

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y

Turismo

Cocina Chilena

Sophia Tapia G.

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

licenciatura en Arte Culinario.

Quito, 18 de Diciembre del 2012

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y

Turismo

HOJA DE APROBACION DE TESIS

Proyecto Estudiantil

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

AUTOR

Sophia Tapia, 24471

Mauricio Cepeda

Decano del Colegio de

Hospitalidad y Arte Culinario.

Claudio Ianotti

Coordinador de Arte Culinario y

Director de Tesis.

DERECHOS DE AUTOR

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.

Así mismo, 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: _____

C.I.: _____

Fecha: _____

ÍNDICE

Introducción.....	1
Tema y Justificación.....	2
Soporte Histórico.....	3
Cultura.....	5
Gastronomía.....	6
Descripción del menú.....	11
Primera entrada.....	12
Segunda entrada.....	13
Plato fuerte.....	14
Postre.....	15
Ejecución del menú.....	16
Kárdex.....	33
Costo del menú.....	34
Análisis financiero.....	34
Conclusiones.....	35
Bibliografía.....	37

Chile ubicado al Sudoeste de América, es considerado un país de ingreso medio alto, y en vías de desarrollo. Consta con más de 16 millones de habitantes, su crecimiento económico se encuentra entre los más altos de Sudamérica.

Chile es un país que esta dividido por 15 regiones, Arica, Iquique, Antofagasta, Copiapó, La Serena, Valparaíso, Santiago, Rancagua, Talca, Concepción, Temuco, Valdivia, Puerto Montt, Coyhaique y Punta Arenas.

Su clima es muy variado, en la zona norte su clima es seco con temperaturas muy altas, mientras que en el sur su clima es más seco y húmedo. En la Isla de Pascua su clima es tropical y lluvioso. Debido a este fenómeno climáticos comprenden una alta variedad de flora y fauna, en las diferentes regiones del país.

Su gastronomía es variada, pero poco conocida en el exterior. Los chilenos son muy regionalistas, tratan de mantener vivas sus tradiciones, y cuesta hablar de la gastronomía netamente chilena, ya que las típicas recetas son una mezcla de herencias indígenas, españolas, con un legado francés. Lo cual dentro de sus hábitos diarios se componen de el desayuno, almuerzo, la once (te o café que se toma de 4 a 7 de la tarde), y la cena.

A continuación una breve reseña de lo que es Chile, su historia y su gastronomía.

Cocina Chilena/2

Chile a pesar de ser un país muy famoso por sus vinos de alta calidad, y frutas apetecidas por el mercado extranjero, su gastronomía es una mezcla de múltiples influencias, las más antiguas son la mapuche y la española. La gastronomía de Chile, es muy poco conocida fuera del país, por lo que es un factor cultural muy importante para entender la identidad del país. Debido a un sin número de cataclismos que se han producido en esta zona, hizo que muchos registros se pierdan. Pero gracias a la diversidad cultural, aportó mucho en la historia de la cocina chilena.

Chile ofrece una gastronomía variada, llena de color y sabor. La gastronomía chilena es una mezcla de tradiciones indígenas, españolas, francesas e italianas, que se asentaron hace décadas en las regiones del sur del país. Por esta razón es que este menú se ha conformado de varias regiones y a su vez es una mezcla de diferentes platos de estación. Dentro de los productos que más se cultivan y se producen en Chile es el maíz dulce, la quinua, la palta o aguacate como se lo conoce, etc., y la alta variedad de mariscos que se encuentran en toda la zona costera del país, y sus aguas frías. Dentro de las frutas encontramos la uva verde y roja, es muy típica para la producción de vinos y aguardiente más conocido como el pisco, muy conocidos a nivel mundial, otras frutas como la lúcuma que se la cultiva mucho en el norte, así como el durazno, melón verde, etc., que son frutas de estación.

Entre sus platos más típicos se encuentra el pastel de choclo, el curanto, elaborado con papas, mariscos, carne de cerdo, vacuno y pescado, acompañado de vino blanco y aliños. Así como la paila marina, la cazuela de ave, las empanadas chilenas acompañado del pebre, y el famoso asado al palo.

La gastronomía chilena es el resultado de la combinación de la raza indígena a lo largo de todo Chile, con sus materias primas y la llegada de los conquistadores españoles, y algunos aportes de otras localidades como Francia, Alemania e Italia, lo cual nace la cocina criolla de Chile. Acompañado de sus bebidas muy típicas como lo es el vino y el pisco.

Cuando llegó Pedro de Valdivia y sus conquistadores al puerto, llevaron consigo alimentos como el trigo, cerdo, pollo, res, y oveja. Mientras que los mapuches contribuyeron con la papa, maíz, el fréjol, y con esta mezcla dieron origen a platos típicos de Chile.

La cocina chilena se empezó a refinar a mediados del siglo XVIII, y las mesas se decoraban con elegancia para los almuerzos y cenas. Con la llegada del té y el café, el mate se quedó atrás, y los vinos chilenos empezaron a tener fama, y el pueblo chileno tomaba chicha de uva. La vitivinicultura, se formó en el país junto con el desarrollo colonial y republicano. Según los expertos, las primeras cepas llegaron en 1548, traídas por sacerdotes españoles que necesitaban vino para sus misas.

En el siglo XVI, se plantaron las primeras vides, traídas de cepas españolas. Y de esta manera se dio lugar a las distintas variedades de cepas tintas y blancas. Las cepas tintas: Cabernet Sauvignon, Merlot, carménère, Cabernet Franc, Syrah, Pinot Noir, Malbec, Carignan, País. La vendimia es desde mediados de Marzo hasta finales de Abril. Y las cepas blancas: Chardonnay, Sauvignon Blanc, Semillón, Gewürztraminer,

Riesling, Chenin Blanc, Torontel, Moscatel. Su vendimia es a partir de la última semana de Febrero hasta mediados de Marzo.

Es importante recalcar que las tierras chilenas se encuentran libres de filoxera., dicha plaga que arrasó con los viñedos de Europa en el siglo XIX.

Con la muerte de Allende, el poder político pasó a manos del gobierno militar de Augusto Pinochet, que dio por finalizado al proceso de nacionalización y devolvió los viñedos a las familias históricas. Luego de esto los diecisiete años siguientes trajeron la guerra civil y la producción de vinos perdió su vigor. Y como resultado la mitad de los viñedos fueron destruidos a principios de los años 80. Luego la democracia regresó y la estabilidad en Chile volvió, por lo que hizo que empresarios extranjeros invirtieran en el país, y atrajo empresas de Francia, Estados Unidos, España y Japón. La inversión fue alta y la tecnología mejoró, y se reimplantaron viñedos. Esto hizo que Chile se transforme en la capital mundial del vino a bajo costo y beneficio.

En 1810, el menú cambia y se vuelve abundante y variado, por lo cual las carnes de cerdo, pollo y res no podían faltar, así como las papas, cebollas, arvejas.

En los conventos nace la repostería, y es influenciada por monjas de distintas congregaciones. De ahí viene el famoso dicho “Mano de monja”, ya que se refiere a la preparación hecha con gusto y dedicación, en donde surgen distintos productos elaborados y muy típicos como es el alfajor, dulce de membrillo, torta de mil hojas y el manjar blanco, así como también dulces que ya no se los encuentran fácilmente y poco a poco se van extinguiendo como los buñuelos, suspiros de monja y duraznitos de la Virgen.

Existen textos clásicos, escritos por Rafael Engaña, gracias a su labore investigación, ha recopilado recetas ancestrales y tradiciones culinarias del siglo XIX y comienzos del siglo XX.

1.1

La cultura chilena, se inicia en la época prehispánica, con la oleada de pueblos invasores como los mapuches, incas, y los españoles, que conquistaron estas tierras. Con la llegada de los españoles se introduce la escritura, su religión cambia de animísta a politeísta, así como también se producen cambios en la explotación de las tierras, la alimentación cambia del trigo, maíz y legumbres, a las aves de corral, el cerdo, y el ganado vacuno.

Con la independencia de Chile, dentro del territorio se mantuvieron las culturas huasas, aimaras, chilotas, mapuches, rapa-nui, y las patagónicas.

Chile es muy rico por su literatura, nombres como Pablo Neruda, Vicente Huidobro, Gonzalo Rojas o José Donoso, personajes muy ilustres.

El folklore, debido a su demografía, y el resultado de diferentes culturas asentadas en este país durante la colonia, hace que se divida en zona norte, zona central, zona sur, y austral. Todas sus ceremonias, y bailes, tienen un toque religioso. Dentro de los bailes más conocidos y típicos es la cueca, acompañada del sonido de la guitarra, y se baila en las fiestas típicas populares, y en las fiestas patrias, que todos los chilenos lo festejan con el inicio de la primavera que es desde el 17 de Septiembre y se extiende hasta el 22 del mismo mes.

Su vestimenta típica es característico de cada región, y están adecuados al clima, y a la zona donde estos se encuentran. Su vestimenta es confeccionada con lana, alpaca o llama. Este traje es típico de la zona norte y sur. En la zona central es el traje huaso, un toque mas elegante, de sombrero negro, chaqueta negra, y botas de cuero. Y finalmente en la zona rapa-nui, su vestimenta es de plumas de gallina, con taparrabos, collares de conchas, y dibujos típicos pintados en sus propios cuerpos.

1.2

Investigando acerca de la comida criolla, es notable que los platos típicos varían en sus recetas de acuerdo a la zona geográfica donde se prepara. Por esta razón es que esta gastronomía se divide en Zona Norte, Zona Central y Zona Sur.

La Zona Norte, muy típica por sus productos como la quínoa, la harina de maíz, el charqui, los tubérculos dulces, la oca.

La Zona Central, influencia de inmigrantes de diversas nacionalidades, indígena, campesina, huasa. Y entre sus productos típicos están los porotos con mazamorra, las humitas, la cazuela de ave o vacuno, charquicán, ajiaco y el pan amasado. En celebraciones el asado no puede faltar, y los postres más comunes como es la lecheasada, arroz con leche, manzana asada, son muy preferidos en invierno. En el verano, mote con huesillo, o frutas variadas como la sandía y melón verde.

Es importante también destacar los Rapa Nui que son los habitantes de la Isla de Pascua, lo cual también tienen su gastronomía, y entre sus productos están las delicias del mar, como la langosta, el atún pascuense, Koreha o anguila, heke o pulpo, caracoles

marinos. A estos se suman también las frutas como papaya, piñas guayabas, El Umu Ta`o o curanto, que está conformando por carnes de ave, cerdo, pescado, y mariscos, la papa, el camote, y otros ingredientes, de la zona. Cocinado en un hoyo dentro de la tierra y cubierto de piedras volcánicas, y envuelto en hojas de plátano.

Y por último la Zona Sur, con productos como el trigo, papas, arvejas, habas, ajos, maíz, cebolla, ají. Y platos como el asado al palo, asado de cordero, el milcao o pan hecho de papa, la paila marina, la cazuela. Y entre sus condimentos el muy utilizado merkén (ají ahumado mapuche).

La cocina francesa tuvo un gran aporte a la cocina chilena, lo que esto influenció a variados guisos, mariscos como la corvina a la mantequilla negra, y postres.

Los quesos que se fabrican en Chile corresponden a los quesos frescos (20%), y los quesos maduros (80%). Se elaboran en varias regiones a lo largo del país. Otra variedad de queso, es el de cabra, que se lo elabora en la región de Coquimbo, donde existe la mayor existencia de ganado caprino en el país. La fabricación del queso de cabra es artesanal, pero se encuentra fuera de la norma sanitaria, debido a la falta de agua potable en el sector. La alcaldía y fuerzas del gobierno tratan de lograr que este problema se acabe, ya que esta región básicamente se beneficia de estos ingresos. Así como también los productores de la IV región que buscan establecer la denominación de origen de este producto.

El pisco chileno, muy conocido a nivel mundial, lamentablemente debido a los cataclismos ocurridos en los siglos XVI y XVII, se perdieron muchos registros de la historia del pisco. Este trago se inicia con el asentamientos de los españoles llegados a estas tierras en el año 1541. En la zona de la Serena, es donde se plantan las primeras

vides para la producción vinífera. El pisco chileno se lo define como un fino aguardiente de uva. Debido a su clima seco y su alta luminosidad en la zona, hace que su uva tenga una gran concentración de azúcar. Los productores empiezan a destilar parte de su producción a la elaboración del aguardiente. Poco a poco empieza a ganar fama, y sus consumidores eran los mineros, y obreros de la época, hasta convertirse en un producto de primera necesidad junto con el pan, y el vino. La demanda crece y se extiende por todo el país, Santiago la capital y luego al sur. En el puerto de Coquimbo empiezan a exportar el aguardiente, junto con el trigo, cuero de vaca, cobre y aceite, entre otros productos, y la puerta de desembarque era Pisco, al sur de Perú, lo cual era muy apetecido el aguardiente en esta zona. Existían varios medios de transporte, en bolsas de cuero de vaca, o en botijas de cerámica, en el lomo de las mulas. Ya para 1748, su nombre cambia y por las tenencias en la botijas, se lo empieza a nombrar pisco. En 1818 Chile se moderniza con su independencia, crece la industrialización, en 1819 aprueban las patentes para la elaboración del pisco. En 1850 la tecnología Europea se hace presente, mejoran los sistemas de producción, y los procesos de fermentación. En 1873, nace el decreto, donde se abre los registros oficiales de marcas, normas, y los emblemas de los productores de pisco, hasta convertirse la marca Pisco Cóndor en la primera marca comercial de pisco legalmente inscrita en el mundo. Los primeros lugares donde se acentuó el pisco fueron en Liverpool, París, Quito, Buenos Aires, entre otros. Ya para 1931, se crea la denominación de origen del pisco, solo en estas zonas, Copiapó, Huasco, La Serena, Valle del Elqui, y Ovalle. El 14 de mayo del 2009, con la Presidenta Michelle Bachelet, se crea el día nacional del pisco, y es festejado cada 15 de Mayo, en memoria a la fecha en la que se decretó la denominación de origen.

Las frutas y verduras en Chile son estacionales, esto quiere decir que las frutas y verduras se las clasifica en otoño-invierno, primavera y verano. De otoño-invierno encontramos dentro de las frutas, el banano, caquis limón, mandarina, manzana, membrillo, naranja, aguacate, toronja rosada. En la verduras y hortalizas encontramos, aceituna, acelga, apio, berro, brócoli, cebolla de verdeo o cebollín, coliflor, chaucha o judía, lechuga, hinojo, nabo, puerro, rábano, col morada, radicchio, remolacha, betarraga, coles de bruselas, zanahoria, zapallo o calabaza.

En la primavera encontramos dentro de las frutas, piña, banana, frutilla, limón, manzana, naranja, aguacate. En las verduras y hortalizas se encuentran, acelga, apio, alcachofa, arveja, haba, lechuga, nabo, perejil, puerro, remolacha, zapallito o calabacitas. Y finalmente en el verano en frutas tenemos, piña o ananá, ciruela, cereza, damasco o albaricoque, durazno, frutilla, higo, papaya, melón, sandía, uva. Y en verduras y hortalizas, acelga, albahaca, berenjena, cebolla, choclo, espárrago, pepino, porotos, ají y chiles, rabanito, tomate, calabacín.

La fruta chilena es muy apetecida y por esta razón los sectores donde más se exporta es a América del Norte, Asia y Europa, que son los destinos más importantes, y los productos más apetecidos es la uva de mesa y la manzana. El arándano está tomando fuerza, debido a su escasez son muy cotizados y con un precio elevado en el mercado. Chile se encuentra entre los 10 países que más exportan frutas, y ubican a Chile como el primer exportador de uva de mesa, y como el segundo exportador de aguacates a nivel mundial. A su vez también tienen una alta demanda de limón, durazno, nectarín, ciruela, pera, y kiwi. Sus principales mercados son USA, Canadá, Europa, Sudamérica, Medio Oriente y Lejano Oriente. Toda la fruta que se exporta viene de los campos desde la III

hasta la VIII región, y el mayor volumen proviene de las VI y VII región. Las tierras de Maule son las que más abarcan con la exportación de manzanas, y O'Higgins, es la zona que más exporta uva de mesa. Más de la mitad de la fruta exportada sale del puerto de Valparaíso, que es el puerto más importante del país, para luego ser distribuidos a distintos puntos del mundo. Coquimbo, Los Andes, Arica, y Caldera, se reparten exportaciones inferiores.

Descripción del menú

Los platos escogidos en este menú internacional, contienen ingredientes de las diferentes regiones más importantes de Chile. Un importante aspecto de estas regiones es su variedad de espacios geográficos mezclados a su vez con una amplia gama de espacios climáticos.

La fecha que se realizó el menú para la degustación, fue el 1 de Junio del 2011. Cuando se realizó la degustación existieron algunos cambios, el panel sugirió ciertos detalles, como cambiar el orden de las entradas, esto quiere decir que la ensalada de pulpo quedó como primera entrada, seguido de la trilogía. Otro cambio fue cambiar el costillar de cerdo que inicialmente fue la primera opción, para luego ser el asado de tira bañado por su propia salsa. Y finalmente en el postre, disminuir el grado de alcohol al helado ya que se lo consideraba muy fuerte de sabor.

Para mi menú no se realizó un maridaje, pero de sugerir que vino acompañar con este menú, Don Melchor 200 hubiese sido la combinación perfecta, debido a sus aromas de frutos rojos maduros, y altos taninos. Muy expresivo.

A continuación el menú definitivo...

1. Primera entrada: Ensalada de pulpo con palta y aceituna negra

La primera entrada, consta de una ensalada fresca de palta (aguacate), una mezcla de verduras y hortalizas frescas, acompañada de láminas de pulpo, bañado en una vinagreta dulce. Estos productos son muy típicos a lo largo de toda la zona costera del norte, centro y sur del país.



1.1 Segunda entrada: Trilogía: pastel de pangora, pastel de choclo, empanada de pino y pebre

La segunda entrada, es una trilogía que se compone de: pastel de choclo, elaborado con choclo dulce, muy típico de las zonas del centro y sur del país, y que en su interior contiene carne molida de res con pasas y aceitunas negras, volviéndolo un plato dulce y salado. El pastel de pangora, con una textura suave similar a un budín, con carne desmenuzada de pangora, y pimiento rojo. Y por último empanada de pino o empanada chilena, elaborada de lomo de falda de res, con un encurtido llamado pebre, compuesto por tomate, cebolla y perejil.



1.2 Plato fuerte: Asado de tira sous vide, terminado a la parrilla.

Acompañado de guiso de quinua con queso de cabra al azafrán y verduras grilladas

Como plato fuerte, se realizó como género principal asado de tira, que son las costillas flotantes de la res, preparadas en sous vide y terminadas a la parrilla, bañadas en su misma salsa de la carne con vino tinto. De guarnición, un guiso de quinua con queso de cabra al azafrán, acompañado de verduras grilladas (zuchinni verde y amarillo, y zanahoria baby).



**1.3 Postre: Sopaipillas pasadas (tortillas de zapallo en miel de chancaca,
con helado de pisco sour**

Y finalmente como postre, se sugirió sopaipillas pasadas, descritas como tortillas de zapallo fritas, bañadas por una miel de panela y naranja, muy típico en invierno de las zonas centro y sur del país, y acompañado de helado pisco sour, típico ícono de Chile que no podía faltar.



Ejecución del menú**Recetas Estándar:****1.1 Primera Entrada:****Ensalada de Pulpo**

Numero de Receta: 1				
Receta: Ensalada de Pulpo, palta y aceituna negra				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Precio Total
Kg	0.2	pulpo	9	1.80
Kg	0.05	perejil	0.45	0.020
Lt	0.1	aceite de oliva	6.25	0.62
Kg	0.05	cebolla perla	0.86	0.04
Kg	0.1	pimiento rojo	2.52	0.25
Kg	0.1	pimiento verde	0.99	0.09
Kg	0.2	aguacate	1.89	0.37
Kg	0.05	limón	0.72	0.03
Kg	0.03	Aceituna kalamata	6.41	0.19
Kg	0.05	lechuga crespa verde	2.70	0.13
Kg	0.05	lechuga crespa roja	2.70	0.13
Kg	0.015	sal	3.46	0.050
Kg	0.010	miel	2.7	0.02
Costo Total:				3.74
Costo Unitario:				0.37

Procedimiento:

1. Lavar y cocinar el pulpo en agua hirviendo, con cebolla, tallos de perejil, y sal.
2. Cortar en r ndeles de 2 cm de grosor.

Formar una ensalada con las verduras cortadas en julianas finas y el aguacate en brunoise, la lechuga trocear y las aceitunas cortar en aros.

3. Para la vinagreta picar perejil, agregar aceite limón, sal y miel.

Utensilios:

Tabla de picar azul

Cuchillo

Olla grande

Bowl grande

Bowl mediano

1.2 Segunda Entrada:**1.2.1 Trilogía: Pastel de Choclo**

Número de Receta: 2				
Receta: Pastel de choclo				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Precio Total
kg	0.250	choclo dulce	2.64	0.66
kg	0.25	carne de res molida	2.49	0.620
kg	0.07	cebolla perla	0.86	0.06
kg	0.01	diente de ajo	2.16	0.02
kg	0.04	Pasas	2.88	0.11
kg	0.02	Aceituna Kalamata	6.41	0.12
unid.	5	huevos de codorniz	0.10	0.50
kg	0.015	Sal	3.46	0.052
kg	0.08	Pimienta	0.43	0.00
kg	0.015	Comino	0.43	0.00
Lt	0.030	Aceite	3.02	0.09
Costo Total:				2.23
Costo Unitario:				0.22

Procedimiento:

1. Moler el choclo y precocer hasta que tome contextura, se le puede agregar azúcar al gusto si desea.
2. Aparte en una sartén sudar cebolla en brunoise y ajo picado, poner la carnemolida, sazonar, agregar las pasas y aceitunas a la mezcla.
3. Cocinar los huevos de codorniz hasta que estén completamente firmes en su interior.
4. Poner en los moldes primero el relleno de la carne, luego una rodaja de huevo y por último tapar con la masa del choclo.
5. Hornear a 180°C por 30 min.

Utensilios:

Licuadaora

Sartén grande

Olla mediana

Tabla de picar verde

Cuchillo

Horno

1.2.2 Pastel de Pangora

Receta: Pastel de pangora				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Precio Total
Kg	0.100	carne de pangora	25	2.5
Kg	0.05	crema fresca	2.41	0.120
Kg	0.05	Leche	1.1	0.05
Kg	0.02	Mantequilla	5.73	0.11
Kg	0.05	queso parmesano	2.74	0.13
Unid.	5	Huevos	0.10	0.50
Kg	0.05	cebolla perla	0.86	0.043
Kg	0.05	pimiento rojo	2.52	0.120
Kg	0.015	Sal	3.56	0.052
Kg	0.05	pan molde	1.78	0.080
Lt	0.03	vino blanco	4.25	0.120
Kg	0.030	Ajo	2.16	0.06
			Costo Total:	3.88
			Costo Unitario:	0.38

Procedimiento:

1. Desmenuzar la carne de pangora.
2. Cortar la cebolla en plumas y picar ajo.
3. Retirar las orillas del pan molde y remojar en leche, pasar por la licuadora.
4. Aparte sudar cebolla en aceite y mantequilla, poner el ajo, los pimientos y condimentos. Agregar la jaiba. Apagar con vino blanco. Retirar del fuego.
5. Incorporar el pan remojado y la crema de leche.
6. Incorporar el queso parmesano y los huevos batidos.
7. Verter en los moldes y hornear a 180°C por 30 min. hasta que este firme la masa.

Utensilios:

Tabla de picar verde y blanca

Sartén grande

Licuadora

Bowl grande

Cuchillo

Horno

1.2.3 Empanada de pino

Número de Receta: 4				
Receta: Empanada de pino				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Precio Total
Kg	0.5	harina de trigo	0.78	0.39
Lt	0.2	Leche	1.1	0.220
Kg	0.015	Sal	3.46	0.05
Kg	0.09	manteca de cerdo	1.53	0.13
unid.	2	Huevos	0.1	0.50
Para el pino:				
Kg	0.5	lomo de falda	7	3.50
Lt	0.25	caldo de carne	0.76	0.19
Kg	0.070	Cebolla perla	0.86	0.06
Kg	0.020	harina de trigo	0.78	0.01
Kg	0.010	comino	0.43	0.00
Lt	0.050	Aceite	3.02	0.15
Kg	0.010	ajo	2.16	0.02
Kg	0.030	aceituna kalamata	6.41	0.19
Kg	0.015	sal	3.46	0.05
unid.	5	huevos de codorniz	0.1	0.50
Costo Total:			5.96	
Costo Unitario:			0.59	

Procedimiento:

Masa:

1. Mezclar en un bowl leche, agua y sal. En otro bowl unir la harina, yemas, y la manteca. Trabajar hasta obtener una masa blanda.
2. Estirar la masa y cortar en círculos de 10 cm de diámetro.

Relleno:

1. Calentar el aceite en una sartén y sudar cebolla en brunoise y el ajo picado.
Agregar la carne. Condimentar.
2. Dejar que bote su jugo y poner el fondo de carne.
3. Luego antes de que se seque ese jugo poner una cucharada de harina y mezclar.
Apagar el fuego.
4. Cocinar los huevos hasta que estén duros y cortar las aceitunas negras en aros.
5. Rellenar las empanadas, poner una rodaja de huevo y aceituna negra. Cerrar los bordes y pintar la superficie con huevo batido.
6. Hornear por 25 min. a 180°C, o hasta que estén doradas.

Utensilios:

Tabla de picar verde y amarilla

Sartén grande

Bowl grande

Cuchillo

Bolillo

Horno

1.2.4 Pebre:

Número de Receta: 5				
Receta: Pebre				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Precio Total
Kg	0.1	tomate riñón	0.89	0.08
Kg	0.07	cebolla perla	0.86	0.060
Kg	0.015	Ajo	2.16	0.03
Lt	0.015	aceite de oliva	6.25	0.09
Kg	0.01	perejil	0.45	0.00
Kg	0.03	Limón	0.72	0.02
unid.	0.02	Sal	3.46	0.06
Costo Total:				0.34
Costo Unitario:				0.03

Procedimiento:

1. Pelar los tomates y sacar las semillas, cortarlos en brunoise igual que la cebolla perla.
2. Moler ajo y picar perejil finamente.
3. Mezclar todo en un bowl y agregar aceite, el jugo de limón, sal.

Utensilios:

Tabla de picar verde

Cuchillo

Bowl mediano

1.3 Plato Principal:

1.3.1 Asado de tira

Número de Receta: 6				
Receta: Asado de tira				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Precio Total
Kg	4	asado de tira	8.20	32.8
Kg	0.1	Ajo	2.16	0.210
Kg	0.01	pimienta	0.43	0.00
Kg	0.25	vino blanco	4.25	1.00
Kg	0.04	Sal	3.46	0.13
Lt	0.05	aceite	3.02	0.15
unid.	0.05	cilantro	0.45	0.02
Kg	0.3	cebolla	0.86	0.250
Kg	0.02	pasta de tomate	2.89	0.05
Kg	0.06	apio	0.32	0.010
Kg	0.060	zanahoria	0.22	0.01
Costo Total:			34.63	
Costo Unitario:			3.46	

Procedimiento:

1. En la licuadora poner el ajo, cebolla perla, cilantro, vino blanco, sal, aceite.
2. Hacer un fondo de verduras con el apio, el resto de la cebolla perla y la zanahoria, agregarle pasta de tomate y luego agua. Dejar que hierba.
3. Poner en bandejas el asado de tira y bañar con las dos mezclas a la carne.
4. Cocinar en el combi por 10 horas a 80°.
5. Luego de cocinarlas, llevar a la parrilla hasta que se marquen.
6. El jugo de la carne colar y agregarle vino tinto y dejar que se reduzca hasta que tome consistencia. Salsear la carne y servir.

Utensilios:

Licuadora

Olla grande

Cuchillo

Tabla de picar roja

Bandejas de horno

Horno combi

Parrilla

1.3.2 Guiso de quinua con queso de cabra al azafrán

Número de Receta: 7				
Receta: Guiso de quinua y queso de cabra al azafrán				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Precio Total
Kg	0.5	Quinua	2.69	1.34
Kg	0.02	Ajo	2.16	0.040
Kg	0.2	cebolla perla	0.86	0.17
Kg	0.08	queso de cabra	35	2.8
Kg	0.05	Mantequilla	5.73	0.28
Lt	0.02	aceite de oliva	6.25	0.12
Kg	0.001	Azafrán	4.80	4.80
Kg	0.02	Sal	3.46	0.060
Kg	0.01	Pimienta	0.43	0.00
Lt	0.05	vino blanco	4.25	0.210
Kg	0.04	Apio	0.32	0.010
Kg	0.040	Zanahoria	0.22	0.01
			Costo Total:	9.84
			Costo Unitario:	0.98

Procedimiento:

1. Tostar los estambres de la flor, apagar con vino blanco. Agregar fondo y filtrar.
2. Lavar la quinua en un cernidor.
3. Sudar en una sartén ajo, cebolla , se le puede agregar tomillo, marcar la quinua, apagar con vino blanco.
4. Poner 625cc de fondo, hasta que absorba.
5. Agregar el queso de cabra y la mantequilla fría.

Utensilios:

Cernidor

Olla grande

Tabla de picar verde

Cuchillo

1.3.3 Verduras grilladas

Número de Receta: 8				
Receta: Verduras grilladas				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Costo Total
kg	0.1	zanahoria baby	4.05	0.4
kg	0.1	zuchini baby verde	7.65	0.76
kg	0.1	zuchini baby amarillo	7.65	0.76
Costo Total:				1.92
Costo Unitario:				0.19

Procedimiento:

1. Laminar el zuchinni verde y amarillo en la laminadora y marcar en la parrilla.
2. Blanquear las zanahorias peladas.

Utensilios:

Laminadora

Olla mediana

Parrilla

1.4 Postre:**1.4.1 Sopaipillas pasadas**

Número de Receta: 9				
Receta: Sopaipillas pasadas				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Costo Total
Kg	0.25	Zapallo	0.45	0.11
Kg	0.01	Sal	3.46	0.03
Kg	0.5	harina	0.78	0.39
Lt	1	aceite	3.02	3.02
Kg	0.05	Mantequilla	5.73	0.28
Kg	0.5	panela	1.10	0.55
Unid	1	canela en rama	0.50	0.50
Unid	0.003	clavo olor	0.23	0.00
Kg	0.03	naranja americana	2.41	0.07
Kg	0.01	Maicena	3.37	0.03
Costo Total:			4.98	
Costo Unitario:			0.49	

Procedimiento:

1. Cocinar el zapallo y pasarlo por el cernidor.
2. Hacer una corona de harina y en el centro poner la mantequilla derretida, ½ litro de agua, sal y el zapallo.
3. Juntar los ingredientes y estirar la masa, cortar en círculos. Perforar con el tenedor.
4. Freír en aceite y dorar.
5. Para la miel: Calentar agua y diluir la panela, canela, clavo de olor y la cáscara de la naranja.
6. Hervir a fuego lento.
7. Poner un poco de maicena para que tome consistencia.
8. Pasar la sopaipillas por la miel. Servir.

Utensilios:

Olla grande,

Olla mediana,

Tabla de picar verde

Cuchillo

Bolillo

Freidora

1.4.2 Helado Pisco Sour

Número de Receta: 10				
Receta: Helado Pisco Sour				
Rendimiento: 10 pax				
Unidad	Cantidad	Ingrediente	Precio Unitario	Precio Total
Kg	0.6	Pisco	9.35	5.61
Kg	0.25	Azúcar	0.92	0.23
Kg	0.25	Limón	0.72	0.18
Kg	0.004	estabilizante de sorbete	13.60	0.05
Kg	0.25	Glucosa atomizada	1.80	0.45
Costo Total:			6.52	
Costo Unitario:			0.65	

Procedimiento:

1. Mezclar todos los polvos.
2. Aparte para bajar el nivel de alcohol del pisco, hervirlo por unos 10 min.
3. Mezclar con el jugo de limón y los polvos.
4. Pasar la mezcla por el turbo y dejar madurar por unas 12 horas.
5. Meter a la máquina de helado por unos 18 min. Congelar

Utensilios:

Bowl mediano

Olla mediana

Turbo

Máquina de helado

Kárdex:

Fecha	Menús Realizados	Menús Vendidos	Sobrantes
Martes 07 Junio	30	12	18
miércoles 08 Junio		10	2
Jueves 09 Junio	25	8	17
Viernes 10 Junio	30	11	19
Sábado 11 Junio	45	9	36
domingo 12 Junio		12	24
		62	

-Venta Detallada:

Se vendieron Primera entrada: 50

Segunda entrada: 55

Platos fuertes: 59

Postres: 50

Aparte se vendieron solo empanadas para un pedido: 25

-Desperdicio:

18 pasteles de choclo

6 pasteles de jaiba

10 lb. de asado de tira: 5 kl transferencia Marcus y 5 kl de desperdicio que se dañaron.

Costo de menú:

Primera Entrada	0.37
Segunda Entrada	1.22
Plato Fuerte	4.63
Postre	1.14
Costo Por Pax	7.36

Menús Vendidos	62
Precio de cada menú	18.50
Ingreso	1.147

Análisis financiero:

$18.50 \cdot 62 = \$1.147$ venta menú + \$26 (5 segundas entradas) + \$76.50 (9 platos fuertes)+ \$45 (25 empanadas adicionales)

Total: \$1294.5

- Food Cost % : $\$525.49 \cdot 100 = 52.54\%$

- Costo: $\$593.74$ (suma de todas las requisiciones) - 68.25 (sobras) = \$525.49

- Costo del proyecto: $\$525.49/1294.5$

Total 40.59%

Conclusiones:

En lo que se refiere al análisis financiero puedo sacar de conclusión que los costos los tuvimos que ajustar bastante para que este menú pueda salir a la venta, ya que el asado de tira es costoso y otros productos que utilice también en mi menú como la carne de pangora.

En total se vendió \$1294.5, en esto está incluido la venta de las empanadas que se pidieron aparte.

El food cost del proyecto fue de 40.59%, valor mucho mas aceptable que el food cost del menú, pues este ultimo solo toma en cuenta valores teóricos y no contabiliza devoluciones ni sobras.

Este food cost es alto y para llegar al valor optimo lo que se tendría que hacer serian ajustes en las recetas estándar.

Dentro de los desperdicios, se perdió mucho de asado de tira, ya que esto lo teníamos que preparar con anticipación y los kilos que se preparaban eran un estimado, no podíamos predecir con exactitud cuando era lo que se tenía que preparar previamente. Por lo que se tenía que revisar constantemente de que el producto no se dañe ni pierda su preparación.

En las entradas también se produjo este problema ya que debido a la elaboración de las segundas entradas, estas se tenían que preparar con días previos y mantenerlos en congelación, para que no se dañe, ni se fermente.

Las recomendaciones, es importante que el asado de tira se haga con un día previo a la venta ya que esta carne tiene que cocinarse por 10 horas en el horno combi.

Hay que tomar en cuenta también, si es que la carne es nacional o importada, ya que esto va a influenciar mucho en las horas de cocción. El asado de tira nacional es dura, por esta razón la preparación se la hizo sous vide y luego terminado a la parrilla.

Yo estoy muy contenta, ya que las expectativas que tuve en un principio fueron superadas desde el primer día que saqué a la venta mi menú.

Me siento satisfecha por que pude mostrar una gastronomía diferente y que pocos la conocen. Y gracias a los resultados pude darme cuenta de que la comida chilena si es del gusto de los ecuatorianos.

Desde un comienzo pensé que este menú no iba a tener mucha aceptación, debido a los comentarios previos a la realización del menú. Pero dados los resultados, y los buenos comentarios, hizo que me sienta con más ganas de seguir adelante impulsando esta gastronomía.

Aprendí que si las cosas se hacen con gusto y ganas todo sale para bien. Y finalmente agradezco también los buenos consejos de mis profesores y colegas, en conjunto hicimos un buen trabajo, y el resultado fue magnífico.

Bibliografía

- Jarrin, S. (8 de abril del 2010). Cocina chilena. Extraído el 2 de junio del 2011 desde: www.info/gastronomia-chile.
- Ministerio de educación. Educarchile. Extraído el 12 de noviembre del 2012 desde: www.educarchile.cl
- (2 de julio del 2008). Gastronomía en Chile. Extraído el 12 de junio del 2011 desde: www.cocinatipicachiena.com
- Tomás Cornejo. Quesos de altura. Extraído el 6 de julio del 2011 Desde: www.enaltura.cl/2011/07/quesos-en-chile
- 5 de Junio del 2010 desde: diario.latercera.com
- Origen del vino. Desde: www.winetravelchile.com/print/print_origen.htm
- 18 Noviembre 2011. Desde: www.bestday.cl/.../La-Historia-Del-Vino-Chileno. 2011. nuestropisco.cl/esp/index.
www.cfn.cl/inicio/noticias

Libros y Apuntes personales