

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

Colegio de Hospital, Arte Culinario y Turismo

“Instituto de Arte Culinario”

Proyecto Restaurante Marcus Apicius

Menú Internacional: Sabores de la Cultura Maya

Menú Nacional: Sabores de la Costa del Pacifico

Kaya Marina Erazo Galarza

Tesis de grado presentada como requisito para la obtención del título de

Licenciatura en Arte Culinario

Quito, 10 de Julio 2012

Universidad San Francisco de Quito

Colegio de Hospitalidad y Arte Culinario

Carrera: Licenciatura en Arte Culinario

Hoja de Aprobación de Tesis

Proyecto Estudiantil

**“Menú Nacional e Internacional presentado a la venta en el Restaurante
Marcus Apicius”**

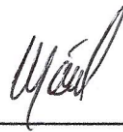
Autor

Marina Erazo 20523

Mauricio Cepeda

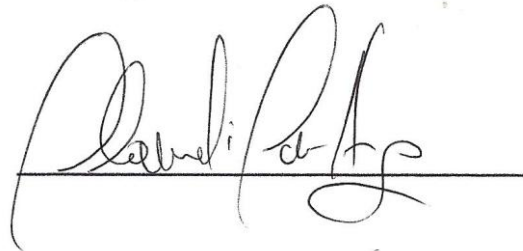
Decano del colegio de

Hospitalidad y Arte Culinario



Claudio Ianotti

Coordinador de Arte Culinario



©Derechos de autor.

Kaya Marina Erazo Galarza

2012

Dedicatoria

Con Amor

A mi madre, Marina Galarza, que me guía en el

Camino del éxito y la superación.

Que con su amor y ejemplo me ha impulsado a

Finalizar mis metas.

Agradecimiento

Agradezco a mis profesores,
A mi gran amigo Esteban Medina y amigos que forman
Parte de la Universidad San Francisco de Quito que
A lo largo de la carrera me han enriquecido con sus
Conocimientos profesionales.

Índice

Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento	v
Índice.....	vi
I. Introducción	1
II. Capítulo 1.....	2
a) Primera Degustación.....	2
b) Historia.....	2
c) Investigación de los Platos.....	2
d) Degustación.....	6
e) Explicación de cambios en el Menú	6
f) Mercadeo – Publicidad	8
g) Informe de Costos	8
h) Recetas de Estándares Menú.....	9
Costos Teóricos.....	15
Costos Requisiciones del Menú	15
Costos Reales	17
Conclusiones de costos	18
III. Capítulo 2.....	19
a) Segunda Degustación.....	19
b) Historia.....	19
c) Investigación de los Platos.....	19
d) Degustación.....	21
e) Explicación de cambios en el Menú	21

f) Mercadeo – Publicidad	22
g) Informe de Costos	22
h) Recetas Estándar	23
Costo Requisiciones.....	29
Costos Teóricos.....	30
Costos Reales	31
Conclusiones de costos	31
IV. Conclusiones	32
V. Bibliografía	33
VI. Anexos.....	34

I. Introducción

Las practicas en el Restaurante Marcus Apicius, se toman después de haber pasado por todos los puntos de ventas de la universidad y la gran mayoría de clases de cocina, de esta manera se ponen a prueba todos los conocimientos que se van adquiriendo en el transcurso de los años de estudio.

Siendo un restaurante de venta al público y de un alto nivel, estas prácticas se convierten en un trabajo como cualquier otro en un restaurante, con horarios rotativos, fines de semanas y feriados incluidos, el restaurante maneja el área de cocina, pastelería y servicio al cliente, durante el semestre vamos rotando los puestos, de esta manera al final del semestre tenemos una idea completa de cómo se maneja un verdadero restaurante de alta categoría en el país.

II. Capítulo 1

Primera Degustación

Sabores de la Cultura Maya (Maaya Wiinik), Recorriendo el Corazón de los 13 Cielos

a) Historia

La cocina Maya ha marcado la vida de varias generaciones, donde las mujeres tienen el papel principal de conservar y transmitir los sabores con todos los matices e historia que se mezclan en cada plato de comida. La cocina Maya es una mezcla de religión y protocolos, siendo una cocina muy elaborada no solo en esta región, sino a nivel mundial.

La civilización maya en su mayor auge comprendía los territorios que en la actualidad conocemos como los estados del sureste de México: Campeche, Chiapas, Quintana Roo, Tabasco y Yucatán, y en América Central: Belice, Guatemala, Honduras y El Salvador, alcanzando una extensión de 400 mil km², vestigios de esta civilización en esta zona se han encontrado desde el quinto milenio de nuestra era. El legado de esta cultura no es corto, dejaron grandes aportes matemáticos, astronómicos, impresionantes edificaciones, esculturas y pinturas murales. En el período Teocrático o Período Clásico se dio el mayor florecimiento de los Mayas, aproximadamente 300 a 900 de nuestra era, para el año 1000 muchas de las ciudades, habían desaparecido de una manera misteriosa, en especial en el área central la población de Chichén Itzá (Yucatán) para el 1200 fue abandonada totalmente.

Dadas las condiciones geográficas, el territorio Maya tiene una gran biodiversidad y riqueza biológica en el continente, el agua se filtra por el subsuelo generando cavernas, y alrededor de estos espejos de agua se cultiva el árbol de cacao, siendo considerados lugares sagrados como es el caso de Chichén Itzá.

Al inicio de esta civilización su forma de alimentación era la caza de venado, armadillo, iguana, conejo, pavo, peces de agua dulce y salada, luego desarrollaron una amplia agricultura, sembrando, maíz, frijol, calabaza, chile, se dice que esta cultura fue quien domesticó el cacao del tipo Criollo, cacao es derivado del maya Ka'kaw, sirviendo como moneda.

En la cultura Maya era normal que las familias tengan huertos, donde las mujeres eran las encargadas de elaborar la comida cotidiana y los hombres los alimentos rituales, su principio de dualidad, hacía que juntos cuiden de la salud alimenticia, así es como siempre tomaban en cuenta las propiedades frías y calientes de los alimentos así como de las personas, para lograr mantener el equilibrio del organismo.

Como todas las civilizaciones antiguas, los Mayas tenían a sus dioses como las deidades principales, para su filosofía, ellos dicen que los dioses formaron al ser humano con masa de maíz (ixi'im o sak), siendo el símbolo de vida y fertilidad, así es como los hombres deben ofrecer ofrendas para que los dioses continúen manteniendo el universo.

Cuando llegan los españoles a territorio Maya, se encuentran con civilizaciones muy deterioradas y en plena decadencia (1511), en esas circunstancias, el pueblo Maya pasa de pertenecer a élites prehispánicas a ser peón de fincas y haciendas de blancos y mestizos.

El maíz es la base fundamental de la comida Maya, en su filosofía vieron al maíz como el origen de la carne con que había sido formado el primer hombre, en el Popol Vuh (uno de los libros sagrados), cuenta que después de varios intentos, finalmente el hombre fue creado de maíz, después de que los Dioses Mayas intentaron crear a un hombre de tierra, pero este no se doblaba, lo hicieron de madera, pero no tenía lana, a la final el maíz también es sustento básico del espíritu al igual que del cuerpo.

b) Investigación de los Platos

La cocina aun mantiene algunas de sus raíces, como el uso del fogón con leña, los utensilios que usan para moler el maíz, donde muelen los chiles, molinos de mano para moler chocolate, jarras de barro y canastas de bejuco, uno de los inventos de los mayas para la gastronomía es el Pib, o más conocido como horno bajo la tierra, en el fondo se colocan piedras y leña para cocinar los alimentos. En las haciendas se da el inicio de la mezcla de cultura culinaria donde se fusiona la cocina maya con la cocina española, naciendo la cocina mestiza.

En la actualidad la dieta maya se compone de maíz y todos sus derivados, tortillas, tamales, tomates, semillas, frutos, chiles, siendo el más importante el Habanero, la chaya, crían cerdos, aves.

La cultura Maya al igual que todas las cultura del continente Americano es un gran ejemplo del sincretismo religioso, que se dió cuando se mezclaron la religión y cultura de España y la de nuestros indígenas, así es como el sol y la luna siguen siendo representados, por el Padre y la Virgen María, representando los principios masculino y femenino, asociados con la luz y la fuerza, así es como se vinculan con las siembras y cosechas, entre los mayas conviven los santos católicos y los dioses mayas, unos y otros son los protectores del mundo que les rodea y del que se sustentan diariamente.

La población maya ahora asciende a unos 5 millones en toda su área, al final del siglo XIX llegaron a estas tierras una gran migración de Libaneses, sus descendientes en la actualidad son más de 20 mil, por eso se dice que la cocina maya es el resultado de la fusión de españoles, mestizos, y con aportes del Caribe y de la cocina Libanesa.

Un ejemplo muy importante es el caso del uso del queso holandés, el queso llegó por un error a las cocinas nativas, ya que un barco que transportaba el queso para las Antillas Holandesas encalló en las costas de la península de Yucatán.

Entre su cultura, se encuentran sus productos muy arraigados en sus recetas, como es el caso del Chile habanero (*Capsicum Chinense*), es un chile en forma de globo de color verde claro cuando es joven y de color amarillo y luego anaranjado cuando ya está maduro, de textura suave, se considera el más picante de todos los que se encuentran en México, este chile es muy usado en la cocina maya.

La hoja de plátano, es una hoja de gran tamaño, con su color verde claro u oscuro, su uso es para envolver diferentes alimentos especialmente los tamales, como es el caso de la Cochinita Pibil, antes de servirlos, se debe pasar con el fuego o algo muy caliente, para que se suavicen e inmediatamente la hoja toma brillo.

Horno de Tierra: así se le conoce al horno que se construye cavando un hueco en la tierra, se recubre el fondo y sus paredes con piedras, leña para quemar, y cuando está caliente se colocan los alimentos envueltos por lo general en hojas de plátano, en el idioma Maya este horno tiene el nombre de Pib, que significa el acto de asar un alimento bajo tierra.

Masa de Maíz: sienta un alimento considerado sagrado en la cultura Maya, la masa se utiliza principalmente para hacer tortillas. El maíz se cocina en agua con cal, se deja reposar toda la noche, se enjuaga y se lo muele en molino.

Naranja Agria (*Citrus aurantium*, L., rutácea), es una naranja con sabor agrio, es más pequeña que la naranja común, tiene piel rugosa, su uso mayormente es cuando está verde, tiene una gran cantidad de semillas y no es muy jugosa, es originaria del sur de China.

Molcajete, también conocido como tamul, es un mortero de piedra con tres patas cortas, se utiliza para moler cualquier ingrediente, especialmente para hacer salsas, la tradición es servirlos en este mismo recipiente de piedra.

Tortilla: con masa de maíz o de trigo, se forma un disco plano con la mano o con la tortilladora, las tortillas siempre van a tener un derecho (donde está la piel) y un revés que es el lugar donde se colocan los alimentos.

El postre de este menú, los Caballeros Pobres, tienen una historia actual, siendo un postre sencillo y sabroso, como dice su nombre, haciéndolo asequible a todo bolsillo, la receta es del señor Martín Martínez, mitad español y mitad maya, hizo esta receta en el hotel Hacienda Uxmal.

c) Degustación

Se presenta el menú Internacional de Comida Maya “Recorriendo el Corazón de los 13 Cielos”. El día de la degustación fue el 22 de febrero. Integrado por un panel compuesto por 5 profesores de la Universidad San Francisco: David Harrington, Omar Monteros, Claudio Ianotti, Mario Jiménez, Homero Miño, no se realizaron cambios en ningún plato del Menú, ni en la presentación de los mismos. Una vez aprobado en la semana del 5 al 11 de mayo se realizó la venta de este menú

d) Explicación de cambios en el Menú

Se tuvieron que hacer variaciones en cuestión de productos, debido a las limitaciones que había en conseguirlos en el país.

Aperitivo:

Pimes: El cambio que se hizo en la receta fue de las hojas de hierbas santas, que eso no se puede encontrar, ni traer de la Península de Yucatán, y se reemplazo por hojas de Paico.

Salsa Tamulada: Se mezcló la naranja agria con naranja nacional, ya que la mayoría de naranjas agrias no llegaban en buen estado.

Primera Entrada:

Queso Relleno: No se uso todo un queso holandés para rellenarlo, por cuestión de costos, para la presentación se lamino el queso, usando platos de barro hondos, y colocando el relleno y se tapo con mas queso holandés, ahorrando y provocando menos desperdicios.

Segunda Entrada:

Sopa de Lima: Al parecer nuestras limas tienen menos sabor que las Limas que se usan en la Península de Yucatán, y para lograr ese sabor acido en la sopa se uso limón sutil antes de servir.

Plato Fuerte:

Cochinita Pibil: La carne de cerdo se cocino al vacio, ya que la costumbre es cocinar en un horno hecho en la tierra. Se inyectó achiote a la carne para lograr un color rojo más intenso a la carne, como es la tradicional.

También se lo acompañó con arroz blanco, ya que en nuestro país, el consumo de arroz es bastante común, siendo lo tradicional solo servir con tortillas de maíz, también se acompañó con

zuquinis, tomates y choclitos dulces que son vegetales muy usados en la zona donde se asentó la cultura Maya.

El chile habanero, es otro producto originario de México y que es casi imposible conseguirlo aquí, así que fue reemplazado por nuestro ají criollo y ají cacique.

e) Mercadeo – Publicidad

El Marketing se lo manejó con la elaboración de un Menú impreso con la respectiva explicación de cada plato, que se colocó dentro de la carta principal del Menú del Restaurante, en la entrada estaba un cartel grande impreso con este Menú el cual es visible al exterior del Restaurante, también se mando un correo interno a nivel de toda la universidad con el Menú, al cual se lo pasó durante toda la semana en las televisiones y pantallas de toda la Universidad, se manejo el boca a boca con amistades, también se publicó el menú en redes sociales como Facebook y Twitter.

f) Informe de Costos

Una vez aprobado en la semana del 5 al 11 de mayo se realizo la venta de este menú, logrando una venta total de 42 menús, cada uno a un precio de 18,50, el costo real por cada menú fue de 3,02, el ingreso por ventas fue de \$777, el costo real total fue de \$345,22 obteniendo utilidad de \$431,78. La utilidad porcentual total fue de 44,4%, se dió un 9% más de lo esperado, debido a la cantidad de desperdicio que existió durante la elaboración del Menú, por razones varias.

g) Recetas de Estándares Menú

Número				
Receta: 1				
Receta Pimes con Salsa Tamulada				
Rendimiento: 20 Porción				
Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	1	Masa de Maíz	1,50	1,50
Kg	1	Hojas de Espinaca	0,80	0,80
Atd	1	Paico	1,00	1,00
Kg	0,05	Pepa de zambo	10,08	0,50
Kg	0,1	sal	0,32	0,03
MI	0,02	aceite de oliva	6,71	0,13
Kg	0,1	Chile Habanero	8,50	0,85
Kg	0,5	Naranja agria	4,50	2,25
Kg	0,5	Naranja Nacional	0,52	0,26
			Costo Total	7,33 \$
			Costo x Porción	0,42 \$
			Suma Merma	8,43 \$
PREPARACIÓN				
1. Mezclar la masa con un poco de agua, hasta lograr el punto de Tortillas				
2. Agregar la espinaca blanqueada, pepa de zambo tostada y molida, hojas de paico picadas y mezclar todo.				
3. Formar las tortillas				
4. Freír en aceite				
Salsa Tamulada				
1. Blanquear los Chiles y picar en brunoise				
2. Sacar el jugo de las Naranjas				
3. Mezclar todo				

Número				
Receta: 2				
Receta Queso Relleno				
Rendimiento: 20 Porción				
Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	0,25	Queso Holandes	6,25	1,56
Kg	0,05	Carne Molida de Cerdo	7,10	0,36
Kg	0,06	Cebolla Perla	0,95	0,06
Kg	0,4	Ajo	2,80	1,12
Kg	0,002	Hoja de Laurel	4,50	0,01
Kg	0,02	Orégano seco	5,76	0,12
Kg	0,11	Manteca de cerdo	1,48	0,16
Kg	0,03	Cebolla blanca	1,00	0,03
Kg	0,25	Pimiento Morrón	2,12	0,53
Kg	0,8	Tomates	0,95	0,76
Und	2	Huevos Cocidos	0,12	0,24
Lt	1/4	Vinagre Blanco	0,50	0,13
Kg	0,05	Pasas	2,69	0,13
Kg	0,05	Almendras Peladas	17,28	0,86
Kg	0,05	Aceitunas sin hueso	4,99	0,25
Kg	0,5	Alcaparras picadas	1,82	0,91
			Costo Total	7,22 \$
			Costo x Porción	0,42 \$
Picadillo			Suma	
			Merma	8,31\$
1. Cocinar la carne molida con agua, laurel, cebolla, 2 dientes de ajo, orégano y sal				
2. Colar el caldo, desgrasar y reservar				
3. Hacer un refrito con 1 cebolla, 1 ajo, 1 pimiento, añadir las pasas, almendras, aceitunas				
tomates pelados, el huevo, sazonar.				
4. Agregar la carne y dejar hasta que tome color y sabor				
Salsa Kool				
1. Calentar la manteca de cerdo con la harina y el fondo de cerdo, no dejar de mover, y reservar				

Para la Salsa

1. Se hace un refrito con el pimiento morrón, la cebolla, el ajo, la manteca,
se agregan un poco de alcaparras y aceitunas y el tomate, se deja que se espese.

Modo de

Servir

Se va rellenoando el queso con el picadillo se tapa con el mismo queso y se lleva al horno, hasta que el queso se derrita, se sirve caliente acompañado con la salsa y la salsa de kool.

Número				
Receta: 3				
Receta Sopa de Lima				
Rendimiento: 20 Porción				
Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	0,5	Pollo Pechuga	4,38	2,19
Kg	0,02	Orégano seco	5,76	0,12
Kg	0,2	Ajo	2,80	0,56
Kg	0,25	Cebolla perla	0,95	0,24
Ml	0,3	Aceite de maíz	4,48	1,34
Kg	0,5	Tomate	0,95	0,48
Kg	0,25	Pimiento Morrón	2,12	0,53
Kg	0,6	Limas	4,20	2,52
Kg	0,4	Tortillas de Maíz	1,50	0,60
			Costo Total	8,57 \$
			Costo x Porción	0,49 \$
			Suma Merma	9,86\$
PREPARACIÓN				
1. Cocinar el pollo con orégano, ajo, cebolla y sal al gusto.				
2. Desmenuzar el Pollo y reservar el caldo.				

3. Hacer un refrito con la cebolla, el aceite de maíz, el tomate y el pimiento morrón
4. colocar el caldo en el refrito, junto con el pollo y las limas cortadas en rebanadas delgadas
5. servir junto con julianas de tortilla de maíz

Modo de servir

Se sirve en platos soperos hondos junto con las julianas de tortilla de maíz en un plato aparte.

Número				
Receta: 4				
Receta Cochinita Pibil				
Rendimiento: 20 Porción				
Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Und	12	Hoja de Plátano	0,60	7,20
Kg	1 1/2	Pierna de Cerdo	4,64	6,96
Kg	0,5	Lomo de cerdo con costilla	6,45	3,23
Und	1	Achiote en pasta	1,99	1,99
Kg	0,1	Jugo de Naranja Agria	0,52	0,05
Kg	0,002	Orégano seco	5,76	0,01
Kg	0,005	Pimienta Blanca	6,24	0,03
Kg	0,005	Pimienta Negra	4,32	0,02
Kg	0,002	Canela en Polvo	15,84	0,03
Kg	0,005	Pimienta en grano molida	3,84	0,02
Kg	0,03	Ajo molido	2,80	0,08
Kg	0,03	Ají molido	4,27	0,13
Kg	0,125	Manteca de cerdo	1,48	0,19
Kg	0,08	Rábanos	2,09	0,17
Kg	0,2	Cebolla Paiteña	1,38	0,28
Kg	0,04	Chile Habanero	8,50	0,34
Atd	1	Cilantro Picado	0,40	0,40
Kg	0,1	Jugo de Naranja Agria	0,52	0,05
			Costo Total	20,72 \$
			Costo x Porción	1,19 \$
			Suma	23,83\$

Merma	
<p>PREPARACIÓN</p> <p>1. Colocar la carne de Cerdo con las hojas de plátano, el achiote, el orégano, las pimientas, canela ajo, el ají, el jugo de naranja, y la manteca de cerdo, en fundas para empacar al vacío.</p> <p>2. Cocinar al vacío a 70 grados por 12 horas</p> <p>3. Desmenuzar toda la carne</p> <p>Salsa</p> <p>1. se corta en julianas finas el rábano, la cebolla paiteña, y el chile, se deja marinar todo en Jugo de naranja</p> <p>Forma de Servir</p> <p>Se pasan las hojas de plátano por el fuego para que estén suaves, se coloca la carne de cerdo encima junto con la salsa de rábanos y tortillas de maíz calientes.</p>	

Número				
Receta:		5		
Receta		Caballeros Pobres		
Rendimiento:		20 Porción		
Punto de venta:		Restaurante Marcus Apicius		
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	1/2	Harina Blanca	0,71	0,36
Und	0,02	Levadura	1,73	0,03
Kg	1	Azúcar blanca	0,92	0,92
Kg	0,02	Sal	0,32	0,01
Kg	0,5	Manteca Vegetal	1,48	0,74
Und	8	Huevos separados	0,12	0,96
Kg	0,005	Canela	15,84	0,08
Kg	0,06	Clavos de Olor	10,13	0,61
Kg	0,5	Pasas	2,69	1,35
			Costo Total	5,05 \$
			Costo x Porción	0,29 \$
			Suma Merma	5,81\$
PREPARACIÓN				

1. Mezclar la harina con la levadura, sal y azúcar, agregar la levadura, el agua y el colorante, formar una masa suave y liza, dejar reposar, luego dar forma y cocinar a 170 grados por 20 minutos.
2. batir las yemas y las claras con la sal a punto de nieve
3. Pasar las masitas por esto y freír.

Miel

Cocinar el azúcar con agua y canela, clavos de olor y las pasas

Modo de Servir

se colocan los pancitos en una bandeja de vidrio bañados con la miel

Número				
Receta: 6				
Receta Horchata				
Rendimiento: 20 Porción				
Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	0,25	Arroz	4,22	1,06
Kg	0,125	Almendras Peladas	17,28	2,16
Kg	0,02	Canela Molida	15,84	0,32
Kg	0,125	Azúcar	0,92	0,12
			Costo Total	3,65 \$
			Costo x Porción	0,21 \$
			Suma Merma	4,19\$
PREPARACIÓN				
1. Lavar el arroz y dejar remojar durante 6 horas con el agua azucarada				
2. Se muele el arroz junto con las almendras				
3. Agregar agua azucarada junto con los hielos y canela.				

h) Costos Teóricos

Pimes con Salsa Tamulada	0,42
Queso Relleno	0,42
Sopa de Lima	0,49
Cochinita Pibil	1,19
Caballeros Pobres y Horchata	0,5

Costo Teórico Total	3,02
---------------------	------

i) Costos Requisiciones del Menú

Requisición: 1

Receta Primera Requisición				
Rendimiento: 50 Porción				
Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	2	Carne de Cerdo Molida	7,10	14,20
Kg	3	Pierna de Cerdo	4,64	13,92
Kg	2	Lomo de cerdo con costilla	6,45	12,90
Kg	5	Masa de Maíz	1,50	7,50
Kg	6	Tortilla de Maíz	1,50	9,00
Kg	1	Queso Holandés	6,25	6,25
Kg	0,5	Manteca de cerdo	1,48	0,74
Und	1	Tomate en Conserva	2,83	2,83
Und	1	Achiote en pasta	1,99	1,99
Kg	2	Arroz	4,22	8,44
Kg	1	Azúcar	0,92	0,92
Kg	1	Pepa de Zambo	10,08	10,08
Kg	0,5	Pasas	2,69	1,35
Kg	1	Almendras Peladas	17,28	17,28
Kg	0,5	Aceituna sin hueso	4,99	2,50

Kg	0,5	Alcaparras	1,82	0,91
Kg	1	Chile Casique	8,50	8,50
Atd	1	Cilantro	0,40	0,40
Atd	3	Hoja de espinacas	0,80	2,40
Atd	3	Paico	1,00	3,00
Kg	0,5	Chiles Verdes	4,22	2,11
Kg	5	Naranja Agria	4,50	22,50
Kg	4	Naranja Nacional	0,52	2,08
Kg	1	Limón Sutil	0,85	0,85
Kg	6	Lima	4,20	25,20
Kg	6	Tomate Riñón	0,95	5,70
Kg	9	Cebolla Perla	0,95	8,55
Kg	3	Pimiento Rojo	2,12	6,36
Kg	4	Pechuga de Pollo	4,38	17,52
Atd	25	Hojas de Plátano	0,60	15,00
Und	10	Huevos	0,12	1,20
Kg	0,5	Rábanos	2,09	1,05
Kg	6	Cebolla Paiteña	1,38	8,28
Kg	0,5	Fresas Frescas	1,50	0,75
Atd	1	Menta	0,36	0,36
Kg	0,5	Suquini Verde	1,70	0,85
Kg	0,5	Choclito Dulce	1,76	0,88
Costo Total				244,34

Requisición 2

Receta		Segunda Requisición		
Punto de venta:		Restaurante Marcus Apicius		
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	1	Carne de Cerdo Molida	7,10	7,10
Kg	1,5	Pierna de Cerdo	4,64	6,96
Kg	1,5	Lomo de cerdo con costilla	6,45	9,68
Kg	1	Masa de Maíz	1,50	1,50
Kg	5	Tortilla de Maíz	1,50	7,50
Und	2	Maíz Dulce	1,27	2,54
Kg	2	Arroz	4,22	8,44
Kg	0,5	Azúcar	0,92	0,46
Kg	0,5	Pepa de Zambo	10,08	5,04
Kg	0,5	Pasas	2,69	1,35
Kg	0,5	Aceituna sin hueso	4,99	2,50

Kg	0,5	Alcaparras	1,82	0,91
Kg	0,2	Chile Casique	8,50	1,70
Atd	1	Cilantro	0,40	0,40
Kg	4	Lima	4,20	16,80
Kg	2	Cebolla Perla	0,95	1,90
Kg	3	Pimiento Rojo	2,12	6,36
Und	25	Hojas de Plátano	0,60	15,00
Und	10	Huevos	0,12	1,20
Kg	0,2	Rábanos	2,09	0,42
Kg	1	Cebolla Puerro	2,09	2,09
Kg	0,5	Fresas Frescas	1,50	0,75
Kg	0,5	Apio	0,59	0,30
Costo Total			100,88	

Costos Reales

Requisición 1	244,34
Requisición 2	100,88
Costo Real	345,22
Porciones	42
Costo Real Menú	8,21

PRECIO VENTA	18,5
MENUS VENDIDOS	42
INGRESO VENTAS	777

	\$	%
INGRESO VENTAS	777	100,00
COSTO REAL TOTAL	345,22	44,2
UTILIDAD	431,78	55,8

Conclusiones de costos

Los resultados obtenidos fueron:

- Costo real por menú:	\$8,21	
- Costo teórico por menú:	\$3,02	
- Ingreso por ventas:	\$777	100%
- Costo real total:	\$345,22	44,2%
- Utilidad:	\$431,78	55,8%

El costo teórico por menú fue de \$3,02 y el costo real de \$8,21, dando una diferencia de \$4,19, quiere decir que el desperdicio que existió fue grande, la primera requisición que se pidió a bodega, fue hecha para 50 pax, tal vez uno de los mayores problemas que existieron fue que la mayoría de los productos ya no estaban frescos o ya estaban mezclados los productos y bodega no los acepto, no se pudo hacer transferencias ya que en el restaurante Marcus no utilizan las preparaciones que se hicieron para la elaboración del menú Maya, para el fin de semana se hizo una producción significativa pensando que iban a llegar varios comensales, pero se dio todo lo contrario, produciendo gran desperdicio de muchos productos.

El porcentaje del costo real, es un 9% mayor al ideal, que máximo se espera que sea de 35%, obteniendo el 44,2%, dando una utilidad del 55,8%, cuando el mínimo debería ser de 65%.

III. Capítulo 2

Segunda Degustación

Menú de Comida Nacional: Sabores de la Costa del Pacífico

a) Historia

La Región Litoral o Región Costa, es una de las cuatro regiones naturales de la República del Ecuador. Está conformada por las provincias de Guayas, Santa Elena, Manabí, El Oro, Los Ríos, Santo Domingo de los Tsáchilas y Esmeraldas.

El Ecuador posee una riquísima y abundante variedad de cultura gastronómica, es una comida auténtica y mestiza, con tradición de siglos y en la que se han fundido conocidos condimentos y experiencias propias y de lejanos continentes.

b) Investigación de los Platos

En este menú se presenta como primera entrada al famoso Corviche siendo originario de toda la costa del Ecuador, lo podemos encontrar en cualquier lugar desde restaurantes, hasta puestitos de comida en la playa, su precio es bastante asequible al público en general. Para que sea más refrescante se lo acompaña con ají manaba, no muy picante para que todos puedan degustar.

El sancocho, no solo se lo conoce en nuestro país, también en América Latina, corresponde a un caldo espeso o sopa a base de papa, plátano, ahuyama, yuca, al cual se agrega alguna carne, por ejemplo (pollo, gallina, pescado, res, cerdo, entre otras). El sancocho es una

sopa tradicional en República Dominicana, Colombia, Ecuador, Panamá, Venezuela, Puerto Rico y así como un plato típico de la gastronomía de las Islas Canarias. Aquí se presenta un sancocho de costilla de res.

Los Ríos es una tierra donde cada pueblo se dedica a la agricultura. Los campos cultivados, las haciendas, los ríos, las costumbres montubias, son atractivos indudables para el visitante. Existen sitios ideales para la caza y la pesca. La provincia de Los Ríos es una las tierras más fértiles del país, es el hogar del montubio, de las canoas y de los balnearios de agua dulce, la agricultura será siempre una de las actividades primordiales, por eso la mayoría de sus pueblos tienen a la agricultura como único sustento de vida, existen lugares ideales para la caza y la pesca, cuenta la Historia que por la cantidad de ríos que la cruzan, García Moreno la denominó con este nombre. Los ríos nacen en la cordillera occidental de los Andes y el principal de ellos es el río Babahoyo. Uno de los platos más conocidos es el Pescado sudado, pero al igual que la comida costeña en general, este también es un plato que se lo prepara en toda la costa del país, siempre acompañada de arroz blanco y patacones que no pueden faltar en la mesa.

El Cantón Balzar se encuentra entre Manabí y Los Ríos. Es la cuna del queso y la chucula más grande de Latinoamérica y el mundo. A sus habitantes se los denomina Come chucula y ellos asienten: “Con orgullo y gracias a Dios”. De las haciendas ganaderas salen los miles de litros de leche y queso, y desde hace años en el mes de agosto por las fiestas patronales de San Jacinto, se realiza el festival cultural donde se elabora la chucula más grande del mundo y el queso más grande de Latinoamérica “Es un homenaje a la productividad; todos aportan con los ingredientes”

c) Degustación

El día 18 de Abril del presente año se realizó la segunda degustación, del Menú Ecuatoriano: Sabores de la Costa del Pacífico, el panel fue conformado por 3 Chef de la Universidad: Homero Miño, Mario Jiménez, David Harrington.

Los cambios que el panel realizó en el menú, fueron: cortes más delicados para los ingredientes del Sancocho, la cocción del pescado en su propia salsa y en el postre, dejar que el plátano se cocine más tiempo, alcanzado una textura más suave, no se realizaron cambios en la presentación de los platos. Una vez aprobado el Menú la venta se hizo en la semana del 7 – 13 de Mayo

d) Explicación de cambios en el Menú:

Primera Entrada: Corviche de Camarón

Cuando se realizó la primera prueba, el relleno se lo hizo cocinando al camarón con un refrito, al freír el corviche el relleno quedó muy seco, así que se cambió la forma de preparación del relleno, en forma de encocado para que la textura fuera más jugosa y más apetecible al paladar.

Plato Fuerte: Sudado de Pescado

En la degustación la salsa, fue muy espesa, así que para la semana de sacar el menú se soltó más la salsa.

El pescado se sacó frito en la degustación, y para la semana de venta, se lo cocinó en su propia salsa de maní, como fue sugerido por el panel.

Para cambiar un poco la presentación de un patacón normal, se corto al verde en forma alargada y antes de servir se lo dejaba marinando en agua con mucha sal y limón, para que tenga más sabor antes de freír.

Para darle más color al plato, se coloco una porción muy pequeña de encurtido de cebolla y tomate cherry.

Postre: Chucula, con plátanos, queso bañado en naranja y canela

Se dio un cambio en la receta original, la chucula normalmente en la Provincia de Esmeraldas se sirve junto con el queso fresco, el cambio en el menú fue, no servir el queso fresco junto con la chucula sino, colocarlo con el orito cortado en rodajas, previamente bañado en la reducción de jugo de naranja nacional con canela, dando otra presentación al plato.

e) Mercadeo – Publicidad

El Marketing se lo manejo con la elaboración de un Menú impreso con la respectiva explicación de cada plato, que se coloco dentro de la carta principal del Menú del Restaurante, en la entrada estaba un cartel grande impreso con este Menú el cual es visible al exterior del Restaurante, también se mando un correo interno a nivel de toda la universidad con el Menú, al cual se lo paso durante toda la semana en las televisiones y pantallas de toda la Universidad, se manejo el boca a boca con amistades, también se publicó el menú en redes sociales como Facebook y Twitter.

f) Informe de Costos

Siendo una vez aprobado el Menú la venta se hizo en la semana del 7 – 13 de Mayo, el precio de la venta del Menú fue de 19.50 cada uno.

Los resultados que se obtuvieron de dichas ventas y de la producción fueron:

El costo teórico por menú fue de \$2,91 y el costo real de \$6,34, dando una diferencia de \$,43, quiere decir que hubo bastante desperdicio, la requisición que se pidió a bodega, fue hecha para 40 pax, llegando a vender 27 menús en total, el costo en porcentaje es de 32.5%, casi esta en el límite de lo que se espera. Todo el pescado que ya estaba porcionado y congelado, se tuvo que dar para la comida de personal del Marcus.

g) Recetas Estándar

Primera Entrada

Número Receta: 1				
Receta Corviche de Camarón				
Rendimiento: 20 Porción				
Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Und	0,2	Achiote	1,92	0,38
Kg	1	Cebolla Blanca	1,00	1,00
Und	1/4	Maní	2,06	0,52
Atd	0,1	Culantro Picado	0,40	0,04
Kg	2	Plátanos Verdes rallados	0,52	1,04
Kg	2	Plátanos Verdes cocinados	0,52	1,04
Kg	0,5	Camarones Pelados	9,90	4,95
Kg	0,2	Cebolla Paitaña	1,38	0,28

Kg	0,5	Pimiento verde	0,62	0,31
Kg	0,02	Ajo	2,80	0,06
MI	0,1	Aceite Vegetal	6,71	0,67
Kg	2	Tomate pelado	0,95	1,90
Und	0,25	Leche de Coco	3,10	0,78
			Costo Total	12,96
			Costo x Porción	0,75 \$
			Suma Merma	14,9 \$

PREPARACIÓN

1. Hacer un refrito con el achiote, la cebolla el maní molido, comino, sal y culantro.
2. Mezclar los plátanos y amazar junto con el refrito.
3. Dar forma ovalada a la masa.
4. Colocar el relleno y terminar de dar forma, y freír.

Relleno

1. Hacer un refrito con el achiote, las cebollas y el ajo, agregar el tomate y dejar 3 min.

Incorporar los camarones, añadir la leche de coco, sazonar con sal, comino y pimienta.

Número Receta: 2

Receta Ají Manaba

Rendimiento: 20 Porción

Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	0,5	Ají Ratón	0,90	0,45
Kg	1	Zanahoria en Brunoise	0,52	0,52
Kg	0,25	Cebolla Paiteña en Brunoise	1,38	0,35
MI	0,25	Aceite	3,39	0,85
MI	0,03	Vinagre de Plátano o blanco	0,50	0,02
Atd	0,5	Cilantro Picado	0,40	0,20
			Costo Total	2,38
			Costo x Porción	0,14 \$
			Suma merma	2,73 \$
<p>PREPARACIÓN</p> <p>Mezclar todo y dejar marinar por lo menos 1 hora.</p>				

Segunda Entrada

Número Receta:	3			
Receta	Sancocho de Costilla de Res			
Rendimiento:	20	Porción		
Punto de venta:	Restaurante Marcus Apicius			
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	0,5	Costilla de res	3,30	1,65

Kg	0,5	Zanahoria en Bronoise	0,52	0,26
Kg	0,01	Ajo molido	2,80	0,03
Kg	0,5	Choclos en trozos	0,85	0,43
Kg	0,5	Yuca en trozos	0,38	0,19
Kg	0,5	Plátanos verdes	0,52	0,26
Atd	0,5	culantro picado	0,40	0,20
Kg	0,5	Cebolla Blanca Picada	1,00	0,50
			Costo Total	3,51 \$
			Costo x Porción	0,20 \$
			Suma merma	4,04 \$
PREPARACIÓN				
<ol style="list-style-type: none"> 1. Cocinar la carne en una olla de presión con Zanahoria, apio y cebolla. 2. Reservar el caldo. 3. Cocinar todos los ingredientes y porcionarlos. 4. Servir junto con un picadillo de cebolla blanca y culantro. 				

Plato Fuerte

Número Receta: 4

Receta	Pescado Sudado			
Rendimiento:	20	Porción		
Punto de venta:	Restaurante Marcus Apicius			
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	0,12	Pescado, Dorado	9,00	1,08
Kg	0,5	Cebolla Blanca	1,00	0,50
Und	1/4	Maní	2,06	0,52
Kg	2	Tomate pelado	0,95	1,90
Kg	0,04	Ajos	2,80	0,11
Kg	0,25	Limonos Meyer	0,90	0,23
Kg	0,25	Ají	0,90	0,23
Kg	0,2	Arroz Precocido	4,22	0,84
Kg	0,25	Plátano Verde	0,52	0,13
			Costo Total	5,53
			Costo x Porción	0,32 \$
			Suma Merma	6,36 \$
PREPARACIÓN				
1. Hacer un refrito con la manteca, la cebolla, el maní molido, los tomates, ajo, el ají, culantro y perejil, removiendo constantemente.				
2. Tener ya porcionado el pescado con sal y pimienta.				
3. Cocinar el pescado en la salsa.				

Modo de servir

Cocinar el arroz blanco y hacer patacones para acompañar.

Postre

Número Receta: 5				
Receta Chucula				
Rendimiento: 20 Porción				
Punto de venta: Restaurante Marcus Apicius				
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	0,002	Rama de Canela	14,93	0,03
Kg	0,2	Azúcar	0,92	0,18
Litros	2	Leche entera	0,80	1,60
Kg	3	Plátanos bien maduros	0,57	1,71
Kg	0,5	Queso fresco	5,00	2,50
Kg	3	Plátanos seda	0,81	2,43
Kg	4	Naranja nacional	0,52	2,08
			Costo Total	10,53
			Costo x Porción	0,61 \$
			Suma Merma	12,11 \$
PREPARACIÓN				
1. Picar el Plátano maduro, para cocinar con azúcar y				

canela.

2. Hacer puré cuando el Plátano este cocinado.

3. Colocar la leche y dejar que hierva unos minutos y retirar.

4. Servir junto con un queso rallado y por los general es una bebida fría

h) Costos Requisiciones

Primera Requisición

Receta	Requisición			
Rendimiento:	40	Porción		
Punto de venta:	Restaurante Marcus Apicius			
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Lts	4	Leche entera	0,80	3,20
Kg	3	Cebolla Blanca	1,00	3,00
Und	1	Pasta Maní	2,06	2,06
Atd	1	Culantro Picado	0,40	0,40
Kg	10	Plátanos Verdes rallados	0,52	5,20
Kg	5	Plátanos Maduro	0,57	2,85
Kg	0,5	Camarones Pelados	9,90	4,95
Kg	1	Cebolla Paiteña	1,38	1,38
Kg	2	Pimiento verde	0,62	1,24
Kg	2	cebolla perla	0,95	1,90

Kg	0,5	apio	0,59	0,30
Kg	0,5	ají criollo	0,90	0,45
Kg	1	Limón Sutil	0,85	0,85
Kg	0,5	tomate sherry	3,04	1,52
Kg	6	Naranja Nacional	0,52	3,12
Kg	5	choclo	0,85	4,25
Kg	4	Zanahoria	0,52	2,08
Kg	0,5	Queso Fresco	5,00	2,50
Kg	1	Camarón con cascara	13,37	13,37
Kg	2	yuca	0,38	0,76
Kg	8	Filete de Dorado	9,00	72,00
Kg	0,2	Ajo	2,80	0,56
Kg	2	Arroz	4,22	8,44
Lata	3	Tomate en conserva	2,83	8,49
Kg	8	Costilla de Res	3,30	26,40
			Costo Total	171,27 \$

i) Costo Teórico

Corviche de Camarón	0,89
Sancocho de Costilla de Res	0,20
Pescado Sudado	0,32
Chucula con Plátano	0,61

Costo Teórico Total	2,91
---------------------	------

j) Costos Reales

Requisición 1	171,27
Costo Real	171,27
Porciones	27
Costo Real Menú	6,34

PRECIO VENTA	19,50
MENUS VENDIDOS	27
INGRESO VENTAS	526,50

	\$	%
INGRESO VENTAS	526,50	100,00
COSTO REAL TOTAL	171,27	32,5
UTILIDAD	355,23	67,5

Conclusiones de costos

Se obtuvieron los siguientes resultados:

- Costo real por menú: \$6,34
- Costo teórico por menú: \$2,91

- Ingreso por ventas: \$526,50 100%
- Costo real total: \$171,27 32,5%
- Utilidad: \$355,23 67,5%

El costo teórico por menú fue de \$2,91 y el costo real de \$6,34, dando una diferencia de \$3,43, quiere decir que hubo bastante desperdicio, la requisición que se pidió a bodega, fue hecha para 40 pax, llegando a vender 27 menús en total, el costo en porcentaje es de 32.5%, casi esta en el límite de lo que se espera. Todo el pescado que ya estaba porcionado y congelado, se tuvo que dar para la comida de personal del Marcus.

IV. Conclusiones

Realizar el menú Maya, en especial me dió mucha satisfacción, nunca antes había ni siquiera probado comida Maya, significo un gran reto, donde el Chef Mexicano de la Universidad, Mario Jiménez, me brindo todo su apoyo, con textos y consejos para la correcta elaboración de los platos, logrando que den la sensación de estar sentado con cualquier familia Maya, esta cocina no es una cocina muy sofisticada en cuanto a formas de cocción modernas, es más bien conservadora y antigua, se realizaron cambios, donde la cocina al vacio sustituyo a cocinar en la tierra. Los mayores retos que se enfrento, fue encontrar los productos que sustituyeran a los que no se iban a lograr traer de la región, y se logro, permitiéndome tomar experiencia en la toma de decisiones y tener más confianza para saber que no se necesita muchas veces productos originarios de lugares distintos al país.

La experiencia que nos da aprender, experimentar y sacar un menú de cocina tradicional del país y transformarlo a una presentación gourmet, sin cambiar la esencia de los sabores, es una manera práctica y bastante real, para darnos las pautas y herramientas para saber que es posible

cambiar la imagen de una presentación rústica a algo más delicado y que sepa y sea igual de apetecible.

Aprender a conocer nuestros productos, porque tal vez los platos los hemos degustado muchas veces, pero saberlos hacer, muy pocos, para mí era la primera vez que los elaboraba, incluso la Chucula, nunca antes la había escuchado, pasar por este proceso, para mi experiencia personal fue muy gratificante he enriquecedor, creo que siempre estamos haciendo platos de diferentes partes del mundo, y se pierden recetas, se van olvidando los secretos de cada plato que guardan las abuelas, etc.

Yo creo que la elaboración del Menú Ecuatoriano en las practicas del Marcus es muy importante, nos obliga a investigar, y como la mayoría de información es difícil de encontrar en medios que estamos acostumbrados, como es el uso del internet, acudimos a nuestras recetas familiares, o de personas que saben cómo hacer los diferentes platos y así es como se va a ir plasmando y recopilando las recetas tradicionales.

V. Bibliografía

- Socorro Puig, Stoopen María, Zubieta M. Cocina Yucateca. *Fusion de Cuturas e Ingredientes*. España: Everest S.A, 2002. 12-42
- Comida Yucateca. Guía Gastronómica. *México Desconocido*, ed. N2, 26 -67.

VI. Anexos

Menú Internacional

Sabores de la Cultura Maya
Maaya wiinik

Recorriendo el Corazón de los 13 Cielos

PARA EMPEZAR
Waah xi'im
Pimes: Tortillitas de Maíz, Espinaca y Paico con Salsa Tamulada

PRIMERA ENTRADA
Kéex chuup
Queso Relleno acompañado de Vegetales y Kool

SEGUNDA ENTRADA
Chok' hiix
Sopa de Lima con Crocante de Maíz

PLATO FUERTE
K'éek'en
Cochinita Pibil: Carne de cerdo servido en Hoja de Plátano con Arroz del Montón y rabanitos Enchilados

POSTRE
Caballeros Pobres (ts'uul óotsil) acompañados de Refrescante Horchata y Frutillas Maceradas al Mezcal

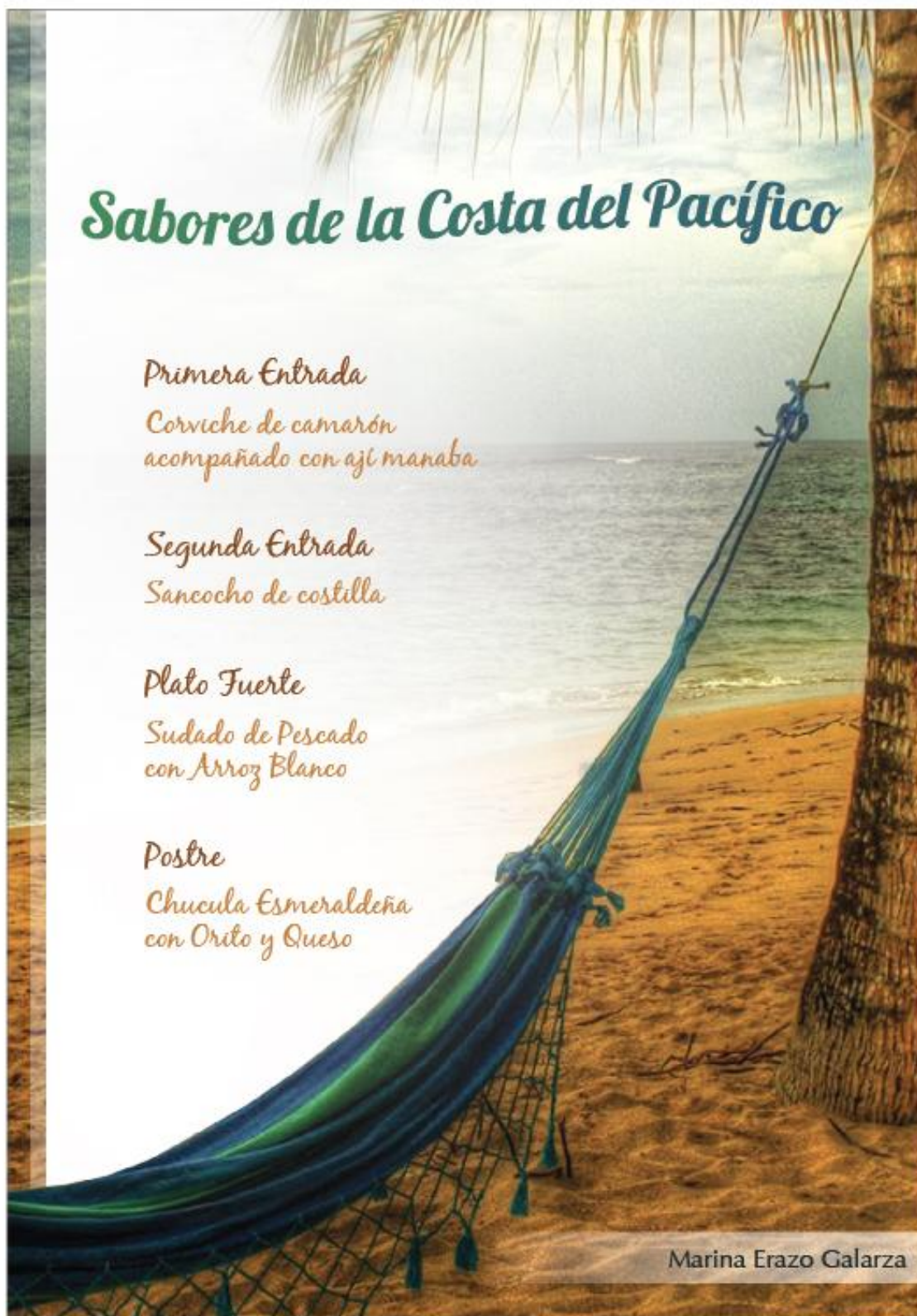
Marina Erazo Galarza

Fotos 1**Primera Entrada: Queso Relleno****Segunda Entrada: Sopa de Lima****Plato fuerte: Cochinita Pibil**



Postre: Caballeros Pobres, Horchata y fresas en Mezcal



Menú Nacional

Fotos 2**Primera Entrada: Corviche con Ají Manaba****Segunda Entrada: Sancocho de Costilla de Res**

Plato Fuerte: Típico Pescado Sudado de la Provincia de Los Ríos



Postre: Chucula Esmeraldeña, Orito con queso en naranja y canela



