

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

Menú de investigación

Comida Ligure, Italia

Proyecto de investigación

María Laura Dulbecco Terán

Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Trabajo de titulación presentado como requisito
para la obtención del título de
Licenciado en Arte Culinario y Administración de Alimentos y Bebidas

Quito, 15 de diciembre de 2016

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

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

Menú de investigación

Comida Ligure, Italia

María Laura Dulbecco Terán

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Chef Claudio Ianotti
Especializado en Comida Italiana y
Chacutería

Firma del profesor

Quito, 15 de diciembre de 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: María Laura Dulbecco Terán

Código: 00108792

Cédula de Identidad: 1716796949

Lugar y fecha: Quito, 15 de diciembre de 2016

RESUMEN

La gastronomía siempre ha sido parte de mi vida. Mis primeros recuerdos son dentro de la cocina, desde mi hermano dándome de comer granadilla en mi silla de bebé, hasta jugar con la harina de la mesa de madera de mi abuela. El día que decidí cursar por esta carrera, fue una tarde en la cocina de mi tía Raffaella en Italia. Probé una cucharada de pasta de tomate que me llevó a tantos recuerdos de mi infancia ya que, era el mismo sabor y textura que la que hacía mi abuela, la misma pasta que no había probado ya por 5 años.

Tuve la grandiosa oportunidad de viajar el Verano a Liguria: Imperia y Génova específicamente. Me embebí en sus sabores, por lo que decidí hacer un tributo a mis raíces italianas. Mi meta, fue lograr un menú que respete una tradición, un menú que entre en los parámetros administrativos consiguiendo siempre un Food Cost adecuado y oportuno. Concebir platos usando las herramientas que me han dado mis 4 años de experiencia profesional, más los sabores que pude experimentar en mi viaje. Un menú dentro de un margen clásico y familiar pero siempre usando mi lupa y criterio gastronómico. Lo que me permitió elaborar un menú lleno de pasión, historia y sabor.

ABSTRACT

Gastronomy has always been a part of my life. My first memories are in the kitchen, from my brother feeding me with granadilla in my baby chair, to playing with the flour on the table of my grandmother's kitchen. The day I decided to study Culinary Arts was an afternoon in the kitchen of my Aunt Raffaella in Italy. I tried a tablespoon of tomato sauce that took me to so many memories of my childhood since, it was the same flavor and texture as the one my grandmother used to prepare, the same sauce I had not tasted for 5 years.

I had the great opportunity to travel the past Summer to Liguria: Imperia and Genoa specifically. I drank in their flavors and culture, so I decided to pay tribute to my Italian roots. My goal was to achieve a menu that respects a tradition, a menu that comes within the administrative parameters always achieving a suitable and timely Foodcost. Conceive dishes using the tools that the University taught me this last 4 years, plus the flavors that I had experienced in my trip. A menu within a classic and familiar nucle but always using my gastronomic criteria. Which allowed me to elaborate a menu full of passion, history and flavor.

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	7
DESARROLLO DEL TEMA.....	8
Marco Teórico:	8
Historia de la gastronomía de Liguria.....	8
Productos y platos típicos de Liguria	9
Gastronomía en las fiestas de Liguria.	14
Trabajo del Marcus.....	15
Menú	15
Historia de los platos escogidos	16
Recetas de los platos	18
Fotos de los platos.....	32
.....	34
Informe cuantitativo de menú.....	35
Ventas vs costos (solicitar reporte de ventas y costos).....	35
Food Cost del menú. (verificado con las recetas y las ventas).....	35
Utilidad neta del menú.	36
CONCLUSIÓN.....	37
Bibliografía	38
Anexos	39

INTRODUCCIÓN

“La cucina ligure è intelligente e attenta, capace di sfruttare ogni elemento che la terra, il mare e il lavoro dell’uomo producono”. (La cocina Ligure es inteligente y atenta. Capaz de aprovechar cada producto que la tierra, el mar y el hombre producen). (Luce)

Liguria es una región ubicada en el norte de Italia, es la continuación de la costa azul de Francia. Esta compuesta por 4 ciudades: Imperia, La Spezia, Savona y Génova la capital. Es una región costera por lo que es claro el impacto de esto dentro de su gastronomía. También tiene una gran influencia de la montañas, ya que la mayoría de su territorio, son montes y montañas.

En el trabajo a continuación, se describirá el labor de presentar un menú completo en el restaurante de la Universidad San Francisco de Quito, Marcus. El desarrollo y ejecución de un concepto tradicional pero innovador a la vez. Recetas familiares modificadas para una venta exitosa del menú titulado *Mangia Che Ti Fa Bene*, (Come que te hace bien). El menú esta compuesto de dos entradas, un plato fuerte, postre y un bajativo tradicional. Historia, conceptos, recetas y datos administrativos serán descritos a continuación.

DESARROLLO DEL TEMA

Marco Teórico:

Historia de la gastronomía de Liguria.

La tierra de la zona de Liguria a diferencia del mar que la rodea no es tan rica y generosa, por lo que la agricultura se basa en productos totalmente endémicos (bayas, hongos y pocas hortalizas). Sin embargo, los habitantes, lograron desarrollar técnicas de terrazas y pequeñas huertas para producir un sin número de vegetales, hortalizas, olivos y hasta viñedos. Se podría decir, que es una gastronomía en su mayoría vegetariana con poco uso de cárnicos. Sin embargo existe un consumo leve de aves de corral y carne de cabra.

Las hierbas aromáticas y condimentos juegan un gran papel. Se usa mucha cantidad de albahaca, tomillo, orégano, mejorana, salvia entre otras.

La vida marina influyó mucho la gastronomía de la Liguria. Teniendo un mar tan generoso la mayoría de platos tradicionales tiene frutos marinos como su protagonista.

La pasta fresca es un poema a la vida cotidiana de los Italianos en Liguria. El proceso siempre fue una delicadeza de las mujeres, quienes trabajan por horas en espera de sus esposos marineros. Era tradición recibirlos con pasta recién hecha. Todas las mujeres del pueblo se reunían como un ritual a esperar a sus maridos. El pueblo Camogli ubicado en Génova, lleva su nombre justamente por esto. "Ca" de casa y "Mogli" de mujer en dialecto Ligure. El pueblo, en temporada de pesca se convertía en un matriarcado. Mujeres trabajando y cocinando día y noche, criando sus hijos y manteniendo sus huertos. Todos los hombres salían a pescar por semanas. De aquí, nace la tradición de hacer platos sencillos pero de elaboraciones prolongadas. Salmueras y encurtidos que tardaban semanas en estar listos. Esto

se debe a dos grandes razones. La primera, que las mujeres preparaban con mucho cariño y dedicación platos toda la temporada y también mandaban a sus maridos cocciones en salmueras y encurtidos para que les puedan durar todo el tiempo dentro de alta mar y no solo deban comer pescado o mariscos.

La cucina genovese, ma tutta quella ligure in generale, è stata definita 'cucina del ritorno'. Questo perché molti piatti hanno tempi di preparazione e di attesa molto lunghi, essendo nati dalla fantasia delle donne dei marinai che attendevano i mariti al ritorno da viaggi lunghissimi. (La cocina genovesa, y la de toda la Liguria en general está definida como cocina de regreso. Esto se debe a que muchos platos tienen mucho tiempo de preparación y de esperar un tiempo prolongando. Siendo nacidos de la fantasía de la mujeres de los marinos que anhelaban el retorno de sus maridos después de viajes largos). (Italiana)

Productos y platos típicos de Liguria

Platos típicos:

1. La focaccia:

Este producto puede ser de los más emblemáticos de Italiana y conocidos a nivel mundial. Lo que pocas personas saben, es que es un plato típico de un pequeño país dentro de Génova, Recco. Este pequeño país se especializa en todo tipo de focaccia y se cree que es aquí donde nació. Hoy en día tienen una denominación de origen gracias a su calidad e historia.

La historia de este plato se aleja de su delicioso sabor y se torna un poco amarga, ya que, se cree que nació de los refugiados en las colinas de Recco. Mujeres y niños que se escondían de las Cruzadas en los años comprendidos entre 1500 y 1600. En las colinas se alimentaban de los pocos productos que tenían, entre estos harina, agua y hierbas. Cocinaban la masa en rocas candentes en las fogatas.

“”Dal 1955 si svolge a Recco, nell’ultima domenica del mese di maggio, la “Festa della focaccia” in cui lavorarono insieme ristoratori e fornai della città”. (Desde el 1955 se celebra en Recco, en el ultimo domingo del mes de mayo, la Fiesta de la Focaccia, en donde restauranteros y ciudadanos trabajando juntos en toda la ciudad. (Travel)

2. Bianchetti:

Bianchetti son las crías de las anchoas recién nacidas. Este plato es una delicadeza ya que no se puede conseguir en todo el año por moderaciones del estado. En Liguria se las come fritas con apanadura. (Matranga, 2016)

3. Pesto:

Siendo el pesto una salsa conocida a nivel mundial, su origen y terminología vienen de la Liguria. Se lo hace típicamente con aceite de oliva de la región , piñones y albaca genovesa. Tiene como característica única el uso de queso semi fresco de cabra.

4. Trofie:

Trofie es la pasta fresca por excelencia de la región y se la acompaña en su mayoría con pesto genovés. La etimología de la palabra viene del dialecto ligure donde “trofiare” hace referencia a la acción de frotar la pasta para obtener la forma clásica de esta pasta.

5. Cima

La cima genovesa, es un segundo plato, diseñado para comer con las manos. El plato esta hecho de panza de ternera cortada a tal manera que se pueda hacer una bolsa en la mitad. Luego se rellena con diferentes ingredientes, normalmente con vegetales.

Productos:

1. Vegetales, hortalizas y plantas :

- Tomate, berenjena, zuchinni, frejol blanco, flor de zucchini, rábano, albaca, tomillo.

2. Quesos:

2.1. Pecorino di Malaga:

El queso Pecorino di Malaga es una influencia directa de la región vecina Piemonte. Es hecha de leche de cabra y se lo consume en la mesa. (carotti)

2.2 Formaggio di San st:

Este queso esta hecho de leche de vaca. Se produce principalmente en Chiaveri, un pequeño país dentro de Imperia. Este producto fue realmente importante ya que, su valor era significativo durante la historiada Chiaver por lo que se usaba como un bien de intercambio económico. "Quasi tutte le famiglie avetane avevano almeno due mucche. Produrre il loro formaggio, quindi, era la maggior risorsa economica". (Casi todas las familias tenían por lo menos dos vacas para producir su propio queso, ya que era la mejor fuente de ingreso)

(Italiana)

3. Hongos:

3.1 Porcini: Se usa para la elaboración de salsas que acompañan en su mayoría a pasta o risotto. Se lo usa por su sabor terroso y maduro anejos.

3.2 Trufas: las trufas se encuentran en Savona. Normalmente son recolectadas por perro o personas especializadas. Se encuentran todas las especies de trufas negras y también trufas blancas de la más alta calidad

4 Aceite de Oliva:

Olio Extra Virgen de Oliva D.O.P. Riviera Ligure

El aceite de oliva de la Liguria, es considerado el aceite más fino respecto a sabor y aroma de toda Italia. Estas características y valor, hicieron que el aceite de la Liguria adopte denominación de origen. Para obtener dicha denominación, el aceite debe provenir de un tipo de árbol exacto y ser parte de una zona específica.

“Fueron los Monjes Benedictinos en el medioevo los que mejoraron por medio de selecciones cuidadosas la planta del olivo, creando la variedad Taggiasca, y a enseñar la técnica del “cultivo en terrazas” de las montañas con muros de piedra en seco (Maxèi), para crear las “franjas” y sonsacar la tierra cultivable a un territorio que solo la previsión y la fuerza de ánimo del agricultor ligure supo hacer productivo”. (OIP)

Tiene como característica un sabor libre de notas acidas. Se siente una fruta dulce y tenue que al acompañar cualquier comida con este aceite, los ingrediente no quedan opacado por el sabor clásico de un aceite de oliva sino, resaltan y se acompañad de una manera amistosa.

Los agrícolas que producen este aceite de oliva, son profesionales realmente apasionados a su trabajo. Es un oficio diario que requiere trabajo físico y dedicado. El terruño de la Liguria, es seco y hostil para el cultivo y se requiere mucho talento para poder plantar cualquier tipo de planta. También se debe tener mucho interés y atención en evitar que las olivas se enfermen o sean víctimas de pestes comunes en la zona.

5 Vinos:

Existen 8 denominación de origine dentro de esta región:

- 1) Golfo del Tigullio
- 2) Portofino o Portofino Doc,
- 3) Colline di Levante Doc,
- 4) Cinque Terre Doc.
- 5) Doc Valpolcevera.
- 6) Riviera Ligure di Ponente Doc,
- 7) Pornassio o Ormeasco di Pornassio Doc
- 8) Rossese di Dolceacqua Doc

Las variedades más importantes son:

- Rossese:

Esta variedad se cultiva en Imperia, su sabor es suave, muy aromático y cálido. (carotti)

Se estima que esta variedad puede ser la más valiosa producida en toda lo zona por su valor económico.

- Moscato bianco

Este vino tiene sus orígenes en la civilización Griega. Despues de la edad media, se establece la plantación de esta sepa en el norte de Italia. " Moscato Bianco es un vino dulce, muy aromático y fresco, producido a partir de uvas de un viñedo del mismo nombre, que contribuye a la producción de otros vinos conocidos como Moscadello di Montalcino y Moscato d'Asti." (Vino Moscato Bianco)

- Pigato

Un vino color amarillo brillante con notas sabor a miel y flores blancas. "Il Pigato è anch'esso un vino tipico del Ponente Ligure riconosciuto DOC il 31-03-1988. Di origine medio-orientale si è spostato in Europa sviluppandosi soprattutto in Liguria e trovando il suo habitat naturale nella provincia di Imperia e nella piana di Albenga ". (Pigato es también un vino típico de Liguria occidental DOC reconocida en 31/03/1988. origen de Oriente Medio se ha desplazado cada vez mayor en Europa, principalmente en Liguria y encontrar su hábitat natural en la provincia de Imperia y Albenga llano, aluvial) (Aschero)

(carotti)

Gastronomía en las fiestas de Liguria.

Siendo una región relativamente grande y bien dividida por sus provincias, existe un plato típico de la región que es emblemático para festejar la época de la Pascua. La torta Pascqualiana está hecha de sobras vegetales dentro de una masa básica sin huevo y poco aceite de oliva. Se la come durante todo el año pero en especial en la época de pascua. " One of the great specialities of the northern Italian cooking at one time no Easter feat would have been conceivable without its Torta Pasqualina ". (Una de las grandes especialidades de la cocina italiana del norte. Ningún evento de Pascua habría sido concebible sin su Torta Pasqualina)

(Bugialli)

Trabajo del Marcus**Menú**

Mangia che ti fa bene
Maria Laura Dulbecco

Verdure di Imperia

Berenjena, portobello, zucchini verde y amarillo
empapados de sabores italianos.

Trofie al pesto Genovese

Pasta artesanal de imperia con
pesto genovés.

Polpo al pomodoro

Pulpo al grill con pasta de tomate fresca acompañado
con polenta frita y polvo de aceituna.

Torta alla ricotta con gelato di miele

Biscocho de ricota y romero con helado de miel,
ricotta fresca y nueces para acompañar.

Historia de los platos escogidos

1. Vegetales:

La entrada del menú fue una composición de vegetales en diferentes texturas. Esto se debe al alto consumo de vegetales dentro de la gastronomía Ligure era en su mayoría vegetariana. Los marineros cansados de comer alimentos marinos, se especializaron en cocinar los vegetales de diversas maneras. Puntualmente el escabeche de hongos ya que al viajar por largos días en el mar abierto, ellos debían tener comida que durase. Como se sabe el aceite de oliva crea un medio infértil de bacterias y los alimentos se conservan de una excelente manera por varios días.

2. Pesto

“Pesto, an uncooked sauce, is one of the most typical products of Genovese Cooking, and contributes much to the distinction of that fine “*cucina*”... It is not an exaggeration that every Genoese Family has a mortar and pestle that is actually used”. (Pesto, una salsa no cocinada, es uno de los productos más típicos de la cocina genovesa, contribuye a la distinción de la cocina fina.... No es una exageración que cada familia genovesa tiene un mortero que literalmente se usa) (Bugialli)

El pesto sin lugar a dudas es la salsa más emblemática de la zona, en especial de Génova. Las colinas de la ciudad están repletas de albahaca y se considera que por sus características organolépticas es la especia precisa para la elaboración de dicha salsa. Pesto, viene del término ligure “Pestare” que significa machucar en un mortero. Por lo que el nombre pesto se usa de una manera errónea. Pesto puede ser de tomate, de espinaca o cualquier vegetal o hortaliza. Sin embargo como el pesto de albahaca es el más conocido, se cree que pesto es exclusivamente de albahaca.

3. Trofie

La pasta en general, puede ser el plato más emblemático de Italia y no puede faltar un plato de pasta fresca en un menú. Existen varias teorías de donde fue creada la pasta. Una de las teorías más conocida es que Marco Polo trajo la idea de la pasta desde China ,sin embargo, esto no se ha comprobado, todo lo contrario, se puede desmentir esto ya que se han encontrado pruebas que la pasta ya existía antes del regreso de Marco Polo a Italia “There still exist the manuscript of a will, drawn up in Genoa two years before the return of Marco Polo” (Todavía existe el manuscrito de un testamento, redactado en Génova dos años antes del regreso de Marco Polo (Bugialli)

Trofie, tiene una forma clásica y única. No se sabe exactamente quien las empezó hacer ni cuando, pero si que son originarias de la Liguria. No hay lugar a dudas de su origen ya que solo en Genova se tenía la modalidad de cocinar pasta sin huevo. “Most genuinely Genoese pasta, such as trofie and specifically Ligurian ravioli, is eggless. Genovese cookbooks of the nineteenth and twentieth century began to include pastas from other places” (Bugialli)

Recetas de los platos

Entrada 1:

1. Vegetales en varias texturas

Entrada 1				
Pure de Berenjena				
Peso Total Receta	1			
Peso por porcion	0,1			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Berenjena	Kg.	2,755	0,75	2,066
Crema de leche	Lt.	3,178	0,30	0,953
Sal	Kg.	0,303	0,01	0,003
Pimineta	kg	15,604	0,01	0,156
Costo Total				3,179
Costo por porción				0,318

1. Puré de Berenjena:

- Cortar las berenjenas por la mitad.
- Marcar la berenjenas en la parrilla.
- Retirar las pulpa de la Berenjenas evitando las semillas.
- Licuar con sal pimienta y crema de leche

2. Portobello encurtido:

Encurtido de Portobello				
Peso Receta	0,935			
Peso por porción	0,0935			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Portobello	Kg.	7	0,4	\$ 2,80
Sal	Kg.	0,30285898	0,01	\$ 0,00
Pimineta	Kg.	15,604	0,01	\$ 0,16
Ajo	kg	4,299	0,005	\$ 0,02
Romero	Kg.	8	0,01	\$ 0,08
Aceite de Oliva	Lt.	8,443125	0,25	\$ 2,11
Vinagre Balsamico	Lt.	6,7298	0,25	\$ 1,68
Costo Total				\$ 6,85
Costo por porción				\$ 0,69

- Mezclar aceite de oliva y vinagre balsámico 3 partes de aceite por 1 de vinagre.
Anadir sal y azúcar y dientes de ajo machacados.
- Cortar los portobellos en dados pequeños.
- Colocar los portobellos en la mezcla de vinagre y aceite de oliva y dejar reposar por lo menos un día.

3. Ensalada de vegetales:

Ensalada				
Peso Receta	0,45			
Peso por porción	0,045			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Hinojo	Kg.	14,25	0,1	1,425
Rabano	Kg.	1,14	0,1	0,114
Zucchini verde	kg	1,045	0,1	0,1045
Zucchini amarillo	Kg.	5,225	0,1	0,5225
Lechuga Crespa Morada	Kg.	5,225	0,05	0,26125
Costo Total				2,42725
Costo por porción				0,242725

- Cortar los rábano y los zuchinis a gusto, elegir lechugas fresca y servir con aceite de oliva aromatizada con ajo y tomillo.
4. Chicharrón de portobello.
- Guardar los tallos del portobello y cortarlos en dados medianos.
 - Sazonar con sal y tomillo y deshidratarlos por dos horas a 90 grados Celsius.

5. Crutones de pan:

Crutón de pan				
Peso Receta	0,18			
Peso por porción	0,018			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Pan de molde sin corteza	Kg.	3,1277533	0,1	0,31277533
Mantequilla	Kg.	5,27	0,05	0,2635
Óregano	kg	8,5	0,03	0,255
Costo Total				0,83127533
Costo por porción				0,08312753

- Usar pan de molde si corteza y aplanarlos con un rodillo.
- Cortar a su gusto en formas.
- Clarificar mantequilla y aromatizarla con orégano.
- Dorar los panes en el horno.

Entrada 2:

Trofie al Pesto genovés

1. Trofie:

Pasta Trofie				
Peso Receta	0,75			
Peso por porción	0,075			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Harina	Kg.	0,74	0,5	\$ 0,37
Agua	Lt.	0	0,25	\$ -
Sal	kg	0,303	0,005	\$ 0,00
Costo Total				\$ 0,37
Costo por porción				\$ 0,04

- Mezclar la harina con el agua por lo menos por 10 minutos.
- Dejar reposar por una hora
- Hacer tiras largas de maza y rozar con la palma de la mano separando pequeños pedazos para dar la forma deseada
- Guardarnos en un lugar seco evitando el uso excesivo de harina.

2. Pesto:

Pesto				
Peso Total Receta	0,85			
Peso por porción	0,085			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Albaca	Kg.	6	0,2	\$ 1,20
Ajo	Kg.	4,299	0,05	\$ 0,21
Piñones	Kg.	72	0,05	\$ 3,60
Sal	kg	0,303	0,05	\$ 0,02
Aceite de Oliva	Lt.	8,443125	0,2	\$ 1,69
Queso Cabra	Kg.	20,3	0,3	\$ 6,09
Costo Total				\$ 12,81
Costo por porción				\$ 1,28

- Moler la albahaca con piñones ajo y aceite de oliva finalmente corregir la sal.
- Anadir de manera envolvente queso de cabra semi maduro.
- Evitar hacerlo en la licuadora.

3. Crocante de Parmesano:

Crocante de Parmesano				
Peso Total Receta	0,5			
Peso por porción	0,05			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Queso Parmesano	Kg.	15,050	0,5	7,525
Costo Total				7,525
Costo por porción				0,7525

- Rallar el queso
- Cocinar en sartenes a fuego lento.
- Dar forma deseada.

Plato fuerte:

Pulpo al pomodoro:

1. Pulpo:

Pulpo				
Peso Total Receta	1,500			
Peso por porción	0,15			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Pulpo	Kg.	10	1,50	15,00
Costo Total				15,00
Costo por porción				1,50

- Cocinar el pulpo en agua con laurel, cebolla y sal.
- Dependiendo el tamaño del pulpo llevará de 2 horas a 3 horas.

2. Pomodoro:

Pomodoro				
Peso Total Receta	1,150			
Peso por porción	0,115			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Tomate fresco	Kg.	0,855	0,5	0,4275
Lata de tomate	Kg.	5,05875	0,1	0,505875
Ajo	Kg.	4,299	0,05	0,21495
Cebolla Perla	Kg.	0,9285	0,5	0,46425
Costo Total				1,612575
Costo por porción				0,1612575

- Cortar los tomates pelados y sacar las pepas.
- Hacer un refrito con el tomate, ajo y cebolla.
- Dejar cocinar por lo menos 2 horas y agregar sal y pimienta al gusto.

3. Polenta:

Polenta				
Peso Total Receta	0,875			
Peso por porción	0,0875			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Polenta	Kg.	1,92	0,2	\$ 0,38
Sal	Kg.	0,303	0,01	\$ 0,00
Pimienta	Kg.	15,604	0,05	\$ 0,78
Leche	Lt.	1,1232	0,4	\$ 0,45
Crema de leche	Lt.	3,178	0,2	\$ 0,64
Nuez Moscada	Kg.	48,88	0,015	\$ 0,73
Costo Total				\$ 2,99
Costo por porción				\$ 0,30

- Hervir la leche y la crema sazonada con nuez moscada sal y pimienta.
- Cocinar la polenta hasta que esta se seque.
- Poner en moldes pequeños.
- Terminar en un sartén dando un color dorado.

4. Rúcula;

Ensalada				
Peso Total Receta	0,05			
Peso por porción	0,005			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Rucula	Kg.	24,7	0,05	1,235
Costo Total				1,235
Costo por porción				0,1235

- Elegir hojas verdes
- Sazonar con aceite de oliva y sal

5. Polvo de aceituna:

Polvo de Aceituna				
Peso Total Receta	0,05			
Peso por porción	0,005			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Aceituna negra	Kg.	9,943	0,05	0,49714286
Costo Total				0,49714286
Costo por porción				0,04971429

- Picar finamente las aceituna
- Deshidratar por dos horas en el horno a 90 grados.

Postre:

Biscocho de Limón romero y ricota con helado de miel

1. Biscocho:

Biscocho de ricotta y romero				
Peso Total Receta	4			
Peso por porción	0,4			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Harina	Kg.	0,74	0,25	\$ 0,19
Huevos	Unidad	0,11	3	\$ 0,33
Limón	Kg.	0,238	0,2	\$ 0,05
Azúcar	kg	0,76908161	0,175	\$ 0,13
Mantequilla	Kg.	1,915	0,175	\$ 0,34
Ricotta	Kg.	3,4	0,25	\$ 0,85
Polvo de Hornear	Kg.	3,164	0,007	\$ 0,02
Romero	Kg.	8	0,006	\$ 0,05
Costo Total				\$ 1,95
Costo por porción				\$ 0,20

- Separar las yemas de la claras.
- Adjuntar la mantequilla pomada y agregar el zest de limón anteriormente extraído junto con el romero picado
- Escurrir el queso ricota y añadir a la mantequilla
- Añadir las yemas de huevo una por una.
- Finalmente montar las claras y mezclar con la otra mezcla de manera envolvente.

2. Helado de miel:

Helado de Miel				
Peso Total Receta	2,3			
Peso por porción	0,23			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Leche	Lt.	1,1232	0,112	\$ 0,13
Crema de leche	Lt.	3,178	0,137	\$ 0,44
Huevos	Unidad	0,11	2	\$ 0,22
Miel	Kg.	5,6	0,04	\$ 0,22
Glucosa Tamizada	Kg.	1,88	0,04	\$ 0,08
Costo Total				\$ 1,08
Costo por porción				\$ 0,11

- Hacer una crema inglesa y diluir la miel en la crema
- Cuando la crema llegue a 40 grados incorporar la glucosa.
- Dejar reposar por un día
- Usar la maquina de helados por 20 minutos hasta obtener la textura deseada.

3. Manzanas impregnadas:

Manzanas Impregnadas				
Peso Total Receta	0,158			
Peso por porción	0,0158			
Rendimiento	10			
	Unidad	Precio	Cantidad	Costo
Manzana	kg.	1,95767	0,15	0,2936505
Acido Citrico	kg.	3,72	0,008	0,02976
Costo Total				0,3234105
Costo por porción				0,03234105

- Cortar el cubos pequeños la manzanas
- Remojar en agua y acido cítrico
- Empacar al vacío y dejar reposar por un día.

4. Parmesano de nuez:

- Rallar las nueces en un zester para obtener textura de queso rallado

Fotos de los platos

1) Entrada 1:

Verduras y hortalizas en varias texturas:



Foto 1 Entrada 1 Vegetales

2) Entrada 2:

Trofie al pesto genovés:



Foto 2 Entrada 2 Trofie al pesto

3) Fuerte:

Pulpo al pomodoro con polenta frita, polvo de aceituna y rucula



Foto 3 Plato Fuerte Pulpo al pomodoro

4) Postre:

Biscocho de ricota y limón, helado de miel, queso ricota fresco y manzana impregnadas con ácido cítrico.



Foto 4 Postre Ricotta Miel y Nueces

Informe cuantitativo de menú.

Ventas vs costos (solicitar reporte de ventas y costos)

Tabla 1 Costo Real Corregido

Costo Real	
Requisiones	784,32
Trans in	0
Trans Out	0
Costo Total	784,32

Tabla 2 Ventas

Ventas		
Item	Cantidad	Gross Sale
Menu Completo	109	1758,17
Entrada	1	8,5
Postre	1	7,6
	Total	1774,27

Food Cost del menú. (verificado con las recetas y las ventas).

Tabla 3 Food Cost Real

FC Real	
Total costos	784,32
Total Ventas	1774,27
	44%

Tabla 4 Food Cost Teórico

FC Teorico	
Costo menu	\$ 6,03
Precio de Venta	16,3
	37%

Tabla 5 Costo por plato

	Platos	Costo
Entrada 1	Vegetales	\$ 1,29
Entrada 2	Trofie	\$ 2,07
Plato Fuerte	Pulpo	\$ 2,13
Postre	Ricotta y miel	\$ 0,34
Bajativo	Limoncello	\$ 0,19
	Total	\$ 6,03

Utilidad neta del menú.

Tabla 6 Utilidad Neta

Utilidad Neta	
Ingreso	1774,27
Costo real Total	784,32
	989,95

CONCLUSIÓN

- Se logro la meta deseada: conseguir ventas significativas con un menú tradicional recuperando un margen de ganancia importante.
- Los comensales en su mayoría salieron satisfechos y conocedores de una Gastronomía Ligure Clásica.
- El aprendizaje durante la semana del menú fue ralmente enriquecedor. Aprendí la comunicación y movimiento real dentro de un restaurante. La experiencia es realmente dura pero prueba tus limites y termina siendo una practica satisfactoria. La relación con el equipo de trabajo es fundamental para un buen desarrollo, por lo que es importante aprender a ser parte de un equipo sin importar en que posición estés.

Bibliografía

Luce, F. (s.f.). *FiorLuce.com* . Obtenido de www.Fiouluce.com

OIP. (s.f.). *OIP*. Obtenido de www.aceiteitaliano.es/aceite/aceite-liguria.html

Italiana, C. (s.f.). *Liguria* . Obtenido de Liguria : www.superdossier.com

Travel, F. (s.f.). *www.foodtravel.com*. Obtenido de www.foodtravel.com .

carotti, M. (s.f.). *Prodotti*. Obtenido de www.prodoctidellaliguria.it

Bugialli, G. *The Fine Art of Italian Cooking*. New York: Times Books.

Matranga, A. (2016). léssenaza. *Alimenti* .

Anexos

Requisiciones:

micros myinventory			
Transfer		USF	Viviana Salazar 13/12/2016 10:46 a.m.

Transfer : LA1810-00816 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 19/10/2016
 From Cost Center : PANADERIA (CCP)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI.VARCUS MENU MARIA LAURA DULBECC
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
51012	FARINA TRIGO	Kilogram	5.52	5.52	0.76	4.18
36107	POLVO HORNEAR	Kilogram	0.05	0.05	3.25	0.16
Total:						4.34

micros myinventory		Vilana Salazar
Transfer	USF	13/12/2016 10:57 a.m.

Transfer : LA1609-00803 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 20/09/2016
 From Cost Center : BODEGA CAVA (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI MENU LAURA DULBECCO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
69054	ZUMIR SECO 43°- 28°	Liter	1,50	1,50	10,51	15,75
Total:						15,75

micros myinventory		Viviana Salazar
Transfer	USF	10/12/2016 10:45 a.m.

Transfer : LA1610-00420 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 11/10/2016
 From Cost Center : PANADERIA (CCP)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI PRUEBA MARIA LAURA
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
51012	HARINA TRIGO	Kilograms	0.13	0.13	3.76	0.50
36107	POLVO HORNEAR	Kilograms	0.01	0.01	3.25	0.03
Total:						0.53

micros myInventory		Viviana Salazar
Transfer	USF	15/12/2016 10:44 a.m.

Transfer : LA1610-00416 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 11/10/2016
 From Cost Center : PANADERIA (CCP)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI MENU MARIA LAURA DULBECO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req Qty	Qty	Price	Total
36102	HARINA TRIGO	Kilogra m	0,25	0,38	0,76	0,29
36107	POI VO HORNEAR	Kilogra m	0,01	0,01	3,25	0,03
Total:						0,32

1

2

3

4

5

micros myinventory		Viviane Salazar
Transfer	USF	13/12/2018 10:40 a.m.

Transfer : LA1810-00323 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 07/10/2018
 From Cost Center : PANADERIA (CCP)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI LAURA DULBECCO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
36068	LEVADURA FRESCA	Kilogra m	0.01	0.01	4.16	0.04
57025	YOGURT NATURAL EL PINO	Liter	0.08	0.08	2.13	0.17
39028	QUESO HOLANDES	Kilogra: m	0.15	0.15	7.83	1.17
Total:						1.39

micros myinventory			
Transfer	USF		Viviana Salazar 13/12/2016 10:50 a.m.

Transfer : LA1610-00542 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 22/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI Menu LIGURIA MARIA LAURA D'ULBECCO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
93016	BERENJENA	Kilogram	2.00	0.00	0.75	0.00
23033	CHAMPINON PORTOBELLO FRESCO	Kilogram	1.50	1.50	7.06	10.59
63098	ZUCCINI AMARILLO	Kilogram	3.00	0.50	1.60	0.80
83101	ZUCCHINI VERDE	Kilogram	3.00	3.00	1.23	3.69
93350	HINOJO	Kilogram	1.50	1.50	5.00	7.50
33075	RABANO	Kilogram	0.40	0.60	0.75	0.36
51012	HARINA TRIGO	Kilogram	5.30	0.00	0.76	0.00
45021	PIÑONES	Kilogram	0.05	0.08	72.00	5.73
40032	ALBAHACA FRESCA	Kilogram	2.50	2.50	3.89	9.97
68305	QUESO CABRA SEMIMADURO	Kilogram	0.50	0.60	29.71	17.52
69046	QUESO PARMESANO ENTERO NACIONAL	Kilogram	1.00	1.00	16.54	16.54
31029	PULPO	Kilogram	5.00	7.20	10.01	72.09
83285	TOMATE FRESCO	Kilogram	7.00	7.00	0.95	6.65
36138	TOMATE PUMODORO CONSERVA (BODEGA- DEL)	Kilogram	0.50	0.40	5.06	2.02
83030	CEBOLLA PERLA	Kilogram	3.00	3.00	0.89	2.80

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
19016	POLENTA NACIONAL	Kilogram	2.00	2.00	2.18	4.37
1003	A. OLIVA GALON	Liter	2.00	1.76	8.41	14.78
85033	VINAGRE DALSAM CO NACIONAL (BODEGA-DELI)	Liter	1.00	1.00	6.93	6.93
85007	VINAGRE VINO BLANCO	Liter	0.50	0.50	5.87	2.94
57005	CREMA LECHE	Liter	5.00	5.00	2.76	13.81
2006	ACEITUNA N. S/H (BODEGA-DELI)	Kilogram	2.50	0.35	9.32	3.26
32011	PAN MOLDE SICORTEZA	Kilogram	3.50	0.45	6.42	2.89
44032	MANZANA VERDE	Kilogram	0.50	0.60	2.15	1.29
70016	GLUCOSA ATOMIZADA	Kilogram	0.40	0.40	4.08	1.63
44026	LIMON MEYER	Kilogram	0.50	0.50	0.55	0.28
9301	AZUCAR	Kilogram	0.72	0.77	0.77	0.59
37014	MANTEQUILLA S/SAL	Kilogram	0.80	1.00	5.49	5.49
55001	HUEVOS	Each	30.00	30.00	0.11	3.40
38051	QUESO RICOTTA	Kilogram	2.00	2.00	3.88	7.72
51012	HARINA TRIGO	Kilogram	3.62	0.00	0.76	0.00
33107	POLVO HORNEAR	Kilogram	0.05	0.00	3.29	0.00
93085	MIEL DE ABEJA	Kilogram	1.00	1.00	6.11	6.11
45018	NUEZ SICASCARA	Kilogram	0.10	0.10	16.03	1.60
40030	ROMERO FRESCO	Kilogram	0.12	0.15	5.00	0.75
33010	AJO PELADO	Kilogram	1.00	1.00	3.40	3.40
31043	OREGANO SECO	Kilogram	0.10	0.10	5.20	0.52
31042	NUEZ MOSCADA	Kilogram	0.05	0.05	48.89	2.44

Item No	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
51000	SAL CRISAL	Kilogram	0.10	0.10	0.32	0.03
57011	LECHE I	Liter	5.00	5.00	0.95	4.75
73060	TARRINA PLASTICA X 1/2 L	Each	50.00	50.00	0.04	1.87
73051	TARRINA PLASTICA X 1/4 L	Each	50.00	50.00	0.05	2.50
73062	TARRINA PLASTICA X 1L	Each	50.00	50.00	0.04	1.75
Total:						251.60

8
5

3

2

10/20/2011
10:11

		
Transfer	USF	Viviana Salsazar 13/2/2013 10:51 a.m.

Transfer : LA1610-00752 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 24/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS V: Menu LIGURIA MARIA LAURA DULBECCO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
23003	CHAMPIGN PORTOBELLO FRESCO	Kilogra m	0.50	0.70	7.02	4.92
68005	QUESO CABRA SEMIMADURO	Kilogra m	0.10	0.15	29.71	4.46
69046	QUESO PARMESANO EN FERRONACIONAL	Kilogra m	0.10	0.25	16.54	4.13
61029	PULPO	Kilogra m	4.00	5.00	10.01	58.07
83085	TOMATE FRESCO	Kilogra m	7.00	7.00	0.95	6.65
86138	TOMATE POMODORO CONSERVA (BODEGA- DELI)	Kilogra m	0.50	0.40	5.06	2.02
83050	CEBOLLA PERLA	Kilogra m	3.00	3.00	0.89	2.68
57006	CREMA LECHE	Liter	4.00	4.00	2.76	11.05
44032	MANIZANA VERDE	Kilogra m	1.00	1.00	2.15	2.15
44026	LIMON MEYER	Kilogra m	0.50	0.50	0.55	0.28
55001	HUEVOS	Each	15.00	15.00	0.11	1.70
69051	QUESO RICOTTA	Kilogra m	0.50	0.45	3.88	1.74
36085	MEL DE ABEJA	Kilogra m	0.50	1.00	0.11	0.11
57111	LECHE L	Liter	5.00	5.00	0.95	4.75
75062	TARRINA PLASTICA X 1L	Each	50.00	50.00	0.04	1.76
					Total:	110.46

micros myinventory			
Transfer		JSF	Viviana Ss.szar 13/12/2016 10:50 a.m.

Transfer : LA1610-00551 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 24/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL, (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : MENU LAURA DULBECCO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
58022	RUCULA	Kilogra m	0.40	0.40	15.75	6.30
58307	LECHUGA CRESPA ROLA	Kilogra m	0.20	0.50	1.58	0.79
41001	FLOR COMESTIBLE VARIAS	Each	5.00	5.00	8.79	43.95
Total:						51.02

micros myinventory		Viviana Seiszar
Transfer	USF	13/12/2016 10:52 a.m.

Transfer : LA1610-01114 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 25/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTIAS VI MENU LAURA DULBECCO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
53016	BERENJENA	Kilogram	1.00	1.00	0.75	0.75
23008	CHAMPINON PORTOBELLO FRESCO	Kilogram	0.70	0.70	7.74	5.42
40002	ALSAHACA FRESCA	Kilogram	0.50	0.50	3.91	1.96
38005	QUESO CARRA SEMIMAJURO	Kilogram	1.20	1.20	28.71	35.65
69046	QUESO PARMESANO ENTERO NACIONAL	Kilogram	0.50	0.50	16.54	8.27
51028	PULPO	Kilogram	7.55	7.55	10.00	75.53
83085	TOMATE FRESCO	Kilogram	0.85	0.85	0.94	0.62
36138	TOMATE POWOCORO CONSERVA (BODEGA- DEI)	Kilogram	0.40	0.40	5.08	2.02
83030	GEBOLLA PERLA	Kilogram	0.65	0.65	0.90	0.58
19018	POLENTA NACIONAL	Kilogram	0.50	0.50	2.15	1.08
57010	LECHE ENTERA	Liter	3.00	3.00	1.03	3.09
57005	CREMA LECHE	Liter	3.00	3.00	2.50	8.71
65007	LECHUGA CRFSPA ROJA	Kilogram	5.70	5.70	1.59	9.00
44032	MANZANA VERDE	Kilogram	0.50	0.50	2.15	1.08
70016	GLUCOSA ATOMIZADA	Kilogram	0.47	0.47	4.08	1.92

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
44026	LIMON MEYER	Kilogram	0.50	0.50	0.65	0.28
8001	AZUCAR	Kilogram	2.00	2.00	0.77	1.54
57014	MANTEQUILLA S/SAL	Kilogram	0.90	0.90	5.49	4.94
55001	HUEVOS	Each	15.00	15.00	0.11	1.70
59051	QUESO RICOTTA	Kilogram	0.50	0.50	3.86	1.93
56085	MIEL DE ABEJA	Kilogram	1.00	1.00	6.11	6.11
41001	FLOR COMESTIBLE VARAS	Each	4.00	4.00	8.66	34.63
Total:						206.88

micros myInventory		Viviana Saizar
Transfer	USF	13/12/2016 10:53 a.m.

Transfer : LA1610-01323 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 29/10/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS VI Menu LIGURIA MARIA LAURA DULBECCO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req Qty	Qty	Price	Total
2006	ACEITUNA N. S/H (BODEGA-DELI)	Kilogra m	2.10	2.10	9.20	19.32
Total:						19.32

micros myinventory		Viviana Salazar
Transfer	USF	13/12/2016 10:54 a.m.

Transfer : LA1610-01355 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 29/10/2015
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : PRACTICAS V: Menu LIGURIA MARIA LAURA DU. BECCO
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
19018	POLENTA NACIONAL	Kilogram	2.00	2.00	2.32	4.64
					Total:	4.64

		
	Transfer	USD

Transfer : LA1609-00584 (BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP))
 Date : 20/09/2016
 From Cost Center : BODEGA PRINCIPAL (CCS)
 To Cost Center : BODEGA AULA GASTRONOMICA (CCP)
 Info : Practicas 6 (menu estudiante) Laura Dulbecco
 Status : Booked

Item No.	Item	Unit	Req. Qty	Qty	Price	Total
59064	ZHUM R SICO 40°- 29°	Liter	2.00	0.00	8.83	0.00
44026	LIMON MEYER	Kilogram	2.00	2.00	0.59	1.18
Total:						1.18