

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

Colegio de Hospitalidad, Arte culinario y Turismo

Recorrido Por La Guía Michelin: España Cocina Vanguardia

Gustavo Alfonso Lizarralde Burbano

David Harrington, Chef profesor USFQ, Director de

Tesis

Tesis de grado presentada como requisito
para la obtención del título de
BA. Administración de Alimentos & Bebidas y Arte Culinario.

Quito, 18 Abril 2013

Universidad San Francisco de Quito

Instituto Hotelería, Arte Culinario y Turismo

HOJA DE APROBACIÓN DE TESIS

Recorrido por la Guía Michelin, España Cocina Vanguardia

Gustavo Alfonso Lizarralde Burbano

David Harrington, Chef Profesor
Director de la tesis

Claudio A. Ianotti Felice, Director
Académico
Miembro del Comité de Tesis

Homero Miño, Chef Profesor
Miembro del Comité de Tesis

Claudio A. Ianotti Felice, Director
Académico
Director del programa

Mauricio Cepeda, Administración
Hotelera
Decano del Colegio de:
Hotelería, Arte Culinario y Turismo.

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

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de investigación en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma:

Nombre: Gustavo Alfonso Lizarralde Burbano

C. I.: 1717522385

Fecha: 18 Abril 2013

Dedicatoria

Este trabajo lo dedico a mis padres, mi hermana y abuelo quienes fueron fuente de inspiración, fortaleza y compromiso indispensables para alcanzar mis metas a lo largo de estos años de carrera.

Agradecimientos

Agradezco a mi familia, mis profesores y mis amigos quienes me ayudaron en el transcurso de estos años de estudio y dedicación.

Resumen

El siguiente documento refleja el conocimiento adquirido a lo largo de mis estudios de Administración de Alimentos & Bebidas y Arte Culinario en la Universidad San Francisco de Quito. La cocina española como todas las cocinas del mundo ah evolucionado a lo largo de la historia, desde sus bases y tradiciones hasta la cocina moderna de vanguardia que refleja este trabajo. El estudio realizado y puesto en práctica tuvo como objetivo afianzar todos mis conocimientos tanto administrativos como culinarios para llevar a cabo la venta de un menú diseñado por mi persona en el restaurante Marcus de la Universidad San Francisco de Quito.

Abstract

The following document reflects the knowledge gained throughout my studies Food & Beverage Management and Culinary Arts at the Universidad San Francisco de Quito. Spanish cuisine as all world cuisines has evolved throughout history, from its bases and traditions to the modern cooking of Spain that reflect this paper. The study made and implemented aimed to consolidate all my administrative and culinary expertise to carry out the sale of a menu designed by myself in the restaurant Marcus San Francisco University of Quito.

Contenido

1.	Introducción	12
2.	Tema y justificación	13
3.	Metodología de la investigación.....	14
4.	Recursos empleados.....	15
5.	Capítulo 1 - Historia	16
5.1	Orígenes de la cocina Española	16
5.2	La cocina clásica.....	19
5.3	La Nouvelle Cuisine.....	20
5.4	“Los 10 mandamientos de la Nouvelle Cuisine” (Myhrvold, 2011).....	21
5.5	La cocina Española sus bases.....	21
5.6	El modernismo.....	22
5.7	La cocina vanguardista Española	22
5.8	Características de la cocina española de vanguardia.....	23
6.	Capitulo 2 - Resumen del menú y ventas	25
6.1	Objetivo	25
6.2	Menú Especificaciones	25
6.3	Ventas	26
6.4	Mercadeo y publicidad	26
7.	Capitulo 3 – Investigación de los platos y degustación.....	27
7.1	Gazpacho de sandia.....	27
7.3	Cordero confitado Sous Vide	29
7.4	Espuma de sangría española	30
7.5	Postre Manzana Granny Smith	31
8.	Procesos de despacho	33
8.1	Gazpacho de sandia – Crustini – Albahaca – Aceite de Oliva.....	33
8.4	Espuma de Sangría Española – Frutos tropicales.....	35
8.5	Manzana Granny Smith en almíbar t.p.t al vacío - Gelatina de Café – Cremoso de Te Verde - Helado de canela.....	35
9.	Degustación del menú.....	36

	10
9.1 El Jurado y degustación	36
9.2 Gazpacho de Sandia	36
9.3 Corvina con aire de queso manchego	37
9.4 Cordero confitado al vacío	37
9.5 Espuma de Sangría Española	38
9.6 Manzana Granny Smith en Almíbar t.p.t	38
9.7 Arte Menú al Cliente	39
9.8 Maridaje recomendado	40
• Gazpacho de Sandia	40
10. Capítulo 4 - Recetas Estándar y De Costos.....	43
10.1 Gazpacho de Sandia Receta Estándar.....	43
10.2 Corvina Sous Vide Receta Estándar	45
10.3 Cordero Confitado Receta Estándar	48
10.4 Espuma de Sangría Española	50
10.5 Postre Manzana Granny Smith en almíbar t.p.t Receta Estándar	52
11. Recetas de Costos.....	56
11.1 Gazpacho de Sandia Receta de Costo.....	56
11.2 Corvina Sous Vide	57
11.3 Salsa de Queso Manchego	58
11.4 Cordero Sous Vide Confitado	59
11.5 Espuma de Sangría Española	60
11.6 Sangría Española	61
11.7 Manzana Granny Smith en Almíbar t.p.t	62
12.1 Costo Teórico	63
12.2 Costo Real.....	63
12. Fotos Recetas	64
13.1 Gazpacho de Sandia	64
.....	64
13.2 Corvina de Roca Sous Vide - Aire de Queso Manchego – Polvo de Semillas de Hinojo y Perifollo - Reducción de Naranja y Tomillo - Texturas de Morrón Verde, Pepinillo y Zucchini escafiadas – Vinagreta de Almendras.....	65

13.3Cordero confitado - Reducción de Tempranillo y Romero – Cebollitas y Champiñones glaseados – Aceite de eneldo - Calabacín relleno de Setas - Puré de Patatas en infusión de Estragón.	66
13.4Espuma de Sangría Española	66
13.5Manzana Granny Smith en Almíbar t.p.t	67
13. Base Teórica del Menú	68
14. Aceptación del menú.....	69
15. Conclusiones y recomendaciones.....	70
16. Bibliografía	71

1. Introducción

El restaurante Marcus Apicius de la Universidad San Francisco de Quito cada semestre recibe a un número de estudiantes que se encuentren cursando su último semestre de carrera, el objetivo de estas prácticas culinarias es dar al estudiante la oportunidad de demostrar sus conocimientos adquiridos a lo largo de su carrera tanto teóricos administrativos como en el aula de cocina. El estudiante debe cumplir turnos de prácticas a cabalidad y realizar un menú para sacarlo a la venta en el transcurso de una semana. El objetivo de estas prácticas es asimilar de la manera más cercana el ambiente de trabajo en el cual el estudiante se deberá desenvolver a lo largo de su vida.

El tema que yo eh elegido para sacar a la venta fue la cocina española moderna, me inspira mucho esta cocina y los chefs que la llevan a cabo, chefs genios de la industria, admirables por su capacidad creativa y la cocina que han creado llamada cocina vanguardia. Una cocina llena de nuevas técnicas que con el paso de los años la cocina española moderna a creado y evolucionado partiendo de su cultura y raíces.

La cocina española ah evolucionado a lo largo de la historia de manera muy considerable, al igual que otras culturas como la cocina francesa que paso de una cocina tradicional exquisita pero de platos con salsas pesadas con altos contenidos calóricos en sus a una cocina llamada Nouvelle Cuisine que destaca una gastronomía mas ligera y fina en sus sabores, de igual manera la cocina española evoluciono, paso de una cocina tradicional rica en cultura y sabores, a utilizar esta cultura sus recetas y materia prima tradicional para crear la cocina moderna española, sin nunca dejar atrás sus tradiciones y cultura.

2. Tema y justificación

Este trabajo tiene como tema una degustación realizada en el restaurante Marcus Apicius de la Universidad San Francisco de Quito.

El tema elegido fue la gastronomía española moderna y la investigación de las cocinas de los mejores restaurantes de España catalogados por la Guía Michelin la cual es la guía máxima de restaurantes a nivel mundial. Los chefs españoles destacados en esta tesis me inspiraron a lo largo de mi carrera para desarrollar mi creatividad y pasión por la cocina, su gastronomía es rica en creatividad modernismo junto con la tradición de sus culturas y fue ese el motivo por el cual decidí realizar mi tesis enfocada a este tema.

3. Metodología de la investigación

La tesis a continuación tuvo como enfoque una metodología de investigación experimental. En un principio se realizó una investigación teórica, la investigación se enfocó en conocer de manera más profunda a los chefs más destacados de España y entender sus técnicas y filosofía en la cocina.

En segundo lugar la tesis tuvo su parte investigativa práctica, la cual se llevo a cabo en el restaurante Marcus Apicius. En una primera instancia lleve a cabo algunas investigaciones prácticas en cuanto a técnicas culinarias investigadas, posteriormente se realizo la degustación con el comité de tesis el cual aprobó mi menú para la venta a lo largo de una semana en el restaurante Marcus Apicius.

4. Recursos empleados

Los recursos empleados en esta tesis fueron libros, documentos y videos de internet de los propios chefs españoles, ayuda teórica del chef David Harrington amante de este tipo de cocina y sus autores.

Para la parte práctica se utilizaron las instalaciones del Restaurant Marcus Apicius, los utensilios y equipos de cocina del mismo. Los ingredientes para la preparación de los menús se obtuvieron por medio de requisiciones a la bodega y transferencias a las distintas áreas de cocina de la Universidad San Francisco de Quito.

5. Capítulo 1 - Historia

Cocina Española de Vanguardia

5.1 Orígenes de la cocina Española

La cocina española tiene sus orígenes en el mismo origen que lo tienen todas las cocinas del mundo. Data de hace aproximadamente 1 millón y medio de años atrás que el homo erectus descubrió el fuego y así el hombre desde entonces lo utilizo para cocinar sus alimentos. Richard Wrangham antropólogo de la universidad de Harvard afirma que la cocina no fue únicamente un simple descubrimiento del hombre, sino colaboro con la evolución humana. Como resultado de la cocina el humano no necesito mandíbulas tan grandes para ingerir sus alimentos crudos, desarrollo pulgares y la anatomía de las manos en si para que en la actualidad se tenga la capacidad de manipular herramientas para ingerir los alimentos. La cocina cambio a la humanidad para siempre. (Gunter Beer, Ludwig Koneman, Marrion Trutter, 2004)

En sus primeras instancias la cocina no poseía gran variedad de técnicas, se podía resumir su cocina a sus necesidades básicas de alimentos. Cocinar la carne sobre el fuego, pelar granos, descascarar frutos secos, eran sus técnicas básicas de cocina las cuales se utilizaron en los principios de los tiempos. Fue con el pasar de centenares de años que se comenzó a crear tendencias, cada cultura desarrollo su propio cocina con sabores autóctonos de su región aprovechando su materia prima. De esta manera nació cada gastronomía del mundo, cada cultura nació de la misma raíz y asi de estas raíces históricas fue como nació la gastronomía española.

La cocina Española fue influenciada a lo largo de la historia por gran cantidad de conquistas y luchas históricas las cuales llevaron a España a poseer una variedad de ingredientes muy amplia y con el paso de los años las técnicas culinarias y tradiciones culinarias de los distintos países que pasaron por España, fueron arraigadas a la cultura Española. Culturas y países como los Griegos, los Fenicios, los Romanos, los Moros, Judíos, Árabes y Españoles de regreso del Nuevo Mundo colaboraron a enriquecer la gastronomía española y así también de igual manera ayudaron factores como las necesidades de cada región de España debido a sus características geográficas y las costumbres de sus habitantes como por ejemplo, los pastores de ovejas de los Pirineos necesitaban comidas reconstituyentes mientras que por otro lado los trabajadores de plantaciones en Levante les gustan comidas más ligeras. Estos factores colaboraron a lo largo de la historia a enriquecer aún más a este país, dándole como una de sus características principales una amplia cultura gastronómica que ofrece gran variedad de ingredientes, técnicas y estilos de cocina. (Gunter Beer, Ludwig Koneman, Marrion Trutter, 2004)

Las culturas que llegaron a España trajeron consigo gran cantidad de nuevos ingredientes y técnicas. Por ejemplo los griegos quienes fueron los responsables de la introducción del aceite de oliva a España el cual es ingrediente base de casi todas las recetas españolas. Otra de las culturas que influyeron en la gastronomía española con más fuerza fueron los Moros. Los Moros trajeron consigo especias que para la gastronomía española son la base de su condimento. Algunas de las especias que trajeron los moros fueron especias como; el Azafrán, la Nuez Moscada y la Canela. (Abenton, 2008)

La cultura Árabe fue de igual manera una de las culturas más influyentes para la gastronomía española. Los Árabes durante el año 711 al 726 invadieron la península ibérica de España, durante la invasión en el año 777 el iraní Ibn Masawayh director de universidad de Bagdad dijo que encontró un excelente alimento que no produce hinchazón, fue cuando se consideró al arroz como un alimento beneficioso para la salud y por este motivo lo introdujo a los países conquistados, entre esos España. La influencia Árabe en países como Francia, España y Portugal es bastante fuerte, uno de los registros más antiguos conocidos son 2 recetas escritas en el libro catalán Español “Sent Sovi” del siglo XIV se pueden encontrar 2 recetas de arroz, una con leche y otra acompañado de huevos fritos. (Azcoytia, Grupo Gastronautas, 2010)

Los árabes influyeron en gran manera la cocina española con sus especias, técnicas y el uno de los ingredientes más importantes para España el arroz. Sin embargo España fue también influenciada por muchas otras culturas ya mencionadas como los fenicios con sus salsas, o los griegos con el olivo y el aceite de oliva que cambio las técnicas de cocción españolas, dejaron de utilizar grasas animales y pasaron a utilizar grasa vegetal. Aparte de todas las culturas que se encontraron cercanas geográficamente a España, las culturas Americanas también llegarían a contribuir significativamente a la cocina Española. (Azcoytia, Grupo Gastronautas, 2010)

Cristóbal Colon en varios de sus viajes a España y en gran cantidad de barcos que él ordenaba zarpar hacia tierras españolas, exporto en ellos gran cantidad de alimentos y semillas a España. Fue Cristóbal Colon en 1492 responsable de la introducción de algunos productos Americanos a la cultura Española, productos como: Tomates, Vainilla, el Chocolate, legumbres y las patatas. Todos estos ingredientes

fueron provenientes de España y son materia prima básica para muchos de los platillos clásicos Españoles que hoy en día forman parte de su cultura. (Enforex, 2012)

Estas fueron las influencias que recibió España para llegar a su cultura gastronómica que hoy en día es conocida mundialmente. Sin embargo la cocina moderna española nace a partir de todo un proceso revolucionista de la cocina, que surge desde la cocina clásica francesa.

5.2 La cocina clásica

Sin duda alguna la historia de la cocina clásica tiene sus orígenes más fuertes en la cocina francesa. La alta cocina francesa comenzó a crear nuevas técnicas, sus principales creadores Careme y Escoffier en la década de 1950 determinaron que la cocina debe tener un sistema y una forma estándar de funcionamiento y así ellos crearon la llamada brigada de cocina. Es un sistema dividido por áreas de producción y rangos que juntas producen el producto final a la mesa. Fueron ellos quienes crearon las primeras técnicas de cocina y con el pasar del tiempo las cocinas del mundo optaron su estilo y técnicas y se rigieron a estas en sus restaurantes. Sin embargo no paso mucho tiempo, hacia la década de 1960 específicamente, para que unos cuantos jóvenes chefs franceses comenzaran a cuestionar ciertos aspectos de su estilo de cocina y comenzaran a entender que existen maneras más allá que las dictadas, esto los llevo a comprender que la creatividad del chef no tiene límites. A partir de estos jóvenes franceses quienes comenzaron a investigar, a indagar más en sus ingredientes, en sus técnicas, fue que se creó la llamada Nouvelle Cuisine. (Gunter Beer, Ludwig Koneman, Marrion Trutter, 2004)

5.3 La Nouvelle Cuisine

La Nouvelle Cuisine tiene sus orígenes a finales de la década de 1960, un puñado de chefs franceses decidieron que no debería existir límites para su creatividad y no se encontraban de acuerdo con respecto a muchas bases de la alta cocina francesa clásica. Fueron estos motivos los cuales les inspiraron a experimentar con nuevas técnicas y filosofías para dar al comensal una experiencia diferente. Como el impresionismo en el arte nació la Nouvelle Cuisine, tomando las buenas técnicas y tradiciones francesas y perfeccionándolas a una nueva era, una evolución en la exigencia del cliente y su manera de alimentarse. (Myhrvold, 2011)

Esta nueva generación de chefs inspirada por Fernand Point un chef quien nació en la misma época de Escoffier y Careme decidió apartarse de la estigmatización del tipo de cocina que debe realizarse y crear una cocina mas ligera en sus salsas, comenzaron a utilizar puré de verduras, sopas ligeras y todos estos cambios enfocados hacia una cocina más concentrada en los valores nutricionales y en la ligereza y fineza de sus platos crearon una gran polémica en Francia y en el mundo, para el año 1972 este movimiento ya tenía nombre, se lo llamo Nouvelle Cuisine. (Myhrvold, 2011)

Fue entonces que nacieron figuras influyentes para este nuevo movimiento, figuras de renombre a nivel mundial como son: Paul Bocuse, Michel Guérard y los críticos gastronómicos Henri Gault y Christian Millau. Ellos afianzaron este nuevo movimiento y crearon a partir de las bases de la alta cocina francesa clásica la llamada, Nouvelle Cuisine.

La Nouvelle Cuisine tenía como base una tabla llamada “La tabla de los 10 mandamientos de la Nouvelle Cuisine” que decía:

5.4 “Los 10 mandamientos de la Nouvelle Cuisine” (Myhrvold, 2011)

- Tu ne cuirás pas trop (No coceras demasiado)
- Tu utiliseras des produits frais et de qualite (Usaras productos frescos y de calidad)
- Tu allégeras la carte (Aligeraras la carta)
- Tu ne seras pas systematiquement moderniste (No seras sistemáticamente modernista)
- Tu rechercheras cependant ce que t’apportnet les nouvelles techniques (Te servirás sin embargo de las aportaciones de las nuevas técnicas)
- Tu éviteras marinades, faisandages, fermentations, etc. (Evitaras los marinados, el faisandage, las fermentaciones, etc)
- Tu élimineras les sauces riches (Eliminarás las salsas pesadas)
- Tu n’ignores pas la dietetique(No desentenderás la dietética)
- Tu ne truqueras pas tes presentation(No falsearas las presentaciones)
- Tu seras inventif (Serás creativo)

5.5 La cocina Española sus bases

La cocina española es extremadamente diversa, cada una de sus provincias tiene infinidad de platos basados en productos autóctonos del país. La comida española debido a su exquisitez se esparció alrededor del mundo. Su cocina clásica como por ejemplo la clásica paella de mariscos o en la repostería la crema catalana, dio a conocer al mundo que España posee una extensa y deliciosa gastronomía y a su vez chefs muy creativos capaces de crear platillos inimaginables. España se destaca por infinidad de productos, como por

ejemplo los embutidos españoles famosos y vendidos en todo el mundo, el Jamón Ibérico uno de los embutidos más famosos gracias a sus aromas y sabores incomparables. Así de igual manera aprovechan los frutos del mar como los calamares, gran variedad de peces, ostras, almejas, erizos de mar, su riqueza de productos del mar es enorme y a su vez también son maestros de la ganadería. El cordero, la carne de vacuno, carne de toro, una de las carnes más renombradas España la carne de vaca Avileña Negra Ibérica. Y así como consecuencia uno de los productos más apreciados por la cultura Española la cecina de res, carne ahumada y secada que posteriormente se sirve cortada en lonchas muy finas con pan de Payes rociada con aceite de oliva. (Gunter Beer, Ludwig Koneman, Marrion Trutter, 2004)

La cocina española clásica es la base de inspiración de todo chef español y fue de allí que nacieron los grandes chefs creativos de España de la actualidad.

5.6 El modernismo

Fue con la Nouvelle Cuisine que nació el modernismo, los chefs se vieron más libres a dejar expandir su imaginación, la creatividad desató fronteras y a partir de la Nouvelle Cuisine surgió el modernismo, la cocina vanguardista de España nació de estas bases, comenzaron a sentirse nuevas tendencias y comenzaron a surgir chefs que determinarían el comienzo de la cocina española moderna del siglo XXI. (Myhrvold, 2011)

5.7 La cocina vanguardista Española

Y con el paso de las décadas alrededor de 1980 que fue fundado el Bulli por Ferrán Adrià y Harold McGee acompañado por Herve This y otros, quienes fueron los responsables de una tendencia intelectual y sensorial que ofrecería nuevas tecnologías y rompería fronteras para la creatividad de los chefs españoles. (Myhrvold, 2011)

La revolución de la cocina española moderna comenzó con técnicas diferentes empleadas en restaurantes vanguardistas de la época. Restaurantes como elBulli o “El Can Roca” por mencionar unos pocos, se destacaron en la creatividad de su cocina y en la implementación de nuevas técnicas, ellos abrieron camino hacia una nueva tendencia e inspiraron a muchos chefs en España.

Así se consolidó la historia de la gastronomía para llegar al presente, a estos grandes chefs creativos que acogieron y dieron valor a sus raíces, para así crear la llamada cocina moderna o cocina de vanguardia española.

5.8 Características de la cocina española de vanguardia

La cocina española moderna se caracteriza por su creatividad e implementación de nuevas técnicas. El movimiento comenzó en una primera instancia chefs como Ferrán Adrià, Arzak, Joan Roca, Carme Ruscalleda, todos son chefs pioneros de este tipo de cocina y propietarios de la reinención de la cocina española llamada cocina moderna o de vanguardia.

Las principales características están en la creatividad del chef para adaptar técnicas a sus productos y así crear nuevas recetas. Es por ejemplo la implementación de la cocina al vacío, la cocina de vanguardia española utiliza bastante este tipo de cocción para sus alimentos, este tipo de cocción se basa en cocinar los alimentos sin atmósfera u oxígeno, esto genera que el alimento que se esté cocinando reciba con mayor eficiencia aromas y sabores. Como adicional se consigue que el alimento conserve sus nutrientes. En algunos casos esta técnica otorga texturas en las carnes y vegetales muy interesantes, como por ejemplo el caso de la corvina.

Otras técnicas como la creación de espumas y aires de diferentes productos como por ejemplo; una espuma de calabaza, se la crea con la influencia de emulsificantes, estabilizantes, gelificantes o un juego de temperaturas, como por ejemplo, a partir de un jugo de calabaza se puede jugar con su textura y crear una espuma o aire. Otro tipo de técnica muy conocida en la cocina moderna española son las esterificaciones creadas por Ferrán Adrià, las cuales se consiguen al calcificar las moléculas o paredes celulares de un líquido natural, con la ayuda de químicos naturales como el Algin y el Calcic, así creando una esfera. También están las gelatinas calientes que se pueden conseguir con gelificantes de altas temperaturas como Agar-Agar. Estas son solo algunas de las técnicas mas conocidas de la cocina moderna española que dan carácter a este tipo de cocina. (Adrià, 2002)

6. Capítulo 2 - Resumen del menú y ventas

El menú a continuación está enfocado en la cocina vanguardia de España, las técnicas elegidas para el menú fueron inspiradas de restaurantes catalogados por la Guía Michelin con 1, 2 y 3 estrellas Michelin.

6.1 Objetivo

Representar de la mejor manera posible, a los restaurantes de España catalogados por la Guía Michelin, utilizar sus técnicas culinarias y su filosofía para así obtener un trabajo satisfactorio al nivel de lo que es un restaurante catalogado con 1, 2 o 3 estrellas Michelin.

6.2 Menú Especificaciones

Estructura del Menú

El Menú fue estructurado de la siguiente manera:

- 1ra Entrada _____ – Gazpacho de Sandía, Inspirado en Arzak
- 2da Entrada _____ – Corvina Sous Vide con salsa de Queso Manchego,
Inspirado en Joan Roca
- Plato Fuerte _____ – Cordero Confitado Sous Vide, Inspirado en Joan Roca,
Arzak y Carme Ruscalleda
- Refrescante _____ – Espuma de Sangría Española, Inspirado en Ferrán Adrià
- Postre _____ – Manzana Granny Smith en Almíbar t.p.t, Inspirado en Joan
Roca

6.3 Ventas

Ventas por día

- Martes 03 -> 5 Menú Completos
- Miércoles 04 -> 17 Menú Completos
- Jueves 05 -> 5 Menú Completos
- Viernes 06 -> 9 Menú Completos
- Sábado 07 -> 16 Menú Completos
- Domingo 08 -> 13 Menú Completos

Total Ventas: 65 Menú Completos

6.4 Mercadeo y publicidad

El Marketing y publicidad se manejó por medio de anuncios en el News de la Universidad San Francisco, además en la entrada del restaurant se colocó una pancarta para promocionar el menú. También se utilizó medios electrónicos como internet. Y también un factor fundamental el boca a boca de los comensales que ya lo comieron.

7. Capítulo 3 – Investigación de los platos y degustación

7.1 Gazpacho de sandia

Para la primera entrada se realizó una versión moderna del gazpacho inspirada por Juan Mari Arzak chef y propietario del famoso restaurante “Arzak”. El gazpacho fue una semi deconstrucción del mismo. El gazpacho es un platillo español muy tradicional, como dice el refrán español “Del Gazpacho no hay empacho”, según la tradición, el gazpacho lo tomaban los pastores desde épocas prerromanas en sus días cálidos de verano.

La palabra gazpacho nace del latín, *caspa* significa “restos” o “menudencias”, en un principio el gazpacho español se elaboraba básicamente con pan seco, ajo, vinagre, aceite y agua. Fue luego que los campesinos españoles con el fin de obtener energías en sus largas jornadas, a media mañana disfrutaban del gazpacho y decidieron agregarle verduras.

La preparación básica del gazpacho no cambió sino hasta que los españoles en la conquista de América trajeron en el siglo XIX gran cantidad de ingredientes que hoy en día son base para los platos tradicionales como el gazpacho. El tomate y el pimiento esencial en la preparación moderna del gazpacho fueron traídos desde las Américas, los trajeron los colonizadores al regresar de América. (Azcoytia, Historiadores de la cocina, 2010)

Fue a partir de esta base histórica que algunos chefs españoles decidieron modernizar la receta y darle su toque deconstructivo. (a la deconstrucción se la entiende por tomar una tradición o un producto y cambiar sus texturas, sabores, colores, etc., pero nunca perder la esencia del platillo.) Arzak agregó a este platillo tradicional un toque de frescura y dulzura extra. De la base de un gazpacho tradicional se agrega Sandía y ya depende del chef que tanta sandía decida poner y como equilibrar sus sabores, también su textura no es

tan espesa y se asemeja más a una sopa fría ligera y lisa que es lo que busca generalmente el chef modernista en sus sopas y salsas. Además su presentación varia de un cuenco de barro a un vaso elegante de cristal. (Arzak, 2004)

7.2 Corvina de roca cocida al vacío en salsa de queso manchego.

Los pescados y mariscos son productos españoles característicos de su gastronomía, la cocina española es famosa por muchas preparaciones que no tienen que ver con sus mariscos como el gazpacho, el jamón ibérico, su gran variedad de quesos, sus preparaciones de lechón, toro, caballo, sus exquisitos vino e ingredientes para la preparación de sus platillos como el vinagre de jerez, el Azafran, el aceite de oliva, su gran variedad de tomates, sus frutos secos, sus postres entre los mas famosos la crema catalana y la tarta de Santiago de Compostela. Y asi con tanta riqueza en su gastronomía se distingue sin duda también por sus mariscos. Su gran variedad de frutos del mar se la debe a su cercanía al mar mediterráneo. Mar rico en peces, ostras, moluscos, erizos, eh infinidad de otras especies que sin duda a lo largo de la historia ah marcado la gastronomía española. (Adria, La comida de la familia, 2011)

El mar mediterráneo posee gran variedad de peces como; la merluza, pez espada, lenguado, atún, etc. En este platillo decide utilizar corvina. La corvina es un pez que se usa bastante en la gastronomía española. En este caso en especial mi inspiración nació del chef Joan Roca, en su libro y en videos en internet de este chef observe como utiliza la cocción al vacío. (Roca, El Can roca, 2003)

La cocción al vacío que utilice para este platillo es muy utilizada por los chefs españoles de cocina moderna. Para poder realizar este tipo de cocción se necesita un termocirculador para mantener la temperatura del agua a la que se

requiera y que esta sea uniforme en la olla y segundo se necesita una empacadora al vacío que selle el alimento de manera hermética que elimine el oxígeno y los gases de dicha funda. Una vez sellada se cuece el pez dentro del agua a la temperatura requerida para cada tipo de cárnico y peso. (Roca, Youtube, 2011)

El queso manchego es un queso muy tradicional de España, es elaborado en La Mancha España, elaborado con leche cruda o pasteurizada de oveja manchega, se madura de 2 a 9 meses y tiene una corteza dura. Su sabor y aroma es fuerte como un queso azul pero no tan fuerte como un roquefort.

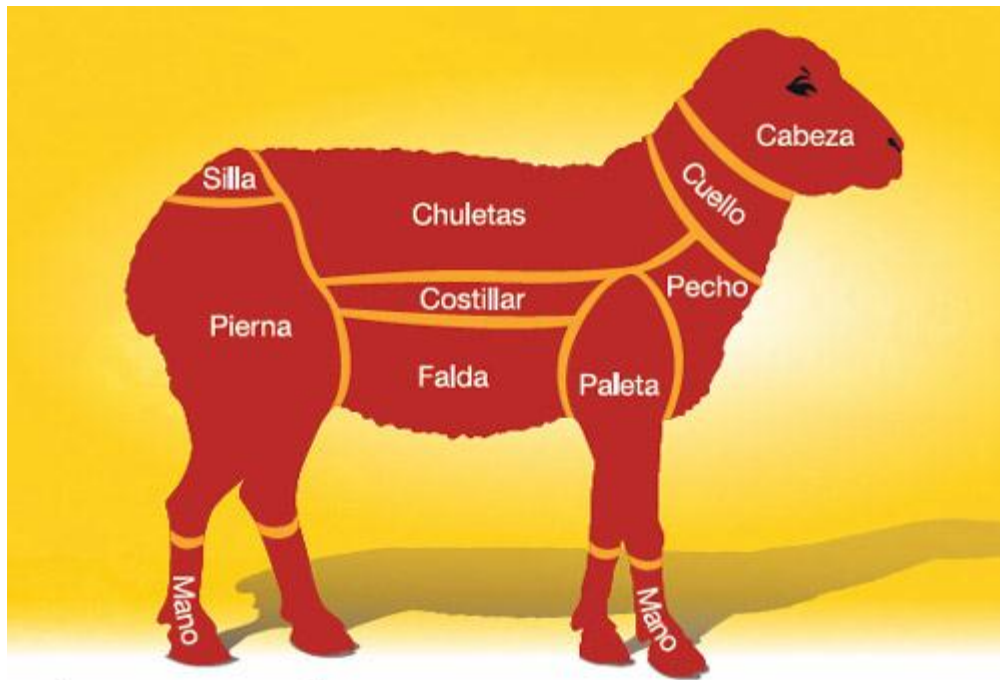
La espuma de queso manchego se obtuvo rayando el queso, fundiéndolo en crema de leche y por medio de una emulsión caliente con la ayuda de leche fría.

7.3 Cordero confitado Sous Vide

La carne es de igual manera esencial en la gastronomía española, el cordero en particular jugó un rol muy importante en su historia. Con el pasar de los siglos el cordero fue esencial para la supervivencia de los españoles debido a su gran variedad de usos que se le puede dar. Su carne rica en vitaminas ayudaba con la alimentación de los pueblos, su piel se utilizaba para hacer prendas de vestir y su leche se utilizó para realizar quesos. El cordero fue uno de los primeros animales que domesticó la cultura española mucho antes del buey o el cerdo. (Roca, El Can roca, 2003)

Con el paso del tiempo se modificaron las preparaciones de la cocina tradicional española que se le da al cordero, los chefs creativos de la cocina moderna de la actualidad crearon gran variedad de platos basados en sus raíces culinarias. Para realizar este confitado de cordero Sous Vide me inspire en las

técnicas de Joan Roca, chef a quien le encanta incluir en el menú de su restaurante esta técnica. (Ruscalleda, 2010)



(Velsid, Gastronomía & Cia, 2008)

7.4 Espuma de sangría española

La sangría española es una bebida memorable de España, sus ingredientes básicos son el vino y las frutas, principalmente cítrico. Su origen es confuso y ningún libro afirma que su origen sea uno solo. Se dice que una de las teorías de su origen mas acertada es la teoría del padre Esteban Torres quien afirmaba en su diccionario en “1788 que la bebida fue inventada por los ingleses ya que el termino parece provenir de la voz inglesa sangaree, que a su vez se inspiro en la española Sangre” (Muyinteresante, 2013), el consumo de la bebida en España fue a partir de 1850. (Adriá, 2002)

En la actualidad algunos chefs modernistas se inspiraron en esta receta de la cocina clásica española para crear una receta con la misma esencia pero que ofrezca al cliente una

experiencia diferente. Este plato fue inspirado en Ferrán Adrià, Chef Español al que le gusta mucho jugar con texturas y crear espumas. El Siphon de Espumas fue creado por “Ferrán Adrià en 1994, con la ayuda de este sifón y la inyección de N₂O al siphon es posible crear espumas de una gran variedad de líquidos espesos o ligeros.” (Adria, Como Funciona elBulli , 2010)



(Velsid, Directo al paladar, 2006)

7.5 Postre Manzana Granny Smith

La manzana es un ingrediente que se utiliza bastante en la cocina Española, por ejemplo la manzana roja es utilizada para la fermentación de los frutos de la sangría. También se la utiliza bastante en la repostería española como es por ejemplo la tarta de manzana española.

El postre fue una inspiración completamente modernista. Se utilizo manzana, café, canela, Te, en el platillo. A la manzana caramelizada y cocinada lentamente en almíbar se la llama tarta de manzana, sin embargo el chef Joan Roca decidió crear a partir de esta base un plato modernista. La manzana expuesta a la falta de oxígeno y presurizada dentro de una funda al vacío con almíbar t.p.t (tanto por tanto) genera un proceso llamado *Osmosis*, “este proceso es el equilibrio entre dos fluidos de

distinta densidad que se equilibran a través de una membrana semipermeable.”
(Word reference, 2005) Al equilibrarse los fluidos de la manzana menos densos con el almíbar más denso se consigue que el dulzor del almíbar sea introducido en la manzana obteniendo una manzana crujiente y dulce. (Roca, El Can roca, 2003)

8. Procesos de despacho

8.1 Gazpacho de sandia – Crustini – Albahaca – Aceite de Oliva.

Para el servicio

- Servir en copa pequeña de Martini o en vaso a elección libre.
- Agregar por encima albahaca picada 3 Crustinis en dados pequeños, 1 Crustini en bastón, unas gotas de aceite de oliva.

8.2 Corvina de Roca Sous Vide - Aire de Queso Manchego – Polvo de Semillas de Hinojo y Perifollo - Reducción de Naranja y Tomillo - Texturas de Morrón Verde, Pepinillo y Zucchini escalfadas – Vinagreta de Almendras.

Para el Servicio

➤ **Corvina de Roca para servir:**

- Sacar del frigorífico la corvina previamente empacada al vacío
- Cocinar la corvina empacada 17 minutos a 58°C en el termocirculador.
- Sacar de la funda y platear.

➤ **Aire de Queso Manchego para servir**

- Calentar la crema de leche
- Agregar el queso previamente rallado
- Agregar leche fría
- Mezclar con el turbo mix para crear espuma por encima

Colocar el resto de ingredientes previamente preparados en el plato, utilizar la foto como guía.

8.3 Cordero confitado - Reducción de Tempranillo y Romero – Cebollitas y Champiñones glaseados – Aceite de eneldo - Calabacín relleno de Setas - Puré de Patatas en infusión de Estragón.

Para el servicio

➤ **Confit de Cordero**

- Sacar del frio el cordero empacado al vacio previamente cocinado
- En la misma funda regenerar el cordero con la ayuda del termocirculador por 10 minutos a 58C°
- Sacarlo del termocirculador y sacarlo de la funda
- Sellar el cordero en una sartén y darle un golpe de calor en el horno a 450F°
- Emplatar como muestra en la foto

➤ **Calabacín relleno de setas**

- Calentar porción en una sartén antes del servicio
- Platear

➤ **Puré de Patatas en infusión de Estragón**

- Calentar el puré con crema de leche y mantequilla
- Agregar Estragón picado

8.4 Espuma de Sangría Española – Frutos tropicales.

Para el servicio

- Colocar los frutos cortados en vaso de cognac.
- Llenar hasta la mitad de sangría española
- Verter la preparación del siphon enfriada previamente en el vaso de cognac

8.5 Manzana Granny Smith en almíbar t.p.t al vacío - Gelatina de Café – Cremoso de Te Verde - Helado de canela.

Para el servicio

- Abrir una funda de manzanas empacadas al vacío
- Montar los dados de manzana
- Agregar alrededor Coulis de manzana
- Ubicar 1 quenel de helado de canela sobre los dados
- Ubicar a un lado la gelatina de café

9. Degustación del menú

9.1 El Jurado y degustación

Para la degustación del menú el jurado fue conformado por Mauricio Cepeda decano del colegio de hospitalidad y arte culinario, Homero Miño Chef profesor de la Universidad San Francisco de Quito, Mario Jiménez Chef ejecutivo y profesor USFQ, Omar Monteros Gerente Restaurante Marcus USFQ. La degustación se realizó sin ningún problema, no hubo cambio en ningún platillo y fue sacada a la venta durante la semana de venta de mi menú.

9.2 Gazpacho de Sandía

El gazpacho de Sandía fue un platillo inspirado en el chef Juan Mari Arzak, “chef Español vanguardista que posee su restaurante Arzak en San Sebastián España,” (Fernandez, 1998). El Gazpacho es uno de los platillos españoles más reconocidos a nivel mundial, su tradicional mezcla y preparación es en frío y procesado. Sus ingredientes básicos son ajo, tomate, miga de pan, pimienta, Zucchini. Esta versión moderna se la hizo más ligera en su textura y se le agregó sandía para darle frescura al platillo español. Se lo sirve en un vaso y se lo toma con cuchara.

9.3 Corvina con aire de queso manchego

La corvina es un pescado que se utiliza bastante en España, el platillo de cocina vanguardia española fue inspirado en el chef Joan Roca dueño del restaurante El Can Roca. La corvina se empaca en una funda al vacío con aceite de oliva, tomillo y sal en grano. Una vez empacada se puede conservar en frío a 4C° por 3 días como máximo. Para la cocción se cocina la corvina a 58C° en el termocirculador por 17 minutos. Este tipo de cocción consigue incorporar los sabores al pescado y le otorga una textura más suave.

Para la salsa se raya queso manchego y se lo funde en crema de leche, posteriormente a la hora de servicio se añade un poco de leche fría y con la ayuda de un turbo mix se crea un aire con sabor a queso manchego.

9.4 Cordero confitado al vacío

El cordero para su cocción se lo sella en una funda al vacío con 50 ml de aceite de oliva, romero y sal en grano. Una vez sellada la funda con la ayuda de una empacadora al vacío se procede a su cocción. En un termocirculador se tempera el agua a 58c° y se cocina el cordero por 55 minutos. Así se consigue que el sabor del aceite de oliva impregne la carne y la cocine confitándola a baja temperatura por un buen periodo de tiempo. La cocción al vacío también ayuda a impregnar en la carne del cordero los aromas del romero. Como resultado se obtiene una carne muy suave confitada con romero.

9.5 Espuma de Sangría Española

La espuma de sangría española fue inspirada en el chef Ferrán Adrià, a Ferrán le fascina crear infinidad de espumas con la ayuda del Siphon. En este caso mi inspiración nació de la lectura de sus libros y el entendimiento de como funciona el siphon de Ferrán. Para obtener la espuma de Sangría Española fue necesario dividir la preparación en 2 partes, la una seria la Sangría en si y la segunda seria la Espuma de esta. La espuma se obtuvo introduciendo la mezcla colada en el siphon y dándole 2 cargas de N₂O. Una vez puestas las cargas se expone el siphon a temperaturas de congelación para enfriarlo rápidamente y una vez frio se lo deja en el refrigerador a una temperatura de 4C°.

9.6 Manzana Granny Smith en Almíbar t.p.t

Para la preparación de la manzana igual que las demás preparaciones se necesito de algunos experimentos pero esta preparación en especial necesito una mayor cantidad de tiempo y de ensayos para llegar al producto final. La manzana debe cortarse en cuadrados de 7ml muy uniformes e inmediatamente debe ser la empacada al vacío con el almíbar. Si no se hace esto la manzana se oxida. Una vez en el vacío con el almíbar la manzana comienza un proceso llamado Osmosis, este proceso equilibra los líquidos más densos con los menos densos y debido a la falta de oxigeno es posible rompe la membrana celular que los separa. Como producto obtiene una manzana dulce como una tarta y crujiente destacando su frescura.

9.7 Arte Menú al Cliente



9.8 Maridaje recomendado

- **Gazpacho de Sandia**

El Gazpacho es un plato un poco complejo para su maridaje debido a que dentro de sus ingredientes básicos se encuentra el vinagre el cual es enemigo del vino. Sin embargo es posible encontrar vinos que realcen el sabor del gazpacho, equilibrando sus propiedades con el ácido y agrio del vinagre. De igual manera se recomienda en el caso de querer maridar el gazpacho con un vino, agregar la mínima cantidad requerida de vinagre al gazpacho.

Para el maridaje se recomiendan vinos blancos frutales dulces y aromáticos como la cepa Reisling, la casa Miguel Torres de la familia Torres en España ofrece un excelente vino de Reserva con aromas florales y toques dulzones de miel. El platillo puede funcionar de igual manera con un vino tinto con aromas frutales y dulces, como por ejemplo las cepas Pinot Noir o Shyraz.

- **Corvina Sous Vide**

Para la corvina, debido a su marcado sabor y su salsa de queso manchego, la cual aporta sabores fuertes al platillo, se debe buscar vinos que refresquen el paladar y aporten cierto grado de acidez que neutralicen en boca.

Se recomienda vinos blancos o rosados, redondos en boca, refrescantes al primer golpe y con cierta acidez en su regusto, que neutralicen los fuertes sabores de la salsa de queso manchego. Un vino recomendado para este platillo puede ser un Sauvignon Blanc, tiene perfume y frescor en boca como primer golpe lo cual colabora con la salsa de queso manchego, sus notas afrutadas verdes y acidez son excelente acompañante para quesos y pescados blancos.

- **Cordero confitado al vacío**

El cordero es tradicionalmente se lo marida con vinos tintos de mucho cuerpo, con muchos taninos y notada astringencia en boca. Sin embargo la preparación de este cordero pide un poco más de ligereza al momento de maridarlo. El cordero al haber sido preparado lentamente con aceite de olive y romero, absorbió los sabores y le dio un poco más de ligereza a su carne, por ese motivo se recomienda marinarlo con vinos tintos complejos y redondos en boca sin mucha agresividad.

Para el maridaje se recomiendan vinos tintos de mucho cuerpo, redondos en boca y aromas frutales que refresquen en retrogusto. No se recomienda astringencia ni mucha acidez ya que este corte específico de cordero y su preparación no posee demasiada grasa. Un vino tinto como la cepa española Tempranillo con tonos frutales, bastante cuerpo, acidez y astringencia justa es recomendable para el maridaje de este platillo. Este vino suele ser mezclado con Garnacha o Cabernet Sauvignon dándole un poco más de acidez y astringencia que en su cantidad justa puede de igual manera ser agradable para el maridaje.

- **Manzana Granny Smith en almíbar t.p.t**

La manzana fue sometida a un proceso de osmosis, el cual transformo a la manzana en una manzana crocante, transparente y dulce. Al combinar este sabor dulce y textura crocante con el helado de canela y la gelatina de café se obtiene un sabor muy interesante en boca y complejo para el maridaje. Para el maridaje se recomienda un vino espumoso, refrescante, dulce y con una leve acidez en su retrogusto.

Un vino recomendado para este postre puede ser un vino espumoso Chardonnay demi-sec. El vino espumoso demi-sec resulta en un vino con una mayor cantidad de azúcar,

que si bien no pierde sus tonos acidez estos resultan en un equilibrio perfecto de dulzura y acidez que refrescan y dan fuerza a este conjuntos de sabores que se encuentra en ese platillo.

10. Capítulo 4 - Recetas Estándar y De Costos

10.1 Gazpacho de Sandia Receta Estándar

Receta: Gazpacho 4 Pax		
Punto de venta: Menú MARCUS		
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES
kg	0,48	Tomate Riñón
kg	0,35	Sandia
kg	0,01	Ajo
Lt	0,120	Aceite Oliva
kg	0,19	Calabacín
kg	0,19	Pepino
kg	0,009	Albahaca
Kg	0,1	Perejil
Lt	0,015	Mostaza
	Al gusto	Sal
Kg	0,018	Azúcar
Lt	0,025	Vinagre de Jerez

➤ Procedimientos

Organizar Miss en Place para la receta

Gazpacho

- Horno 100°C por 1:45 aceite de oliva, tomates enteros, ajo, albahaca picados.
- Sacar del horno pelar tomate y trocear.
- **En un Bowl:** tomates, pepino picados, vinagre, mostaza, el resto del aceite, azúcar.
Cubrir con agua fría.
- Pelar y despepitar sandia. Picar sandia y añadir al bowl. Reposar 30 minutos en frio.
- Licuar y cernir, añadir mas agua de ser preciso o pan, rectificar sal.
- Conservar preparación a 4°C.

Crustinis

- Cortar la ½ del pan en cuadritos 1 cm² la otra mitad en bastones de 5cm x 0,5cm
- Frotar los panes con aceite de ajo.
- Horno 180°c aproximadamente 15 minutos hasta estar un poco crujientes.
- Picar al perejil muy fino, espolvorear sobre el pan al salir del horno, aceite de oliva y sal.
- Conservar temperatura ambiente, en recipiente de plástico con papel será.

10.2 Corvina Sous Vide Receta Estándar

Rendimiento Pax 4
Uso: Corvina Sous Vide
Punto de venta: menú MARCUS

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES
Lt	0,1	Aceite Oliva
Kg	0,01	Almendras
Kg	0,01	Perifollo
Kg	1	Naranja
Kg	0,04	Tomillo
Kg	0,14	Pimiento verde
Kg	0,23	Pepinillo
Kg	0,004	Semilla Hinojo
Kg	0,025	Mantequilla
Kg	0,32	Corvina de Roca Entera
Kg	0,05	Zucchini verde

Receta: Aire de Queso Manchego
Rendimiento Pax 15
Uso:
Punto de venta: menú MARCUS

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES
Lt	0,4	Crema de Leche
Kg	0,2	Queso Manchego

➤ Procedimiento

Organizar Miss en Place para la receta

Corvina de Roca envasado Sous Vide

- Envasar al vacío lomos corvina con aceite de oliva, sal en grano, . Se pueden conservar a 3°C envasado al vacío 2 a 3 días sin cocción.
- Cocinar 17 minutos a 58°C en el termocirculador.

- Sacar de la funda, sellar la piel de la corvina sobre una sartén, aceite de girasol caliente.

Aire de Queso Manchego

- Calentar la crema de leche a fuego lento sin hervir
- Rallar el queso
- Agregar el queso a la crema de leche caliente para fundirlo.
- Agregar la leche
- Crear Aire con la ayuda de un turbo mix y una temperatura de 80°C de la preparación.

Polvo de semillas de hinojo

- Precalentar el horno a 90°C
- Hornear sobre una lata las semillas por 10 minutos.
- Triturar las semillas en un mortero
- Picar muy fino el perifollo y mezclar en un bowl con las semillas

Reducción de naranja

- Sacar jugo de la naranja
- Reducir, espesar con maicena y pasar por chino muy fino.

Texturas morrón verde, pepinillo y Zucchini.

- Laminar a lo largo muy fino, conservar agua con hielo.

- Hervir agua, blanquear texturas 2 a 3 minutos, sacar y cortar cocción en agua y hielo. (**Solo el pepinillo no se blanquea**)

Aceite de almendras.

- Calentar en sartén con aceite de oliva..
- Picar almendras muy fino y agregar al aceite.
- No debe freír

Naranjas para decorar

- Perlar la naranja
- Cortar en Gajos
- Quitar venas y piel externa de los gajos
- Conservar la naranja en agua con hielo

10.3 Cordero Confitado Receta Estándar

Receta: Cordero Confitado

Rendimiento Pax 6

Uso: Plato Fuerte, Cordero Confitado

Punto de venta: MARCUS

UNIDAD CANTIDAD INGREDIENTES

Kg	0,9	Cordero T Bone
kg	0,01	Perejil
Lt	0,5	Aceite Oliva
1/2Botella	0,02	Vino T Márquez Cáceres
Kg	0,03	Romero
kg	0,04	Estragón
Kg	0,21	Calabacín
Kg	0,02	Shii-take
Kg	0,06	Champiñón
kg	0,02	Tomillo
kg	0,03	Estragón
kg	0,3	Papa Chola
kg	0,2	Cebolla Perla

➤ Procedimientos

Organizar Miss en Place para la receta

Confit de Cordero

- Deshuesar y bridar el Cordero.
- Empacar en funda Sous Vide con aceite de oliva, romero y sal en grano.
- Confitar el cordero a 58°C por 55 minutos.
- Guardar en frío a 4°C.

- Regenerar el Cordero a 58c° por 10 minutos
- Sellar en Sartén el Cordero.

Reducción de Tempranillo y Romero

- Utilizar los huesos para la salsa de cordero, realizar jus de cordero.
- Reducir el vino con ¼ de azúcar de la cantidad total de vino
- Homogenizar el jus y la reducción, ligar con yema de huevo o maicena.
- Guardar en Tarrinas en frio 4°c

Cebollitas y Champiñones glaseados

- Glasear en 2 ollas cebollas y champiñones en agua con mantequilla sal y azúcar.
- El agua debe apenas cubrir las setas y las cebollas
- Guardar en una tarrina a 4°c con el aceite.

Aceite de Eneldo

- Cortar el eneldo muy fino, mezclar con aceite de girasol.
- Conservar temperatura ambiente.

Calabacín relleno de setas

- Laminar el calabacín en laminas finas
- Cortar setas en cubitos pequeños
- Saltear setas con mantequilla y perejil.
- Ubicar las láminas de calabacín en forma de “cruz”, rellenar con las setas y serrar el calabacín.
- Conservar en una bandeja con papel cera a 4°c

Puré de Patatas en infusión de Estragón

- Hacer puré de papa inficionando previamente el agua con Estragón.
- Una vez hecho el puré, cubrir con plástico film el sartén haciendo contacto con el puré y dejar reposar.
- Guardar en tarrinas en frío 4°C

Garnish

- Hojitas de romero para decorar
- Flor de romero, albahaca etc., para decorar.

10.4 Espuma de Sangría Española

Uso: Espuma de Sangría Española

Punto de venta: **MARCUS**

Pax 35

UNIDAD CANTIDAD INGREDIENTES

kg	0,024	Colapez
lt	0,04	Oporto
Kg	0,004	Jengibre en Polvo
Unidad	1	Vino Tinto Malbec 1/2
lt	0,01	Cointreau
Lt	0,03	Brandy
kg	0,2	Naranja jugo
unidad	2	Cartucho de Siphon

➤ **Procedimiento**

Organizar Miss en Place para la receta

Preparación para la Espuma

- Hidratar el colapez en agua fría

- En un bowl poner el oporto, agregar la cascara de limón rallado y la naranja rallada, canela, jengibre y el azúcar.
- Calentar los ingredientes y dejar diluir la colopez en la mezcla.
- En otro bowl aparte mezclar el vino tinto con el cointreau, cognac y el jugo de 1 limón y una naranja.
- Mezclar las 2 preparaciones.
- Pasar por chino
- Mantener a 4°C

Espuma

- Meter la preparación para la espuma en el siphon y cargar 2 cartuchos.
- Enfriar 2 horas a 4°C

Sangría Española

- Cortar naranja americana, manzana, piña, frutillas.
- Marinar con vino tinto
- Colocar la sangría en un vaso
- Luego verter la espuma del siphon sobre la sangría.

10.5 Postre Manzana Granny Smith en almíbar t.p.t Receta Estándar

Rendimiento
Pax 4

Uso: Postre

Punto de venta: *MARCUS*
UNIDAD CANTIDAD INGREDIENTES

Kg	0,9	Manzana Verde
LT	0,025	Te verde
kg	0,002	Agar Agar
Kg	0,006	Colapez
Lt	0,57	Leche
Lt	0,2	Crema de leche
Kg	0,1	Canela en polvo
Kg	0,05	Azúcar invertido
Lt	0,05	Almíbar t.p.t
Kg	0,006	Estabilizante
Kg	0,05	Glucosa invertida

Uso: **Helado de Canela**
Punto de venta: **MARCUS**
Pax: 1 Lt
UNIDAD CANTIDAD INGREDIENTES

Lt	0,57	Leche
Lt	0,2	Crema Leche
Kg	0,05	Azúcar invertido
Kg	0,1	Azúcar
Kg	0,1	Canela en polvo
Kg	0,05	Glucosa invertida
Kg	0,006	Estabilizante

Uso: **Manzana Almíbar 4 Pax**

Punto de venta: **MARCUS**

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES
Kg	0,2	Manzana Verde
LT	0,2	Almíbar t.p.t

Uso: **Infusión Te verde 4 Pax**

Punto de venta: **MARCUS**

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES
Lt	0,2	Té verde
kg	0,02	Azúcar
Unidades	1	Agua
Kg	0,002	Xantana

Uso: **Coulis Manzana**

Punto de venta: **MARCUS**

Pax 4

UNIDAD CANTIDAD INGREDIENTES

Lt	0,02	Zumo manzana
Kg	0,001	Agar-agar
		Azúcar

Uso:

Granizado

Pax 4

Punto de venta: **MARCUS**

UNIDAD CANTIDAD INGREDIENTES

Lt	1	Zumo manzana
kg	0,15	Azúcar
Unidades	4	Colapez

Uso: **Gelatina Café**

Punto de venta: **MARCUS**

Pax: 4

UNIDAD CANTIDAD INGREDIENTES

Lt	0,2	Café expreso
kg	0,02	Azúcar
Unidades	1	Colapez

➤ **Procedimientos**

Dados de manzana

- Cortar en dados pequeños la manzana
- Hacer almíbar 50/50 t.pt previamente
- Inmediatamente mezclar ingredientes y envasar al vacío.
- Reservar frigorífico por 2 horas mínimo

Granizado de manzana

- Extraer el jugo de la manzana verde
- Diluir en el jugo caliente azúcar
- Enfriar y congelar la preparación
- Una vez congelada escarchar

Infusión de te verde

- Calentar el agua y el azúcar
- Agregar el te verde, infusionar.
- Agregar Xantana
- Cernir y dejar enfriar

Gelatina de café

- Hidratar el colapez
- Hacer el café expreso (200gr)
- En el expreso aun caliente agregar el azúcar y el colapez.
- Estirar en una placa con papel film, cortar en cubos regulares una vez frio.

Coulis de manzana

1. Pelar la manzana
2. En una sartén cocinar a fuego lento las manzanas en mantequilla por 5 minutos.
3. Licuar y dejar enfriar.

11. Recetas de Costos

11.1Gazpacho de Sandia Receta de Costo

Numero de Receta:		1	Página:	
Receta:	1ra Entrada, Gazpacho		Fecha:	19/06/2012
Rendimiento Pax		4	Cant Porción:	
Uso:	Menú Recorrido por la Guía Michelin		Tam Porción:	130gr
Punto de venta:	Menú MARCUS		sub recetas:	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
kg	0,48	Tomate Riñón	\$ 0,95	0,456
kg	0,35	Sandia	\$ 0,62	\$ 0,22
kg	0,01	Ajo	\$ 2,80	\$ 0,03
Lt	0,05	Aceite Oliva	\$ 6,71	\$ 0,34
kg	0,19	Pepino	\$ 0,65	\$ 0,12
kg	0,009	Albahaca	\$ 0,04	\$ 0,00
Kg	0,1	Perejil	\$ 0,40	\$ 0,04
Lt	0,015	Mostaza	\$ 2,30	\$ 0,03
Lt	0,025	Vinagre de Jerez	\$ 3,79	0,09475
		sub total		\$ 1,33
		condimentos		0,0398883
		total		\$ 1,37
		total unitario		0,34

11.2 Corvina Sous Vide

RECETA DE COSTO				
Numero de Receta:		1111 Página:		
Receta: Corvina Sous Vide		Fecha: 19/06/2012		
Rendimiento Pax 28		Cant Porción:		
Uso:		Tam Porción:		
Punto de venta: menú MARCUS		sub recetas:		
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Lt	0,9	Aceite Oliva	\$ 6,91	\$ 6,22
Unidad	35	Fundas vacio 16x28	\$ 0,06	\$ 2,10
Kg	0,2	Almendras	\$ 17,38	\$ 3,48
Kg	0,05	Perifollo	\$ 2,00	\$ 0,10
Unidad	0,8	Naranja Americana	\$ 0,52	\$ 0,42
Kg	0,04	Tomillo	\$ 0,90	\$ 0,04
Kg	0,3	Pimiento verde	\$ 0,62	\$ 0,19
Kg	0,5	Pepinillo	\$ 0,70	\$ 0,35
Kg	0,004	Semilla Hinojo	\$ 35,00	\$ 0,14
Kg	0,025	Mantequilla	\$ 3,71	\$ 0,09
Unidad	1	Corvina Entera	\$ 17,00	\$ 17,00
Kg	0,6	Zucchini verde	\$ 4,50	2,7
sub total				\$ 32,82
condimentos				0,9844725
total				\$ 33,80
total unitario				1,21

11.3 Salsa de Queso Manchego

Receta: Aire de Queso Manchego

Fecha: 19/06/2012

Rendimiento Pax 10

Cant Porción:

Uso:

Tam Porción:

Punto de venta: menú **MARCUS**

sub recetas:

UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Lt	0,2	Crema de Leche	\$ 2,70	\$ 0,54
Kg	0,1	Queso Manchego	\$ 23,70	\$ 2,37
Kg	0,08	Leche	\$ 0,80	\$ 0,06
		sub total		\$ 2,97
		condimentos		0,08922
		total		\$ 3,06
		total unitario		0,31

11.4 Cordero Sous Vide Confitado

RECETA DE COSTO				
Numero de Receta:		1111		Página:
Receta:	Plato Fuerte, Cordero Confitado		Fecha:	20/06/2012
Rendimiento Pax	6		Cant Porción:	
Uso:	Plato Fuerte, Cordero Confitado		Tam Porción:	
Punto de venta:	menú MARCUS		sub recetas:	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
Kg	0,96	Cordero T Bone	\$ 13,00	\$ 12,48
kg	0,01	Perejil	\$ 0,50	\$ 0,01
Lt	0,12	Aceite Oliva	\$ 6,71	\$ 0,81
1/2Botella	0,01	Vino T Márquez Cáceres	\$ 17,30	\$ 0,17
Kg	0,03	Romero	\$ 0,90	\$ 0,03
kg	0,15	Eneldo		
Kg	0,25	Calabacín	\$ 2,50	\$ 0,63
Kg	0,08	Champiñón	\$ 5,64	\$ 0,45
kg	0,02	Tomillo	\$ 0,55	\$ 0,01
kg	0,03	Estragón		\$ -
kg	0,09	Papa Chola	\$ 0,60	\$ 0,05
kg	0,07	Cebolla Perla	\$ 1,10	0,077
		sub total		\$ 14,71
		condimentos		0,441252
		total		\$ 15,15
		total unitario		2,52

11.5 Espuma de Sangría Española

RECETA D COSTO				
Numero de Receta:	1		Página:	
Receta:	Espuma de sangría Española		Fecha:	20/06/2012
Rendimiento Pax	30			
Uso:	Espuma de sangría Española			
Punto de venta:	MARCUS		sub recetas:	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIUNIDAD	COSTOTOTAL
kg	0,024	Colapez	\$ 44,50	\$ 1,07
				\$
lt	0,04	Oporto	\$ 22,63	0,91
Kg	0,004	Jengibre en Polvo		\$ -
Unidad	1	Vino Tinto Malbec 1/2	\$ 5,54	\$ 5,54
lt	0,01	Cointreau	\$ 38,90	\$ 0,39
Lt	0,03	Brandy	\$ 6,48	\$ 0,19
kg	0,3	Naranja Americana	\$ 1,01	\$ 0,30
unidad	2	Cartucho de Siphon	\$ 0,30	\$ 0,60
		sub total		\$ 9,00
		condimentos		0,269988
		total		\$ 9,27
		total unitario		0,31

11.6 Sangría Española

RECET DE COSTO				
Numero de Receta:	1	Página:		
Receta:	Sangría Española	Fecha:	20/06/2012	
Rendimiento Pax	11			
Uso:	Sangría Española			
Punto de venta:	MARCUS	sub recetas:		
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIO UNIDAD	COSTO TOTAL
lt	0,04	Oporto	\$ 22,63	\$ 0,91
Kg	0,3	Manzana Verde	\$ 2,10	\$ 0,63
Unidad	1	Vino Tinto Malbec 1/2	\$ 6,75	\$ 6,75
lt	0,01	Cointreau	\$ 38,90	\$ 0,39
lt	1	Sprite	\$ 0,70	\$ 0,70
Lt	0,03	Brandy	\$ 6,48	\$ 0,19
kg	0,3	Jugo de Naranja	\$ 0,55	\$ 0,17
sub total				\$ 9,73
condimentos				0,292008
total				\$ 10,03
total unitario				0,91

11.7Manzana Granny Smith en Almíbar t.p.t

RECETA D COSTO				
Numero de Receta:	1		Página:	
Receta:	Postre Manzana		Fecha:	20/06/2012
Rendimiento Pax	4			
Uso:	Postre Manzana			
Punto de venta:	MARCUS		sub recetas:	
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	PRECIUNIDAD	COSTOTOTAL
Kg	0,9	Manzana Verde	\$ 2,00	\$ 1,80
kg	0,015	Té verde	\$ 32,00	\$ 0,48
Kg	0,006	Colapez	\$ 44,50	\$ 0,27
Lt	0,57	Leche	\$ 0,08	\$ 0,05
Lt	0,2	Crema de leche	\$ 2,70	\$ 0,54
Kg	0,1	Canela en polvo	\$ 15,84	\$ 1,58
Kg	0,2	Azúcar	\$ 0,94	\$ 0,19
Unidad	4	Fundas vacío 9x14	\$ 0,06	\$ 0,24
Kg	0,006	Estabilizante	\$ 13,50	\$ 0,08
Kg	0,05	Glucosa invertida	\$ 14,00	0,7
		sub total		\$ 5,93
		condimentos		0,177768
		total		\$ 6,10
		total unitario		1,53

8.1 Costo teórico y costo real

12.1 Costo Teórico

Costo Por Receta	
Receta	Costo unitario
Gazpacho de Sandía	0,34
Corvina Sous Vide	1,21
Salsa Queso Manchego	0,31
Cordero Confitado	2,52
Espuma de Sangría	
Española	0,31
Sangría Española	0,91
Manzana Granny Smith	1,53
Costo Total Menú	
Unitario	7,13

FC% = 36,5

12.2 Costo Real

Requisiciones / Transferencias Costo Total: \$551.57

Ventas Totales: \$1267,5

Utilidad: \$715,93

Fc% Real: 43.5%

El motivo por el cual el Food Cost real sube con respecto al food cost teórico es porque no se ha vendido toda la materia prima que se ha pedido por falta de tiempo. La mayoría de materia prima, ya no era posible devolver ya que no se encontraba en su estado óptimo para el uso culinario de la misma.

12. Fotos Recetas

13.1 Gazpacho de Sandia



13.2 Corvina de Roca Sous Vide - Aire de Queso Manchego – Polvo de Semillas de Hinojo y Perifollo - Reducción de Naranja y Tomillo - Texturas de Morrón Verde, Pepinillo y Zucchini escalfadas – Vinagreta de Almendras.



13.3 Cordero confitado - Reducción de Tempranillo y Romero –
Cebollitas y Champiñones glaseados – Aceite de eneldo - Calabacín
relleno de Setas - Puré de Patatas en infusión de Estragón.



13.4 Espuma de Sangría Española



13.5 Manzana Granny Smith en Almíbar t.p.t



13. Base Teórica del Menú

La base teórica del menú esta en los libros de Joan Roca, Arzak, Ferrán Adrià y Carme Ruscalleda. Joan Roca especifica la cocina Sous Vide que se ah utilizado como técnica para el Menú. La Cocina de Arzak es una cocina mas tradicional pero de igual manera utiliza en sus platos un estilo moderno de plateado, la Cocina de Ferrán especifica una cocina llamada molecular, involucra a la química de los alimentos para asi obtener texturas y sabores diferentes a los tradicionales, la cocina de Carme es una cocina de igual manera moderna pero se mantiene en las técnicas tradicionales parecida su cocina a la de Arzak. También se ah encontrado información en el internet, videos en internet de Joan Roca, Ferrán Adrià y Carme Ruscalleda que ayudaron a la base teórica del Menú.

14. Aceptación del menú

El menú de cocina vanguardia Española tubo gran acogida, para ser temporada baja de clientes se vendió una cantidad muy considerable de menús completos como se mencionó en el análisis de costos. En la mayoría de ocasiones el comensal pedía mi presencia para la explicación del menú ya que las técnicas descritas en la carta no son técnicas que se utilicen en el restaurante con frecuencia. Tuve la oportunidad de contar con la presencia del chef Damián Montarelo, propietario del restaurante “La Casa Damián” de cocina clásica española. Me ofreció muy buenos comentarios y entre ellos me dio a conocer que le encanto como se involucraron técnicas modernas en platillos y materia prima española, su opinión fue que le dio una personalidad diferente a la comida y muy agradable, incluso demostró interés en las técnicas utilizadas para implementarlas en su restaurante. Los comensales y el público en general salieron completamente satisfechos con su comida, se vieron extremadamente interesados en la teoría detrás de cada técnica y cada plato, lo cual los llevo a disfrutar aún más el menú. Destacaron a su experiencia como nueva, muy agradable, diferente y muy interesante.

15. Conclusiones y recomendaciones

Como conclusión el menú tubo gran acogida entre los comensales, se dio a la venta una semana completa y nunca faltó stock para la venta mínima requerida de cada día. Se desarrolló el menú desde su investigación teórica inicial y posteriormente una investigación de laboratorio práctica, ambas investigaciones y experimentos prácticos fueron fundamentales para la venta del menú. Estas investigaciones no solo fueron necesarias para conseguir el mejor producto final de óptima calidad, sino que sirvió también para desarrollar los costos exactos de la receta y así poder ofrecer la mejor experiencia al cliente, al menor costo posible. Fue sin duda alguna una experiencia gratificante y necesaria para mi desarrollo profesional, y así de igual manera cumplir con horarios de trabajo y obligaciones que demanda la clase, ayuda al estudiante para su posterior vida profesional.

Recomiendo a cada estudiante de Administración de Alimentos & Bebidas, que deba aprobar esta tesis para su obtención de título, hacer siempre toda actividad con la mayor anticipación posible en cada paso, para así no tener inconvenientes en la degustación de su menú con los jueces. En mi caso lo hice con completa anticipación, desarrolle el menú con varias semanas de anticipación para calcular los costos de manera exacta y desarrollar las técnicas de manera precisa, fue por este motivo obtuve en una excelente calificación en mi degustación. De igual manera recomiendo escuchar opiniones de cada chef profesor especializado en el tipo de comida de su menú. Concluyo recomendando siempre organizarse de la mejor manera posible en cada paso de su menú con fichas técnicas y cualquier técnica organizacional que el estudiante haya aprendido a lo largo de su carrera.

16. Bibliografía

Word reference. (2005). Recuperado el 30 de 03 de 2013, de

<http://www.wordreference.com/definicion/ósmosis>

Muyinteresante. (30 de 03 de 2013). Obtenido de

<http://www.muyinteresante.es/historia/preguntas-respuestas/icual-es-el-origen-de-la-sangria>

Abenton. (9 de 12 de 2008). *civwiki.wetpaint*. Recuperado el 2013, de

<http://civwiki.wetpaint.com/page/La+Comida+Española%3A+Los+or%C3%ADgenes+y+Hoy>

Adriá, F. (2002). *Ferran Adria*. España: Ara Libres Editora.

Adria, F. (2010). *Como Funciona elBulli* . Barcelona: Phaidon Press Limited.

Adria, F. (2011). *La comida de la familia*. Barcelona: RBA Libros S.A.

Arzak, J. M. (2004). *Arzak*. España: Beinet Media Editores Sa.

Azcoytia, C. (23 de 03 de 2010). *Grupo Gastronautas*. Recuperado el 12 de 04 de 2013, de

<http://www.historiacocina.com/historia/articulos/paella.htm>

Azcoytia, C. (2010). *Historiadores de la cocina*. Recuperado el 2013, de

<http://www.historiacocina.com/historia/articulos/gazpacho.htm>

Enforex. (2012). *Enforex*. Recuperado el 2013, de

<http://www.enforex.com/espanol/cultura/historia-cocina-espanola.html>

Fernandez, M. (1998). *Biografias* . Obtenido de <http://www.mcnbiografias.com/app->

[bio/do/show?key=arzak-juan-maria](http://www.mcnbiografias.com/app-bio/do/show?key=arzak-juan-maria)

Gunter Beer, Ludwig Koneman, Marrion Trutter. (2004). *Un paseo gastronomico por España*.

España: KONEMANN.

Myhrvold, N. (2011). *Modernist Cuisine*. España: TASCHEN.

Roca, J. (2003). *El Can roca*. España: Montagud Editores Sa.

Roca, J. (10 de 14 de 2011). *Youtube*. Recuperado el 2012, de

<http://www.youtube.com/watch?v=DNnxbWaiTwM>

Ruscalleda, C. (23 de 11 de 2010). *Youtube*. Recuperado el 2012

Velsid. (12 de 22 de 2006). *Directo al paladar*. Recuperado el 2013, de

<http://www.directoalpaladar.com/utensilios/sifon-de-espuma>

Velsid. (26 de 06 de 2008). *Gastronomia & Cia*. Recuperado el 30 de 03 de 2013, de

<http://www.gastronomiaycia.com/2008/06/26/sifon-de-espumas/>

Velsid. (10 de 04 de 2009). *Gastronomiaycia*. Recuperado el 2013, de

<http://www.gastronomiaycia.com/2009/11/04/tipos-de-corte-de-carne-ovina/>