriana en las provincias de Napo, Pastaza, Sucumbíos, Morona Santiago y Zamora Chinchipe. Proviene de un árbol silvestre que puede llegar a los 10 m de altura, sin embargo, en Morona Santiago, en Sevilla de Don Bosco, se ha identificado un bosque silvestre natural de guayusa, donde los ejemplares de árbol llegan hasta los 20 metros de altura. Es una planta que está migrando a la sierra ecuatoriana, ya que se han encontrado ejemplares en Pichincha y Tungurahua, en las áreas subtropicales.

Dentro de la composición de esta planta, uno de los ingredientes principales es la cafeína, compuesto alcaloide que actúa como una sustancia psicoactiva en el organismo humano.

### ***Importancia cultural y económica en la Amazonía:***

El Cacao (*Theobroma Cacao*) es una fruta originaria de Ecuador, en la alta Amazonía, Zamora Chinchipe, específicamente de Palanda. Desde este sector siguió reproduciéndose para arriba. Esta semilla era utilizada por los nativos como una moneda de cambio hasta la llegada de los españoles, en el siglo XVII quienes le dieron otro uso. En el continente europeo, era muy apreciada una bebida de cacao a la cual se le añadía azúcar refinada, esta bebida era consumida solo por la nobleza debido al costo que tenía exportar el cacao. Un siglo después, debido al corto tiempo de vida de esta bebida, se comenzó a procesar las semillas de cacao, mostrando uno de los primeros formatos de chocolate. En el siglo XX con la revolución industrial se crean

máquinas que permiten la masificación de este producto, convirtiendo al cacao parte de una industria compleja.

Hoy en día, se habla del cacao asociándolo como un producto de triple impacto, ya que este presenta un rol medioambiental, social y económico. El cacao no es utilizado solo para la producción de chocolate, aunque éste si es un principal producto, la industria gastronómica ha creado concientización de los sub-productos que esta planta ofrece y suelen ser desperdiciados, pero tienen gran valor, entre los cuales encontramos nibs de cacao, licor de cacao, mucílago, y cascarilla.

A nivel de economía, según el MAGAP (2024) Ecuador es el primer exportador de cacao dentro de América Latina y el cuarto mundialmente. Esto responde a la calidad de cacao que se encuentra en las tierras ecuatorianas, debido a que se puede encontrar la categoría de cacao fino de aroma. Este cacao es avalado por la Organización Internacional del cacao (ICCO), Fine Cacao and Chocolate Institute (FCCI) y Heirloom cacao preservation initiative. Se diferencia con las demás mazorcas debido a su sabor y aroma distintivos, que permiten la realización de productos de mayor calidad.

La trascendencia cultural se encuentra presente en todos los productos amazónicos utilizados, debido a que las comunidades mantienen una interacción profunda entre los productos de la naturaleza y su consumo en rituales. Por ejemplo, los usos tradicionales de la guayusa toman escena en la cosmovisión indígena, donde Radice, et al. (2007) expone la práctica tradicional de reducir el agua de guayusa hasta obtener un octavo de su peso total, los indígenas nativos consumirían esta sustancia para inducir sueños que puedan hablarles sobre el futuro. Entre otros usos, por ejemplo, el pueblo Achuar consume la bebida antes de salir de caza para poder tener una conexión con la tierra que les permita encontrar el sustento de la semana.

***Desarrollo del plato:***

Para el desarrollo de este plato se tomó en consideración los ingredientes amazónicos escogidos, y las texturas que cada uno de estos podía aportar de mejor manera. Como elemento principal se tiene un sorbet de mucílago de cacao. Para la elaboración de este, se hizo una cocción dentro de bolsa de vacío al vapor, junto con los elementos que formarían la base del helado (glucosa atomizada, glucosa líquida, estabilizante de sorbete, azúcar y agua) Esta cocción duró 25 minutos a 80 C °. Pasado este tiempo, se enfrió en baño maría inverso. Se agregó la pulpa de cacao cruda para obtener un color más puro en el producto final y se llevó a la mantecadora por 25 minutos. La decisión de realizar un sorbete a base de agua se tomó para potencializar las características frutales y frescas del mucílago de cacao que aportarían a la armonía del plato.

Como segundo factor se quiso incorporar un elemento que brinde crujiente al plato, para esto se realizó una tierra garrapiñada de macambo. El término garrapiñar hace referencia a “acaramelar, almibarar, endulzar, recubrir” (RAE, 2024), la técnica consiste en crear un almíbar denso que bañe el fruto completamente y cree grumos de azúcar. Para esta elaboración se hizo un garrapiñado clásico, mismo que se llevó a derretir para formar caramelo, con el fin de que no se tenga una textura de grumos grandes de azúcar en boca y el macambo este cubierto por una capa de garrapiñado ligera.

Como tercer elemento se realizó un bizcocho a base de semilla de macambo. Para este, se hizo de base un merengue francés clásico, ya que se esperaba un bizcocho aireado que pueda sostener el peso de la harina de macambo. A este se le agregaron yemas de huevo, mismas que tendrían como fin fijar el sabor de los ingredientes por la cantidad de lípidos que tienen. Otro factor estructurante del bizcocho fuê el 20% de mantequilla añadida, misma que aporta color al bizcocho por su contenido de carotenoides, y favorece la reacción de maillard por la presencia de lactosa, misma que se carameliza durante la cocción. Además, dentro de sus

propiedades químicas la mantequilla tiene la función de encapsular el aire que suele expandirse durante la cocción, por lo que ayuda a mantener la burbuja interna del bizcocho constante. Como complemento a la par, se confitaró piel de naranja junto a la hoja de guayusa. El almíbar resultante de este proceso fue utilizado para bañar el bizcocho, mismo que contraresto el dulce del macambo garrapiñado.

Para el cuarto elemento del postre, se presentó un cremoso de chocolate 70%. Para este se realizó una ganache clásica uno a uno infundada con haba tonka, y se escogió la cobertura con el objetivo de tener presente un sabor de un chocolate semi-amargo. Sobre la cual se colocó una galleta de haba tonka a base masa sablée.

### ***Elementos y técnicas utilizadas:***

#### **Emulsión:**

Dentro del desarrollo de este postre se encuentra la emulsión en la ganache de chocolate 70%. Las ganaches son una emulsión entre chocolate y un líquido, que usualmente es crema de leche. En esta preparación se aromatizó la crema de leche con haba tonka, para realizar la emulsión y obtener el cremoso ligeramente especiado. Para una buena emulsión en repostería, es necesario que las partículas estén repartidas de forma equitativa, esto se traduce tanto en una textura lisa en boca como una mayor vida útil del producto.

#### **Confit:**

La técnica confit, en repostería, hace referencia a cocciones lentas de frutas, verduras y vegetales a temperaturas menores a 70 C °. El objetivo de este proceso es sustituir el agua interna de los elementos mencionados por almíbar, aunque se puede parar la confitura cuando se obtenga una textura deseada. Esta técnica nace en el imperio romano, donde se bañaban frutas en miel con el objetivo de poder conservarlas por más tiempo. En la cocina de sal, el confit

consiste en la cocción lenta de proteínas o vegetales totalmente sumergidos en un medio graso y que no supera los 70 C °. Este tipo de cocción mantiene el colágeno interno de las proteínas animales, lo que amplifica la ternura que tienen al momento de consumir.

## CONCLUSIONES

Ecuador es un país mega diverso, dueño de un patrimonio natural que converge con la abundancia de civilizaciones que se pueden encontrar en los cuatro territorios del país, creando una riqueza cultural inmensurable. La cocina, cumple un rol esencial para el desarrollo de la identidad ecuatoriana. Esto se debe a la relación que existe entre la forma de cocinar y de comer con el hombre. Este trabajo cumple con un aporte importante, ya que permitió que el conocimiento presente en esta investigación sea transmitido a un público externo con la venta del menú. El componente práctico evidenció que existe interés por el producto ecuatoriano y el potencial que tiene dentro del sector gastronómico. También, mostró que la tendencia a reencontrar la identidad mediante la gastronomía no sólo nace de la escena gastronómica, sino de un grupo de personas, ciudadanas y extranjeras, que crean demanda hacia una cocina con identidad. El sector gastronómico ha evolucionado en los últimos años, creando ejercicios similares al de este trabajo, la realización de menús que usen productos locales, a base de una investigación académica. Los restaurantes que han seguido esta tendencia son aquellos que encabezan las listas de premios internacionales, y más importante, que se ganan el corazón de su pueblo, ya que sacan la imagen de Ecuador fuera del síndrome del impostor que en las décadas pasadas le quitaba a la cocina ecuatoriana el valor que le corresponde. Como sugerencia para un estudio más completo, se puede realizar una salida de campo para la realización de este proyecto. Debido a que el conocimiento de la comida local se encuentra en las calles del país, en su gente, en el producto, mucho de este conocimiento no se encuentra en fuentes académicas sino en el día a día de las personas de cada región.



## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arellano, M. (2014). *Cocina tradicional andina: epistemologías femeninas y sistemas bioculturales en la sierra ecuatoriana*. Facultad latinoamericana de ciencias sociales sede Ecuador. <https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/handle/10469/7462>
- Arias, R., Tapia, A., Tapia, A., Santacruz, L., Miranda, N. (2012). *Evaluación de la biodiversidad en cinco comunidades Kichwa de la zona de colonización de la Amazonía ecuatoriana*. Universidad Estatal Amazónica  
<https://www.redalyc.org/journal/4735/473564441002/html/>
- Ayora. Universidad de Guayaquil. <http://repositorio.ug.edu.ec/handle/redug/36336>
- Baldwin, D. (2012) *Sous Vide cooking: A review*. International Journal of Gastronomy and food science. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1878450X11000035>
- Barcelona Culinary Hub (2023). *Esferificación: La técnica culinaria líder en la cocina molecular*, Universidad de Barcelona.  
<https://www.barcelonaculinaryhub.com/blog/esferificacion-la-tecnica-culinaria-lider-en-la-cocina-molecular#:~:text=La%20esferificación%20es%20una%20técnica,un%20sabor%20intenso%20y%20sorprendente.>
- Bravo, E. (2002). Caso 2: La industria camaronera en Ecuador. *Ponencia presentada en "Globalización y Agricultura. Jornades para la Soberanía Alimentaria, Barcelona*.  
[https://www.researchgate.net/profile/Elizabeth-Bravo/publication/242313600\\_CASO\\_2\\_LA\\_INDUSTRIA\\_CAMARONERA\\_EN\\_ECUADOR1/links/0c96052f7bbd7829bf000000/CASO-2-LA-INDUSTRIA-CAMARONERA-EN-ECUADOR1.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Elizabeth-Bravo/publication/242313600_CASO_2_LA_INDUSTRIA_CAMARONERA_EN_ECUADOR1/links/0c96052f7bbd7829bf000000/CASO-2-LA-INDUSTRIA-CAMARONERA-EN-ECUADOR1.pdf)
- Cartay, R., Chaparro-Martinez, E. (2020). *Usos Turísticos de la Biodiversidad en la Región Amazónica Ecuatoriana*. Rosa dos Ventos, vol. 12. Universidade de Caxias do Sul.  
<https://www.redalyc.org/journal/4735/473564441002/html/>

El Universo. (2023) *Consumo de carne de cerdo desplaza del segundo lugar a la de res en las preferencias de los ecuatorianos.*

<https://www.eluniverso.com/noticias/economia/consumo-de-carne-de-cerdo-desplaza-del-segundo-lugar-a-la-de-res-en-las-preferencias-de-los-ecuatorianos-nota/>

Escobar, Á. O. F., Solórzano, C. Y. E., Segarra, C. V. T., García, D. A. T., Navarrete, E. D. T., & Ocampo, R. G. D. (2022). *Extracción de mucílago de cáscara de Theobroma cacao L. para uso en clarificación de jugos de Saccharum officinarum.* Ciencia y tecnología (Quevedo, Ecuador).

<https://www.proquest.com/docview/2715142705/fulltextPDF/768CB972EA04DB9PQ/1?accountid=36555&sourcetype=Scholarly%20Journals>

Estupiñan, R., Pamchano, V., Márquez, R., Segura, R. (2021). *Saberes y sabores: Caracterización de la gastronomía tradicional en comunidades afroecuatorianas del norte de*

*Esmeraldas.* [http://revistasdigitales.utelvt.edu.ec/revista/index.php/investigacion\\_y\\_saberes/article/view/116/63](http://revistasdigitales.utelvt.edu.ec/revista/index.php/investigacion_y_saberes/article/view/116/63)

Gonzaga, J. (2020) *Plan de exportación de camarón blanco (Litopenaeus vannamei) desde Ecuador hacia el mercado japonés.* Escuela Agrícola Panamericana, Zamorano, Honduras.

Grenier, C. (2007). *Conservación contra natura Las Islas Galápagos.*

<https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/7420/1/Grenier%20C-Conservación%20contra%20natura.pdf>

Guerrero, M., Pilaquinga, V., Guerrero, C. (2021) *La revalorización de la identidad cultural.*

Universidad de Guayaquil. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9587514>

Hidalgo, K. (2020). *La cocina ancestral andina en Ecuador convierte la tierra en un volcán culinario.* <https://efeagro.com/cocina-ancestral-andina-ecuador/>

Hofstede, R., Lips, J., Jongsma, W. (1998). *Geografía, ecología y forestación de la sierra alta del Ecuador.* Intituto Internacional de Agricultura Larenstein.

[https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1445&&context=abya\\_yala&&](https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1445&&context=abya_yala&&)

[sei-](#)

[redir=1&referer=https%253A%252F%252Fscholar.google.es%252Fscholar%253Fhl%253Des%2526as\\_sdt%253D0%25252C5%2526q%253Dsierra%252Becuatoriana%252B%2526btnG%253D#search=%22sierra%20ecuatoriana%22](#)

Lagneaux, E., Andreotti, F., & Neher, C. M. (2021). *Cacao, copoazu and macambo: Exploring Theobroma diversity in smallholder agroforestry systems of the Peruvian Amazon. Agroforestry Systems*. <https://doi.org/10.1007/s10457-021-00610-0>

Lanteri, A. (1997) *Islas Galápagos: Un paraíso amenazado*. Revista Museo; no. 10. [https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/48635/Documento\\_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://sedici.unlp.edu.ar/bitstream/handle/10915/48635/Documento_completo.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Lim, S. (2016). *Lenguaje de cocina: ¿Qué es Au Jus?*. Michelin Guide. [https://guide-michelin-com.translate.goog/sg/en/article/dining-out/what-is-jus?\\_x\\_tr\\_sl=en&\\_x\\_tr\\_tl=es&\\_x\\_tr\\_hl=es&\\_x\\_tr\\_pto=wa](https://guide-michelin-com.translate.goog/sg/en/article/dining-out/what-is-jus?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=es&_x_tr_hl=es&_x_tr_pto=wa)

Llangarí Guaraca, E. (2021). “*Producción del cerdo criollo en la región sierra del Ecuador*”. Escuela Superior Politécnica De Chimborazo. <http://dspace.esPOCH.edu.ec/bitstream/123456789/15611/1/17T01638.pdf>

MAGAP (2024). MAGAP Impulsa Proyecto De Reactivación Del Cacao Fino Y De Aroma. <https://www.agricultura.gob.ec/magap-impulsa-proyecto-de-reactivacion-del-cacao-fino-y-de-aroma/>

Misterio de Agricultura y Ganadería.(2024) *Ecuador se proyecta a ser exportador de papa*. <https://www.agricultura.gob.ec/ecuador-se-proyecta-a-ser-exportador-de-papa/#:~:text=En%20el%20país%2C%20cada%20persona,producto%20en%20la%20soberanía%20alimentaria.>

Navarrete-Cazales, Zaira. (2015). ¿Otra vez la identidad?: Un concepto necesario pero imposible. *Revista mexicana de investigación educativa*, 20(65), 461-479. Recuperado en 11 de julio de 2024, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-66662015000200007&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-66662015000200007&lng=es&tlng=es).

Ortega, A. (2018). *Investigación y aplicación del pez brujo (Pontinus Clemensi) en Puerto*

Paucar, L.(2022) *Evaluación De Tres Enmiendas Orgánicas Aplicando Dos Microorganismos A Diferentes Dosis En El Cultivo De Remolacha (Beta Vulgaris) Para La Recuperación De Las Propiedades Químicas Y Biológicas Del Suelo De Salache, Cotopaxi-Ecuador 2022*. Universidad Técnica de Cotopaxi.<http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/9440/1/PC-002389.pdf>

Pumisacho, M., Sherwood, S. (2002). *El cultivo de la papa en Ecuador*.  
[https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=QJciG\\_CWNqgC&oi=fnd&pg=PA13&dq=papa+ecuador&ots=y6A\\_itqv\\_f&sig=XY\\_otTYKS8jeYIWiwQBLpq6zJuE#v=onepage&q=papa%20ecuador&f=false](https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=QJciG_CWNqgC&oi=fnd&pg=PA13&dq=papa+ecuador&ots=y6A_itqv_f&sig=XY_otTYKS8jeYIWiwQBLpq6zJuE#v=onepage&q=papa%20ecuador&f=false)

Radice, M. Sitting, B. (2022) *Formulación y estabilidad de un extracto seco de guayusa para reconstituir como bebida antioxidante y energética*. Universidad Amazónica.  
<https://repositorio.uea.edu.ec/handle/123456789/1083>

Ramirez, G., Marín, J., Andrade-Vera, S., Tanner, M., Salinas, P., Barragán, M. (2018). *Cómo lograr pesquerías sustentables en Galápagos*. Estación Científica Charles Darwin, Fundación Charles Darwin, Universidad Estatal de Humboldt, Sociedad National Geographic. <https://reports.galapagos.org/los-articulos/2018/7/10/cmo-lograr-pesqueras-sustentables-de-peces-en-galpagos/>

Ramírez, Gallegos, J. (2004). *La pesca artesanal en la reserva marina de Galpápagos: Dinámica laboral y conflictos socio-ambientales.*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador. <https://www.aacademica.org/jacques.ramirez/59>

Saglio, A., Bourgeay, J. Socrate, R., Canette, A. Cuvelier, G. (2028). *Understanding the structure of ganache: Link between composition and texture*.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1878450X17301373>

Tapia, E. (2021). *Mikuna: Cocina tradicional ecuatoriana*. Universidad San Francisco de Quito.  
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=C9tUEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT52&dq=co>

[cina+costa+ecuatoriana&ots=LON0K5Fin7&sig=wXT3AVyigcumV91B151yLpujzUE#v=onepage&q=cocina%20costa%20ecuatoriana&f=false](https://www.google.com/search?q=cocina+costa+ecuatoriana&ots=LON0K5Fin7&sig=wXT3AVyigcumV91B151yLpujzUE#v=onepage&q=cocina%20costa%20ecuatoriana&f=false)

UNESCO (2024). *Man and the Biosphere program. (MAB)*.

<https://www.unesco.org/en/mab/galapagos#:~:text=Debido%20a%20la%20influencia%20de,%20Pacífico%20C%20Panamá%20y%20Perú>

Unigarro, C. (2015). *Sistemas y patrimonio alimentarios. Transculturaciones en el caso ecuatoriano*. Antropología Cuadernos De Investigación, (15), 21-34.

<https://doi.org/10.26807/ant.v0i15.38>

Valarezo, S. (2002) *La selva, los pueblos su historia. Mitos, leyendas, tradiciones y fauna de la Amazonía ecuatoriana*

[https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1152&&context=abya\\_yala&&seidir=1&referer=https%253A%252F%252Fscholar.google.es%252Fscholar%253Fhl%253Des%2526as\\_sdt%253D0%25252C5%2526q%253Dhistoria%252Bde%252Bla%252Bcocina%252Bamaz%2525C3%2525B3nica%252Becuador%252B%2526btnG%253D#search=%22historia%20de%20la%20cocina%20amazónica%20ecuador%22](https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1152&&context=abya_yala&&seidir=1&referer=https%253A%252F%252Fscholar.google.es%252Fscholar%253Fhl%253Des%2526as_sdt%253D0%25252C5%2526q%253Dhistoria%252Bde%252Bla%252Bcocina%252Bamaz%2525C3%2525B3nica%252Becuador%252B%2526btnG%253D#search=%22historia%20de%20la%20cocina%20amazónica%20ecuador%22)

[redir=1&referer=https%253A%252F%252Fscholar.google.es%252Fscholar%253Fhl%253Des%2526as\\_sdt%253D0%25252C5%2526q%253Dhistoria%252Bde%252Bla%252Bcocina%252Bamaz%2525C3%2525B3nica%252Becuador%252B%2526btnG%253D#search=%22historia%20de%20la%20cocina%20amazónica%20ecuador%22](https://digitalrepository.unm.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1152&&context=abya_yala&&seidir=1&referer=https%253A%252F%252Fscholar.google.es%252Fscholar%253Fhl%253Des%2526as_sdt%253D0%25252C5%2526q%253Dhistoria%252Bde%252Bla%252Bcocina%252Bamaz%2525C3%2525B3nica%252Becuador%252B%2526btnG%253D#search=%22historia%20de%20la%20cocina%20amazónica%20ecuador%22)

Valdés, L. (2022). *Tesoros del día a día. Íconos del diseño español para lo cotidiano*.

Universidad de Oviedo.

[https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/65263/26\\_Sifón%20para%20espumas.pdf?sequence=1](https://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/handle/10651/65263/26_Sifón%20para%20espumas.pdf?sequence=1)

Vallejo, I., & Ávila Santamaría, R. (Eds.). (2017). *El último grito del jaguar: memorias del I Congreso sobre pueblos indígenas aislados en la Amazonía ecuatoriana* (Primera edición).

Abya-Yala.

[https://usfq.primo.exlibrisgroup.com/permalink/593USFQ\\_INST/1ce83a1/alma991478559506366](https://usfq.primo.exlibrisgroup.com/permalink/593USFQ_INST/1ce83a1/alma991478559506366)



**ANEXO A: GALÁPAGOS**

Ilustración 1: Fotografía realizada por Sebastián Argüello, 2024.



## ANEXO B: COSTA



Ilustración 2: Fotografía realizada por Sebastián Argüello, 2024.

**ANEXO C: SIERRA**

Ilustración 3: Fotografía realizada por Sebastián Argüello



## ANEXO D: AMAZONÍA



Ilustración 4: Fotografía realizada por Sebastián Argüello, 2024.

**ANEXO E: JUECES DEGUSTACIÓN**

Ana Lobato, Chef

Esteban Tapia, Chef

Emilio Dalmau, Chef

Luis Santamaria, Chef

Mario Jimenez, Chef Ejecutivo USFQ

María Gracia Torres, Administradora Marcus

**ANEXO D: RECETARIO**

## Galápagos

Realizado por: Micaela Burgos

Tipo de receta: Entrada caliente

Porciones: 10 pax

## Ingredientes

**Base para ceviche:**

0,250 L limón sutil  
0,250 L limón Meyer  
0,040 kg ají rocoto  
0,030 kg ajo  
0,200 kg cebolla paitaña  
0,040 kg cilantro  
0,030 kg jengibre  
0,010 kg sal fina  
0,100 kg retazos de pescado  
0,100 L mucílago de cacao

## Preparación:

**Base para ceviche:**

Exprimir el jugo de los limones y reservar en frío.  
Cortar los vegetales en mirepoix y agregar la sal,  
junto a los  
retazos de pescado. Reservar en frío.  
Después de media hora, mezclar el jugo de limón  
con los  
vegetales y la pesca.  
Procesar en la Thermomix y pasar por un chino  
fino.  
Reservar en frío.  
Mezclar con el mucílago de cacao antes del  
servicio.

**Papel de yuca:**

0,300 kg yuca

0,020 kg sal

0,300 kg crema de leche

**Perlas de toronja:**

0,250 L zumo de toronja

0,005 agar agar

0,100 L Aceite

**Fumet pescado:**

3,000 kg huesos pescado

**Papel de yuca:**

En una olla con abundante agua, cocinar la yuca junto a la sal hasta obtener textura blanda.

Triturar junto con crema de leche hasta obtener un pure.

Pasar por un chino fino.

Extender la mezcla en un silpat con un grosor de 1mm.

En el horno, con calor seco, secar a 70 C.

**Perlas de toronja:**

Reservar el aceite en el congelador.

En una olla, mezclar el zumo de toronja con el agar y llevar a 88 C.

Poner la mezcla en un biberón.

Con la mezcla caliente, y el aceite frío crear perlas pequeñas.

**Fumet pescado:**

Lavar los restos de pescado en agua fría.

0,150 cebolla perla  
0,150 puerro  
0,150 zanahoria  
0,150 apio  
Bouquet garni  
(perejil/pimientas/tomillo/laurel  
/clavo)  
1,000 kg hielo  
0,100 L vermouth seco  
0,100 L vino blanco  
5,000 L agua

**Aceite cilantro y ají:**

0,080 kg hojas de cilantro  
0,100 kg ají nacional  
1,000 L aceite vegetal

Dorar en el horno a 15 C durante 2 minutos  
En una olla, sofreír los vegetales en mirepoix.  
Desglasar y flambear con coñac.  
Agregar el vino blanco, evaporar y reducir.  
Agregar las especias, bouquet garni, sal y cubrir  
con agua u hielo.  
Reducir, enfriar, porcionar y congelar.  
Mezclar con la leche de tigre y mucílago antes  
del servicio.

**Aceite cilantro y ají:**

Blanquear el cilantro y ají sin pepas en ollas  
separadas, por 10 segundos, llevar a agua con  
hielo.  
Secar bien las hojas de cilantro y ají.  
Emulsionar el aceite en la Thermomix.  
Colar el aceite con una malla y fino chino por  
24h.  
Reservar en un biberón en frío.



## Costa

Realizado por: Micaela Burgos

Tipo de receta: Entrada caliente

Porciones: 10 pax

**Ingredientes****Croqueta encocada**

0,150 kg mantequilla

0,150 kg harina

1,000 L leche

0,200 kg pimiento rojo

0,200 kg cebolla paitaña

0,200 kg pimiento verde

0,020 L aceite achiote

0,300 kg pulpa de cangrejo

0,010 kg comino

0,040 kg cilantro

0,500 L leche de coco

0,0500 kg panko

**Preparación****Croqueta encocada**

Con la mantequilla y harina, hacer un roux dorado.

Agregar la leche hasta crear una bechamel espesa.

Cortar los vegetales en brunoise para realizar un refrito.

Hacer un refrito con achiote de los vegetales cortados en brunoise, agregar el comino al refrito.

Agregar la mitad de la leche de coco hasta reducir.

Agregar la pulpa de cangrejo.

Agregar la otra mitad de leche de coco, cocinar por 5 minutos.

Corregir sal y pimienta.

Colar la preparación y reservar los jugos de la cocción.

Agregar la pulpa de cangrejo a la salsa bechamel espesa, mezclar hasta tener una masa homogénea.

Reservar en frío.

**Salsa encocada**

0,250 kg mantequilla

0,250 kg harina

0,500 kg leche

0,100 kg pimiento rojo

0,100 kg cebolla paitaña

0,060 kg ajo pelado

0,100 kg pimiento verde

0,030 kg achiote

0,300 kg pulpa de cangrejo

0,010 kg comino

0,040 kg cilantro

0,080 L leche de coco

**Mil hojas de maduro**

0,500 kg maduro barraganete

0,100 kg maicena

Pesar las croquetas de 40 gramos.

Empanizar con harina, huevo y panko. Reservar en congelación.

**Salsa encocada**

Cortar los vegetales en mirepoix.

Hacer un refrito de los vegetales con aceite de achiote. Agregar comino.

Agregar al jugo de la cocción de la preparación de cangrejo encocado.

Sellar al vacío y reservar en frío.

**Mil hojas de maduro**

Laminar el maduro en láminas de 2 mm con ayuda de la mandolina.

Montar el maduro, uno encima de otro, poniendo una capa de maicena entre capas de maduro.

**Crema de maíz**

0,300 maíz amarillo  
0,500 crema de leche  
0,040 sal

**Langostino**

0,600 kg langostino  
0,020 paprika  
0,010 sal

**Crema de maíz**

Cocinar el maíz junto a la crema de leche y la sal por 40 minutos.

Triturar la preparación con la Thermomix.

Pasar por un chino fino.

Sellar al vacío y reservar en frío para posteriormente montar en el sifón.

**Langostino**

Pelar y limpiar el langostino.

Saborizar con las especias.

Cocinar a fuego alto por 30 segundos por cada lado del langostino.



## Sierra

Realizado por: Micaela Burgos

Tipo de receta: Entrada caliente

Porciones: 10 pax

**Ingredientes****Mil hojas andino**

0,200 kg remolacha  
0,200 kg papa chola  
0,200 kg mantequilla  
0,020 kg sal

**Crudités encurtido**

0,200 kg rábanos  
0,500 kg vinagre blanco

**Preparación****Mil hojas andino**

Pelar los vegetales, poner en un cambro con agua.

Con ayuda de la mandolina, terminar los vegetales con 1mm de grosor.

Derretir la mantequilla

En un cambro, montar el milhojas colocando ocho capas de láminas de papas y una de remolacha hasta obtener 5 cm de altura. Entre cada capa colocar una capa de mantequilla y sal.

Llevar a cocción en calor seco a 110 C por una hora.

Reservar 12h en frío con un cambro lleno de agua encima que genere peso.

Pasadas 12h, desmoldar y porcionar en rectángulos de 8cmx5cm.

Reservar en frío.

**Crudités encurtidos**

Rebanar los vegetales finamente con ayuda de la mandolina.

0,080 kg panela  
0,020 kg pimienta negra  
0,200 kg zanahorias francesas

#### **Cre moso de aguacate**

1,000 kg aguacate  
0,080 kg aceite vegetal  
0,040 kg sal  
0,100 kg limón sutil

#### **Demi-gl ace**

0,200 kg puerro  
0,200 kg zanahoria  
0,200 kg apio  
0,200 L vermouth  
0,200 L vino tinto  
0,100 kg pasta de tomate  
0,020 kg romero  
2,000 kg hueso de res

En una olla, hervir el vinagre junto con la pimienta y la panela.

Guardar los vegetales junto al vinagre especiado en una funda al vacío.

#### **Cre moso de aguacate**

Triturar el aguacate sin cáscara ni pepa junto a los demás ingredientes con ayuda de un turbomix.  
Reservar en frío dentro de un biberón.

#### **Demi-gl ace**

Cortar los vegetales en mirepoix y dorar en una olla con aceite vegetal  
En una bandeja, dorar los huesos en el horno a 80C  
De glasear la bandeja con vermouth y agregar a la olla de los vegetales.  
Agregar el vino tinto, esperar a que se evapore el alcohol.  
Agregar hielo a la olla hasta cubrir los huesos  
Agregar 5 L de agua  
Dejar reducir a fuego bajo por 8h o hasta que llegue 1/8 de su peso.

**Tecla de cerdo**

1,000 kg tecla de cerdo  
0,600 kg naranja nacional  
0,100 kg panela  
0,010 kg sal

**Tecla de cerdo**

Realizar una salmuera del 5% del peso total del cerdo y marinar por 24h.

Retirar de la salmuera y marinar junto al jugo de naranja con panela por 12h.

Realizar cortes uniformes en la piel del cerdo.

Sellar al vacío y cocinar por 14h a 70C en sous vide, con ayuda de un termo circulador.

Reservar el líquido de la cocción para aumentar al demi-glace.

## Amazonía

Realizado por: Micaela Burgos

Tipo de receta: Entrada caliente

Porciones: 10 pax

**Ingredientes****Helado de mucílago**

0,350 kg azúcar  
0,120 glucosa atomizada  
0,010 kg estabilizante sorbete  
0,060 kg glucosa líquida  
1,000 L agua  
0,500 mucílago de cacao

**Ganache**

0,500 kg cobertura 70%  
0,500 kg crema de leche  
0,020 kg mantequilla  
0,010 kg glucosa líquida

**Preparación****Helado de mucílago**

Mezclar los ingredientes secos.  
Agregar los líquidos e incorporar con el turbomix.  
Colocar en una funda de vacío.  
Cocinar al vapor a 80 C por 20 minutos.  
Agregar la pulpa de cacao y llevar a la mantecadora por 20 minutos.  
Reservar en el congelador, dentro de un cambro con papel cera, cubierto de papel film

**Ganache**

Mezclar la crema de leche con la glucosa y llevar a hervor.  
Agregar la crema de leche al chocolate y mezclar con una espátula.  
Mezclar con el turbomix para emulsionar.  
Agregar la mantequilla fría y mezclar con el turbomix.  
Reservar en una manga con boquilla lisa.

**Galleta haba tonka**

0,130 mantequilla  
0,100 azúcar glass  
0,250 harina  
0,060 huevo  
0,010 haba tonka

**Macambo garrapiñado**

0,200 azúcar  
0,350 macambo

**Galleta haba tonka**

Con ayuda de la kitchen aid, mezclar la mantequilla, azúcar glass y harina con el escudo hasta formar una tierra. Incorporar la yema de huevo.

Llevar a refrigeración

Incorporar con las manos hasta crear una masa homogénea.

Laminar hasta obtener una lámina de 2mm.

Rayar el haba tonka encima de la masa

Recortar con el cortapastas.

Llevar a congelación.

Colocar las galletas entre los silpats.

Hornear a 170 C por 15 minutos.

Reservar cuidado la humedad.

**Macambo garrapiñado**

Tostar el macambo a 80 C por 10 minutos

Agregar el macambo a una olla junto con el azúcar

Llevar la preparación a 110 C

Mover con un exoglass hasta que el azúcar forme grumos.

Llevar a 70 C hasta que el azúcar se derrita

Estirar en un silpat

**Bizcocho de macambo**

0,200 kg azúcar

0,150 kg huevos

0,090 kg harina

0,050 kg macambo

0,020 mantequilla

**Naranja confitada**

0,200 hoja de guayusa

0,200 naranja americana

0,100 azúcar

0,200 L agua

Para obtener la tierra, cortar con un cuchillo en trozos pequeños.

**Bizcocho de macambo**

Separar las yemas de las claras.

Formar un merengue francés con las claras de huevo y el azúcar.

Agregar las yemas.

Agregar la harina tamizada de forma envolvente.

Agregar la mantequilla en hilo de forma envolvente.

Colocar sobre un silpat.

Rayar el macambo.

Hornear por 15 minutos a 180 C con vapor.

**Naranja confitada**

Pelar la naranja y hacer julianas con su piel

Blanquear 4 veces.

En una olla, agregar las julianas de naranja junto con el azúcar, la hoja de guayusa y el agua.

Confitar a temperatura baja por 6 horas.

Reservar al syrup para mojar el bizcocho.