

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

Menú Italiano

Martha Nicole Maugé Jordán

Arte Culinario y Administración en Alimentos y Bebidas

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

Quito, 26 de abril de 2020

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo

HOJA DE CALIFICACIÓN DE TRABAJO DE FIN DE CARRERA

Menú Italiano

Martha Nicole Maugé Jordán

Nombre del profesor, Título académico

**Sebastián Navas, Msc. Administración
Culinaria e Innovación**

Quito, 26 de abril de 2020

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.

Nombres y apellidos: Martha Nicole Maugé Jordán

Código: 00130802

Cédula de identidad: 0920364551

Lugar y fecha: Quito, abril de 2020

ACLARACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Nota: El presente trabajo, en su totalidad o cualquiera de sus partes, no debe ser considerado como una publicación, incluso a pesar de estar disponible sin restricciones a través de un repositorio institucional. Esta declaración se alinea con las prácticas y recomendaciones presentadas por el Committee on Publication Ethics COPE descritas por Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing, disponible en <http://bit.ly/COPETHeses>.

UNPUBLISHED DOCUMENT

Note: The following capstone project is available through Universidad San Francisco de Quito USFQ institutional repository. Nonetheless, this project – in whole or in part – should not be considered a publication. This statement follows the recommendations presented by the Committee on Publication Ethics COPE described by Barbour et al. (2017) Discussion document on best practice for issues around theses publishing available on <http://bit.ly/COPETHeses>.

RESUMEN

La gastronomía italiana está llena de tradiciones, historia e incluso leyendas. Es una cocina reconocida mundialmente por su sencillez y su amplia variedad de platos. Mismos que fueron desarrollándose a lo largo de siglos con la ayuda de diversas culturas, siendo muy importantes las influencias por parte de los griegos, egipcios y persas durante el Imperio Romano

El siguiente trabajo de investigación se centra en la gastronomía italiana para recordar la importancia de preservar técnicas y preparaciones tradicionales e incorporarlas al mundo gastronómico actual. Como trabajo práctico se realizó un menú italiano de cuatro tiempos que fue ofrecido en el restaurante Marcus de la Universidad San Francisco de Quito. Cada plato está basado en una región diferente y cuenta con su historia y evolución.

Palabras clave: gastronomía, Italia, clásico, cocina, regional, cultura, recetas.

ABSTRACT

Italian gastronomy is full of traditions, history and even legends. It is a cuisine recognized worldwide for its simplicity and its wide variety of dishes. These dishes were developed over many centuries with the help of several cultures. The influences from the Greeks, Egyptians and Persians during the Roman Empire were very important.

The following research work is focused on Italian gastronomy in order to remember the importance of preserving traditional techniques and preparations and incorporating them into the current gastronomic world. As a practical work, a four-course Italian menu was produced and offered at the Marcus restaurant in the Universidad San Francisco de Quito. Each dish is based on a different region and has its own history and evolution.

Key words: gastronomy, Italy, classic, cuisine, regional, culture, recipes.

TABLA DE CONTENIDO

1.	Introducción	9
2.	Desarrollo del Tema.....	9
2.1	Menú Regional: Italia	9
2.1.1	Origen de la cocina italiana.....	9
2.1.2	Platos de mi menú.....	10
2.1.2.1	Carpaccio de pulpo.	10
2.1.2.2	Tortelloni.....	10
2.1.2.3	Granita.....	11
2.1.2.4	Lenguado.....	11
2.1.2.5	Panna cotta	12
2.2	Elaboración del menú	12
2.2.1	Carpaccio di polpo.	12
2.2.1.1	Ingredientes.....	12
2.2.1.2	Proceso de elaboración.	13
2.2.1.3	Montaje.	14
2.2.2	Tortelloni alla caprese.....	14
2.2.2.1	Ingredientes.....	14
2.2.2.2	Proceso de elaboración.	15
2.2.2.3	Montaje.	17
2.2.3	Granita alla fragola e prosecco.	17
2.2.3.1	Ingredientes.....	17
2.2.3.2	Proceso de elaboración.	17
2.2.4	Pesce in costra di noci.....	17

2.2.4.1	Ingredientes.....	18
2.2.4.2	Proceso de elaboración.....	19
2.2.4.3	Montaje.....	21
2.2.5	Panna cotta ai frutti rossi.....	21
2.2.5.1	Ingredientes.....	21
2.2.5.2	Proceso de elaboración.....	22
2.2.5.3	Montaje.....	24
3.	Conclusiones y comentarios personales.....	25
4.	Referencias bibliográficas.....	26
5.	Anexos.....	27
5.1	Anexo A: Fotos del menú.....	27
5.1.1	Carpaccio di polpo.....	27
5.1.2	Tortelloni alla caprese.....	27
5.1.3	Granita alla fragola e prosecco.....	28
5.1.4	Pesce in costra di noci.....	28
5.1.5	Panna cotta ai frutti rossi.....	29
5.2	Anexo B: Recetas Estándar.....	30
5.3	Anexo C: Panel de jueces de la degustación del menú.....	32

1. INTRODUCCIÓN

La gastronomía es un arte que va cambiando y evolucionando con el tiempo. Es un mundo donde existe un gran campo para desarrollar la creatividad del ser humano ya que existen un sinnúmero de recetas por inventarse. Esto lo vemos evidenciado en las nuevas tendencias gastronómicas que aparecen cada año.

La motivación para crear este menú italiano fue recordar la importancia de las tradiciones dentro de la cocina. A pesar de que cada vez existan más técnicas modernas, es beneficioso no dejar atrás las tradicionales. De igual manera, existen recetas italianas tradicionales que se han ido adaptando al pasar de los años. Un ejemplo es el carpaccio, originalmente estaba hecho con carne de buey, pero hoy en día se lo hace hasta con frutas como la sandía.

Junto con esta investigación se realizó un trabajo práctico que constaba de realizar el menú italiano. Esto puso en práctica los conocimientos adquiridos a lo largo de la carrera sobre cocina y sobre la parte administrativa. Al final se encuentra el resultado luego de haber vendido el menú en el restaurante de la universidad.

2. DESARROLLO DEL TEMA

2.1 Menú Regional: Italia

Mi menú de Marcus rinde homenaje a la cocina italiana; un tipo de cocina muy tradicional. Italia es un país europeo que limita con Francia, Suiza, Austria y Eslovenia. El norte del país está bordeado por los Alpes, mientras que muchas de sus ciudades limitan con varios mares del Mediterráneo. Las ciudades italianas del sur suelen tener veranos calurosos y secos. Aquellas regiones que se encuentran al norte se caracterizan por tener un clima de montaña, con veranos frescos, pero inviernos muy fríos. Debido al clima muy variado, cuentan con una extensa variedad de productos. Entre los ingredientes más utilizados en la cocina italiana se encuentran los tomates, el queso parmesano, la pasta fresca, el aceite de oliva, las nueces y las hojas verdes como la albahaca y la rúcula. La gastronomía italiana es reconocida mundialmente y tiene muchos platillos emblemáticos, como la pizza, la pasta y el risotto.

2.1.1 Origen de la cocina italiana.

Los comienzos de la cocina italiana datan a la antigua Roma, muchos ingredientes y especias fueron traídos de diferentes lugares debido a las conquistas del Imperio Romano. Como por ejemplo, los limones que fueron introducidos por los árabes, mismos que pasaron a ser muy importantes en la cocina italiana. Una de las preparaciones más emblemáticas de la cocina italiana, la pasta, se les atribuye a los etruscos, quienes conquistaron Roma en los años 800 AC (Dickie, 2015).

La religión tuvo un papel muy importante sobre la dieta de los italianos en la Edad Media debido a que, por razones religiosas, el consumo de la carne era muy limitado. Gracias a esto se hizo muy común el consumo de panes, pescado, quesos y frutas. Hoy en día estos productos siguen siendo fundamentales en la dieta de los italianos.

Durante el renacimiento fue introducido el tomate por los españoles, desde ahí este alimento ha sido básico en muchas recetas italianas tradicionales. Así mismo, durante esta época fueron introducidos otros productos del Nuevo Mundo como el zuquini y los pimientos.

A continuación, se va a profundizar sobre los platos que formaron parte de mi menú italiano.

2.1.2 Platos de mi menú.

2.1.2.1 Carpaccio de pulpo.

El origen del carpaccio se remonta a los años 50 en Venecia. Su creación se la atribuye a Giuseppe Cipriani, quien creó el carpaccio debido a que a la condesa Amalia Nani Mocenigo se le había prescrito que comiera carne cruda para combatir la anemia (Kostioukovitch, 2009). Es así como nace este plato que tradicionalmente estaba hecho a base de laminas finas de carne de buey crudo. Hoy en día, carpaccio ya no es el nombre de la especialidad sino de la preparación.

La mayoría de los carpaccio son laminas de carne o pescado crudo, la excepción es el pulpo. Debido a su textura, el pulpo debe ser cocinado antes de ser cortado en finas laminas. Este plato se consume por lo general en la época de verano al ser una elaboración que se consume fría.

2.1.2.2 Tortelloni.

Los tortellini son una preparación clásica del norte de Italia, su origen se debate entre Modena y Bolonia. La primera receta de la cual existen registros data a 1570. Existe una leyenda sobre esta pasta que cuenta que durante una batalla, los dioses Marte y Venus

pasaron la noche en Castelfranco, una ciudad de Módena. Al día siguiente, el encargado del hostel, vio por el agujero de la cerradura a Venus en la tina y al ver su ombligo, se sintió inspirado a darle esa forma a una pasta (Poggioli, 2013).

Para mi menú hice tortelloni, que es una variación de los clásicos tortellini que se mencionan en la leyenda de la diosa Venus. La diferencia es que los tortelloni son más grandes y por lo tanto contienen más relleno. Este plato tradicional es consumido todo el año ya que no requiere de ningún producto de temporada.

2.1.2.3 Granita.

La granita es un tipo de granizado típico de la región de Sicilia. Sus ingredientes son agua, azúcar y fruta. Los sorbetes fueron traídos por los árabes al conquistar la región en el siglo IX (Ruzzeneti, 2018). En base a estos sorbetes, la granita fue creada. Su diferencia es que el sorbete es más cremoso que la granita. Al inicio, este postre se hacía con la nieve que se recolectaba del volcán Etna. Actualmente puede hacerse de forma artesanal o con máquinas.

Yo opté por hacer una granita de frutilla ya que es muy clásica y le agregué prosecco, un vino espumoso de origen italiano. Este postre se consume todo el año, pero es más común en verano al ser hecho a base de hielo.

2.1.2.4 Lenguado.

Como plato fuerte decidí hacer un filete de lenguado con una costra de nueces. El lenguado es un pescado que se consume mucho en las costas de Italia, especialmente en el verano porque

es cuando está de temporada. Este plato no corresponde a ninguna región en específico, pero es un gran ejemplo de un plato mediterráneo clásico.

Entre los ingredientes presentes en este plato se encuentran el limón, las alcaparras, las nueces, el romero, el radicchio y el zuquini. Todos estos son ingredientes muy comunes en la dieta italiana. Este plato fuerte aporta frescura y muestra una parte menos conocida de la cocina italiana.

2.1.2.5 Panna cotta

La Panna cotta es un postre tradicional italiano originario de la región de Piamonte, que se encuentra al norte del país. En la época que nació esta receta, aún no existía la gelatina. Por lo que hervían las espaldas de los pescados para extraer su colágeno o usaban clara de huevo para aportar textura (Tomàs, 2014).

Este postre cuenta con solamente cuatro ingredientes: crema de leche, gelatina, azúcar y vainilla. A pesar de que su elaboración es sencilla, se debe conseguir la textura y consistencia perfecta, lo que requiere práctica. Tradicionalmente se lo sirve con una salsa de fresas, pero puede ser acompañado con cualquier salsa. Este postre se come en cualquier estación del año, pero es ideal para el verano ya que se come frío.

2.2 Elaboración del menú

2.2.1 Carpaccio di polpo.

Láminas de pulpo con rúcula, pimienta rosada y un toque de aceite de oliva.

2.2.1.1 Ingredientes.

Carpaccio:

- 3 litros de agua
- 100 ml de vino tinto
- 20 g de sal
- 5 g de cilantro
- 2 hojas de laurel
- 1 pulpo limpio de 1 kg

Para el montaje:

- 10 gramos de rúcula
- 5 ml de aceite de oliva
- 2 g de flor de sal
- 2 g de pimienta rosada

2.2.1.2 Proceso de elaboración.

1. Poner a hervir el agua junto con el vino tinto, la sal, el cilantro y las hojas de laurel.
2. Cuando el agua esté en ebullición, sumergir al pulpo durante cinco segundos y sacarlo durante otros cinco segundos, repetir tres veces. A este proceso se lo conoce como asustar al pulpo, el cambio brusco de temperatura hace que el colágeno se rompa y la carne quede mas tierna.
3. Cocinar durante 25-30 minutos. Para comprobar que está listo se debe pinchar con un palillo en la cabeza.
4. Cortar los tentáculos y envolver en plástico film. Es muy importante que los tentáculos queden lo más apretado posible. Congelar.
5. Con una laminadora, laminar el pulpo congelado lo más fino posible.

2.2.1.3 Montaje.

Sobre las láminas de pulpo poner la rúcula, la flor de sal, la pimienta rosada y el aceite de oliva.

2.2.2 Tortelloni alla caprese.

Tortelloni rellenos de tomate seco y fior di latte, acompañados de salsa pesto, tuile de queso parmesano y perlas de vinagre balsámico.

2.2.2.1 Ingredientes.

Masa de pasta:

- 50 g de harina de trigo
- 50 g de sémola de trigo
- 1 huevo

Relleno de los tortelloni:

- 50 g de queso mozzarella baby
- 50 g de tomate deshidratado
- 10 g de sal

Salsa pesto:

- 20 g de albahaca fresca
- 30 ml de aceite de oliva
- 10 g de nueces peladas
- 10 g de queso parmesano rallado

- 3 g de sal

Perlas de vinagre balsámico:

- 50 g de aceite de oliva
- 50 g de vinagre balsámico
- 1 g de agar agar

Tuiles de parmesano:

- 40 g de queso parmesano rallado

2.2.2.2 Proceso de elaboración.

Masa de pasta:

1. Incorporar todos los ingredientes hasta que se forme una masa.
2. Cubrir en plástico film y dejar reposar 30 minutos en la refrigeradora.

Relleno de los tortelloni:

1. Rallar el queso mozzarella y cortar el tomate deshidratado en brunoise.
2. Mezclar el queso mozzarella, el tomate deshidratado y la sal.

Armado de los tortelloni:

1. Laminar la masa de pasta hasta que quede de 1.5 mm de grosor.
2. Cortar en cuadrados de 8x8 cm y colocar 10 g de relleno en el centro. Humedecer los bordes con agua y cerrarlos formando un triángulo. Para hacer la forma clásica de los *tortellini*, unir las dos puntas inferiores y doblar ligeramente hacia atrás la punta superior.

3. Cocinar en agua hirviendo durante 10 minutos.

Salsa pesto:

1. Blanquear la albahaca. Este proceso consiste en sumergir las hojas de albahaca en agua hirviendo durante 30 segundos y luego pasarla por agua fría. Esto sirve para que la salsa quede con un color verde vibrante.
2. Poner todos los ingredientes en un procesador de alimentos y procesar hasta que quede la consistencia deseada.

Perlas de vinagre balsámico:

1. Poner a enfriar el aceite de oliva en el congelador durante 30 minutos.
2. Calentar el vinagre balsámico con el agar agar hasta que llegué a 95 C.
3. Con la ayuda de una jeringa, poner gota a gota la mezcla de vinagre balsámico sobre el aceite de oliva frío.
4. Extraer las esferificaciones de vinagre balsámico y limpiarlas con abundante agua fría.

Tuiles de parmesano:

1. En una sartén antiadherente colocar una capa delgada de queso parmesano rallado, formando un círculo.
2. Esperar a que el queso se derrita a fuego bajo. Cuando los bordes estén dorados, darles la vuelta y esperar a que se doren de ese lado.

2.2.2.3 Montaje.

Para servir, poner la salsa pesto en el centro del plato con la ayuda de un cortapastas, para darle la forma circular. Colocar los *tortelloni* con las perlas de vinagre balsámico encima. Poner el tuile de queso parmesano en la mitad.

2.2.3 Granita alla fragola e prosecco.

Granizado a base de fresas y *prosecco*.

2.2.3.1 Ingredientes.

- 40 g de azúcar
- 20 ml de agua
- 150 g de frutillas
- 150 ml de *prosecco*

2.2.3.2 Proceso de elaboración.

1. En una olla poner el agua con el azúcar y calentar hasta que el azúcar se disuelva por completo. Dejar enfriar.
2. Colocar las frutillas limpias y sin las hojas en un procesador de alimentos. Procesar hasta que quede líquido.
3. Mezclar todos los ingredientes y meter al congelador. Remover la mezcla cada media hora hasta que esté congelado. Esto sirve para que la granita quede con la textura adecuada.

2.2.4 Pesce in costra di noci.

Filete de lenguado con costra de nueces, acompañado de una ensalada fresca y papas salteadas.

2.2.4.1 Ingredientes.

Lenguado:

- 20 g de migas de pan
- 20 g de nueces sin cascara
- 10 g de sal
- 30 ml de aceite de oliva
- 700 g de lenguado limpio

Salsa:

- 80 ml de jugo de limón sutil
- 80 g de mantequilla sin sal
- 50 g de alcaparras
- 10 g de perejil liso
- 5 g de sal

Papas salteadas:

- 320 g de papa Cecilia
- 40 g de mantequilla sin sal
- 10 g de perejil liso
- 5 g de romero fresco
- 5 g de sal

Ensalada:

- 40 g de tomate cherry

- 30 g de lechuga crespa verde
- 30 g de lechuga lolo rosa
- 30 g de lechuga radicchio
- 30 g de zuquini amarillo baby
- 10 g de sal
- 5 ml de aceite de oliva

Vinagreta:

- 50 ml de jugo de toronja
- 40 ml de vinagre balsámico
- 20 ml de aceite de oliva
- 10 g de azúcar
- 5 g de sal

2.2.4.2 Proceso de elaboración.

Lenguado:

1. Colocar las nueces en un procesador de alimentos y procesar hasta que quede como polvo.
2. Para hacer la apanadura, mezclar el polvo de nueces con las migas de pan y la mitad de la sal.
3. Calentar el aceite en una sartén a 180 C.
4. Condimentar los filetes de lenguado con la sal restante y poner la apanadura solamente en la parte superior.

5. Dorar el pescado en la sartén por ambos lados, comenzando con la parte superior que tiene la apanadura.
6. Poner en el horno a 200 C y cocinar el pescado hasta que la temperatura interna sea de 63 C.

Salsa:

1. Para la salsa se debe deglazar la sartén en la que se cocinó el pescado con la mantequilla y el jugo de limón.
2. Una vez que la mantequilla esté derretida, agregar las alcaparras, el perejil y la sal.

Papas salteadas:

1. Cortar las papas en la mitad, poner en una olla y agregar agua hasta que estén totalmente cubiertas. Cocinar durante 10-15 minutos.
2. Derretir la mantequilla en una sartén.
3. Añadir las papas y saltearlas hasta que estén doradas.
4. Poner la sal, el romero y el perejil.

Ensalada:

1. Condimentar los tomates cherry con aceite de oliva y sal.
2. Limpiar las lechugas y cortar los tallos.
3. Con la ayuda de un pelador, laminar los zuquinis amarillos baby.
4. Blanquear los zuquinis durante 1 minuto y luego enjuagarlos con agua fría.
5. Mezclar las lechugas, los tomates cherry y las láminas de zuquini.

Vinagreta:

1. Poner en un recipiente el azúcar, la sal, el vinagre balsámico y el jugo de toronja.
Remover con un batido de mano hasta que el azúcar se disuelva por completo.
2. Agregar el aceite de oliva poco a poco sin dejar de remover la mezcla.

2.2.4.3 Montaje.

Colocar el lenguado en el plato con la salsa de alcaparras por encima. Agregar las papas salteadas y la ensalada. Poner la vinagreta en un recipiente aparte para poder agregarla a la ensalada en el momento de servir.

2.2.5 Panna cotta ai frutti rossi.

Panna cotta de vainilla con praliné de almendras, gel de mora, *gelato* de fresa y ganache montada de frambuesa.

2.2.5.1 Ingredientes.

Panna cotta:

- 480 ml de crema de leche
- 50 g de azúcar
- 10 g de colapez
- 1 vaina de vainilla

Gelato de fresa:

- 100 g de frutillas
- 50 g de agua
- 50 g de azúcar

- 65 g de crema de leche

Praliné de almendras:

- 50 g de azúcar
- 10 g de almendras fileteadas

Ganache de frambuesa:

- 20 g de crema de leche
- 20 g de chocolate blanco
- 10 ml de pulpa de frambuesa
- 1 g de colapez

Gel de mora:

- 25 ml de jugo de mora
- 25 ml de agua
- 20 g de azúcar
- 0,5 g de agar agar
- 0,5 g de sal

2.2.5.2 Proceso de elaboración.

Panna cotta:

1. Hidratar la colapez en agua fría.
2. Poner en una olla a fuego medio la crema de leche, el azúcar y la vaina de vainilla cortada en la mitad (a lo largo).

3. Retirar del fuego cuando esté a punto de hervir.
4. Incorporar la colapez escurrida, cernir y poner en moldes de silicona. Congelar.
5. Cuando la mezcla este completamente congelada, desmoldar y colocar en el refrigerador para que se descongelen.

Gelato de fresa:

1. Colocar el agua, el azúcar y las frutillas limpias y sin las hojas en un procesador de alimentos. Procesar hasta que quede líquido.
2. Batir la crema de leche a consistencia de mousse.
3. Con una espátula de goma, incorporar la crema de leche con movimientos envolventes.
4. Poner en la máquina para hacer helados.

Praliné de almendras:

1. Con el azúcar, hacer un caramelo oscuro en seco. Cocinar hasta que alcance los 160 C.
2. Sobre un Silpat, extender las almendras fileteadas.
3. Verter el caramelo sobre las almendras y dejar enfriar.
4. Una vez solido, poner el praliné en un procesador de alimentos hasta que quede con textura de arena.

Ganache de frambuesa:

1. Hidratar la colapez en agua fría.
2. Poner en una olla la crema de leche y la pulpa de frambuesa.
3. Retirar del fuego cuando esté a punto de hervir.

4. Incorporar la colapez escurrida.
5. Verter sobre el chocolate blanco y mezclar hasta que quede una mezcla homogénea.

Gel de mora:

1. Poner todos los ingredientes en una olla y mezclar bien.
2. Llevar a ebullición sin dejar de remover, debe estar a una temperatura superior a 95 C durante 3 minutos.
3. Extender la mezcla en un recipiente y poner en refrigeración hasta que se solidifique.
4. Batir con una batidora de inmersión hasta que quede sin grumos.

2.2.5.3 Montaje.

En un plato poner la *panna cotta*, espolvorear el praliné de almendras y colocar puntos de ganache de frambuesa y de gel de mora. Por último, poner un quenelle de *gelato* de fresa.

3. CONCLUSIONES Y COMENTARIOS PERSONALES

La realización del menú de Marcus fue una experiencia que me permitió poner en práctica mucha de la materia aprendida a lo largo de la carrera de gastronomía. Siempre me ha gustado lo extensa que es la historia sobre la cocina y como la cultura de cada país tiene sus propias tradiciones gastronómicas. Sin embargo, el poner en práctica el menú me enseñó otra parte de mi carrera que es esencial: la importancia de la comunicación y de la organización dentro de un restaurante. El buen trabajo en equipo es necesario para que todo fluya de la manera adecuada. También es importante saber trabajar bajo presión, de una manera rápida pero sin descuidar ningún detalle.

Fue una experiencia muy enriquecedora que puso a prueba todos mis conocimientos. Además, tuve que realizar el costeo junto con las recetas estándar del menú. Este es uno de los ejercicios fundamentales que debe hacer cada restaurante para asegurar su rentabilidad. Realizar una receta estándar es un trabajo extenso y la mayoría de veces el costo teórico no va a ser igual al real por diversas razones. En el caso de mi menú, en los costos iniciales se estimaba que iba a presentar un food cost de 36,17%. El food cost real fue de 35,76%, lo que es bastante cercano al teórico. Esta diferencia se pudo haber dado por sobre estimar la merma de las diferentes recetas.

El proceso de haber diseñado, costeadado y sacado a la venta un menú, fue una tarea difícil y extensa, pero que me sirvió mucho para tener una mejor idea de como es el mundo laboral de la gastronomía.

4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Capozzi, G. (sfe). *El extraordinario ritual de la granita*. Obtenido el 20 de abril de 2020 de <https://www.amexessentials.com/es/autentica-granita-siciliana/>
- Castillo, T. (2017). *Gastronomía italiana, la evolución de un pueblo*. Obtenido el 3 de abril de 2020 de <https://www.bonviveur.es/the-food-street-journal/gastronomia-italiana-la-evolucion-de-un-pueblo>
- Dickie, J. (2015). *Delizia: La historia épica de la comida italiana*. España: Penguin Random House Grupo Editorial.
- Kostioukovitch, E. (2009). *Why Italians Love to Talk About Food: A Journey Through Italy's Great Regional Cuisines, From the alps to Sicily*. Nueva York: Farrar, Straus and Giroux.
- Oliver, J. (2013). *Jamie Oliver's Food Escapes: Over 100 Recipes from the Great Food Regions of the World*. Nueva York: Hachette Book Group.
- Poggioli, S. (2013). *Tortellini, The Dumpling Inspired By Venus' Navel*. Obtenido el 20 de marzo de 2020 de <https://www.npr.org/sections/thesalt/2013/08/27/210555719/tortellini-the-dumpling-inspired-by-venus-navel>
- Ruzzeneti, E. (2018). *Granita, la nieve siciliana*. Obtenido el 16 de abril de 2020 de <https://www.itinari.com/es/granita-the-sicilian-snow-rsfb>
- Scicolone, M. (2005). *Williams Sonoma Savoring Italy*. Estados Unidos: Oxmoor House.
- Tomàs, A. (2014). *Panna cotta, un postre tradicional, delicioso y fácil*. Obtenido el 17 de abril de 2020 de <https://www.gastronosfera.com/es/tendencias/panna-cotta-un-postre-tradicional-delicioso-y-facil>

5. ANEXOS

5.1 Anexo A: Fotos del menú

5.1.1 Carpaccio di polpo



5.1.2 Tortelloni alla caprese



5.1.3 Granita alla fragola e prosecco



5.1.4 Pesce in costra di noci



5.1.5 Panna cotta ai frutti rossi



5.2 Anexo B: Recetas Estándar

<i>RECETA:</i>		Carpaccio di polpo		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	0,042
				NÚMERO DE PORCIONES	1,00
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL	
Kilogramo	0,020	Carpaccio de pulpo	\$ 20,72	\$	0,41
Kilogramo	0,010	Rúcula	\$ 5,00	\$	0,05
Litro	0,005	Aceite de oliva	\$ 8,91	\$	0,04
Kilogramo	0,002	Pimienta rosada	\$ 108,08	\$	0,22
Kilogramo	0,005	Sal Maldon	\$ 81,97	\$	0,41
Cantidad Total	0,042		Costo Total	\$	1,13
Rendimiento	0,042				
Merma (%-cant)	0,00%		Costo por kilogramo	\$	27,02
			Costo por porción	\$	1,13

<i>RECETA:</i>		Tortelloni alla caprese		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	0,073
				NÚMERO DE PORCIONES	1
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL	
	0,045	Tortelloni	\$ 7,77	\$	0,35
Kilogramo	0,010	Pesto	\$ 10,04	\$	0,10
Kilogramo	0,010	Tuile de queso parmesano	\$ 22,24	\$	0,22
Kilogramo	0,008	Perlas de vinagre balsámico	\$ 16,99	\$	0,14
Cantidad Total	0,073		Costo Total	\$	0,81
Rendimiento	0,073				
Merma (%-cant)	0,00%		Costo por kilogramo	\$	11,08
			Costo por porción	\$	0,81

<i>RECETA:</i>		Granita alla fragola e prosecco		TAMAÑO DE LA PORCIÓN	0,060
				NÚMERO DE PORCIONES	1
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL	
Kilogramo	0,060	Granita	\$ 11,78	\$	0,71
Cantidad Total	0,060		Costo Total	\$	0,71
Rendimiento	0,060				
Merma (%-cant)	0,00%		Costo por kilogramo	\$	11,78
			Costo por porción	\$	0,71

<i>RECETA:</i>		Pesce in costra di noci	TAMAÑO DE LA PORCIÓN	0,345
			NÚMERO DE PORCIONES	1
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
Kilogramo	0,175	Lenguado con costra de nueces	\$ 15,27	\$ 2,67
Litro	0,040	Salsa de alcaparras	\$ 7,24	\$ 0,29
Kilogramo	0,090	Papas salteadas	\$ 1,50	\$ 0,14
Kilogramo	0,025	Ensalada fresca	\$ 5,72	\$ 0,14
Litro	0,015	Vinagreta de toronja	\$ 12,97	\$ 0,19
Cantidad Total	0,345		Costo Total	\$ 3,43
Rendimiento	0,345			
Merma (%-cant)	0,00%		Costo por kilogramo	\$ 9,96
			Costo por porción	\$ 3,43

<i>RECETA:</i>		Panna cotta ai frutti rossi	PORCIÓN	0,140
			NÚMERO DE PORCIONES	1
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
Kilogramo	0,085	Panna cotta de vainilla	\$ 9,90	\$ 0,84
Kilogramo	0,030	Helado de fresa	\$ 3,61	\$ 0,11
Kilogramo	0,005	Praliné de almendras	\$ 5,33	\$ 0,03
Litro	0,010	Gel de mora	\$ 3,27	\$ 0,03
Kilogramo	0,010	Ganache montada de frambuesa	\$ 11,77	\$ 0,12
Cantidad Total	0,140		Costo Total	\$ 1,13
Rendimiento	0,140			
Merma (%-cant)	0,00%		Costo por kilogramo	\$ 8,05
			Costo por porción	\$ 1,13

<i>RECETA:</i>		Menú italiano		
UNIDAD	CANTIDAD	INGREDIENTES	COSTO	COSTO TOTAL
Kilogramo	0,042	Carpaccio di polpo	\$ 27,02	\$ 1,13
Kilogramo	0,073	Tortelloni alla caprese	\$ 11,08	\$ 0,81
Kilogramo	0,060	Granita alla fragola e prosecco	\$ 11,78	\$ 0,71
Kilogramo	0,345	Pesce in costra di noci	\$ 9,96	\$ 3,43
Kilogramo	0,140	Panna cotta ai frutti rossi	\$ 8,05	\$ 1,13
Unidad	1	Espresso	\$ 0,20	\$ 0,20
			Costo Total	\$ 7,41
			Precio de venta	\$ 20,49
			Precio de venta con impuestos	\$ 25,00
			Food Cost	36,17%

5.3 Anexo C: Panel de jueces de la degustación del menú

1. Damián Ramia
2. Homero Miño
3. Juan Carlos Valdivieso
4. Mario Jiménez
5. Omar Monteros
6. Sebastián Navas