



**UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio De Hospitalidad, Arte Culinario Y Turismo.**

**“Ecuador Mi Mercado.”**

**MENU ECUATORIANO  
Proyecto de investigación**

**RAFAEL ALEJANDRO MORA SALVADOR**

**Arte Culinario**

Trabajo de titulación presentado como requisito

Para la obtención del título de

Licenciada en Arte Culinario

Quito, 08 de Agosto del 2016

**UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**  
**COLEGIO HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO**

**HOJA DE CALIFICACIÓN  
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**“Ecuador Mi Mercado.”  
MENU ECUATORIANO**

**Rafael Alejandro Mora Salvador**

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Homero Miño, Chef

Firma del profesor

---

Quito, 08 de Agosto del 2016

## Derechos de Autor

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

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

Firma del estudiante: \_\_\_\_\_

Nombres y apellidos: Rafael Alejandro Mora Salvador

Código: 00128322

Cédula de Identidad: 1714963418

Lugar y fecha: Quito, 08 de Agosto del 2016

## RESUMEN

Las raíces de la gastronomía Ecuatoriana siempre han estado presentes en nuestros hogares desde que éramos pequeños, la tradición de nuestra cultura en cuanto a sabores, técnicas nos ha marcado toda la vida. Y nos ha demostrado el gran potencial que tiene nuestra gastronomía. Esta fue la razón de empezar con esta propuesta; un menú Ecuatoriano basado en platos emblemáticos de nuestro Ecuador, recordando los sabores tradicionales de nuestra tierra, para luego darle un camino hacia la vanguardia. Esta propuesta incluye una vasta investigación y análisis de cada curso presentado al cliente.

## **ABSTRACT**

The roots of Ecuadorian gastronomy have always been present in our homes since we were born, the tradition of our culture in terms of flavors, techniques has marked us like a real people. So we see the potential of our cuisine. This was the reason to start with this proposal; an Ecuadorian menu based on traditional dishes from our Ecuador , recalling the traditional flavors of our land , then give a path to the vanguard. This proposal includes a great research and analysis of each course presented to the client

## Tabla de contenido

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ .....	2
COLEGIO HOSPITALIDAD, ARTE CULINARIO Y TURISMO .....	2
INTRODUCCIÓN .....	8
TEMA Y JUSTIFICACIÓN. ....	10
SOPORTE HISTÓRICO .....	11
Caucara y Llapingacho .....	11
Cebiche.....	11
Seco de chivo .....	11
Frutas Ambateñas .....	11
Higos con Queso .....	12
METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN .....	13
RECURSOS EMPLEADOS.....	15
VARIANTES.....	17
Variantes .....	17
Glosario .....	18
MENU PROPUESTO.....	19
Maridaje.....	22
RAZONAMIENTO.....	23
TECNICAS CULINARIAS EMPLEADAS.....	24
EQUIPOS INDISPENSABLES .....	27
Utensilios para el performance del menú. ....	28
“Caucara sous vide” .....	28
“Ceviche?” .....	28
“Cordero criollo” .....	28
Postre: higos con queso .....	29
EJECUCIÓN DEL MENÚ .....	30
Costo del Menú: .....	30
Ventas del Menú: .....	30
CONCLUSIONES.....	32
REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS.....	33
Bibliografía.....	33

ANEXO1: PROCEDIMIENTOS.....	34
Aperitivo.....	34
“Caucara sous vide” . .....	34
Entrada.....	37
“Cebiche?” .....	37
Fuerte.....	39
“Cordero Criollo” .....	39
Pre Postre.....	42
“Sorpresa” .....	42
Postre.....	43
ANEXO2: recetas estándar y costos .....	45
Receta Estándar .....	45
Análisis Financiero .....	50
Food Cost Real .....	51
Requisiciones .....	53
ANEXO3: Fotos.....	59
Fotos platos.....	59
Aperitivo: “Caucara sous vide” y acompañantes. ....	59
Entrada: “cebiche?” .....	60
Fuerte: “Cordero Criollo” .....	61
Postre: sanduche de higos con quesos .....	62



## INTRODUCCIÓN

La siguiente tesis fue realizada como resultado de las prácticas culinarias finales para obtener el título de la carrera de arte culinario. Estas fueron realizadas en el restaurante Marcus Apicius durante el verano, con horario normal de 8 horas. El objetivo del proyecto es hacer una ante salsa de la vida real, así como estudiante se debe presentar una propuesta menú para luego ser estudiada y estudiada para la realización de esta tesis.

El Chef Rafael Hernández fue el encargado de guiar a los estudiantes en todo el tiempo que estuvimos en el restaurante; controlando las técnicas, orden y limpieza en cada preparación. En cuanto a cada menú tuvimos asesoramiento de los chef de cada área de la cocina. Para luego de las respectivas pruebas llegar a un resultado impecable, y ser presentado al jurado de chefs.

Con la propuesta ya aceptada se exige al estudiante que se tenga mise en place de 25 menús diarios, tanto en el turno de la noche como en el día. Este mise en place es repartido a cada área de la cocina para luego ser revisado por cada chef encargado, con ayuda de los chefs de cada área se realiza cada servicio mientras sale el menú.

Mi propuesta fue enfocada en nuestra gastronomía local, basada en sabores tradicionales de los platos más emblemáticos de nuestro país. Apoyado con técnicas de vanguardia para llegar a un resultado más estético y convirtiendo este menú en una experiencia.

La cocina ecuatoriana por sus largas preparaciones ha creado un vínculo familiar alrededor de los fogones, dejándonos memorias gastronómicas relacionadas a los

sabores de cada plato. Mi propuesta quiere lograr eso; que al llegar el plato al comensal se vea algo estético y diferente; pero al degustarlo reviva las vivencias y experiencias de sabores y olores de la infancia. Tornándose en una práctica única que nos lleve a demostrar el gran potencial que tiene nuestra gastronomía.

## TEMA Y JUSTIFICACIÓN.

Desde el inicio de mi carrera universitaria vi a tantos chefs, de tantos países que habían logrado recrear su gastronomía, al mismo tiempo respetando los sabores y técnicas tradicionales, para luego fusionar estas técnicas con técnicas de vanguardia para llegar a un producto “tradicional y nuevo”. Al ver todo esto decidí hacer lo mismo con nuestra gastronomía.

Con lo aprendido de todos mis maestros a lo largo de mi carrera, fui despertando mi imaginación y dando cada vez más importancia a nuestra gastronomía. Así nace la propuesta de menú: “Ecuador mi mercado”. Un sueño enfocado a la gastronomía Ecuatoriana y a los platos más emblemáticos, que desde mi investigación de campo, fueron los más populares y de mayor potencial; para lograr el objetivo de este menú.

Uno de los mejores ejemplos es la cocina española donde se investigaron y nacieron los conceptos más innovadores. Ellos lograron llevar su cocina a otro nivel el cual fue aceptado mundialmente. Hoy en día se sigue respetando lo tradicional y los sabores de antaño, todo esto de la mano de estos nuevos conceptos.

Por eso se eligió este tema para realizar un menú Ecuatoriano con platos que se pueden encontrar en un mercado o una “hueca” pero con procedimientos y presentaciones de vanguardia.

## SOPORTE HISTÓRICO

### **Caucara y Llapingacho**

El llapingacho se lo come como guarnición en toda la sierra, el llapingacho es una tortilla de papa que le mezcla con un refrito de cebolla blanca, ajo, comino y achiote para que luego ser sellada con manteca de cerdo y aceite de achiote. El llapingacho es acompañante de fritada, hornado, cuy y en el caso de Ambato el famoso plato que se los puede encontrar en el mercado en casi todos los puestos, con chorizo aguacate, huevo frito y acompañado con la tradicional salsa de ají.

### **Cebiche**

Ceviche o cebiche, Una de las sopas frías más conocidas en el mundo, el cebiche está presente en casi todo el litoral de Latino América, aquí en el Ecuador es plato icono en nuestra cultura, los tenemos de carrito y en los mejores restaurantes, además de tener una cadena de franquicias que ha llegado hasta Colombia.

En nuestro pequeño país tenemos casi en cada región del litoral una receta diferente; como es el uso del pimiento, el maní, aguacate, etc. En Guayaquil, Esmeraldas y Manta se pueden encontrar diferentes técnicas en cada cebiche, igualmente en la provincia de Pichincha.

### **Seco de chivo**

En el Ecuador contamos con un sin número de recetas de este extraordinario plato que no solo se sirve como genero principal al chivo o cordero, y que tiene como origen a la costa y Galápagos por la abundancia del mismo, luego de la llegada del animal al continente. Plato rico en carbohidratos ya que utiliza tanto la gramínea, tubérculos como la papa y cuenta con variaciones al emplear al pollo o guanta como proteína.

### **Frutas Ambateñas**

En el año 1949 la provincia de Tungurahua sufrió un terrible terremoto que devastó pueblos enteros, duro alrededor de 4 años en reconstruir todo el desastre. Pero hubo un factor clave; el pueblo ambateño gracias a la fertilidad de sus tierras invento una fiesta en homenaje a las flores y frutas que cosechaban de sus tierras, movilizandolos turistas a la provincia y así recaudando fondos para reconstruir la provincia. La tradición sigue hasta hoy y es uno de los puntos turísticos más importantes en la época de carnaval. De las frutas que podemos destacar son: fresas que solo se tiene dos meses de escasas, alrededor de 3 tipos de manzanas, la más importante la manzana ambateña más conocida como manzana Emilia usada para hacer compotas, coladas y dulces; manzana pequeña con cascara gruesa y astringente, pulpa ligeramente arenosa, dulce y acida. También tenemos más de 5 variedades de duraznos, las

claudias; verdes, amarillas, rojas y negras, así también las mandarinas, melocotón, membrillo, fruta que es muy utilizada para hacer dulces y que no se da todo el año, además es parte de la colada emblemática llamada Jucho, esta es elaborada para celebrar el carnaval y la prosperidad de las tierras.. La variedad de clima que hay en la provincia nos da la posibilidad de obtener todas estas frutas, además tenemos: moras, uvilla, tocte encontrado en la casa de Juan Montalvo, capulí, chamburros, tunas, mortiño y una gran cantidad de tubérculos en las zonas altas de la provincia.

### **Higos con Queso**

Como afirma Julio Pazos Barrera, los higos fueron unas de las frutas que llegaron a Quito con los españoles, así también la harina de maíz en forma de pan. Con el tiempo las órdenes religiosas, las monjas, empezaron a realizar helados, gelatinas y mieles con las frutas locales. Con el higo se hizo también mieles y dulces. Y así nació este famoso postre. Hoy se lo puede encontrar en parques y a las afueras de los mercados de la sierra.

Esta preparación se caracteriza porque se la realizaba para conservar alimentos, en la época de la colonia no se tenía refrigeración y si la fruta no se consumía a tiempo se echaba a perder en las alacenas, así las monjas las cocinaban en abundante agua, azúcar, panela y aromatizar especias, como; clavo de olor, pimienta dulce, panela e ishpingo. Luego la preparación era enfriada y almacenada en frascos, que se guardarían en un lugar seco donde duraría mucho tiempo.

## METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación consistió en visitar varios mercados, “huecas” y carritos en la calle. Conversar con los cocineros, saber de dónde viene el producto y ver cómo es su preparación diaria, este fue el comienzo para la elección de los cursos de mi menú.

El mercado Lñaquito fue donde pude ver la mejor calidad de mariscos y pescados, la cual es la más accesible para un cocinero joven, en el “Distribuidor de mariscos margarita” de doña Margarita fue donde encontré pescados como: camotillo, robalos enteros, albacora, etc. Aquí fue donde vi por primera vez el camarón de río, el hijo de Doña margarita me dijo: “si este animal hay como ratas en Manabí cuando sube la marea”. Otro día estuve en la plaza grande donde probé uno de los mejores secos de chivo, en el lugar podemos encontrar: sandwiches de pernil, dulces típicos quiteños y el “famoso seco de chivo”. No tuve la oportunidad de pasar a su cocina, a pesar de eso aquí es donde identifiqué todos los sabores y guarniciones que lleva el tradicional seco de chivo.

En el caso del pre postre fue inspirado en la fiesta de las flores y de las frutas, Ambato, fiesta creada para recaudar fondos para la provincia de Tungurahua luego del terremoto del 5 de agosto de 1949. Festejo realizado por la prosperidad de sus tierras. El ejemplo más claro es la escultura que se realiza solo con frutas, flores y pan en la fachada de la catedral de Ambato, la cual es bendecida al empezar las fiestas.

El postre fue escogido por su popularidad, siempre encontraremos un carrito de higos con queso en la plaza de algún pueblo o a las afueras de cualquier mercado. Un postre Ecuatoriano con una cocción larga de aproximadamente 5 horas y con tan solo 2 guarniciones; el pan y el queso. Con estos géneros se logró crear algo diferente y vistoso.

Al elaborar el menú se consideró las técnicas que serían utilizadas para llegar a la nueva presentación de cada plato. Se analizó como afectaría cada cambio al resultado final, teniendo en mente nunca alejarnos de su esencia. Para que los recuerdos y sabores que fueron obtenidos en la infancia sean recordados al degustar los cursos ofrecidos en menú.

## RECURSOS EMPLEADOS

Fue de mucha inspiración para la propuesta de menú haber oído hablar de Central en Lima, Perú. Este restaurante nació enfocado netamente en su gastronomía local y productos locales peruanos. Poco tiempo después fue uno de los pocos restaurantes de Latinoamérica en estar en la guía de los 50 mejores restaurantes. Inspirado en estas ideas e interesado en las técnicas y respeto al producto fue el comienzo de la investigación.

De igual manera la clase de cocina Ecuatoriana, fue de mucha ayuda por los conocimientos impartidos. La metodología de la clase era muy interesante; realizábamos recetas tradicionales Ecuatorianas y a los platos realizados debíamos emplatarnos de una forma diferente. Usando técnicas diferentes pero manteniendo la esencia del plato.

Así también los conocimientos adquiridos en la clase de técnicas de alta cocina impartida por el Chef Sebastián Villavicencio, me ayudaron a abrir mi imaginación. Semestres posteriores fue de mucha importancia la información sobre productos de cada provincia Ecuatoriana en la clase de Garde Manger, impartida por el Chef Homero Miño.

Se investigó en el libro “Tradiciones de Ayer para la Mesa de Hoy” hecho en la Universidad San Francisco de Quito por: Homero Miño, Mauricio Cepeda y Ana Teresa Pérez. Donde sus presentaciones y recetas fueron de gran ayuda para la elaboración del menú.



Para la elaboración del menú se realizaron varias pruebas en el restaurante Marcus, en el que actualmente trabajo. Luego de realizar las pruebas necesarias el menú se presentó a un jurado de chefs donde los sabores y presentaciones fueron aprobados satisfactoriamente según el concepto presentado. Todo esto se realizó en el bar del restaurante Marcus donde se presentó una decoración sobria con un menú a cada uno.

## VARIANTES

### Variantes

En el primer curso, el aperitivo, se utilizó caucara, una de las partes con más sabor de la res pero de una textura bastante dura, se la cocino por 15 horas usando la técnica de cocción al vacío (sous vide). En la funda de vacío se utilizó los mismos aliños que la caucara tradicional, luego de la cocción la caucara fue sellada con achiote como se acostumbra.

El segundo curso, la entrada: “Ceviche?”, en este caso fue una deconstrucción donde la salsa solo estaba en pequeñas cantidades, el cilantro fue deshidratado y convertido en polvo y las cabezas de langostino confitadas en aceite y mantequilla para potenciar el sabor del ceviche.

En el fuerte se utilizó lomo de cordero cocinado a 55º C por 2 horas al vacío para mantener un término perfecto y textura, la funda de vacío incluía la porción de cordero y salsa de seco de chivo, que fue realizada con huesos de cordero y vegetales tradicionales. Para reemplazar el arroz se utilizó una técnica de suflado para aportar más textura al plato, en lugar de la papa incluimos una mil hoja de yuca, en lugar del aguacate que suele venir en el plato se realizó una salsa ligeramente acida para ligar los sabores del plato por medio de la grasa que contiene el género y polvo de maqueño para simular el maqueño frito.

En el postre se gelatinizo el almíbar de los higos para aportar textura al plato, se realizó crutones para simular el pan del sanduche, se acompañó con helado de queso

para aportar frescura en el producto final y como decoración se deshidrato higos para tener un elemento crocante que complete el plato.

## **Glosario**

### **Seco:**

Guiso ecuatoriano a base de verduras, cerveza o chicha. Generalmente se los sirve con arroz

### **Llapingacho:**

Tortilla que generalmente es compuesta de papa y dorada a cada lado. Se la usa como guarnición de varios platos tradicionales en la sierra Ecuatoriana

### **Sous vide:**

Técnica de cocción al vacío que se realiza en agua o vapor a una temperatura constante y que circula por todo el género.

### **Caucara:**

Corte de la res que se encuentra entre el estómago y las costillas de la vaca, también conocido como matambre.

### **Gelatinizar:**

El resultado del colágeno cuando se llega a bajas temperaturas. También sucede con otros tipos de gelatinas naturales como el agar agar (gelatinizante extraído de algas)

### **Deshidratar:**

Técnica que consiste en extraer lentamente los líquidos de un género manteniendo ciertas propiedades organolépticas.

### **Arroz suflado:**

Tipo de cocción que se realiza al arroz para lograr un resultado final; crocante y esponjoso.

## MENU PROPUESTO

Luego de realizar varias pruebas se presentó el menú al jurado, el cual fue aceptado con pocas recomendaciones y una buena calificación. En el transcurso de la semana se realizó todo el menú desde la cocina de estudiantes, el estudiante montaba el menú por su cuenta, ayudando al equipo de Marcus a que el desarrollo del servicio sea más ágil.

El menú tuvo una buena acogida con el cliente, ya que por ser verano y ser menú Ecuatoriano se vendió un total de 45 menús obviando el domingo que no se vendió ya que coincidía el día del padre.

La propuesta de menú consto con 4 cursos:

Aperitivo: "caucara sous vide"

Caucara con mini llapingachos, encurtido de remolachas y zanahoria, salsa de ají y huevo de codorniz frito.

Entrada: "cebiche?"

Langostino en salsa de cebiche, polvo de chulpi, mantequilla de crustáceos, polvo de cilantro, crocantes de verde y yuca, tomates cherry y cebolla paiteña.

Fuerte: "Cordero criollo"

Cordero acompañado con salsa de seco de chivo, salsa de aguacate, arroz crocante, mil hoja de yuca, polvo de maqueño y cebolla paiteña osmosis con limón.

Postre: "Sanduche de higos"

Higos cocinados en almíbar de panela acompañados con queso fresco, helado de queso, crutones de pan, almíbar gelatinizado y crocantes de higo.

El menú fue muy bien aceptado por el cliente por su propuesta innovadora y para ese tiempo poco conocida, hoy en día existen varios restaurantes en el país que están rescatando nuestras raíces y productos, usando términos Ecuatorianos y dejando en alto la gastronomía Ecuatoriana.

A continuación la ilustración de la propuesta de menú que fue presentada y aceptada por el jurado de chefs y que en la semana siguiente fue presentada a los clientes junto a la carta del restaurante Marcus. Fue realizada con un concepto bastante sobrio, para que tenga congruencia con el target y al nivel de restaurante al que fue dirigida la propuesta. Además de tener varias palabras clave para que el comensal tenga una expectativa de sorpresa de lo que va a comer, mas no el conocimiento total, creando una experiencia diferente en cada plato.

# Ecuador



## *Mi mercado*

### Aperitivo

#### "Caucara Sous Vide"

Yapingacho, remolacha, zanahoria, cilantro.

### Entrada

#### "Ceviche?"

Langostino, salsa, yuca, verde, "crustáceo".

### Fuerte

#### "Cordero criollo"

Cordero importado, salsa, milhoja, arroz, aguacate, "ácido".

### Prepostre

#### "Sorpresa"

### Postre

#### "Sanduche de higos"

Pan, higos, higos.

## **Maridaje**

El siguiente maridaje ha sido elaborado solo con cervezas Ecuatorianas, tanto artesanales como comerciales.

### **Aperitivo**

Se recomienda una pilsener; ya que sus sabores suaves y acides son ideales para realzar los sabores del ají, llapingacho.

### **Cebiche?**

Cerveza artesanal Sabai light gracias a su acidez y delicadeza es la más recomendada para este curso.

### **Cordero Criollo**

Por la tradición Ecuatoriana y su complejidad se recomienda “una club verde” para aclarar el sentido del plato.

### **Sanduche de higos**

Gracias a sus tomos amargos, golpes de chocolate y café, Santana negra es la mejor opción para este curso.

## RAZONAMIENTO

El menú fue realizado para demostrar al público el resultado de la gastronomía Ecuatoriana, al ser combinada con técnicas y decoración de vanguardia, siempre enfocado en no perder la esencia tradicional del plato.

Luego del desarrollo del menú y su gran aceptación, decidí dar comienzo a la idea “Punku”, un pequeño catering enfocado al mismo concepto, con menús siempre ligados a una experiencia local, con productos Ecuatorianos y tendencias de vanguardia.

Tratar de sacar de la mente del consumidor la idea de que la gastronomía Ecuatoriana solo se la puede encontrar en mercados, en “huecas” o en la calle, sino que la podemos encontrar también en un restaurante de mantel blanco con el mismo sabor y la misma historia pero con una experiencia diferente.



## TECNICAS CULINARIAS EMPLEADAS

**Cocción “sousvide”:** cocción realizada en un empaque al vacío, esta cocción se realiza con agua o vapor, los elementos más comunes para realizar son: termocirculador que consta con un motor que hace que fluya el agua, una resistencia que calienta el agua y un termómetro que regula la temperatura y hace que la resistencia se apague cuando llega a la temperatura deseada, este equipo es muy preciso en cuanto a temperatura. El otro equipo que también es recomendado para este tipo de cocción es un horno “combi”: un horno que también regula la temperatura con bastante precisión y que nos permite tener una cocción continua y con el vapor circulando por su potente ventilador.

**Empacar al vacío:** técnica utilizada para conservar alimentos, empacándolos al vacío con una maquina selladora, esto provoca que el alimento quede desprovisto de oxígeno y así las bacterias no puedan reproducirse.

**Encurtir:** método de conserva de un alimento por medio de un líquido ácido sea vinagre o limón, etc.

**Sudar:** técnica de cocción que se utiliza para hacer refritos o pescados, consiste en cocinar, en el caso de un refrito con aceite a baja temperatura los vegetales para obtener todos sus sabores con una caramelización lenta.

**Pochar:** cocinar un alimento en agua a baja temperatura, en el caso de las papas utilizamos este tipo de cocción para mantener su textura y cocción.

**Sellar:** generalmente se realiza en altas temperaturas para lograr la reacción de Maillard en un género, se puede utilizar un medio graso para ayudar a la caramelización.

**Blanquear:** someter a un alimento en un medio líquido como agua o fondo que este en alta temperatura (90/95°C) por poco tiempo para luego ser pasado a un choque térmico, puede ser en agua con hielos, se recomienda que estos hielos tengan sal, ya que el agua suele lavar la sal del género.

**Fritura profunda:** técnica que consiste en freír un género en un abundante medio graso en altas temperaturas.

**Deshidratar:** Es la técnica de extracción de líquidos de un alimento a bajas temperaturas máximo 80°C para mantener sus propiedades organolépticas y para conservación.

**Difusión:** técnica que consiste extraer la esencia y color de un género mediante la aplicación de calor o procesando el género en un aceite.

**Impregnar al vacío:** técnica que consiste en impregnar sabores y olores a géneros sólidos mediante líquidos. Esto ocurre cuando sometemos el líquido y el género al proceso de empacado al vacío, este proceso retira la presión atmosférica por un instante haciendo que los líquidos del género se combinen, la presión atmosférica y el oxígeno vuelven repentinamente al final del proceso, esto hace que estos sabores y olores queden en el género.

**Arroz suflado o inflado:** es el resultado de la cocción de un arroz común, luego pasamos a deshidratarlo en una superficie antiadherente a máximo 80°C. En este punto el arroz en su centro aún conserva una cantidad mínima de agua. Lo sometemos a un fritura profunda en muy alta temperatura (max 232°C), esto provocara que el arroz sufle, cambiando su textura de dura y seca en airosa y crocante, además aumenta su tamaño. Cuando existe

almidón a si alrededor suele formar grupos de varios granos, podemos tratarlos con cuidado y freírlos logrando el mismo resultado y obteniendo una lámina de este arroz

## EQUIPOS INDISPENSABLES

**Termocirculador:** equipo utilizado para realizar cocciones al vacío, este equipo mantiene la temperatura del agua mientras con un motor la hace circular por toda la superficie.

**Maquina empacadora de vacío:** Equipo utilizado para conservar alimentos, esto se logra sellándolos luego de extraer todo el aire creando una atmosfera inocua.

**Freidora:** Equipo utilizado para realizar fritura profunda con temperatura controlada.

**Cuarto frio:** Como su nombre lo indica es un cuarto con dos turbinas que generan frio, este frio está controlado por un termómetro que está afuera del cuarto. Este equipo es muy común en restaurantes y nos ayuda a conservar y tener organizado nuestros alimentos predecibles.

**Turbo:** Equipo que tritura y mezcla alimentos directamente en la olla o recipiente.

Cumple una función igual que la licuadora, haciendo el proceso más veloz.

**Batidora de inmersión:** Este equipo tiene la misma función que una licuadora pero es portátil y de fácil uso. Se lo usa para hacer aires o purés por su versatilidad.

**Thermomix:** Equipo que tritura alimentos, lo interesante de este equipo es que también puede cocinar ya que genera calor, sus aspas pueden moverse tan solo para mezclar un alimento o llegar al máximo de velocidad como la turbina de un avión.

Además tiene la función de balanza por si se desea hacer una pasa o cualquier preparación.

## Utensilios para el performance del menú.

### “Caucara sous vide”

- Pinzas
- Cuchillo de Chef
- Saca bocados
- Sartén de teflón
- Bowls
- Tabla roja y verde
- Freidora
- Espátula para montar

### “Ceviche?”

- Colador
- Bowls
- Olla pequeña
- Microplane
- Tablas azul y blanca
- Puntilla

### “Cordero criollo”

- Cuchillo de chef
- Media lata
- Licuadora
- Colador
- Termocirculador
- Freidora
- Horno

**Postre: higos con queso**

- Máquina de helados
- Horno
- Cuchara para quenelle
- Media lata
- Bacha de helado
- Espátula de goma
- Olla de 5 lt
- Deshidratador

## EJECUCIÓN DEL MENÚ

A continuación detallo el costo del menú y el número vendido.

### Costo del Menú:

Plato	Costo Unitario
APERITIVO	0,24307355
Entrada FRIA	3,6562669
Fuerte	3,59794
Postre	0,30067466
Costo total por menú	8,002255107

Según las recetas estándar se ha conseguido el costo anterior (anexo), junto a las requisiciones pedidas a la bodega, bajas y procedimientos. Con toda esta información llegaremos al costo real del menú en el tiempo de venta al público.

### Ventas del Menú:

	INICIAL T. 1	FINAL T. 1	TOTAL VENDIDOS
MARTES	30	27	3
MIERCOLES	30	26	4
JUEVES	30	4	26
VIERNES	15	12	3
SABADO	10	1	9
DOMINGO	-----	-----	-----

En el periodo de venta del menú se vendieron 45 menús, entre el mismo jurado que califico el menú y comensales externos, el día de más venta fue el jueves que coincidía el primer partido del mundial y tuvimos televisiones transmitiendo en el restaurante.

El domingo no tuvimos venta ya que fue el día del padre y el restaurante saco un menú especial para ese día.



## CONCLUSIONES

La propuesta de menú fue vendida del 10 al 12 de junio, teniendo un total de ventas de 45 menús. En todas las experiencias vendidas los comensales fueron bien agradecidas, un profesor vino 3 veces con diferentes invitados y fui llamado a ser felicitado.

Lo importante de toda la experiencia al sacar este menú fue la aceptación del público que al saber que era un menú Ecuatoriano esperaban arroz y una presentación rustica y abundante, cuando llegaban los platos a la mesa quedaban sorprendidos por las presentaciones estilizadas y texturas que nunca habían visto con la gastronomía Ecuatoriana.

Fue interesante como los comensales comentaban que era una experiencia diferente; texturas nuevas, presentaciones de vanguardia pero con el mismo sabor de su "hueca" favorita. Este era el gran objetivo a lograr; combinar técnicas nuevas con sabores tradicionales más la experiencia del excelente ambiente y servicio del Marcus Apicius.

Cuando elabore esta propuesta ya estaba contratado en el restaurante pero al hacer el mise n place solo me di cuenta lo duro que es la semana de menú para los estudiantes ya que se es responsable de todo, desde la cocina fría hasta la pastelería. Como estudiante y empleado de la universidad pienso que estar en el restaurante Marcus como parte del proyecto final de titulación, es un entrenamiento para la vida real.

Como mencioné antes este fue la pauta para un nuevo proyecto, llamado "Punku" el cual lo iré desarrollando en el futuro. Siempre orientado en nuestra gastronomía Ecuatoriana.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

### Bibliografía

- Barrera, J. P. (2010). *El sabor de la memoria (Historia de la cocina Quiteña)*. Quito: Biblioteca basica de Quito.
- Homero Miño, M. C. (2012). *tradiciones de ayer para ela mesa de hoy*. Quito: Univercidad San Francisco de Quito.
- Jimenez, M. (2010). *conceptos basicos de cocina*. Quito: USFQ.
- McGee, H. (2004). *on food and cookin (the science and lore of the kitchen)*. new york: scribner.
- Romera, M. (28 de 7 de 2016). *ilustracion medica*. Obtenido de <https://ilustracionmedica.wordpress.com/2014/09/20/la-osmosis-explicada-a-cocineros/>
- Villavicencio, S. (2013). *Técnicas y Conceptos de Alta Cocina*. Ecuador: USFQ.

## ANEXO1: PROCEDIMIENTOS

### Aperitivo

#### “Caucara sous vide”.

Caucara

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Caucara	1. Secar la caucara e introducir en una funda de vacío. 2. Cortar los vegetales como si fueran para un mirepoix e introducir en la funda de vacío. 3. Añadir a la funda sal, aceite de achiote y comino. 4. sellar le funda de vacío. 5. Introducir la funda en una olla con un termocirculador a 82°C por 24 horas. 5. al terminar las 24 horas introducir en hielo el género sin sacar de la funda	1. Para la cocción del género se usó como técnica de cocción, el sous vide, o cocina al vacío. (Técnica que cocina a la perfección los géneros).	Para la cocción de caucara se necesita los siguientes utensilios: Funda de vacío Maquina empacadora de vacío Termocirculador Olla de 30lt Tabla roja Tabla verde legumbrero
Cebolla paiteña			
Cebolla blanca			
Pimiento rojo			
Pimiento verde			
Ajo			
Cilantro			
Comino			
Achiote			

## Llapingacho

## Decoración

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios									
<table border="1"> <tr><td>Papa</td></tr> <tr><td>Cebolla blanca</td></tr> <tr><td>Ajo</td></tr> <tr><td>Achiote</td></tr> <tr><td>Comino</td></tr> <tr><td>Queso fresco</td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>	Papa	Cebolla blanca	Ajo	Achiote	Comino	Queso fresco				<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cocer la papa en agua sal, desde agua fría a baja temperatura.</li> <li>2. Cuando la papa está con textura quebradiza sacar del agua y pasar por un pasa puré.</li> <li>3. Cortar el ajo y la cebolla blanca en brunoise.</li> <li>4. calentar el sartén, poner el aceite de achiote, cuando ya esté caliente ponemos la cebolla y el ajo. Bajamos la temperatura agregamos sal y comino y dejamos cocer por 5 minutos.</li> <li>5. rayar el queso y mezclar con el refrito y puré de papa.</li> <li>6. dar forma de llapingacho.</li> <li>7. dorar el llapingacho en un sartén de teflón con achiote. (Grasa de cerdo es tradicional).</li> </ol>	<p>Para la elaboración del llapingacho se usó una técnica tradicional ecuatoriana. Que es hacer un refrito a baja temperatura.</p>	<p>Olla de 10lt Pasa puré Tabla blanca Sartén de teflón</p>
Papa												
Cebolla blanca												
Ajo												
Achiote												
Comino												
Queso fresco												
Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios									
<table border="1"> <tr><td>Remolacha</td></tr> <tr><td>Zanahoria</td></tr> <tr><td>Limón sutil</td></tr> <tr><td>Cebolla paiteña</td></tr> <tr><td>Ají</td></tr> <tr><td>Huevo de codorniz</td></tr> <tr><td>Cilantro</td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>	Remolacha	Zanahoria	Limón sutil	Cebolla paiteña	Ají	Huevo de codorniz	Cilantro			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. pelar y cocinar por separado en agua sal la zanahoria y la remolacha.</li> <li>2. enfriar en hielo los dos géneros y hacer bolas con un sacabocados pequeño.</li> <li>3. en el momento del montar el plato remojar las bolas en limón y sal.</li> <li>4. con el ají y la cebolla debemos cortarlas en julianas y ponerlas en agua con hielo.</li> <li>5. hacer un huevo de codorniz en un sartén de teflón.</li> <li>6. escoger las hojas más tiernas del cilantro y separarlas en una tarina con papel mojado.</li> </ol>	<p>En la decoración usamos técnicas de conservación para los géneros como poner las julianas de cebolla y ají en agua con hielo para que conserven su textura. Y mantener las hojas de cilantro en papel húmedo para que se mantengan firmes.</p>	<p>Olla de 1lt Sacabocado pequeño Sartén de teflón Bowl Colador Tabla verde</p>
Remolacha												
Zanahoria												
Limón sutil												
Cebolla paiteña												
Ají												
Huevo de codorniz												
Cilantro												

## Ají

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Ají	1. Cocinamos el tomate de árbol hasta que se pueda sacar su cascara fácilmente. 2. colocamos en un litrero el ají, tomate de árbol, cilantro, limón y sal. 3. cuando tengamos una mezcla homogénea agregamos el aceite. Y pasamos por un colador.	En la elaboración del ají usamos el aceite para emulsionar la mezcla y tener una textura más espesa.	Olla 1lt Litrero Turbo Colador
Tomate de árbol			
Cilantro			
Limón sutil			
aceite			

## Entrada

### “Cebiche?”

. Langostino y aceite de crustáceo

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Langostino	1. limpiar el langostino y apartar las cascaras. 2. calentar agua con sal y medio limón. Cuando ya esté caliente agregar el langostino hasta que esté cocido, retirar del agua e introducir en un bowl con agua y hielo. 3. dorar las cascaras del langostino, cuando ya estén doradas agregar un poco de aceite de achiote, la mantequilla, aceite vegetal, ajo y comino. Agregar un poco de agua y bajar la temperatura hasta que el ya no este turbio el aceite.	Para el aceite de crustáceo se usó una técnica francesa de extraer los sabores del género, confitándolo a baja temperatura.	Olla 1lt Bowl
Limón sutil			
Aceite vegetal			
Mantequilla			
Ajo			
Comino			
Cascara de langostino			
Aceite de achiote			

Salsa de cebiche.

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Tomate riñón	1. Cortamos el tomate en pedazos como para hacer un mirepoix. 2. Colocamos todos los ingredientes en un litrero. Y procesamos con la ayuda de un turbo. 3. Cuando la mezcla esta homogénea agregamos aceite.	Para esta salsa utilizamos el aceite para emulsionar la mezcla y hacerla más densa.	Litro Turbo Tabla verde
Mostaza			
Salsa de tomate			
Cilantro			
Aceite vegetal			
Limón sutil			

## Chulpi y polvo de chulpi

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
chulpi	<p>1. Colocamos el aceite y la grasa de cerdo en una olla y agregamos en chulpi, movemos los granos hasta que estén dorados. En este momento agregamos los ajos.</p> <p>2. cuando los ajos y el chulpi estén dorados agregamos la cebolla blanca. Y al final la sal.</p> <p>3. para el polvo trituramos el chulpi pero dejamos que no se triture completamente. Y agregamos el comino y la sal.</p>	<p>En la elaboración del chulpi se alta temperatura utilizo una técnica ecuatoriana de cocinar los granos de chulpi a temperatura media.</p>	<p>Olla 1lt Espátula de goma Tabla verde</p>
Cebolla blanca			
Ajo			
Grasa de cerdo			
Chulpi cocinado			
Comino			
sal			

## Decoración

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Tomate cherry	<p>1. Cortamos en cuatro el tomate y sacamos el corazón.</p> <p>2. cortamos el ají y la cebolla en juliana. Guardamos en agua con hielo.</p> <p>3. desojamos el cilantro y colocamos en la máquina para deshidratar. Cuando ya esté deshidratado procesar y agregar sal.</p>	<p>La técnica más importante usada para la decoración es la deshidratación. Se la uso para conseguir un polvo de cilantro.</p>	<p>Bowl Maquina deshidratadora Tabla verde.</p>
Cebolla paiteña			
Ají			
cilantro			

## Fuerte

### “Cordero Criollo”

Cordero

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios									
<table border="1"> <tr><td>Cordero(bife)</td></tr> <tr><td>Cebolla paiteña</td></tr> <tr><td>Cebolla blanca</td></tr> <tr><td>Pimiento rojo</td></tr> <tr><td>Pimiento verde</td></tr> <tr><td>Ajo</td></tr> <tr><td>Cilantro</td></tr> <tr><td>Achiote</td></tr> <tr><td>activa</td></tr> </table>	Cordero(bife)	Cebolla paiteña	Cebolla blanca	Pimiento rojo	Pimiento verde	Ajo	Cilantro	Achiote	activa	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. secar el cordero, escoger lomos parejos. Usar un colador fino para poner la activa en los lomos.</li> <li>2. juntar los lomos y envolver con plástico film, apretar y dar forma. Dejar reposar 2 horas.</li> <li>3. abrir los lomos con cuidado e introducir a una funda de vacío con los demás ingredientes.</li> <li>4. cocinar a 56°C por 1:30. Luego poner la funda en hielo.</li> <li>5. abrir la funda porcionar y empacar de nuevo.</li> </ol>	<p>Para la cocción del cordero usamos sousvide para obtener una cocción perfecta del cordero y para concentrar los sabores de los ingredientes en el lomo.</p>	<p>Colador Olla 20lt Termocirculador Empacadora de vacío</p>
Cordero(bife)												
Cebolla paiteña												
Cebolla blanca												
Pimiento rojo												
Pimiento verde												
Ajo												
Cilantro												
Achiote												
activa												

Salsa de seco

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios											
<table border="1"> <tr><td>Cebolla paiteña</td></tr> <tr><td>Cebolla blanca</td></tr> <tr><td>Pimiento rojo</td></tr> <tr><td>Pimiento verde</td></tr> <tr><td>Ajo</td></tr> <tr><td>Cilantro</td></tr> <tr><td>Comino</td></tr> <tr><td>Achiote</td></tr> <tr><td>Cerveza</td></tr> <tr><td>panela</td></tr> <tr><td>naranja</td></tr> </table>	Cebolla paiteña	Cebolla blanca	Pimiento rojo	Pimiento verde	Ajo	Cilantro	Comino	Achiote	Cerveza	panela	naranja	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. cortar en brunoise todos los ingredientes menos la naranja y hacer un refrito a baja temperatura.</li> <li>2. agregar el comino y la panela. Luego agregar la cerveza y la naranja, cocinar por unos 20 minutos agregando agua cada que se necesite.</li> <li>3. procesar y colar</li> </ol>	<p>En esta salsa utilizamos cortes pequeños como el brunoise para cuando la salsa sea procesada el color no cambie. Por otro lado usamos una técnica ecuatoriana de cocer los alimentos a baja temperatura para hacer el refrito</p>	<p>Olla 1lt Colador Turbo Tabla verde</p>
Cebolla paiteña														
Cebolla blanca														
Pimiento rojo														
Pimiento verde														
Ajo														
Cilantro														
Comino														
Achiote														
Cerveza														
panela														
naranja														



## Salsa de aguacate y cebolla impregnada.

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Aguacate	<p>1. colocamos en un litrero el aguacate y la crema. Procesar hasta tener una textura lisa y brillante.</p> <p>2. cortar las cebolla en pedazos de 1 por 2cm. Colocar en una tarina y exprimir limones ahí mismo agregar sal y meter a la máquina de vacío.</p>	<p>Para el pikle de cebolla usamos una técnica llamada osmosis. Esta técnica se logra con la máquina de vacío, gracias al cambio de presión atmosférica que resulta cuando se realiza el proceso de sellado.</p>	<p>Litrero Turbo</p> <p>Máquina de vacío Tabla verde</p>
Crema de leche			
Cebolla paiteña			
Limón sutil			
sal			

## Arroz suflado

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
arroz	1. cocinamos el arroz con 4 veces el agua de su peso. (1x4).	Para esta preparación usamos una técnica llamada suflar donde se cocina el género se seca y luego se fríe en aceite a 198°c	Olla 1lt Espátula de goma Lata Silpat espumadera
Agua 4x1	2. cuando el arroz ya este cocinado escurrir y pasar inmediatamente a una lata con un silpat.		
	3. dejar en el horno a 70°c hasta que el arroz este seco. (Virar la lata cada 15 min y evitar que se dore).		
	4. troceamos pedazos uniformes o del porte que se quiera.		
	5. calentar en una olla aceite nuevo a 195°c, si se tiene termómetro cuando el aceite humea apagamos la hornilla e introducimos el arroz seco. (Sacar rápido el arroz porque el aceite lo puede quemar luego de suflar.)		

## Pre Postre

### “Sorpresa”

Pre-postre

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Frutilla	1. inficionamos canela en agua con azúcar. 2. exprimimos las naranjas y agregamos azúcar 3. cubrimos la manzana con el agua de canela y metemos a la máquina de vacío. 4. cubrimos las frutillas con el jugo de naranja y metemos a la máquina de vacío. 5. dejar reposar y conservar las frutas en el mismo bowl con el jugo de naranja y, el agua con canela.	Para que las frutas tengan el sabor de que queremos usamos osmosis, una técnica que nos permite la máquina de vacío cuando introducimos un género y un líquido en un mismo bowl. La máquina disminuye la presión de la cámara y las moléculas se expanden dejando entrar al líquido y así guardando los sabores.	Colador Sacabocados Bowl Máquina de vacío
Manzana verde			
Azúcar			
Canela			
naranja			

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Azúcar impalpable	Mezclar la ralladura de naranja con el azúcar. Dejar reposar. Partir los gránulos que se forman.	Para realizar esta azúcar. Usamos las propiedades hidrofílicas del azúcar para que se hidraten con el sabor de la naranja.	Bowl Cuchara.
Ralladura de naranja			

## Postre

### Higos

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Higos Canela Panela Vinagre balsámico Clavo de olor Sal colapez mantequilla Pan (molde de leche)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cortamos los higos en 2 y dejamos en agua una noche entera.</li> <li>2. doramos los higos en una olla con mantequilla, agregamos la panela, dejamos cocinar 30 segundos y ponemos el vinagre balsámico.</li> <li>3. agregamos agua y dejamos reducir.</li> <li>4. colamos los higos y guardamos el almíbar.</li> <li>5. separamos la mitad del almíbar y agregamos la colapez hidratada. Colocamos la mezcla en un recipiente plano y dejamos en el frio hasta que gelatinice. Luego cortar en cuadrados.</li> <li>6. la otra mitad del almíbar para remojar el pan que previamente habremos cortado y hecho tostadas.</li> <li>7. laminamos una parte de los higos y metemos a la maquina deshidratadora. La otra mitad cortamos en cuadrados de 0.5cm X 0.5cm.</li> </ol>	<p>Para los higos primero caramelizamos el género para intensificar sabores. Usamos la máquina deshidratadora para tener otra textura de los mismos higos, al igual cuando usamos el colapez en el almíbar cuando lo gelatinizamos.</p>	Olla 10lt Paleta de goma Colador Bowl Legumbrero Plástico film Maquina deshidratadora Laminadora horno

## Helado de queso

Ingredientes	Procedimiento	Técnicas	Utensilios
Huevo	1. aromatizamos la leche con la canela y el clavo de olor. Agregamos el azúcar. Disolvemos el queso crema. 2. separamos las yemas. 3. pasamos la mitad de la leche y mezclamos con las yemas. Y volvemos a la olla. 4. mezclamos suave y progresivamente hasta que la mezcla llegue a 81°C, colamos y ponemos en hielo. 5. metemos la mezcla en la máquina de helado.	Para el helado usamos la técnica francesa de hacer una crema inglesa. Ayudados con el termómetro que nos indica la temperatura exacta para cuando las yemas están cocinas. El calor residual de la olla puede subir la mezcla hasta 83°C y hasta 84°C que es cuando se corta por eso debemos colarla y pasarla a un baño maría inversa.	Olla 1lt Espátula de goma Batidor Bowl Colador Máquina de helado Termómetro
Canela			
Clavo de olor			
Leche			
Queso crema			
Azúcar			
sal			

## ANEXO2: recetas estándar y costos

### Receta Estándar

Costo por receta

Aperitivo : "Caucara Sous Vide"			pax aperitivo	0,24307355	
	Ingredientes				
1	Caucara	3,3			
0,08	Cebolla paiteña	0,11			
0,05	Cebolla blanca	0,04			
0,05	Pimiento rojo	0,08			
0,05	Pimiento verde	0,03			
0,01	Ajo	0,03			
0,005	Cilantro	0,007			
0,001	Comino	0,005			
0,08	Achiote	0,20			
	total	3,83	Pax		0,038
Llapingacho					
	Ingredientes				
1	Papa	0,55			
0,3	Cebolla blanca	0,27			
0,02	Ajo	0,07			
0,01	Achiote	0,02			
0,001	Comino	0,006			
0,8	Queso fresco	4,41			
	total	5,34	Pax		0,08
decoración					
	Ingredientes				
0,001	Remolacha	0,0009			
0,001	Zanahoria	0,0003			
0,06	limón sutil	0,10			
0,0001	Cebolla paiteña	0,0001			
0,0001	Ají	0,0004			
	total	0,10	Pax		0,10

ají					
	Ingredientes				
0,02	Ají	0,09			
0,05	Tomate de árbol	0,05			
0,005	Cilantro	0,007			
0,03	Limón	0,05			
0,05	Aceite vegetal	0,07			
	total	0,27		Pax	0,01
Entrada fría: Cebiche?			pax entrada	3,65	
	Ingredientes				
0,15	langostino	3,3			
0,01	limón	0,01			
	total	3,31		Pax	3,31
salsa de cebiche					
	ingredientes				
0,1	tomate	0,1			
0,04	limón sutil	0,07			
0,001	mostaza	0,002			
0,001	salsa de tomate	0,006			
0,005	cilantro	0,007			
0,04	aceite vegetal	0,06			
	total	0,24		pax	0,04
chulpi					
0,5	chulpi	2,28			
0,1	cebolla blanca	0,09			
0,05	ajo	0,19			
0,1	grasa de cerdo	0,4			
	total	2,96		pax	0,05

<b>polvo de chulpi</b>					
0,08	chulpi cocinado	0,004			
0,001	comino	0,005			
0,001	sal				
total	0,009			pax	0,0002
<b>aceite de crustáceo</b>					
0,5	cascaras de langostino	0			
0,1	aceite	0,15			
0,8	mantequilla	4,21			
0,05	ajo	0,19			
0,001	comino	0,005			
	total	4,56		pax	0,11
<b>decoración</b>					
0,005	tomate cherry rojo	0,04			
0,005	tomate cherry amarillo	0,06			
0,001	cebolla paiteña	0,0009			
0,001	ají	0,004			
0,001	cilantro	0,001			
	total	0,11		pax	0,11
<b>fuerte: cordero criollo</b>			pax fuerte	3,59	
<b>cordero sous vide</b>					
0,1	cordero	2,93			
0,01	Cebolla paiteña	0,009			
0,01	Cebolla blanca	0,009			
0,01	Pimiento rojo	0,016			
0,01	Pimiento verde	0,007			
0,01	Ajo	0,03			
0,01	Cilantro	0,01			
0,001	Comino	0,005			
0,05	Achiote	0,12			
	total	3,15		pax	3,15
<b>salsa de seco</b>					
0,02	Cebolla paiteña	0,018			
0,02	Cebolla blanca	0,018			
0,02	Pimiento rojo	0,032			
0,02	Pimiento verde	0,014			



0,005	Ajo	0,019			
0,005	Cilantro	0,007			
0,001	Comino	0,005			
0,03	Achiote	0,07			
0,01	naranja	0,02			
0,05	cerveza	0,04			
0,03	panela	0,05			
	total	0,31		pax	0,31
<b>salsa aguacate</b>					
0,1	aguacate	0,22			
0,03	crema de leche	0,07			
0,001	sal	0			
	total	0,2		pax	0,05
<b>Cebolla impregnada</b>					
0,1	cebolla paiteña	0,09			
0,1	limón sutil	0,18			
	total	0,27		pax	0,013
<b>decoración</b>					
0,01	arroz	0,01		pax	0,01
0,005	tomate cherry	0,04		pax	0,04
0,001	cilantro	0,001		pax	0,001
	total	0,05			
<b>Pre-postre</b>			pax pre postre	0,20	
0,01	frutilla	0,035			
0,01	manzana verde	0,02			
0,02	azúcar	0,01			
0,001	canela	0,001			
0,1	naranja	0,10			
	total	0,18		pax	0,18
<b>azúcar de naranja</b>					
0,1	azúcar impalpable	0,19			
0,01	ralladura de naranja	0			
	total	0,19		pax	0,019
<b>postre</b>			pax postre	0,30	
1	higos	4,5			
0,005	canela	0,06			
0,2	panela	0,19			

0,05	vinagre balsámico	0,53			
0,005	clavo de olor	0,02			
0,002	sal	0			
0,028	colapez	2,09			
0,1	mantequilla	0,52			
3	pan	1,5			
	total	9,43		pax	0,27
helado					
5	huevo (yema)	0,6			
0,001	canela	0,01			
0,001	clavo de olor	0,004			
0,5	leche	0,5			
0,01	queso crema	0,04			
0,001	azúcar	0			
0,001	sal	0			
	total	1,16		pax	0,02
	total menú		8		

**Análisis Financiero**

<b>MENU</b>	<b>Costo Unitario</b>
APERITIVO	0,24
Entrada FRIA	3,65
Fuerte	3,59
Pre-postre	0,20
Postre	0,30
Costo total por menú	8
Precio Venta	21,5
Precio Venta IVA	24,08
Precio 10% Servicio	26,48
<b>Precio Venta Neto</b>	<b>26,48</b>

## Food Cost Real

Requisiciones	527
Devoluciones	0
Costo Total Real	527
Costo Real Unitario	11.7

Costo total por recetas estándar: **8**

Número de menús vendidos: **45**

Costo teórico: **8 x 45**

Costo teórico: **\$ 360**

Costo real: **\$ 527**

Food cost: **43%**

Costo real unitario: **\$ 11.7**

Ventas totales: **\$ 1206/100%**

Ingreso neto: **\$ 679**

**FCR= costo real \* 100/ ventas totales**

$$\text{FCR} = \frac{527 * 100}{1206} = 43\%$$



## Requisiciones

Incluye requisiciones de las pruebas

<b>micros</b> myinventory		ESTUDIANTE MARCUS
Issue Request	usf	10/06/2014 14:34

Issue Request : LA1406-00424 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))  
 Date : 11/06/2014  
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)  
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)  
 Info : menu Rafael Mora marcus  
 Status : Requested

*Rafael H.*

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
33010	2,00	CORDERO BIFE IMPORTADO	Kilogram	4,00	4,00	29,30	117,20
73023	0,00	FUNDA VACIO PEQUENA	Each	30,00	30,00	0,05	1,41
73021	10,00	FUNDA VACIO GRANDE	Each	5,00	5,00	0,16	0,80
32018	1,86	YUCA AL VACIO (AULA)	Kilogram	3,00	3,00	1,87	5,61
73060	50,00	TARRINA PLASTICA X 1/2 L	Each	100,00	100,00	0,05	4,91
73062	50,00	TARRINA PLASTICA X 1L	Each	100,00	100,00	0,03	3,21
85003	0,20	VINAGRE BALSAMICO NACIONAL (BODEGA-DELI)	Liter	0,50	0,50	10,60	5,30
						<b>Total:</b>	<b>138,44</b>



Issue Request

usf

05/06/2014 8:51

Issue Request : LA1406-00210 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))  
 Date : 09/06/2014  
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)  
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)  
 Info : menu de la semana marcus rafael mora  
 Status : Requested

*Rafael Hernandez*

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
15017	1,30	RES HUESO	Kilogram	1,20	1,20	3,30	3,96
				CAUCARA NO HUESO			
50009	3,90	MAIZ CHULPI SECO	Kilogram	0,50	0,50	4,56	2,28
83004	0,80	AJI AMARILLO NACIONAL	Kilogram	0,30	0,30	4,50	1,35
83078	5,50	REMOLACHA	Kilogram	1,00	1,00	0,90	0,90
83093	36,45	ZANAHORIA AMARILLA	Kilogram	1,00	1,00	0,38	0,38
83029	41,02	CEBOLLA PAITENA	Kilogram	1,00	1,00	1,45	1,45
40012	0,00	CILANTRO	Kilogram	0,30	0,30	1,50	0,45
1007	1,00	ACEITE ACHIOTE	Liter	1,00	1,00	2,59	2,59
83026	13,04	CEBOLLA BLANCA	Kilogram	1,00	1,00	0,90	0,90
89016	1,72	QUESO FRESCO	Kilogram	1,00	1,00	5,92	5,92
55003	32,00	HUEVOS CODORNIZ	Each	40,00	40,00	0,14	5,42
61018	8,78	LANGOSTINO	Kilogram	4,50	4,50	22,00	99,00
				QUIERO 40 LANGOSTINOS GRANDES			
83082	0,88	TOMATE CHERRY	Kilogram	0,50	0,50	8,80	4,40
83083	0,45	TOMATE CHERRY AMARILLO	Kilogram	0,50	0,50	12,80	6,40
1018	37,00	ACEITE VEGETAL	Liter	3,00	3,00	1,77	5,30
83092	3,80	YUCA	Kilogram	3,00	3,00	0,45	1,35

*Verde aguacate. limon  
 Cilantro mos. Frotilla.  
 Huevo 36*

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
83073	8,20	PLATANO VERDE BARRAGAN	Kilogram	0,30	0,30	0,70	0,21
33010	4,00	CORDERO BIFE IMPORTADO	Kilogram	4,00	4,00	29,30	117,20
83003	5,50	AGUACATE	Kilogram	3,00	3,00	2,20	6,60
7001	85,50	ARROZ	Kilogram	0,50	0,50	1,00	0,50
83071	27,50	PIMIENTO ROJO	Kilogram	1,00	1,00	1,60	1,60
83072	6,85	PIMIENTO VERDE	Kilogram	1,00	1,00	0,73	0,73
83009	1,43	AJO ENTERO	Kilogram	0,30	0,30	3,80	1,14
44044	3,80	NARANJILLA	Kilogram	0,40	0,40	2,40	0,96
21002	5,00	CERVEZA PILSENER DESECHABLE	Each	3,00	3,00	0,88	2,64
57014	8,99	MANTEQUILLA S/SAL	Kilogram	0,50	0,50	5,27	2,64
57005	34,05	CREMA LECHE	Liter	3,00	3,00	2,50	7,50
44027	8,00	LIMON SUTIL	Kilogram	2,00	2,00	1,80	3,60
36155	0,00	SALSA DE TOMATE (HUNTS)	Kilogram	0,10	0,10	6,79	0,68
36088	0,10	MOSTAZA	Kilogram	0,10	0,10	2,11	0,21
83085	74,42	TOMATE FRESCO	Kilogram	2,00	2,00	1,00	2,00
44023	0,55	HIGOS FRESCOS	Kilogram	1,00	1,00	4,50	4,50
36040	0,18	COLAPEZ	Kilogram	0,05	0,05	74,80	3,74
55001	457,00	HUEVOS	Each	10,00	10,00	0,12	1,23
69010	0,15	QUESO CREMA	Kilogram	0,20	0,20	4,20	0,84
31023	0,04	CLAVO DE OLOR ENTERO	Kilogram	0,03	0,03	23,04	0,69
31015	0,11	CANELA POLVO	Kilogram	0,03	0,03	15,51	0,47
44042	5,50	NARANJA NACIONAL	Kilogram	1,50	1,50	1,05	1,58



Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
44032	2,65	MANZANA VERDE	Kilogram	1,00	1,00	2,80	2,80
44018	1,25	FRUTILLA	Kilogram	0,50	0,50	3,50	1,75
9005	0,60	AZUCAR MICRO IMPALPABLE	Kilogram	0,50	0,50	1,94	0,97
9001	34,35	AZUCAR	Kilogram	0,50	0,50	0,77	0,39
73023	30,00	FUNDA VACIO PEQUENA	Each	30,00	30,00	0,05	1,41
73022	10,00	FUNDA VACIO MEDIANA	Each	10,00	10,00	0,06	0,63

**Total: 311,24**

<b>micros</b> myinventory		
Issue Request	usf	Andres Romero 29/05/2014 14:15

Issue Request : LA1405-01495 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))  
 Date : 02/06/2014  
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)  
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)  
 Info : degustacion menu marcus rafael mora  
 Status : Requested

*Rafael H.*

Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
15017	0,00	RES HUESO	Kilogram	0,30	0,30	3,30	0,99
1007	1,00	ACEITE ACHIOTE	Liter	0,15	0,15	2,59	0,39
31025	0,03	COMINO ENTERO	Kilogram	0,02	0,02	5,17	0,10
83060	23,85	PAPA CHOLA	Kilogram	0,50	0,50	0,55	0,28
83026	12,66	CEBOLLA BLANCA	Kilogram	0,30	0,30	0,90	0,27
83009	1,13	AJO ENTERO	Kilogram	0,20	0,20	3,80	0,76
69014	0,00	QUESO FINAS HIERBAS DELI	Each	0,30	0,30	0,00	0,00
83078	5,00	REMOLACHA	Kilogram	0,40	0,40	0,90	0,36
58009	3,10	LECHUGA CRIOLLA	Kilogram	0,10	0,10	0,80	0,08
83029	34,82	CEBOLLA PAITENA	Kilogram	1,00	1,00	1,45	1,45
83093	32,60	ZANAHORIA AMARILLA	Kilogram	0,20	0,20	0,38	0,08
40012	0,00	CILANTRO	Kilogram	0,20	0,20	1,50	0,30
61018	5,05	LANGOSTINO	Kilogram	0,90	0,90	19,80	17,82
55003	12,00	HUEVOS CODORNIZ	Each	20,00	20,00	0,14	2,74
33010	2,00	CORDERO BIFE IMPORTADO	Kilogram	0,90	0,90	29,30	26,37
83071	21,30	PIMIENTO ROJO	Kilogram	0,20	0,20	1,60	0,32



Item No.	SOH	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
83072	6,55	PIMIENTO VERDE	Kilogram	0,20	0,20	0,90	0,18
44044	3,65	NARANJILLA	Kilogram	0,20	0,20	2,40	0,48
9009	0,00	PANELA MOLIDA	Kilogram	0,20	0,20	1,70	0,34
83004	0,30	AJI AMARILLO NACIONAL	Kilogram	0,20	0,20	4,50	0,90
32018	1,70	YUCA AL VACIO (AULA)	Kilogram	1,50	1,50	1,79	2,68
57005	30,05	CREMA LECHE	Liter	2,00	2,00	2,97	5,93
83003	4,80	AGUACATE	Kilogram	0,60	0,60	2,22	1,33
7001	85,05	ARROZ	Kilogram	0,35	0,35	1,00	0,35
83085	73,12	TOMATE FRESCO	Kilogram	1,00	1,00	0,82	0,82
44027	7,30	LIMON SUTIL	Kilogram	0,40	0,40	1,80	0,72
36088	0,05	MOSTAZA	Kilogram	0,05	0,05	2,11	0,11
36155	0,00	SALSA DE TOMATE (HUNTS)	Kilogram	0,05	0,05	6,79	0,34
44023	0,35	HIGOS FRESCOS	Kilogram	0,20	0,20	5,50	1,10
85003	2,00	VINAGRE BALSAMICO NACIONAL (BODEGA-DELI)	Liter	0,20	0,20	10,60	2,12
9009	0,00	PANELA MOLIDA	Kilogram	0,20	0,20	1,70	0,34
69011	0,00	QUESO CREMA DELI	Each	0,30	0,30	2,39	0,72
36040	0,15	COLAPEZ	Kilogram	0,03	0,03	74,80	2,24
44031	6,60	MANZANA ROJA	Kilogram	0,30	0,30	2,40	0,72
44018	0,75	FRUTILLA	Kilogram	0,30	0,30	3,50	1,05
44042	4,50	NARANJA NACIONAL	Kilogram	1,00	1,00	1,05	1,05
73021	8,00	FUNDA VACIO GRANDE	Each	10,00	10,00	0,16	1,59
73022	0,00	FUNDA VACIO MEDIANA	Each	10,00	10,00	0,06	0,63
						<b>Total:</b>	<b>78,04</b>

## ANEXO3: Fotos

### Fotos platos

Aperitivo: "Caucara sous vide" y acompañantes.



Entrada: "cebiche?"



Fuente: "Cordero Criollo"



Postre: sanduche de higos con quesos

