



GASTRONOMÍA

Tesis previa a la obtención del título de Licenciado en
Gastronomía.

AUTOR: María Emilia Ortiz Guevara

TUTOR: Juan Sebastián Galarza Riofrio

El Ajo Negro

Autorización por parte del autor para la consulta, reproducción parcial o total, y publicación electrónica del trabajo de titulación

Yo, Ortiz Guevara María Emilia, declaro ser autor del Trabajo de Investigación con el nombre “El ajo negro” como requisito para optar al grado de Licenciad (a) (o) en Gastronomía y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Internacional del Ecuador, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UIDE).

Los usuarios del RDI-UIDE podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Internacional del Ecuador no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Internacional del Ecuador, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 01 días del mes de julio de 2025, firmo conforme:

Autor: María Emilia Ortiz Guevara

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Emilia', with a stylized flourish at the end.

Firma:

Número de Cédula: 1751413632

Dirección: Lino María Flor S14-126 y General José María Urbina

Teléfono: 0997648314

Correo electrónico: emimior.0302@gmail.com

Declaración de originalidad

Yo, María Emilia Ortiz Guevara declaro bajo juramento que el trabajo aquí descrito es de mi autoría; que no ha sido previamente presentada para ningún grado o calificación profesional; y, que he consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

A través de la presente declaración cedo mis derechos de propiedad intelectual correspondientes a este trabajo, a la Escuela de Gastronomía de la Universidad Internacional del Ecuador, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su Reglamento y por la normatividad institucional vigente.

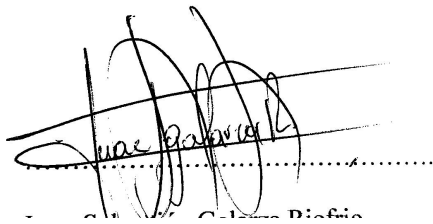


.....

María Emilia Ortiz Guevara

Autor del proyecto de investigación

Yo, Juan Sebastián Galarza Riofrio, certifico que conozco al autor del presente trabajo de titulación que lo ha desarrollado bajo los preceptos de originalidad y autenticidad, tomando en consideración los lineamientos para su divulgación pública del contenido sin perjuicio a terceros.

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Juan Sebastián Galarza Riofrio', is written over a horizontal dotted line.

.....

Juan Sebastián Galarza Riofrio

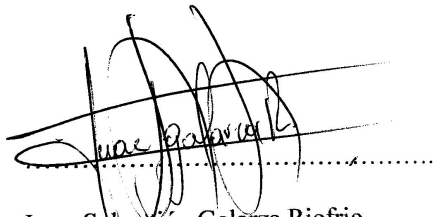
Tutor del proyecto de investigación Aprobación del tutor

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “El ajo negro” presentado por María Emilia Ortiz Guevara, para optar por el Título de Licenciado en Gastronomía

Certifico

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 01 de julio del 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Juan Sebastián Galarza Riofrio', is written over a horizontal dotted line.

Juan Sebastián Galarza Riofrio

Tutor del proyecto de investigación

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciado en Gastronomía, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor.

Quito, 01 de julio del 2025



.....

María Emilia Ortiz Guevara

Número de Cédula: 1751413632

DEDICATORIA

Este trabajo es dedicado a mi madre, la persona que hizo posible que llegue hasta aquí, que dio su sudor y lagrimas día a día para que pueda estudiar, que logre formarme como profesional y persona. Por ello cada palabra, esfuerzo y parte de este menú es para ella.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a mi familia, mi padre y mi hermano que formaron parte del proyecto, que me ayudaron a sacarlo adelante, que fueron el soporte que necesitaba para finalizar este proyecto.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Tabla de contenido

1. RESUMEN.....	3
2. ABSTRACT EN INGLÉS.....	4
3. DESARROLLO DEL CONCEPTO.....	5
4. MENÚ APROBADO ESPAÑOL.....	25
5. MENU APROBADO EN INGLÉS.....	27
8 Baozi Bread filled with Tofu, Pearl Onion, Ginger, and Soy Sauce.....	27
9 Dressed with Mirin, Black Garlic, Lemon, Sesame Oil, Soy Sauce, and Black Garlic Powder	27
10 Starter.....	27
6. RECETAS ESTANDAR CON FOTOGRAFÍAS Y COSTOS.....	29
7. ANALISIS DE TRAZABILIDAD DE ALIMENTOS (4 ALIMENTOS INCLUIDO 1 ESPECIE RELEVANTES).....	60
8. ENSAYO ACADEMICO SOBRE LA HISTORIA, PATRIMONIO Y VALOR CULTURAL DE LA PROPUESTA DE MENÚ.....	110
9. PRESENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LAS BEBIDAS POR PRESENTAR Y MARIDAJES DE VINOS	112
10. CUADRO DEMOSTRATIVO DEL TIPO DE SERVICIO.....	118

11.	DETALLE GRAFICO Y JUSTIFICACIÓN DE AMBIENTACIÓN Y MONTAJE DE MESA	
		121
12.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	128
13.	ANEXOS (FOTOGRAFÍAS, LINKS DE VIDEOS, LINKS DE ENTREVISTAS, FACTURAS	
ETC)		130

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1.RESPUUESTA AL SISTEMA INMUNE Y ANTIMATERIAL (ESPINOZA ET AL., 2020).....	7
TABLA 2 COMPOSICIÓN DEL AJO NEGRO (CHUA ET AL., 2022).....	9
TABLA 3 . TABLA NUTRICIONAL DEL AJO NEGRO (CHUA ET AL., 2022).....	10
TABLA 4. ETAPAS DE LA REACCIÓN DE MAILLARD («LA REACCIÓN DE MAILLARD. OSCURECIMIENTO NO ENZIMÁTICO.», S. F.).....	12
TABLA 5. COMPUESTOS DE REORDENAMIENTO DE AMADORI («LA REACCIÓN DE MAILLARD. OSCURECIMIENTO NO ENZIMÁTICO.», S. F.).....	13
TABLA 6. CONDICIONES DE LA REACCIÓN DE AMADORI («LA REACCIÓN DE MAILLARD. OSCURECIMIENTO NO ENZIMÁTICO.», S. F.).....	15
TABLA 7. PRINCIPIOS BÁSICOS ELABORACIÓN AJO NEGRO (CAPELLO, 2022).....	22
TABLA 8. CARACTERÍSTICAS DE LA COCINA ASIÁTICA, BASADA EN SU GEOGRAFÍA (SPICES, 2023)	24
TABLA 9. PRINCIPALES PRODUCTOS DE LA COCINA ASIÁTICA (COMUNICACIÓN, 2024).....	24
TABLA 10.....	62
TABLA 11.....	63
TABLA 12.....	65
TABLA 13.....	66
TABLA 14.....	68
TABLA 15.....	68
TABLA 16. PLAGAS Y CAUSAS.....	76
TABLA 17.....	78
TABLA 18.....	85
TABLA 19.....	95
TABLA 20.....	100
TABLA 21. TABLA NUTRICIONAL DEL AJO.....	103

ÍNDICE DE FIGURAS

ILUSTRACIÓN 1: CERDO SALVAJE.....	60
ILUSTRACIÓN 2: CERDO MODERNO.....	61
ILUSTRACIÓN 3: CERDO ANILLADO.....	61
ILUSTRACIÓN 4: POLAND CHINA.....	63
ILUSTRACIÓN 5: RAZA LANDRACE.....	64
ILUSTRACIÓN 6: RAZA YORKSHIRE.....	65
ILUSTRACIÓN 7: RAZA HAMPSHIRE.....	67
ILUSTRACIÓN 8: SOYA.....	71
ILUSTRACIÓN 9: CRECIMIENTO.....	73
ILUSTRACIÓN 10.....	82
ILUSTRACIÓN 11.....	83
ILUSTRACIÓN 12.....	83
ILUSTRACIÓN 13.....	84
ILUSTRACIÓN 14.....	84
ILUSTRACIÓN 15.....	85
ILUSTRACIÓN 16.....	85
ILUSTRACIÓN 17: CRECIMIENTO DE ZANAHORIA.....	87
ILUSTRACIÓN 18.....	91
ILUSTRACIÓN 19.....	92
ILUSTRACIÓN 20.....	92
ILUSTRACIÓN 21.....	93
ILUSTRACIÓN 22.....	93
ILUSTRACIÓN 23.....	94
ILUSTRACIÓN 24.....	94
ILUSTRACIÓN 25.....	94
ILUSTRACIÓN 26.....	95
ILUSTRACIÓN 27:CRECIMIENTO DEL ARROZ.....	96

ILUSTRACIÓN 28: AJO BAJO TIERRA.....	99
ILUSTRACIÓN 29.....	99
ILUSTRACIÓN 30.....	100
ILUSTRACIÓN 31.....	100
ILUSTRACIÓN 32: CRECIMIENTO DEL AJO.....	101
ILUSTRACIÓN 33: JENGIBRE.....	105
ILUSTRACIÓN 34: PLANTA DE JENGIBRE.....	106
ILUSTRACIÓN 35: MICHELADA DE MARACUYÁ Y AJO NEGRO.....	113
ILUSTRACIÓN 36: SAKE.....	114
ILUSTRACIÓN 37: TÉ NEGRO.....	118
ILUSTRACIÓN 38: DISPOSICIÓN DE MESA.....	121
ILUSTRACIÓN 39: PALETA DE COLORES.....	122
ILUSTRACIÓN 40: MONTAJE.....	123
ILUSTRACIÓN 41: CENTRO DE MESA.....	124
ILUSTRACIÓN 42: DISPOSICIÓN DEL RESTAURANTE.....	125
ILUSTRACIÓN 43: ILUMINACIÓN.....	126
ILUSTRACIÓN 44 ILUMINACIÓN.....	127

INDICE DE ANEXOS

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR

LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

RESUMEN

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR

LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA

ABSTRACTO

1. RESUMEN

Este proyecto de investigación gastronómica tiene como eje la creación de un menú cuyo ingrediente en común es el ajo negro. Se trata de un producto poco explorado en la cocina de vanguardia, pero con un gran potencial por su sabor complejo, profundidad aromática y matices dulces. El ajo negro destaca especialmente por aportar notas umami, ese quinto sabor caracterizado por su intensidad sabrosa, persistente y envolvente, muy apreciado en la gastronomía asiática de donde proviene.

A lo largo del proyecto se diseñaron distintas preparaciones en las que el ajo negro se integra de manera sutil, sin ser necesariamente el protagonista, sino un complemento que realza los sabores del conjunto. La propuesta abarca desde entradas hasta postres, incorporando técnicas variadas y enfoques creativos inspirados en cocinas asiáticas, respetando su origen pero reinterpretándolo desde una mirada contemporánea y personal.

No se trató únicamente de una investigación teórica; todo el menú fue desarrollado y puesto en práctica, registrando cada paso del proceso: desde la selección de ingredientes, técnicas de cocción, presentación, hasta el costeo detallado de cada preparación. Además, se trabajó en el diseño del servicio y la experiencia del comensal, proponiendo un recorrido sensorial coherente, innovador y equilibrado.

Este trabajo refleja mi trayectoria profesional como estudiante de gastronomía, integrando los conocimientos adquiridos a lo largo de la carrera y consolidándolos en una propuesta sólida. El ajo negro funciona aquí como hilo conductor, presente en cada etapa del menú, pero sin

imponerse; su incorporación se pensó cuidadosamente para que su sabor potencie la armonía del plato y no compita con el resto de los elementos.

2. ABSTRACT EN INGLÉS

This gastronomic proposal and research project is centered on the creation of a menu based on a series of dishes that share a common ingredient: black garlic. This intriguing product remains relatively unknown in the world of avant-garde cuisine, yet it offers great potential due to its sensory characteristics—such as depth, natural sweetness, and umami flavors—which enhance every preparation.

The development of this menu focused on a variety of flavors and culinary techniques, highlighting the versatility of black garlic. Its production requires specific technical conditions, making it not only a creative challenge but also an opportunity for technical understanding and application.

The project was not limited to theoretical research; it was developed and tested throughout the process, with each step documented, including the formulation of recipes, cost analysis, service design, and the creation of a complete dining experience for guests at every stage of the menu.

Each component used black garlic as a connecting thread, integrating it in diverse ways, using a wide range of culinary techniques. The proposal also incorporates certain Asian influences, acknowledging the ingredient's origin, while not making it the central theme.

The result is a culinary proposal that reflects the author's professional journey—demonstrating the ability to conceptually unify different techniques and procedures. Each element was designed to feature black garlic in a subtle, complementary role, allowing its flavor to enhance the dishes without becoming the protagonist.

3. DESARROLLO DEL CONCEPTO

La elaboración del ajo negro fue una parte fundamental del proyecto, ya que me permitió comprender a profundidad el proceso detrás de este ingrediente. Realicé personalmente su producción, llevando a cabo tres pruebas distintas en las que fui ajustando factores clave como la temperatura, la humedad, el tiempo de fermentación y el tipo de recipiente utilizado. En cada intento, observé cambios notables en el color, textura, aroma y sabor, lo que me permitió identificar errores y corregirlos para obtener un resultado óptimo. Esta experiencia me enseñó que el ajo negro requiere condiciones muy específicas y constancia en el control de variables, ya que cualquier alteración afecta directamente su calidad final. Gracias a estas pruebas, logré obtener un ajo negro con buena concentración de dulzor natural, textura suave y ese característico sabor umami que se buscaba para los platos del menú.

Materia prima: Ajo

El proceso de elaboración del ajo negro comienza con la selección de la materia prima, en este caso, un bulbo de ajo adulto y maduro. Este debe ser cuidadosamente elegido para garantizar que las condiciones de fermentación sean óptimas. El ajo presenta una forma característica de menisco, formada por la base del bulbo que sujeta al falso tallo, el cual se forma por la porción superior de las vainas. Desde allí se desarrolla una inflorescencia en forma de umbela, que contiene flores estériles y, en su lugar, produce bulbos aéreos. Sin embargo, no todos los ecotipos de ajo tienen la capacidad de generar semillas viables, lo que puede variar según la variedad utilizada.

La elección adecuada del bulbo es fundamental, ya que las características del ajo, como su tamaño, textura y contenido de azúcares, influirán directamente en el proceso de fermentación y, por lo tanto, en la calidad final del ajo negro. La observación de estos detalles durante la selección

de la materia prima fue clave para obtener el resultado deseado, con un ajo negro que destacara por su dulzura natural y su sabor umami característico. (*“Bases Para la Elaboración de Protocolos Para la Obtención de Ajo Negro Con Cultivares INTA de Ajo (Allium Sativum), y Caracterización Organoléptica, Físico – Química y Nutraceutica”*., 2020)

El ajo cuenta con diferentes propiedades hacia el sistema inmunológico y antimaterial dentro del cuerpo humano.

Functionality	Health benefits	Related compounds	Garlic product	Bibliography
Immune system and antibacterial response	Immune system boost	Allicin, alliin and ajoene, alliinase, peroxidase, miracynase, sucrose, glucose, minerals, vitamins, beta-carotene	Fresh garlic, powder and oil	(Goncagul and Ayaz, 2010)
	Infection, leishmaniasis	Actin, talin, paxillin	Fresh garlic extract	(Ghazanfari <i>et al.</i> , 2006)
	Cytotoxicity	Antioxidant	Aqueous garlic extract	(Abid-Essefi <i>et al.</i> , 2012)
	Bacteria	Phenolic compound	Garlic shell	(Kailai <i>et al.</i> , 2014)
	Pathogenic microorganisms	Antioxidant, phenolic compounds, minerals	Garlic extract	(Khalid <i>et al.</i> , 2014)
	Antifungal activity	Alliace	Garlic bulb extract	(Lanzotti <i>et al.</i> , 2012)
	Microbial	Allicin	Garlic clove	(Pirak <i>et al.</i> , 2012)
	Blastocystosis	Antioxidant	Garlic	(Abdel-Hafeez <i>et al.</i> , 2015)
	Immune modulatory	Alliin, allicin, ajoenes, vinylidithiins, and sulfides	Extract	(Batiha <i>et al.</i> , 2020)
	Gut microbiome	allicin-free garlic	Crushed garlic	(Chen <i>et al.</i> , 2020)
	Gestational diabetes mellitus	Antioxidant	Fresh garlic black	(Si <i>et al.</i> , 2019)
	Dyslipidemia and Gut Microbiome Dysbiosis	Organosulfur compounds	whole garlic	(Chen <i>et al.</i> , 2019)
	Immune modulatory Effects of Glutathione, cardiovascular and inflammation	Sulfur	Aged garlic extract	(Rodrigues and Percival, 2019)
	Chemical Burns, treat a plantar wart	Allyl disulfide, diallyl disulfide, allicin	Garlic paste, crushing garlic	(Schimmel <i>et al.</i> , 2019)

TABLA 1. RESPUESTA AL SISTEMA INMUNE Y ANTIMATERIAL (ESPINOZA ET AL., 2020)

El Ajo negro: Historia y orígenes

El ajo negro El ajo negro es un producto relativamente reciente en la cocina, especialmente en el ámbito internacional. Según Hamasuke Hamano, científico japonés, las primeras pruebas para mejorar el sabor del ajo y hacerlo más comestible se realizaron en Japón en 1990. Hamano, en su investigación, buscaba reducir el sabor fuerte e invasivo que caracteriza al ajo crudo, y su

meta era crear un ajo que pudiera consumirse directamente sin el fuerte impacto que generalmente tiene.

En 1998, Hamano presentó el primer prototipo de ajo negro, aunque en ese momento aún estaba incompleto. Fue entre 2003 y 2006 cuando se logró la patente y continuaron los estudios en la Universidad de Ciencias de la Salud de Hirooka, donde se confirmó que el ajo negro poseía potentes propiedades anticancerígenas, especialmente contra tumores de tipo cancerígeno.

En los años siguientes, Hamano viajó a Corea para dar una conferencia técnica sobre las condiciones necesarias (humedad, temperatura y tiempo) para la correcta producción del ajo negro. Su investigación y conferencias promovieron la distribución del ajo negro en la región del Medio Oriente, lo que finalmente dio paso a su comercialización en Estados Unidos (California), consolidándose como un ingrediente apreciado en la gastronomía mundial.

Composición nutricional

Componente	Contenido estimado	Observaciones
Agua	40–50%	Disminuye respecto al ajo fresco, pero conserva humedad por el proceso controlado

Azúcares reductores (glucosa, fructosa)	15–20%	Aumentan por hidrólisis de fructanos; responsables del sabor dulce
Carbohidratos totales	35–40%	Incluye azúcares simples y residuos de fructanos
Compuestos organosulfurados	Reducción variable	Se transforman o disminuyen por oxidación y temperatura alta
Proteínas (enzimas)	Reducción significativa	Desnaturalizadas por calor
Aminoácidos libres (arginina)	Ligero aumento	Algunos se liberan por degradación de proteínas
Fibra	1–2%	Similar al ajo fresco, levemente alterada
5-Hidroximetilfurfural (5-HMF)	<0.1–0.5% (depende del proceso)	Subproducto de la reacción de Maillard; en exceso puede ser indeseable
Fenoles totales	Aumento (variable)	Derivados de la oxidación de polifenoles y degradación de macromoléculas

TABLA 2 COMPOSICIÓN DEL AJO NEGRO (CHUA ET AL., 2022).

Mineral	Presencia estimada	Notas
----------------	-------------------------------	--------------

Potasio (K)	Alto	Conserva su nivel tras la fermentación
Magnesio (Mg)	Moderado	Estable con poca pérdida
Sodio (Na)	Presente	Se mantiene
Calcio (Ca)	Presente	Leve reducción posible

TABLA 3 . TABLA NUTRICIONAL DEL AJO NEGRO (CHUA ET AL., 2022)

Reacción de Maillard: Condiciones y fases

La primera descripción de esta reacción se data por el investigador Frances Louis Maillard en 1912, pues investigaba como los aminoácidos se mezclaban con el fin de formar proteínas, dando paso al conocimiento químico básico del mismo; dicho que consta de 3 etapas:

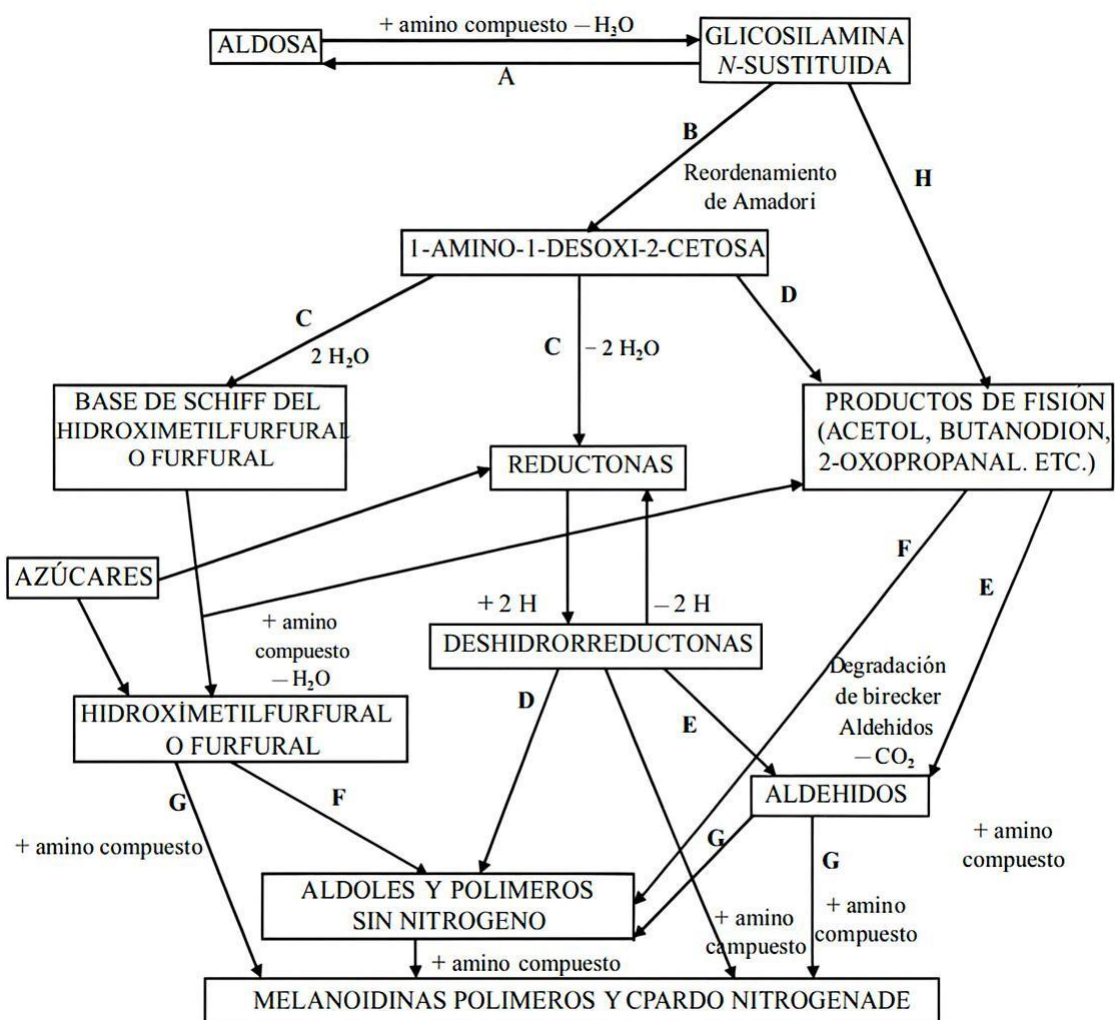


FIGURA 1. REACCIÓN DE MAILLARD

Etapa inicial:	Reacción A Reacción B Reacción H
Etapa intermedia:	Reacción C

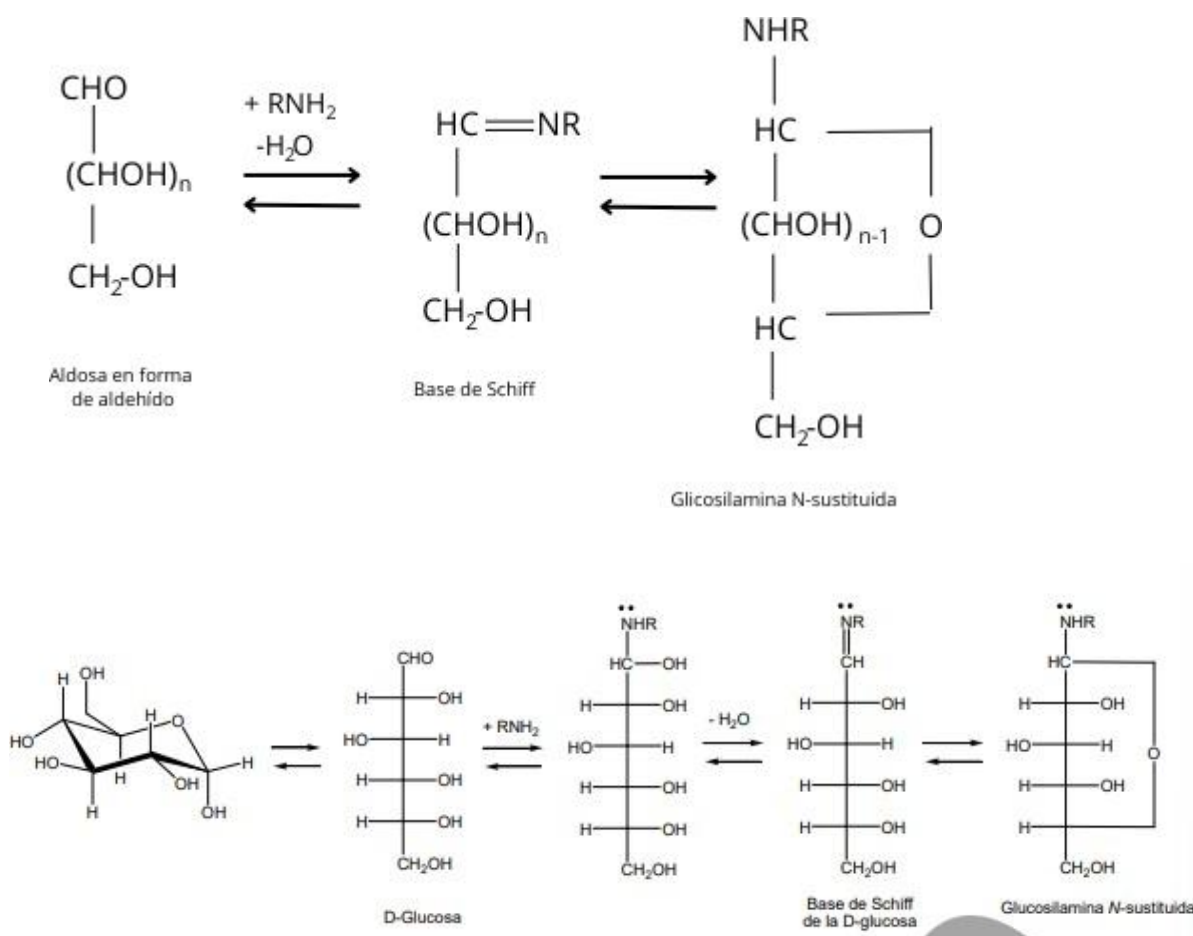
	Reacción D
	Reacción E
Etapa final:	Reacción F
	Reacción G

TABLA 4. ETAPAS DE LA REACCIÓN DE MAILLARD («LA REACCIÓN DE MAILLARD. OSCURECIMIENTO NO ENZIMÁTICO.», S. F.)

Etapa inicial: Productos sin coloración y no absorben en el UV.

Reacción A:

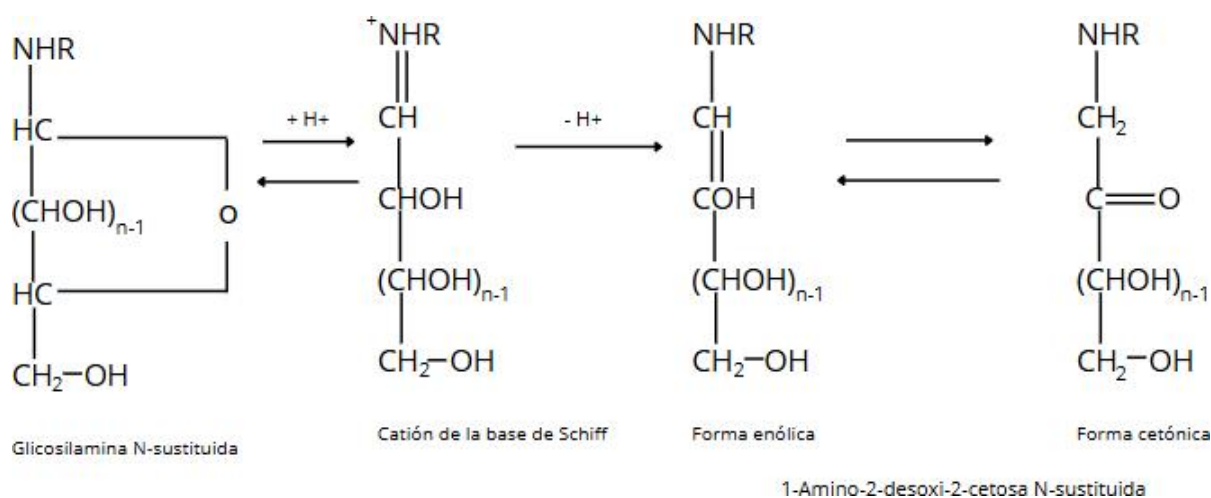
Se condensan las azúcares y las aminas; da paso a la formación de las glicosilaminas N-sustituidas



En esta etapa cada paso puede revertirse, las aminos pueden ser proteínas; siendo que la insulina a temperatura ambiente reacciona con la glucosa y la glicosilaminas es capaz de dar una reacción con otra molécula que parte de la aldosa y obtener como resultado la diglicosilamina. Las glicosilaminas N-sustituidas al exponerse al calor dan compuestos nitrogenados fluorescentes, que cumplen una acción rápida con la glicina y forman melanoidinas.’ («García Ortega, H. (2015). *Química orgánica* (Capítulo VII). Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).»)

Reacción B:

Se obtiene 1-amino-2-desoxi-2-cetosas por medio del reordenamiento de Amadori



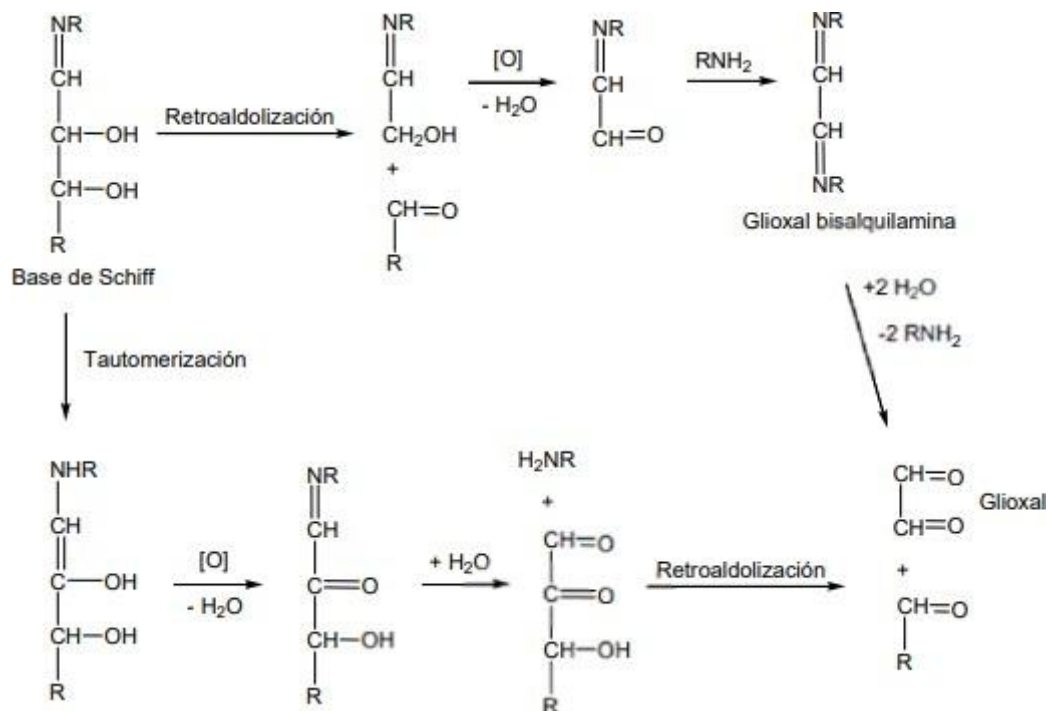
El ácido se encarga de catalizar, por ello el reordenamiento no permite que el proceso sea reversible, en las cuales las reacciones varían según el compuesto:

Aldosa	1-amino-2-desoxi-2-cetosas N-sustituidas
Cestosa	2-amino-2-desoxialdosas N-sustituidas

TABLA 5. COMPUESTOS DE REORDENAMIENTO DE AMADORI («LA REACCIÓN DE MAILLARD. OSCURECIMIENTO NO ENZIMÁTICO.», S. F.)

Reacción H:

Los radicales libres concurren en ciertas reacciones



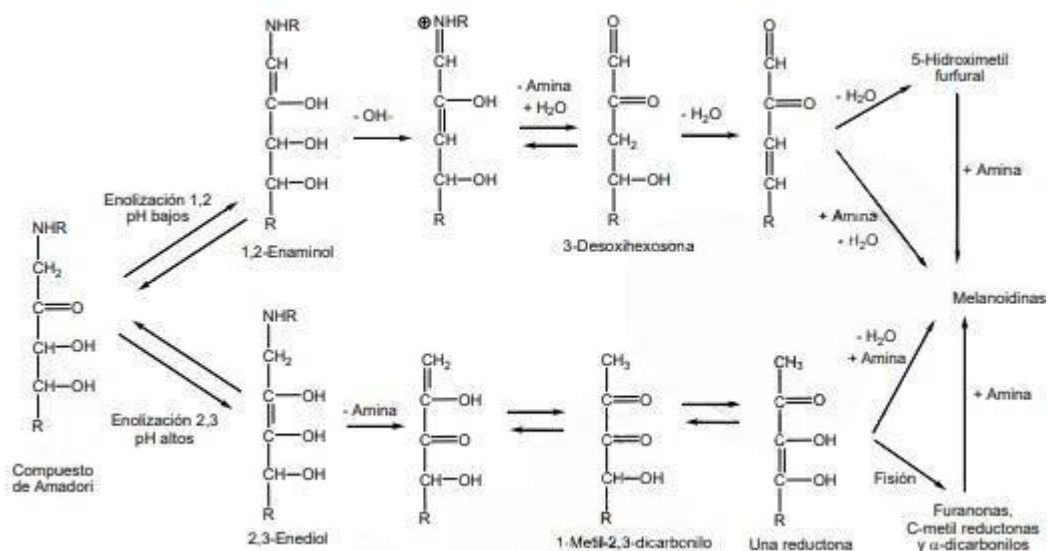
Al momento de la formarse las melanoidinas dan como resultado los radicales libres estable, que sean por el azúcar o glicosilamina, mismos de los que se da comienzo al formar la base de Schiff y subsecuente a la retroaldolización la oxidación. («La Reacción de Maillard. Oscurecimiento No Enzimático.», s. f.)

Etapas Intermedias:

Los productos aun son ausentes de color o comienzan la coloración levemente amarillenta, tiene a absorber el UV

Reacción C:

Los azúcares se deshidratan, comienza la formación de melanoidinas por medio de 2 rutas; se toman los compuestos de Amadori.

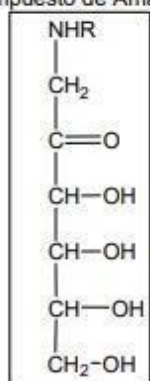


Condiciones ácidas	Formación furfurales
Condiciones alcalinas	Formación reductonas

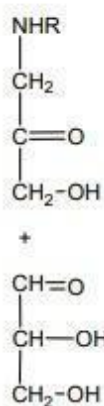
TABLA 6. CONDICIONES DE LA REACCIÓN DE AMADORI («LA REACCIÓN DE MAILLARD. OSCURECIMIENTO NO ENZIMÁTICO.», S. F.)

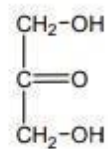
Reacción D: Los azúcares se fragmentan

Compuesto de Amadori



Retroaldolización

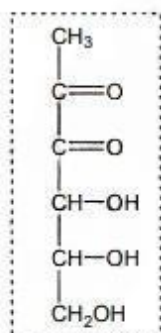
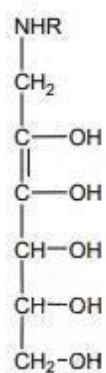


$$\begin{array}{c}
 -\text{RNH}_2 \\
 + \text{H}_2\text{O}
 \end{array}$$


Dihidroxicetona

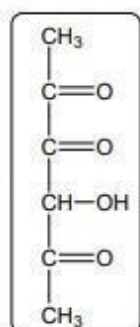
Gliceraldehído

Enolización 2,3

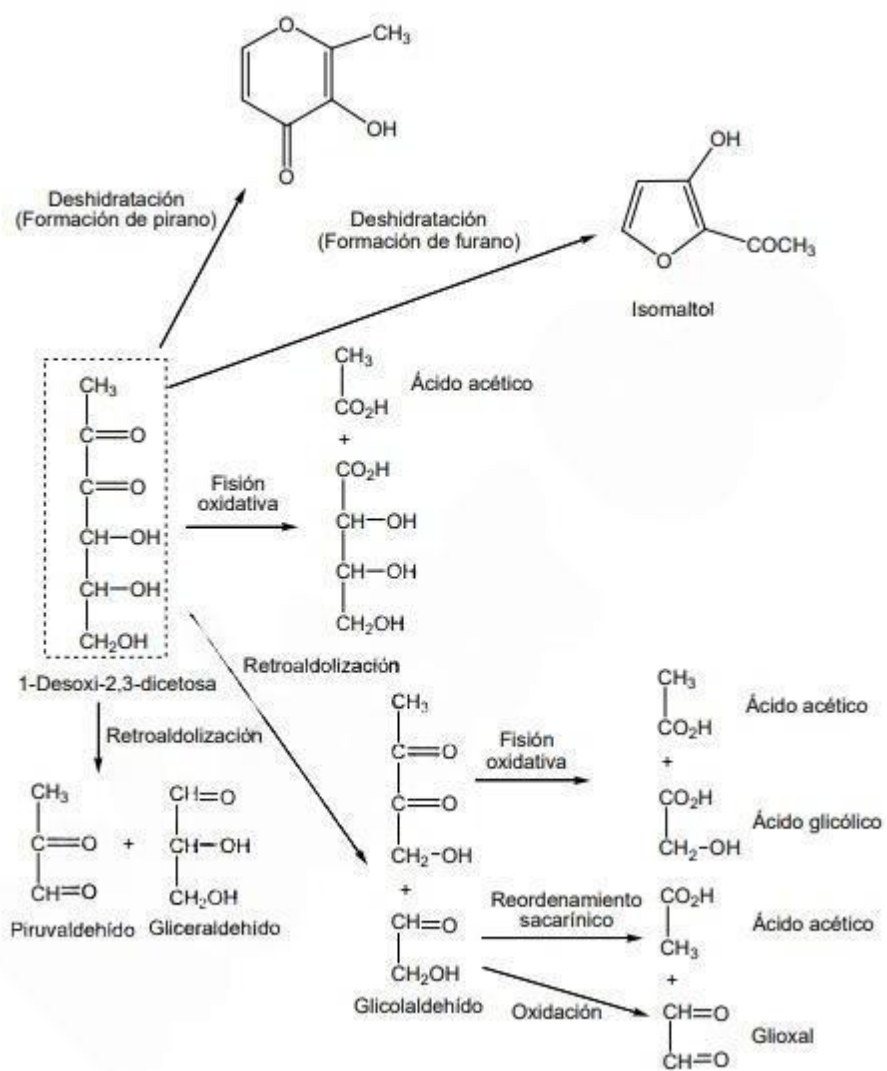


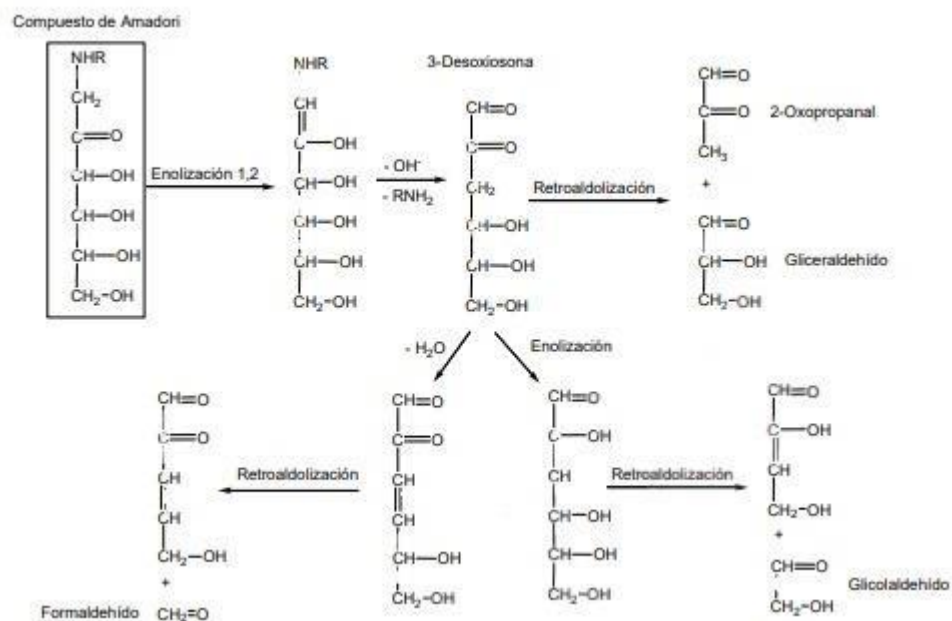
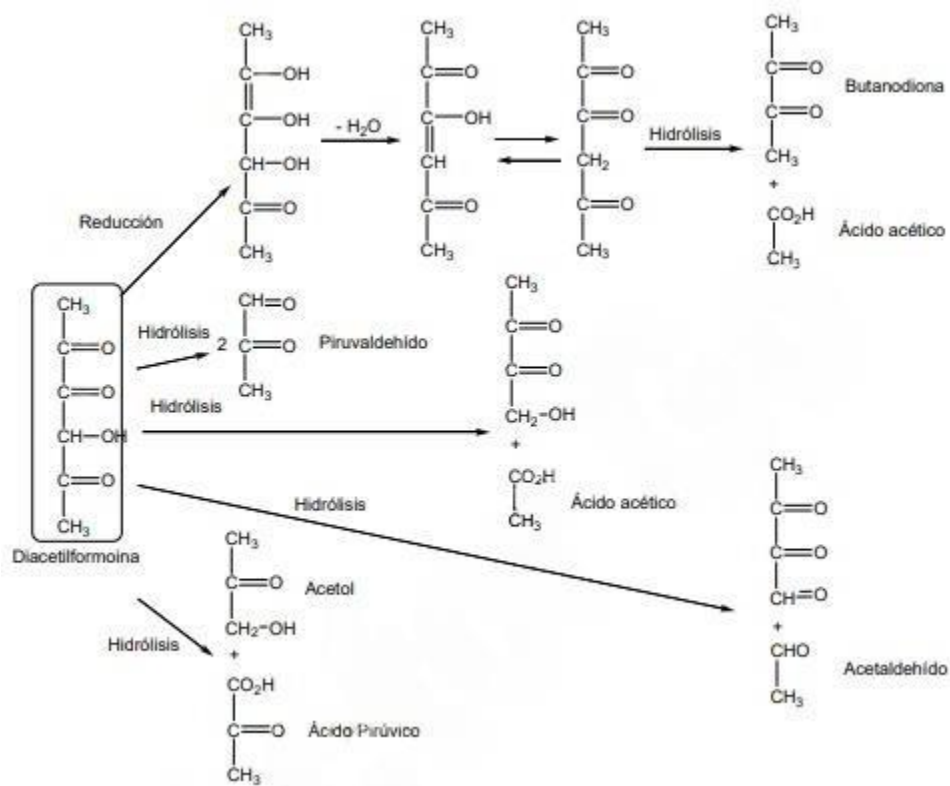
1-Desoxi-2,3-dicetosa

Reordenamiento



Diacetilformoina





Se da una retroaldolización y fisión oxidativa

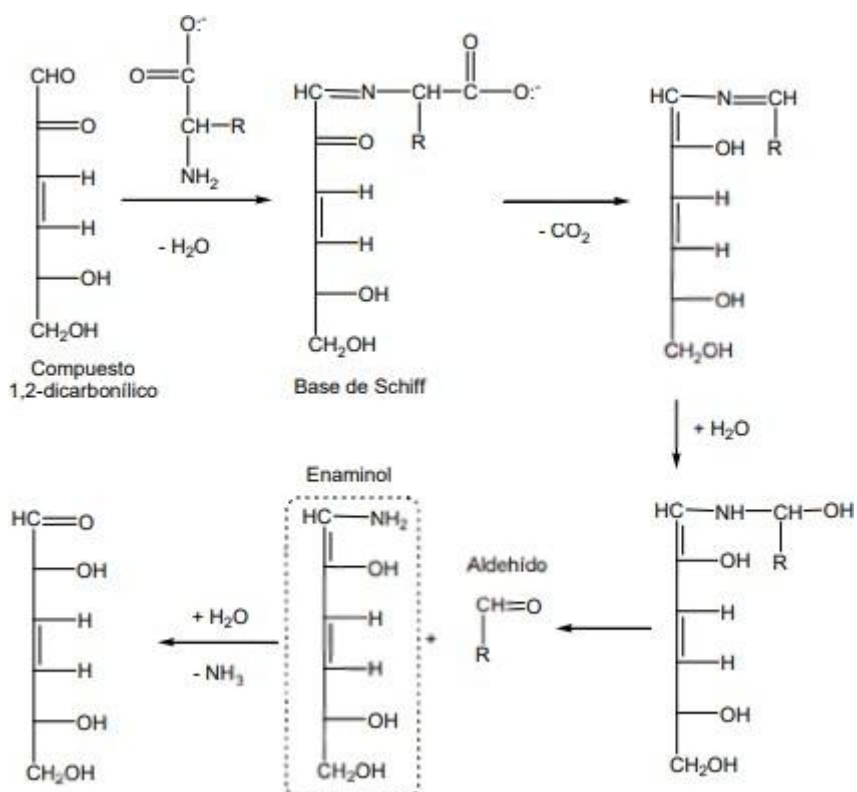
Las hexosas se fragmentan de 3 maneras

C5/C1

C4/C2

C3/C3

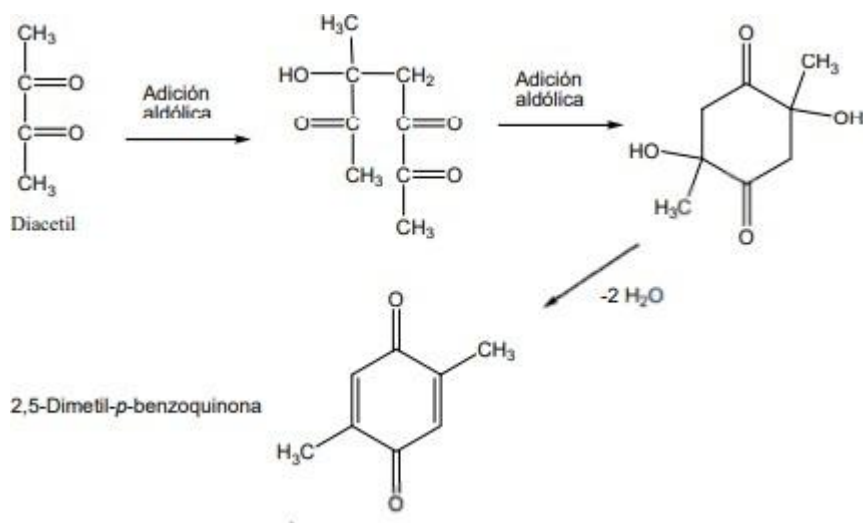
Reacción E: Degradación de Strecker



En esta etapa ocurre la reacción de compuestos dicarbonílicos con el α -amino del aminoácido que crea la base de Schiff. El enaminol es la forma enólica de α -aminoácido, el cual ha pasado por un proceso y se descarboxila, luego pasa a una auto condensación y forma polímeros café o por la otra parte hidrolisis (aldehído y amina) siendo el ultimo un aminoacido original con un carbono menos. Gran parte de de aldehídos formados en esta etapa son responsables de la formación de compuestos ligados al sabor en alimentos. («García Ortega, H. (2015). Química orgánica (Capítulo VII). Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM).»)

Reacción F: Se forman las quinonas por los residuos de la fragmentación de azúcares.

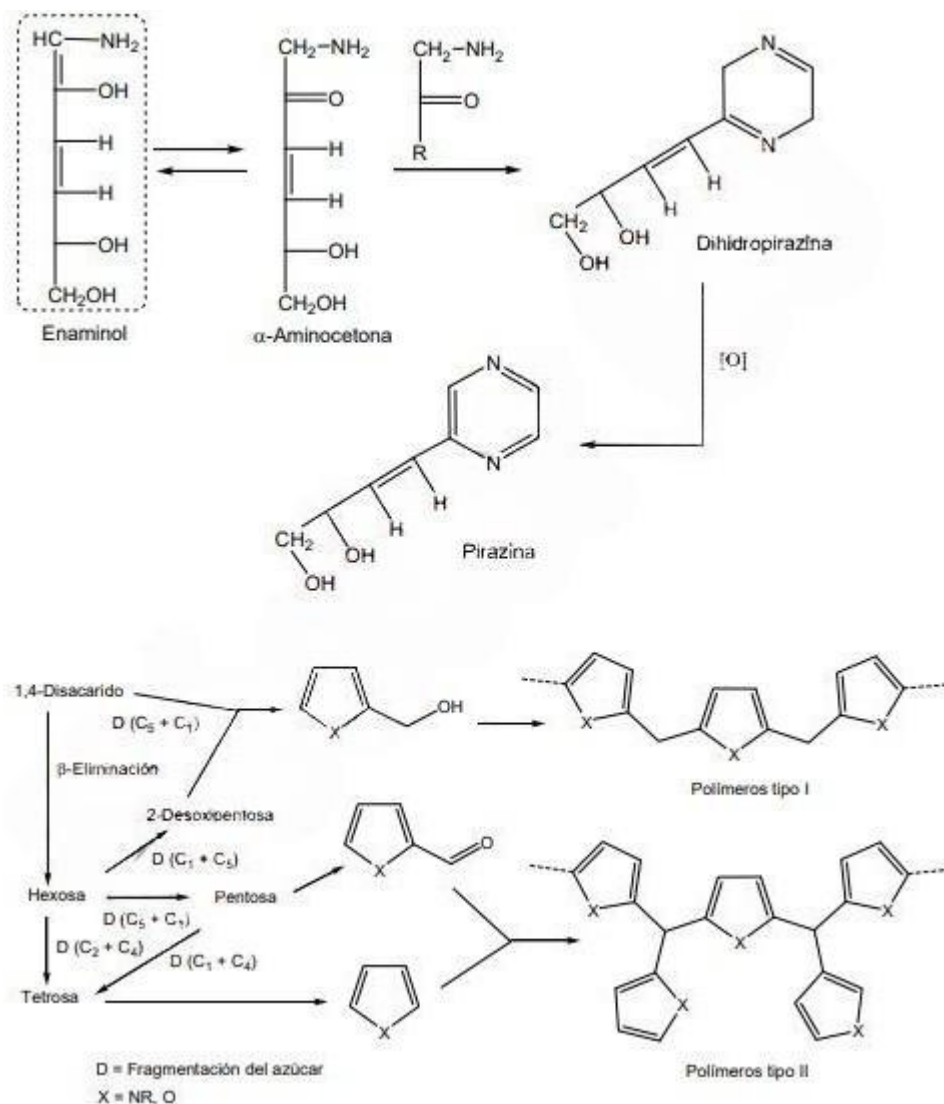
Condensación aldólica



En las Reacciones C,D Y E se forma aldehídos y tienden a reaccionar entre ellos por condensación aldólica, junto a compuestos carbonílicos, que provienen de la oxidación de lípidos.

En la reacción de Strecker pueden ser un componente dicarbonílico las benzoquinonas, formando iminas que contribuyen a la producción de melanoidinas. («La Reacción de Maillard. Oscurecimiento No Enzimático.», s. f.)

Reacción G: Formación de compuestos heterocíclicos nitrogenados. Condensación de aldehído-amina



Los aldehídos α,β -insaturados reaccionan con aminas y forman polímeros con una alta masa muscular, conocidos como melanoidinas, productos con alta pigmentación que su estructura se desconoce. Además de piridinas, pirazinas, pirroles e imidazoles (sistemas heterocíclicos) dentro de las melanoidinas, variantes que dependen de cómo se dio la producción de las mismas.

Método de elaboración:

El ajo negro es el resultado de una cocción prolongada misma que debe seguir 3 factores y principios básicos:

Temperatura	El ajo no solo pasa por una reacción de Millard, si no que se fermenta y para ello se toma en cuenta que la humedad no debe sobrepasar el 80% o puede concurrir a crear moho, además de una temperatura del 70C, siendo que el sobrepasar estos logrará un resultado amargo y la textura será cauchosa
Tiempo	El tiempo vario y depende de la humedad y temperatura, por ello puede variar de 10 a 40 días en estar listo
Tipo de cocción	Es una cocción lenta que puede ser a vapor o no, pero es importante no contar con el contacto directo con la fuente o puede quemar su base

TABLA 7. PRINCIPIOS BÁSICOS ELABORACIÓN AJO NEGRO (CAPELLO, 2022)

Cocina asiática

A pesar de la gran diversidad que existe dentro de la gastronomía asiática, influenciada por las diferencias geográficas y culturales de cada región, muchos de sus platos comparten ciertos

elementos en común. Uno de ellos es la gran atención al aspecto estético, tanto en la presentación de los alimentos como en el uso de vajillas sofisticadas, llenas de adornos y colores vibrantes. Esta cocina se caracteriza por el uso de ingredientes frescos y orgánicos, ya que su enfoque estacional busca siempre la mejor calidad. Es común encontrar una amplia variedad de verduras, legumbres y proteínas, priorizando siempre los productos locales. Además, el uso de especias, hierbas y raíces permite que el sabor de los platos sea equilibrado y profundo, reduciendo así la necesidad de añadir sal en exceso. (Spices, 2023)

Tipos de cocina asiática:

La cocina asiática va a variar sus características en cuanto a cultura y geografía se refiere, siendo las principales:

China	Sabor intenso y variado, se utilizan varias salsas y mucho de sus productos son salteados en wok, tiene variedad en cuanto a técnicas ingredientes se habla.
Japón	Platos con sabores umamis y frescos, basados en la estética de sus presentaciones y el minimalismo
Tailandia	Da equilibrio de sabores, pues dentro de ellos hay dulce, salado, amargo y picante. Buscando siempre el balance no solo en sabores, sino también en aromas
India	Platos muy aromáticos y herbales, destacan por su uso de especias.
Corea	Se usa mucho las parillas y productos fermentados
Vietnam	Caldos frescos y aromáticos (Comunicación, 2024)

TABLA 8. CARACTERÍSTICAS DE LA COCINA ASIÁTICA, BASADA EN SU GEOGRAFÍA (SPICES, 2023)*Ingredientes principales:*

Arroz	Es un ingrediente que se usa en todas las culturas y geografías
Fideo	Muchos platos lo tienen y su elaboración va desde trigo, arroz o alforfón que es un derivado del trigo
Soya	Se la usa de varias formas obtenidas de este mismo producto, como salsa, tofu o miso
Pollo	Es usado por todas las culturas y geografías
Cerdo	Es mucho más común en China y Filipinas
Pescados y mariscos	Es muy común de zonas costeras, por ello predomina en Japón
Cordero	Denomina en India pues al ser la res un animal sagrado su dieta es común con cordero
Especias	Predomina el uso de ajo, jengibre, tipo de ají o hierbas como el cilantro
Verduras	Se usa todo tipo de verduras de varias formas
Res	Destaca dentro de la gastronomía coreana (Comunicación, 2024)

TABLA 9. PRINCIPALES PRODUCTOS DE LA COCINA ASIÁTICA (COMUNICACIÓN, 2024)

4. MENÚ APROBADO ESPAÑOL

Cóctel

Michelada de maracuyá y ajo negro

Amouse bouche

Mil hojas crocantes de papa con tratar de atún con alcaparras, salsa de soya, ajo negro, cebollín, vinagre balsámico y aceite de sésamo acompañado de yema de huevo de codorniz curada en salsa de soya y eneldo

Pan

Pan baozi relleno de tofu, cebolla perla, jengibre, salsa de soya

Aderezo con Mirin, ajo negro, limón, aceite de sésamo, salsa de soya y polvo de ajo negro

Entrada

Peras al vino blanco y sake, con queso de cabra azul, rúcula, prosciutto, gastric de ajo negro

Plato fuerte

Costillar de cerdo marinado en salsa teriyaki, naranja nacional y miel de maple

Puré de zanahoria blanca y papa dulce con queso blue

Rábanos encurtidos con limón y sal

Espárragos salteados con aceite de sésamo con eneldo

Demi glace de ajo negro y aceite de romero

Postre

Mousse de vainilla con un centro de confit de naranja nacional con bizcocho de pistacho

Ganache de chocolate amargo

Crumbl de naranja

Cremoso de ajo negro

Petit four

Bombón de durazno y ajo negro

Bajativo

Te negro con miel de jengibre y ajo negro

5. MENU APROBADO EN INGLÉS

Cocktail

Passion Fruit and Black Garlic Michelada

Amuse-Bouche

Crispy Potato Mille-feuille with Tuna Tartare, Capers, Soy Sauce, Black Garlic, Chives, Balsamic Vinegar, and Sesame Oil, served with Soy Sauce–cured Quail Egg Yolk and Dill

Bread

Baozi Bread filled with Tofu, Pearl Onion, Ginger, and Soy Sauce

Dressed with Mirin, Black Garlic, Lemon, Sesame Oil, Soy Sauce, and Black Garlic Powder

Starter

White Wine and Sake Poached Pears with Blue Goat Cheese, Arugula, Prosciutto, and Black Garlic Gastrique

Main Course

Pork Ribs marinated in Teriyaki Sauce, Local Orange, and Maple Syrup

White Carrot and Sweet Potato Purée with Blue Cheese

Pickled Radishes with Lemon and Salt

Sautéed Asparagus with Sesame Oil and Dill

Black Garlic and Rosemary Oil Demi-Glace

Dessert

Vanilla Mousse with a Center of Local Orange Confit and Pistachio Sponge Cake

Dark Chocolate Ganache

Orange Crumble

Black Garlic Cream

Petit Four

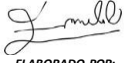
Peach and Black Garlic Bonbon

Digestif

Black Tea with Ginger Honey and Black Garlic

6. RECETAS ESTANDAR CON FOTOGRAFÍAS Y COSTOS

Amuse-Gueule

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR						UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR		Escuela de Gastronomía		
NOMBRE RECETA Mil hojas de papa						TIPO RECETA Básica o de Venta		FOTO RECETA 		
NÚMERO PORCIONES 8 porción						FICHA No. SUB-001				
PESO CADA PORCIÓN 20 gramo										
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Papa	150,00	gramo	\$ 0,00495	\$ 0,7425	Laminada 2mm de espesor	\$ 0,99	Kilogramo	200	gramo
2	Clara de huevo	1,00	unidad	\$ 0,09600	\$ 0,0960		\$ 1,92	unidad	20	unidad
3	Sal	5,00	gramo	\$ 0,00045	\$ 0,0022		\$ 0,89	Kilogramo	2.000	gramo
4	Pimienta	5,00	gramo	\$ 0,00740	\$ 0,0370		\$ 0,74	Gramo	100	gramo
PROCESO DE PREPARACIÓN 1. Laminar las papas de forma uniforme 2. Separar la clara de la yema 3. Salpimentar la clara 4. Poner papel encerado en el molde 5. Bañar las papas con la clara de huevo 6. Ubicarlas en el molde una sobre otra 7. Cubrir las con papel encerado 8. Hornear a 130 C por 2 horas 9. Enfriar en refrigeración y cortar 10. Freír a 180 C			COSTO MATERIA PRIMA SUBTOTAL RECETA \$ 0,88 EXTRAS 5% \$ 0,04 COSTO TOTAL RECETA \$ 0,92 COSTO POR PORCIÓN \$ 0,11 COSTO POR GRAMO \$ 0,0057			PUNTOS CRÍTICOS 1. Falta de cocción de las papas 2. Temperatura muy alta en el horno 3. No refrigerar antes de freír				
			ARGUMENTACIÓN TÉCNICA			MÉTODOS Y TÉCNICAS 1. Laminado 2. Freído				
ELABORADO POR:  Nombre y Apellido			REVISADO POR:  Nombre y Apellido			FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25				

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía			
NOMBRE RECETA				TIPO RECETA		FOTO RECETA					
Yema de codorniz curadaa				Básica o de Venta							
NÚMERO PORCIONES		5 porción		X Complementaria o Subreceta							
PESO CADA PORCIÓN		5 gramo		FICHA No. SUB-002							
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta	
1	Huevos de codorniz	5,00	unidad	\$ 0,07750	\$ 0,3875	Separar yemas de claras	\$ 1,55		20	unidad	
2	Salsa de soya	100,00	mililitro	\$ 0,02293	\$ 2,2933		\$ 6,88		300	mililitro	
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS			
1. Separamos las yemas de las claras 2. En un recipiente vertemos la salsa de soya 3. Agregar las yemas 4. Esperar 30-40 minutos 5. Retirar y lavar en un recipiente con agua 6. Retirar				SUBTOTAL RECETA		\$ 2,68		1. Tiempo de curado 2. Manejo de claras 3. Correcto lavado			
				EXTRAS 5%		\$ 0,13					
				COSTO TOTAL RECETA		\$ 2,81		1. Subtotal * % Extras Subtotal + Extras Costo Total Receta ÷ No. porciones Costo por Porción ÷ Peso cada Porción			
				COSTO POR PORCIÓN		\$ 0,56					
				COSTO POR GRAMO		\$ 0,1126					
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA							MÉTODOS Y TÉCNICAS				
							1. Sableado o Cremado 2. Amasado 3. Leudado				
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN		FECHA ACTUALIZACIÓN	
								25-may-25		29-jun-25	

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía		
NOMBRE RECETA Tartar de atún rojo				TIPO RECETA Básica o de Venta X Complementaria o Subreceta		FOTO RECETA 				
NÚMERO PORCIONES 17 porción PESO CADA PORCIÓN 30 gramo				FICHA No. SUB-003						
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Atún rojo	300,00	gramos	\$ 0,01881	\$ 5,6432		\$ 8,54	gramos	454	gramos
2	Salsa de soya	50,00	gramos	\$ 0,02324	\$ 1,1622		\$ 6,88	mililitro	296	mililitro
3	Vinagre balsámico	50,00	mililitro	\$ 0,01704	\$ 0,8520		\$ 4,26	mililitro	250	mililitro
4	Ajo negro	50,00	gramos	\$ 0,11946	\$ 5,9732		\$ 6,69	gramos	56	gramos
5	Cebollín	25,00	gramos	\$ 0,01560	\$ 0,3900		\$ 0,78	gramos	50	gramos
6	Alcaparra	25,00	gramos	\$ 0,01772	\$ 0,4431		\$ 2,57	gramos	145	gramos
7	Jengibre	10,00	gramos	\$ 0,00480	\$ 0,0480		\$ 0,48	gramos	100	gramos
8	Aceite de sésamo	10,00	mililitro	\$ 0,03800	\$ 0,3800		\$ 7,03	mililitro	185	mililitro
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS		
1. Limpiar y congelar el atún rojo				SUBTOTAL RECETA \$ 14,89 Σ Precios totales de cada ingrediente				1. Temperatura del pescado		
2. Congelar el atún				EXTRAS 5% \$ 0,74 Subtotal * % Extras						
3. Cortar el cebollín y alcaparra en brunoise				COSTO TOTAL RECETA \$ 15,64 Subtotal + Extras						
4. Pelar y rallar el jengibre				COSTO POR PORCIÓN \$ 0,90 Costo Total Receta ÷ No. porciones						
5. Cortar en small dice el atún rojo				COSTO POR GRAMO \$ 0,0301 Costo por Porción ÷ Peso cada Porción						
6. Mezclar todo										
				ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS		
								1. Desnatadura		
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25		

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR						 Escuela de Gastronomía Powered by Arizona State University®				
NOMBRE RECETA AMUSE-GUELE						TIPO RECETA ☒ Básica o de Venta ☐ Complementaria o Subreceta		FOTO RECETA 		
NÚMERO PORCIONES 1 porción PESO CADA PORCIÓN 55 gramo						FICHA No. VTA-001				
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Mil hojas de papa	20,00	gramo	\$ 0,00572	\$ 0,1145	Ficha No. SUB-001	\$ 0,1145	gramo	20	gramo
2	Yema de codorniz curada	1,00	unidad	\$ 0,11260	\$ 0,1126	Ficha No. SUB-003	\$ 0,56	unidad	5	unidad
3	Tartar de atún rojo	20,00	mililitro	\$ 0,03007	\$ 0,6014	Ficha No. SUB-002	\$ 0,90	gramo	30	gramo
4	Hojas de eneldo	5,00	gramo	\$ 0,02225	\$ 0,1113	Frita s	\$ 0,89	gramo	40	gramo
PROCESO DE PREPARACIÓN 1. Poner de base la mil hojas de papa 2. Poner el tartar de atún 3. Poner encima la yema de codorniz curada 4. Freír las hojas de eneldo 5. decorar con la hoja de eneldo 6. Servir						COSTO MATERIA PRIMA SUBTOTAL RECETA \$ 0,94 §Precios totales de cada ingrediente EXTRAS 5% \$ 0,05 Subtotal * % Extras COSTO TOTAL RECETA \$ 0,99 Subtotal + Extras COSTO POR PORCIÓN \$ 1,18 Costo Total Receta ÷ No. porciones COSTO POR GRAMO \$ 0,0215 Costo por Porción ÷ Peso cada Porción		PUNTOS CRÍTICOS 1. 2. 3.		
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA						MÉTODOS Y TÉCNICAS 1. 2. 3.				
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido						 REVISADO POR: Nombre y Apellido		FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25		

Fuente: Emilia Ortiz

Pan

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR						 Escuela de Gastronomía Powered by Arizona State University®				
NOMBRE RECETA Pan baozi						TIPO RECETA Básica o de Venta		FOTO RECETA 		
NÚMERO PORCIONES 27 porción						FICHA No. SUB-001				
PESO CADA PORCIÓN 30 gramo										
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Harina	500,00	gr	\$ 0,00134	\$ 0,6700		\$ 1,34	gramos	1.000	gr
2	Agua	280,00	ml	\$ 0,00050	\$ 0,1400	Tibia	\$ 0,50	mlitro	1.000	ml
3	Azúcar	10,00	gr	\$ 0,00100	\$ 0,0100		\$ 1,99	gramo	2.000	gr
4	Levadura	5,00	gr	\$ 0,01472	\$ 0,0736		\$ 1,84	gramo	125	gr
PROCESO DE PREPARACIÓN 1. Mezclar agua tibia y azúcar 2. Dejar actuar por 5 minutos en un lugar oscuro 3. Incorporar la harina y amasar por 10 minutos 4. Reposar 1 hora 5. Amasar 5 minutos y porcionar 30 gr cada uno						COSTO MATERIA PRIMA SUBTOTAL RECETA \$ 0,89 Σ Precios totales de cada ingrediente EXTRAS 5% \$ 0,04 Subtotal * % Extras COSTO TOTAL RECETA \$ 0,94 Subtotal + Extras COSTO POR PORCIÓN \$ 0,04 Costo Total Receta ÷ No. porciones COSTO POR GRAMO \$ 0,0012 Costo por Porción ÷ Peso cada Porción		PUNTOS CRÍTICOS 1. Tiempo de levado 2. Manejo de temperatura		
						ARGUMENTACIÓN TÉCNICA		MÉTODOS Y TÉCNICAS 1. Amasado		
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido						 REVISADO POR: Nombre y Apellido		FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25		

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 Escuela de Gastronomía Powered by Arizona State University®					
NOMBRE RECETA			TIPO RECETA			FOTO RECETA					
Relleno			Básica o de Venta								
NÚMERO PORCIONES			X						Complementaria o Subreceta		
PESO CADA PORCIÓN			FICHA No.						SUB-002		
46 porción			20 gramo								

#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Tofu	600,00	gramos	\$ 0,01010	\$ 6,0600	Brunoise	\$ 3,03	gramos	300	gramos
2	Champiñones	200,00	gramos	\$ 0,01050	\$ 2,1000	Brunoise	\$ 2,10	gramos	200	gramos
3	Jengibre	5,00	gramos	\$ 0,00876	\$ 0,0438	Rallado	\$ 1,49	gramos	170	gramos
4	Cebolla perla	100,00	gramos	\$ 0,00165	\$ 0,1650	Brunoise	\$ 0,99	gramos	600	gramos
5	Togarashi	20,00	gramos	\$ 0,06940	\$ 1,3880		\$ 3,47	gramos	50	gramos

PROCESO DE PREPARACIÓN		COSTO MATERIA PRIMA		PUNTOS CRÍTICOS															
1. Cortar los hongos y tofu en small dice 2. Cortar la cebolla en brunoise 3. Perlar la cebolla con un poco de aceite al sartén 4. Agregar los hongos y el tofu 5. Sofreír hasta cocinar los hongos 6. Agregar el togarashi 7. Sal pimentar y sazonar con un poco de aceite de sésamo		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 9,76</td> <td style="font-size: 0.8em;">Precios totales de cada ingrediente</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">EXTRAS 5%</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,49</td> <td style="font-size: 0.8em;">Subtotal * % Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 10,24</td> <td style="font-size: 0.8em;">Subtotal + Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,22</td> <td style="font-size: 0.8em;">Costo Total Receta ÷ No. porciones</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR GRAMO</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,0111</td> <td style="font-size: 0.8em;">Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td> </tr> </table>		SUBTOTAL RECETA	\$ 9,76	Precios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 0,49	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 10,24	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,22	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0111	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	1. Potencia del fuego
SUBTOTAL RECETA	\$ 9,76	Precios totales de cada ingrediente																	
EXTRAS 5%	\$ 0,49	Subtotal * % Extras																	
COSTO TOTAL RECETA	\$ 10,24	Subtotal + Extras																	
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,22	Costo Total Receta ÷ No. porciones																	
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0111	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																	
		ARGUMENTACIÓN TÉCNICA		MÉTODOS Y TÉCNICAS															
				1. Salteado															

 ELABORADO POR: Nombre y Apellido	 REVISADO POR: Nombre y Apellido	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">25-may-25</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">29-jun-25</td> </tr> </table>	FECHA ELABORACIÓN	25-may-25	FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25
FECHA ELABORACIÓN						
25-may-25						
FECHA ACTUALIZACIÓN						
29-jun-25						

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 Escuela de Gastronomía Powered by Arizona State University®										
NOMBRE RECETA Vinagreta ajo negro y ají dulce			TIPO RECETA Básica o de Venta X Complementaria o Subreceta		FOTO RECETA 											
NÚMERO PORCIONES 2 porción			FICHA No. SUB-003													
PESO CADA PORCIÓN 30 gramo																
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta						
1	Aji chilin	5,00	gramos	\$ 0,06629	\$ 0,3314		\$ 2,32	gramos	35	gramos						
2	Ajo negro	5,00	gramos	\$ 0,11946	\$ 0,5973		\$ 6,69	gramos	56	gramos						
3	Agua	20,00	mililitro	\$ 0,00050	\$ 0,0100		\$ 0,50	mililitro	1.000	mililitro						
4	Salsa de soya	20,00	mililitro	\$ 0,02324	\$ 0,4649		\$ 6,88	mililitro	296	mililitro						
5	Aceite de sésamo	10,00	mililitro	\$ 0,03800	\$ 0,3800		\$ 7,03	mililitro	185	mililitro						
6	Limón fresco	5,00	mililitro	\$ 0,00066	\$ 0,0033	Zumo de limón	\$ 0,99	gramos	1.500	gramos						
PROCESO DE PREPARACIÓN		COSTO MATERIA PRIMA		PUNTOS CRÍTICOS												
1. Incorporar todos los ingredientes 2. Emulsionar con un mixer 3. Dejar reposar		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 1,79</td> <td rowspan="5" style="font-size: 0.8em;"> Σ Precios totales de cada ingrediente Subtotal * % Extras Subtotal + Extras Costo Total Receta ÷ No. porciones Costo por Porción ÷ Peso cada Porción </td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">EXTRAS 5%</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,09</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 1,88</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,87</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO POR GRAMO</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,0289</td> </tr> </table>		SUBTOTAL RECETA	\$ 1,79	Σ Precios totales de cada ingrediente Subtotal * % Extras Subtotal + Extras Costo Total Receta ÷ No. porciones Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	EXTRAS 5%	\$ 0,09	COSTO TOTAL RECETA	\$ 1,88	COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,87	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0289	1. Cantidad de salsa de soya	
SUBTOTAL RECETA	\$ 1,79	Σ Precios totales de cada ingrediente Subtotal * % Extras Subtotal + Extras Costo Total Receta ÷ No. porciones Costo por Porción ÷ Peso cada Porción														
EXTRAS 5%	\$ 0,09															
COSTO TOTAL RECETA	\$ 1,88															
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,87															
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0289															
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA		MÉTODOS Y TÉCNICAS														
 Nombre y Apellido		 Nombre y Apellido		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</td> <td style="text-align: center;">25-may-25</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</td> <td style="text-align: center;">29-jun-25</td> </tr> </table>		FECHA ELABORACIÓN	25-may-25	FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25							
FECHA ELABORACIÓN	25-may-25															
FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25															

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía																																		
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #0056b3; color: white;">NOMBRE RECETA</th> </tr> <tr> <td colspan="2">Pan Baozi</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #800080; color: white;">NÚMERO PORCIONES</th> <td>25 porción</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #ffcc00;">PESO CADA PORCIÓN</th> <td>80 gramo</td> </tr> </table>						NOMBRE RECETA		Pan Baozi		NÚMERO PORCIONES	25 porción	PESO CADA PORCIÓN	80 gramo	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">TIPO RECETA</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">X</td> <td>Básica o de Venta</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Complementaria o Subreceta</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #0056b3; color: white;">FICHA No.</th> <td>VTA-002</td> </tr> </table>		TIPO RECETA		X	Básica o de Venta		Complementaria o Subreceta	FICHA No.	VTA-002	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: #ffcc00;">FOTO RECETA</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;"> </td> </tr> </table>		FOTO RECETA																
NOMBRE RECETA																																										
Pan Baozi																																										
NÚMERO PORCIONES	25 porción																																									
PESO CADA PORCIÓN	80 gramo																																									
TIPO RECETA																																										
X	Básica o de Venta																																									
	Complementaria o Subreceta																																									
FICHA No.	VTA-002																																									
FOTO RECETA																																										
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta																																
1	Masa de baozi	1.000,00	gramo	\$ 0,00004	\$ 0,0443	Ficha No. SUB-001	\$ 0,0354	gramo	800	gramo																																
2	Relleno de tofu	500,00	gramo	\$ 0,01108	\$ 5,5377	Ficha No. SUB-002	\$ 0,22	gramo	20	gramo																																
3	Vinagreta ajo negro y ají dulce	500,00	mililitro	\$ 0,00433	\$ 2,1649	Ficha No. SUB-003	\$ 0,87	mililitro	200	mililitro																																
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: #800080; color: white;">PROCESO DE PREPARACIÓN</th> </tr> <tr><td>1. Estirar la masa a un diámetro de 15 cm</td></tr> <tr><td>2. Rellenar con 25 gr de relleno</td></tr> <tr><td>3. Cerrar y dar forma</td></tr> <tr><td>4. Poner una olla con agua hirviendo y ubicar encima la vaporera de bambú</td></tr> <tr><td>5. Poner en la base papel de arroz y los panes baozi</td></tr> <tr><td>6. Cocinar a vapor por 10 minutos, levantar la tapa y cocinar otros 5 minutos</td></tr> <tr><td>7. Retirar y servir con la vinagreta</td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>						PROCESO DE PREPARACIÓN	1. Estirar la masa a un diámetro de 15 cm	2. Rellenar con 25 gr de relleno	3. Cerrar y dar forma	4. Poner una olla con agua hirviendo y ubicar encima la vaporera de bambú	5. Poner en la base papel de arroz y los panes baozi	6. Cocinar a vapor por 10 minutos, levantar la tapa y cocinar otros 5 minutos	7. Retirar y servir con la vinagreta				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: #0056b3; color: white;">COSTO MATERIA PRIMA</th> </tr> <tr> <td>SUBTOTAL RECETA</td> <td>\$ 7,75</td> <td>3 Precios totales de cada ingrediente</td> </tr> <tr> <td>EXTRAS 5%</td> <td>\$ 0,39</td> <td>Subtotal * % Extras</td> </tr> <tr> <td>COSTO TOTAL RECETA</td> <td>\$ 8,13</td> <td>Subtotal + Extras</td> </tr> <tr> <td>COSTO POR PORCIÓN</td> <td>\$ 0,32</td> <td>Costo Total Receta ÷ No. porciones</td> </tr> <tr> <td>COSTO POR GRAMO</td> <td>\$ 0,0040</td> <td>Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td> </tr> </table>		COSTO MATERIA PRIMA	SUBTOTAL RECETA	\$ 7,75	3 Precios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 0,39	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 8,13	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,32	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0040	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: #ffcc00;">PUNTOS CRÍTICOS</th> </tr> <tr><td>1. Repulgado</td></tr> <tr><td>2. Que el pan se pegue al papel</td></tr> <tr><td>3.</td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>		PUNTOS CRÍTICOS	1. Repulgado	2. Que el pan se pegue al papel	3.		
PROCESO DE PREPARACIÓN																																										
1. Estirar la masa a un diámetro de 15 cm																																										
2. Rellenar con 25 gr de relleno																																										
3. Cerrar y dar forma																																										
4. Poner una olla con agua hirviendo y ubicar encima la vaporera de bambú																																										
5. Poner en la base papel de arroz y los panes baozi																																										
6. Cocinar a vapor por 10 minutos, levantar la tapa y cocinar otros 5 minutos																																										
7. Retirar y servir con la vinagreta																																										
COSTO MATERIA PRIMA																																										
SUBTOTAL RECETA	\$ 7,75	3 Precios totales de cada ingrediente																																								
EXTRAS 5%	\$ 0,39	Subtotal * % Extras																																								
COSTO TOTAL RECETA	\$ 8,13	Subtotal + Extras																																								
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,32	Costo Total Receta ÷ No. porciones																																								
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0040	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																																								
PUNTOS CRÍTICOS																																										
1. Repulgado																																										
2. Que el pan se pegue al papel																																										
3.																																										
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: #800080; color: white;">ARGUMENTACIÓN TÉCNICA</th> </tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>						ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: #ffcc00;">MÉTODOS Y TÉCNICAS</th> </tr> <tr><td>1. Cocción a vapor</td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>		MÉTODOS Y TÉCNICAS	1. Cocción a vapor																													
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA																																										
MÉTODOS Y TÉCNICAS																																										
1. Cocción a vapor																																										
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido REVISADO POR: Nombre y Apellido <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: #0056b3; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</th> </tr> <tr> <td>25-may-25</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #0056b3; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</th> </tr> <tr> <td>29-jun-25</td> </tr> </table>						FECHA ELABORACIÓN	25-may-25	FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25																																	
FECHA ELABORACIÓN																																										
25-may-25																																										
FECHA ACTUALIZACIÓN																																										
29-jun-25																																										

Fuente: Emilia Ortiz

Entrada

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 Escuela de Gastronomía					
NOMBRE RECETA			TIPO RECETA			FOTO RECETA					
Pera al vino blanco y sake			Básica o de Venta								
NÚMERO PORCIONES		6 porción	X						Complementaria o Subreceta		
PESO CADA PORCIÓN		150 gramo	FICHA No.						SUB-001		
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta	
1	Pera Forelle	5,00	unidad	\$ 0,28000	\$ 1,4000	Pelada	\$ 1,12	unidad	4	unidad	
2	Vino blanco	500,00	mililitro	\$ 0,01155	\$ 5,7733		\$ 8,66	mililitro	750	mililitro	
3	Sake	250,00	mililitro	\$ 0,02168	\$ 5,4200		\$ 8,13	mililitro	375	mililitro	
4	Mirin	150,00	mililitro	\$ 0,02040	\$ 3,0600		\$ 7,14	mililitro	350	mililitro	
5	Azúcar	50,00	gramo	\$ 0,00220	\$ 0,1100		\$ 2,20	gramos	1.000	gramo	
PROCESO DE PREPARACIÓN			COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS				
1. Pelar las peras, retirar el corazón y lavarlas 2. En una olla agregar el resto de ingredientes 3. Agregar las peras 4. Cocinar por 2 horas a llama baja hasta reducir y concentrar los líquidos 5. Dejar reposar			SUBTOTAL RECETA		\$ 15,76	Precios totales de cada ingrediente Subtotal * % Extras Subtotal + Extras Costo Total Receta ÷ No. porciones Costo por Porción ÷ Peso cada Porción					
			EXTRAS 5%		\$ 0,79						
			COSTO TOTAL RECETA		\$ 16,55						
			COSTO POR PORCIÓN		\$ 2,60						
			COSTO POR GRAMO		\$ 0,0173						
			ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS				
							1. Reducción 2. Manejo de temperaturas				
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido			 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25				

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía																																							
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">NOMBRE RECETA</th> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Gastric de ajo negro</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #800080; color: white;">NÚMERO PORCIONES</th> <td style="text-align: center;">32 porción</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #FFD700;">PESO CADA PORCIÓN</th> <td style="text-align: center;">30 gramo</td> </tr> </table>				NOMBRE RECETA		Gastric de ajo negro		NÚMERO PORCIONES	32 porción	PESO CADA PORCIÓN	30 gramo	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">TIPO RECETA</th> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Básica o de Venta</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">X</td> <td style="text-align: center;">Complementaria o Subreceta</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #0070C0; color: white;">FICHA No.</th> <td style="text-align: center;">SUB-002</td> </tr> </table>		TIPO RECETA		Básica o de Venta		X	Complementaria o Subreceta	FICHA No.	SUB-002	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #FFD700;">FOTO RECETA</th> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;"> </td> </tr> </table>		FOTO RECETA																							
NOMBRE RECETA																																															
Gastric de ajo negro																																															
NÚMERO PORCIONES	32 porción																																														
PESO CADA PORCIÓN	30 gramo																																														
TIPO RECETA																																															
Básica o de Venta																																															
X	Complementaria o Subreceta																																														
FICHA No.	SUB-002																																														
FOTO RECETA																																															
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta																																					
1	Vino blanco	500,00	mililitro	\$ 0,01155	\$ 5,7733		\$ 8,66	mililitro	750	mililitro																																					
2	Sake	250,00	mililitro	\$ 0,02168	\$ 5,4200		\$ 8,13	mililitro	375	mililitro																																					
3	Azúcar	50,00	gramo	\$ 0,00220	\$ 0,1100		\$ 2,20	gramo	1.000	gramo																																					
4	Ajo negro	15,00	gramo	\$ 0,11946	\$ 1,7920		\$ 6,69	gramo	56	gramo																																					
5	Mirin	150,00	mililitro	\$ 0,02040	\$ 3,0600		\$ 7,14	mililitro	350	mililitro																																					
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">PROCESO DE PREPARACIÓN</th> </tr> <tr><td>1. Utilizar la reducción de las peras al vino blanco y sake</td></tr> <tr><td>2. Procesar con el ajo negro</td></tr> <tr><td>3. Colar</td></tr> <tr><td>4. Reservar</td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>						PROCESO DE PREPARACIÓN		1. Utilizar la reducción de las peras al vino blanco y sake	2. Procesar con el ajo negro	3. Colar	4. Reservar							<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO MATERIA PRIMA</th> </tr> <tr> <td style="background-color: #D3D3D3;">SUBTOTAL RECETA</td> <td>\$ 16,16</td> <td>Σ Precios totales de cada ingrediente</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #D3D3D3;">EXTRAS 5%</td> <td>\$ 0,81</td> <td>Subtotal * % Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #D3D3D3;">COSTO TOTAL RECETA</td> <td>\$ 16,96</td> <td>Subtotal + Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #D3D3D3;">COSTO POR PORCIÓN</td> <td>\$ 0,53</td> <td>Costo Total Receta ÷ No. porciones</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #D3D3D3;">COSTO POR GRAMO</td> <td>\$ 0,0176</td> <td>Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td> </tr> </table>				COSTO MATERIA PRIMA		SUBTOTAL RECETA	\$ 16,16	Σ Precios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 0,81	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 16,96	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,53	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0176	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">PUNTOS CRÍTICOS</th> </tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>		PUNTOS CRÍTICOS						
PROCESO DE PREPARACIÓN																																															
1. Utilizar la reducción de las peras al vino blanco y sake																																															
2. Procesar con el ajo negro																																															
3. Colar																																															
4. Reservar																																															
COSTO MATERIA PRIMA																																															
SUBTOTAL RECETA	\$ 16,16	Σ Precios totales de cada ingrediente																																													
EXTRAS 5%	\$ 0,81	Subtotal * % Extras																																													
COSTO TOTAL RECETA	\$ 16,96	Subtotal + Extras																																													
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,53	Costo Total Receta ÷ No. porciones																																													
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0176	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																																													
PUNTOS CRÍTICOS																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">ARGUMENTACIÓN TÉCNICA</th> </tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>						ARGUMENTACIÓN TÉCNICA							<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="background-color: #FFD700;">MÉTODOS Y TÉCNICAS</th> </tr> <tr><td>1. Reducción</td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> <tr><td> </td></tr> </table>		MÉTODOS Y TÉCNICAS		1. Reducción																														
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA																																															
MÉTODOS Y TÉCNICAS																																															
1. Reducción																																															
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50px; text-align: center;"> ELABORADO POR: Nombre y Apellido </td> <td style="width: 50px; text-align: center;"> REVISADO POR: Nombre y Apellido </td> </tr> </table>				 ELABORADO POR: Nombre y Apellido	 REVISADO POR: Nombre y Apellido	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">25-may-25</td> </tr> <tr> <th style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">29-jun-25</td> </tr> </table>		FECHA ELABORACIÓN	25-may-25	FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25																																				
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido	 REVISADO POR: Nombre y Apellido																																														
FECHA ELABORACIÓN																																															
25-may-25																																															
FECHA ACTUALIZACIÓN																																															
29-jun-25																																															

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía	
NOMBRE RECETA				TIPO RECETA		FOTO RECETA			
ENTRADA				X					
NÚMERO PORCIONES		7 porción		Básica o de Venta					
PESO CADA PORCIÓN		200 gramo		Complementaria o Subreceta					
				FICHA No.		VTA-003			

#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Peras al vino blanco y sake	750,00	gramo	\$ 0,01733	\$ 12,9986	Ficha No. SUB-001	\$ 2,60	gramo	150	gramo
2	Gastric ajo negro	100,00	mililitro	\$ 0,00942	\$ 0,9417	Ficha No. SUB-002	\$ 0,53	gramo	56	gramo
3	Prosciutto	250,00	mililitro	\$ 0,06900	\$ 17,2500		\$ 5,52	gramo	80	mililitro
4	Rucula	100,00	gramo	\$ 0,00690	\$ 0,6900		\$ 0,69	gramo	100	gramo
5	Queso azul de cabra	150,00	gramo	\$ 0,03728	\$ 5,5920		\$ 4,66	gramo	125	gramo
6	Crema de leche	100,00	mililitro	\$ 0,00535	\$ 0,5350		\$ 1,07	mililitro	200	mililitro

PROCESO DE PREPARACIÓN 1. Mezclar el queso azul con la crema de leche hasta estar untuoso y poner en una manga 2. Introducir en las peras el queso azul 3. Poner en el plato el prosciutto y la rúcula 4. Poner la pera y el gastric 5. Servir	COSTO MATERIA PRIMA <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 38,01</td> <td style="text-align: right;">Σ Precios totales de cada ingrediente</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">EXTRAS 5%</td> <td style="text-align: right;">\$ 1,90</td> <td style="text-align: right;">Subtotal * % Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 39,91</td> <td style="text-align: right;">Subtotal + Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td> <td style="text-align: right;">\$ 5,50</td> <td style="text-align: right;">Costo Total Receta ÷ No. porciones</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR GRAMO</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,0275</td> <td style="text-align: right;">Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td> </tr> </table>	SUBTOTAL RECETA	\$ 38,01	Σ Precios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 1,90	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 39,91	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 5,50	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0275	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	PUNTOS CRÍTICOS 1. 2. 3.
SUBTOTAL RECETA	\$ 38,01	Σ Precios totales de cada ingrediente															
EXTRAS 5%	\$ 1,90	Subtotal * % Extras															
COSTO TOTAL RECETA	\$ 39,91	Subtotal + Extras															
COSTO POR PORCIÓN	\$ 5,50	Costo Total Receta ÷ No. porciones															
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0275	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción															
	ARGUMENTACIÓN TÉCNICA	MÉTODOS Y TÉCNICAS 1. 2. 3.															

 ELABORADO POR: Nombre y Apellido	 REVISADO POR: Nombre y Apellido	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white; text-align: center;">FECHA ELABORACIÓN</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">25-may-25</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white; text-align: center;">FECHA ACTUALIZACIÓN</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">29-jun-25</td> </tr> </table>	FECHA ELABORACIÓN	25-may-25	FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25
FECHA ELABORACIÓN						
25-may-25						
FECHA ACTUALIZACIÓN						
29-jun-25						

Fuente: Emilia Ortiz

Plato Fuerte

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR

Escuela de Gastronomía

Escuela de
Gastronomía

NOMBRE RECETA	
Costillar ahumado	
NÚMERO PORCIONES	10 porción
PESO CADA PORCIÓN	200 gramo

TIPO RECETA	
	Básica o de Venta
X	Complementaria o Subreceta
FICHA No.	SUB-001

#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Costillar de cerdo	1.000,00	gramos	\$ 0,00700	\$ 6,9960		\$ 34,98	gramos	5.000	gramos
2	Salsa teriyaki	500,00	mililitro	\$ 0,01057	\$ 5,2833		\$ 3,17	mililitro	300	mililitro
3	Azúcar morena	100,00	gramos	\$ 0,00310	\$ 0,1100		\$ 2,20	gramos	2.000	gramos
4	Miel de maple	100,00	gramos	\$ 0,01672	\$ 1,6720		\$ 4,18	mililitro	250	mililitro
5	Naranja	100,00	mililitro	\$ 0,00100	\$ 0,0997	Su cáscara	\$ 2,99	gramos	3.000	gramos
6	Sake	150,00	mililitro	\$ 0,02168	\$ 3,2520		\$ 8,13	mililitro	375	mililitro
7	Ajo negro	50,00	gramos	\$ 0,11946	\$ 5,9732		\$ 6,69	gramos	56	gramos

PROCESO DE PREPARACIÓN
1. Mezclar todos los ingredientes menos el cerdo
2. Marinar el cerdo por 3 días
3. Hornear 6 horas a 180 C (temperatura interna 85C)

COSTO MATERIA PRIMA	
SUBTOTAL RECETA	\$ 23,39
EXTRAS 5%	\$ 1,17
COSTO TOTAL RECETA	\$ 24,56
COSTO POR PORCIÓN	\$ 2,46
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0123

ARGUMENTACIÓN TÉCNICA

PUNTOS CRÍTICOS
1. Tiempo de marinado
2. Manejo de temperatura s

MÉTODOS Y TÉCNICAS
1. Horneado


ELABORADO POR:
Nombre y Apellido


REVISADO POR:
Nombre y Apellido

FECHA ELABORACIÓN
25-may-25
FECHA ACTUALIZACIÓN
29-jun-25

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía		
NOMBRE RECETA				TIPO RECETA		FOTO RECETA				
Vegetales estilo asiático				Básica o de Venta						
NÚMERO PORCIONES		8 porción		Complementaria o Subreceta						
PESO CADA PORCIÓN		100 gramo		FICHA No. SUB-002						
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
3	Zanahoria blanca	150,00	gramos	\$ 0,00343	\$ 0,5143	Puré	\$ 1,20	gramos	350	gramos
5	Espárragos	150,00	gramos	\$ 0,00964	\$ 1,4460		\$ 2,41	gramos	250	gramos
6	Limón	150,00	gramos	\$ 0,00066	\$ 0,0990	zumo	\$ 0,99	gramos	1.500	gramos
7	Aceite de ajonjolí	50,00	mililitro	\$ 0,03800	\$ 1,9000		\$ 7,03	mililitro	185	mililitro
8	Salsa de soya	50,00	mililitro	\$ 0,02324	\$ 1,1622		\$ 6,88	mililitro	296	mililitro
9	Rábano baby	50,00	mililitro	\$ 0,00478	\$ 0,2388	Rondele de 1 mm	\$ 1,91	gramos	400	gramos
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS		
1. Cortar el rábano y encurtir con limón y sal 2. Blanquear y saltear los espárragos con salsa de soya 3. Colinar la zanahoria blanca con azúcar y procesar				SUBTOTAL RECETA		\$ 5,36		1. Cortes 2. Manejo de temperaturas		
				EXTRAS 5%		\$ 0,27				
				COSTO TOTAL RECETA		\$ 5,63				
				COSTO POR PORCIÓN		\$ 0,75				
				COSTO POR GRAMO		\$ 0,0075				
				ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS		
								1. Salteado		
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN		
								25-may-25		
								FECHA ACTUALIZACIÓN		
								29-jun-25		

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía																	
NOMBRE RECETA				TIPO RECETA		FOTO RECETA																			
Demi glace de ajo negro				Básica o de Venta																					
NÚMERO PORCIONES		51 porción		X Complementaria o Subreceta																					
PESO CADA PORCIÓN		30 gramo		FICHA No. SUB-003																					
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta															
1	Hueso carnudo de res	2,00	unidad	\$ 3,65000	\$ 7,3000	Tos ta r	\$ 3,65	unidad	1	unidad															
2	Hueso de pollo	1,00	unidad	\$ 3,06000	\$ 3,0600	Tos ta r	\$ 3,06	unidad	1	unidad															
3	Ajo negro	20,00	gramos	\$ 0,11946	\$ 2,3893		\$ 6,69	gramos	56	gramos															
4	Tocino	300,00	gramos	\$ 0,02495	\$ 7,4850		\$ 4,99	gramos	200	gramos															
5	Pasta de tomate	500,00	gramos	\$ 0,00852	\$ 4,2600		\$ 4,26	gramos	500	gramos															
6	Apio	100,00	gramos	\$ 0,00184	\$ 0,1844	Corta da en cuartos y tos ta dos	\$ 0,59	gramos	320	gramos															
7	Zanahoria	100,00	gramos	\$ 0,00198	\$ 0,1980	Corta da en cuartos y tos ta dos	\$ 0,99	gramos	500	gramos															
8	Cebolla perla	100,00	gramos	\$ 0,00165	\$ 0,1650	Corta da en cuartos y tos ta dos	\$ 0,99	gramos	600	gramos															
9	Tomate riñón	100,00	gramos	\$ 0,00248	\$ 0,2475	Corta da en cuartos y tos ta dos	\$ 0,99	gramos	400	gramos															
10	Champiñones	100,00	gramos	\$ 0,01050	\$ 1,0500	Corta da en cuartos y tos ta dos	\$ 2,10	gramos	200	gramos															
11	Cabeza de ajo	100,00	gramos	\$ 0,00430	\$ 0,4304		\$ 0,99	gramos	230	gramos															
12	Vino tinto	2,00	mililitro	\$ 0,00888	\$ 0,0178		\$ 6,66	mililitro	750	mililitro															
13	Mantequilla	90,00	gramos	\$ 0,01120	\$ 1,0080		\$ 1,40	gr	125	gramos															
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS																	
1. Tos ta r los huesos de res y pollo 2. Tos ta r zanahoria, cebolla, toma te, champiñones, ajo y tocino 3. Agregar la pasta de tomate a los huesos y dejar caramelizar, desglazamos con el vino tinto 4. Llevar a una olla vegetales y los huesos con agua que cubra todos los ingredientes 5. Cocinar por 6 horas 6. Colamos y refrigeramos, retiramos exceso de grasa 7. Reducimos el líquido res ta nte 8. Agregamos el ajo negro y mantequilla				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="background-color: #800080; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td><td style="text-align: right;">\$ 27,80</td><td style="font-size: 0.8em;">Precios totales de cada ingrediente</td></tr> <tr><td style="background-color: #800080; color: white;">EXTRAS 5%</td><td style="text-align: right;">\$ 1,39</td><td style="font-size: 0.8em;">Subtotal * % Extras</td></tr> <tr><td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td><td style="text-align: right;">\$ 29,19</td><td style="font-size: 0.8em;">Subtotal + Extras</td></tr> <tr><td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td><td style="text-align: right;">\$ 0,58</td><td style="font-size: 0.8em;">Costo Total Receta ÷ No. porciones</td></tr> <tr><td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO POR GRAMO</td><td style="text-align: right;">\$ 0,0193</td><td style="font-size: 0.8em;">Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td></tr> </table>				SUBTOTAL RECETA	\$ 27,80	Precios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 1,39	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 29,19	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,58	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0193	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	1. Tiempo cocción 2. Manejo de tempera tu ra s		
SUBTOTAL RECETA	\$ 27,80	Precios totales de cada ingrediente																							
EXTRAS 5%	\$ 1,39	Subtotal * % Extras																							
COSTO TOTAL RECETA	\$ 29,19	Subtotal + Extras																							
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,58	Costo Total Receta ÷ No. porciones																							
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0193	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																							
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS																					
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">25-may-25</td></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">29-jun-25</td></tr> </table>			FECHA ELABORACIÓN	25-may-25	FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25											
FECHA ELABORACIÓN																									
25-may-25																									
FECHA ACTUALIZACIÓN																									
29-jun-25																									

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía					
NOMBRE RECETA						TIPO RECETA		FOTO RECETA					
Crocante de arroz inflado						Básica o de Venta							
NÚMERO PORCIONES			27 porción			X					Complementaria o Subreceta		
PESO CADA PORCIÓN			10 gramo			FICHA No.					SUB-004		
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta			
1	Arroz jazmín	240,00	gramos	\$ 0,00742	\$ 1,7808	Cocido	\$ 3,71	gramos	500	gramos			
2	Salsa de soya	5,00	gramos	\$ 0,02324	\$ 0,1162		\$ 6,88	mililitro	296	mililitro			
3	Ajo negro	10,00	gramos	\$ 0,11946	\$ 1,1946		\$ 6,69	gramos	56	gramos			
4	Aceite de sésamo	10,00	gramos	\$ 0,03800	\$ 0,3800		\$ 7,03	mililitro	185	mililitro			
5	Sal	5,00	gramos	\$ 0,00045	\$ 0,0022		\$ 0,89	gramos	2.000	gramos			
PROCESO DE PREPARACIÓN						COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS			
1. Cocinar el arroz y dejar enfriar 2. Mezclar con salsa de soya y aceite de ajonjolí 3. Extender sobre un silckpat en una capa fina de 5 mm 4. En calor seco y temperatura 110 °C deshidratar de 1 a 2 horas 5. Trocear o cortar 6. Hacer fritura profunda a 180 °C 7. Retirar sobre papel						SUBTOTAL RECETA				1. Tiempo de secado 2. Manejo de temperaturas			
						EXTRAS 5%						\$ 0,17	
						COSTO TOTAL RECETA						\$ 3,65	
						COSTO POR PORCIÓN						\$ 0,14	
						COSTO POR GRAMO						\$ 0,0135	
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA						MÉTODOS Y TÉCNICAS							
 Firma ELABORADO POR: Nombre y Apellido REVISADO POR: Nombre y Apellido FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25						1. Souflado							

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía																	
NOMBRE RECETA				TIPO RECETA		FOTO RECETA																			
PLATO FUERTE				X Básica o de Venta																					
NÚMERO PORCIONES		1 porción		Complementaria o Subreceta																					
PESO CADA PORCIÓN		200 gramo		FICHA No. VTA-004																					
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta															
1	Costillar de cerdo	1,00	gramo	\$ 2,45555	\$ 2,4556	Ficha No. SUB-001	\$ 2,4556	gramo	1	gramo															
2	Demi glace de ajo negro	30,00	mililitro	\$ 0,01926	\$ 0,5779	Ficha No. SUB-003	\$ 0,58	mililitro	30	mililitro															
3	Vegetales	100,00	gramo	\$ 0,00578	\$ 0,5779	Ficha No. SUB-002	\$ 0,58	gramo	100	gramo															
4	Crocante de arroz	10,00	gramo	\$ 0,01351	\$ 0,1351	Ficha No. SUB-004	\$ 0,14	gramo	10	gramo															
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS																	
1. Poner base de puré de zanahoria blanca 2. Poner los rábanos en la mitad como escamas 3. En la otra mitad poner espárragos y eneldo 4. Poner el cerdo a la parrilla con la demi glace				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td> <td style="background-color: #FFD700;">\$ 3,75</td> <td style="font-size: 0.8em; color: red;">Precios totales de cada ingrediente</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">EXTRAS 5%</td> <td style="background-color: #FFD700;">\$ 0,19</td> <td style="font-size: 0.8em; color: red;">Subtotal * % Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td> <td style="background-color: #FFD700;">\$ 3,93</td> <td style="font-size: 0.8em; color: red;">Subtotal + Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td> <td style="background-color: #FFD700;">\$ 5,58</td> <td style="font-size: 0.8em; color: red;">Costo Total Receta ÷ No. porciones</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR GRAMO</td> <td style="background-color: #FFD700;">\$ 0,0279</td> <td style="font-size: 0.8em; color: red;">Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td> </tr> </table>				SUBTOTAL RECETA	\$ 3,75	Precios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 0,19	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 3,93	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 5,58	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0279	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	1. 2. 3.		
SUBTOTAL RECETA	\$ 3,75	Precios totales de cada ingrediente																							
EXTRAS 5%	\$ 0,19	Subtotal * % Extras																							
COSTO TOTAL RECETA	\$ 3,93	Subtotal + Extras																							
COSTO POR PORCIÓN	\$ 5,58	Costo Total Receta ÷ No. porciones																							
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0279	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																							
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS																					
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25																	

Fuente: Emilia Ortiz

Postre

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR					UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR		 Escuela de Gastronomía			
NOMBRE RECETA			TIPO RECETA			FOTO RECETA				
Pasta de pistacho			Básica o de Venta							
NÚMERO PORCIONES	5 porción		X	Complementaria o Subreceta						
PESO CADA PORCIÓN	100 gramo		FICHA No.	SUB-001						
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Pistacho	500,00	gr	\$ 0,02295	\$ 11,4750	Tostar	\$ 4,59	gr	200	gr
PROCESO DE PREPARACIÓN			COSTO MATERIA PRIMA			PUNTOS CRÍTICOS				
1. Pelar los pistachos 2. Poner sobre una lata y hornear a 200 C por 7 minutos 3. Retirar del horno 4. Procesar en la termomixer hasta conseguir una pasta 			SUBTOTAL RECETA \$ 11,48			Σ Precios totales de cada ingrediente EXTRAS 5% \$ 0,57 Subtotal * % Extras COSTO TOTAL RECETA \$ 12,05 Subtotal + Extras COSTO POR PORCIÓN \$ 2,41 Costo Total Receta ÷ No. porciones COSTO POR GRAMO \$ 0,0241 Costo por Porción ÷ Peso cada Porción				
			ARGUMENTACIÓN TÉCNICA			MÉTODOS Y TÉCNICAS				
						1. Tostar 				
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido			 REVISADO POR: Nombre y Apellido			FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25				

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía																											
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">NOMBRE RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2">Bizcocho de pistacho</td></tr> <tr><td style="background-color: #800080; color: white;">NÚMERO PORCIONES</td><td style="text-align: center;">10 porción</td></tr> <tr><td style="background-color: #FFD700;">PESO CADA PORCIÓN</td><td style="text-align: center;">25 gramo</td></tr> </table>				NOMBRE RECETA		Bizcocho de pistacho		NÚMERO PORCIONES	10 porción	PESO CADA PORCIÓN	25 gramo	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">TIPO RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2">Básica o de Venta</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">X</td><td>Complementaria o Subreceta</td></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">FICHA No.</td><td style="background-color: #0070C0; color: white;">SUB-002</td></tr> </table>		TIPO RECETA		Básica o de Venta		X	Complementaria o Subreceta	FICHA No.	SUB-002	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #FFD700;">FOTO RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">  </td></tr> </table>		FOTO RECETA											
NOMBRE RECETA																																			
Bizcocho de pistacho																																			
NÚMERO PORCIONES	10 porción																																		
PESO CADA PORCIÓN	25 gramo																																		
TIPO RECETA																																			
Básica o de Venta																																			
X	Complementaria o Subreceta																																		
FICHA No.	SUB-002																																		
FOTO RECETA																																			
																																			
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta																									
1	Pasta de pistacho	80,00	gr	\$ 0,02295	\$ 1,8360		\$ 4,59	gr	200	gr																									
2	Huevos	2,00	unidad	\$ 0,09600	\$ 0,1920		\$ 1,92	unidad	20	unidad																									
3	Azúcar	60,00	gr	\$ 0,00100	\$ 0,0597		\$ 1,99	gramo	2.000	gr																									
4	Harina	80,00	gr	\$ 0,00134	\$ 0,1072		\$ 1,34	gramos	1.000	gr																									
5	Pistacho en polvo	20,00	gr	\$ 0,02295	\$ 0,4590		\$ 4,59	gr	200	gr																									
6	Mantequilla	15,00	gr	\$ 0,01120	\$ 0,1680		\$ 1,40	gr	125	gr																									
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">COSTO MATERIA PRIMA</th></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td><td style="text-align: right;">\$ 2,82</td></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">EXTRAS 5%</td><td style="text-align: right;">\$ 0,14</td></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td><td style="text-align: right;">\$ 2,96</td></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td><td style="text-align: right;">\$ 0,29</td></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR GRAMO</td><td style="text-align: right;">\$ 0,0115</td></tr> </table>						COSTO MATERIA PRIMA		SUBTOTAL RECETA	\$ 2,82	EXTRAS 5%	\$ 0,14	COSTO TOTAL RECETA	\$ 2,96	COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,29	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0115	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #FFD700;">PUNTOS CRÍTICOS</th></tr> <tr><td colspan="2">1. Manejo de temperaturas</td></tr> <tr><td colspan="2">2. Incorporar en partes para evitar grumos</td></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> </table>		PUNTOS CRÍTICOS		1. Manejo de temperaturas		2. Incorporar en partes para evitar grumos											
COSTO MATERIA PRIMA																																			
SUBTOTAL RECETA	\$ 2,82																																		
EXTRAS 5%	\$ 0,14																																		
COSTO TOTAL RECETA	\$ 2,96																																		
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,29																																		
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0115																																		
PUNTOS CRÍTICOS																																			
1. Manejo de temperaturas																																			
2. Incorporar en partes para evitar grumos																																			
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">PROCESO DE PREPARACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2">1. Batir los huevos con el azúcar y llevar a baño maría</td></tr> <tr><td colspan="2">2. Llegar a 40 C y retirar, batir a punto letra</td></tr> <tr><td colspan="2">3. Agregar la pasta de pistacho e incorporar</td></tr> <tr><td colspan="2">4. Agregar los secos en parte y manera envolvente</td></tr> <tr><td colspan="2">5. Agregar la mantequilla derretida</td></tr> <tr><td colspan="2">6. Extender sobre un slick pat y hornear a 180 C por 10 minutos</td></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> </table>						PROCESO DE PREPARACIÓN		1. Batir los huevos con el azúcar y llevar a baño maría		2. Llegar a 40 C y retirar, batir a punto letra		3. Agregar la pasta de pistacho e incorporar		4. Agregar los secos en parte y manera envolvente		5. Agregar la mantequilla derretida		6. Extender sobre un slick pat y hornear a 180 C por 10 minutos								<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">ARGUMENTACIÓN TÉCNICA</th></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> </table>		ARGUMENTACIÓN TÉCNICA							
PROCESO DE PREPARACIÓN																																			
1. Batir los huevos con el azúcar y llevar a baño maría																																			
2. Llegar a 40 C y retirar, batir a punto letra																																			
3. Agregar la pasta de pistacho e incorporar																																			
4. Agregar los secos en parte y manera envolvente																																			
5. Agregar la mantequilla derretida																																			
6. Extender sobre un slick pat y hornear a 180 C por 10 minutos																																			
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA																																			
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #FFD700;">MÉTODOS Y TÉCNICAS</th></tr> <tr><td colspan="2">1. Baño María</td></tr> <tr><td colspan="2">2. Horneado</td></tr> <tr><td colspan="2">3. Punto letra</td></tr> <tr><td colspan="2"> </td></tr> </table>						MÉTODOS Y TÉCNICAS		1. Baño María		2. Horneado		3. Punto letra																							
MÉTODOS Y TÉCNICAS																																			
1. Baño María																																			
2. Horneado																																			
3. Punto letra																																			
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td colspan="6" style="text-align: center;">  ELABORADO POR: Nombre y Apellido </td> <td colspan="6" style="text-align: center;">  REVISADO POR: Nombre y Apellido </td> <td colspan="6" style="text-align: center;"> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">25-may-25</td></tr> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">29-jun-25</td></tr> </table> </td> </tr> </table>						 ELABORADO POR: Nombre y Apellido						 REVISADO POR: Nombre y Apellido						<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">25-may-25</td></tr> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">29-jun-25</td></tr> </table>						FECHA ELABORACIÓN		25-may-25		FECHA ACTUALIZACIÓN		29-jun-25					
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido						 REVISADO POR: Nombre y Apellido						<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">25-may-25</td></tr> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">29-jun-25</td></tr> </table>						FECHA ELABORACIÓN		25-may-25		FECHA ACTUALIZACIÓN		29-jun-25											
FECHA ELABORACIÓN																																			
25-may-25																																			
FECHA ACTUALIZACIÓN																																			
29-jun-25																																			

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía																			
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">NOMBRE RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">Mousseline de pistacho</td></tr> <tr><td style="background-color: #800080; color: white;">NÚMERO PORCIONES</td><td style="text-align: center;">46 porción</td></tr> <tr><td style="background-color: #FFD700;">PESO CADA PORCIÓN</td><td style="text-align: center;">10 gramo</td></tr> </table>				NOMBRE RECETA		Mousseline de pistacho		NÚMERO PORCIONES	46 porción	PESO CADA PORCIÓN	10 gramo	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">TIPO RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">Básica o de Venta</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">X</td><td style="text-align: center;">Complementaria o Subreceta</td></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">FICHA No.</td><td style="background-color: #0070C0; color: white;">SUB-003</td></tr> </table>		TIPO RECETA		Básica o de Venta		X	Complementaria o Subreceta	FICHA No.	SUB-003	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #FFD700;">FOTO RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;"> </td></tr> </table>		FOTO RECETA			
NOMBRE RECETA																											
Mousseline de pistacho																											
NÚMERO PORCIONES	46 porción																										
PESO CADA PORCIÓN	10 gramo																										
TIPO RECETA																											
Básica o de Venta																											
X	Complementaria o Subreceta																										
FICHA No.	SUB-003																										
FOTO RECETA																											
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta																	
1	Yemas	2,00	unidad	\$ 0,09600	\$ 0,1920		\$ 1,92	unidad	20	unidad																	
2	Leche	250,00	mililitro	\$ 0,00094	\$ 0,2341		\$ 1,03	mililitro	1.100	mililitro																	
3	Maicena	20,00	gramos	\$ 0,00393	\$ 0,0785		\$ 1,57	gr	400	gramos																	
4	Azucar	50,00	gramos	\$ 0,00100	\$ 0,0498		\$ 1,99	gramo	2.000	gramos																	
5	Pasta de pistacho	50,00	gramos	\$ 0,02295	\$ 1,1475		\$ 4,59	gr	200	gramos																	
6	Mantequilla	90,00	gramos	\$ 0,01120	\$ 1,0080		\$ 1,40	gr	125	gramos																	
PROCESO DE PREPARACIÓN		COSTO MATERIA PRIMA		PUNTOS CRÍTICOS																							
1. Mezclar las yemas, mitad del azúcar y la maicena 2. Poner a hervir la leche con la vaina de vainilla e infusionar 3. Temperar las yemas, agregar a la leche con batido constante 4. Incorporar la pasta de pistacho, enfriar 5. Agregar la mantequilla y batir hasta airear		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><td colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td><td style="text-align: right;">\$ 2,71</td><td>Σ Precios totales de cada ingrediente</td></tr> <tr><td colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">EXTRAS 5%</td><td style="text-align: right;">\$ 0,14</td><td>Subtotal * % Extras</td></tr> <tr><td colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td><td style="text-align: right;">\$ 2,85</td><td>Subtotal + Extras</td></tr> <tr><td colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td><td style="text-align: right;">\$ 0,06</td><td>Costo Total Receta ÷ No. porciones</td></tr> <tr><td colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR GRAMO</td><td style="text-align: right;">\$ 0,0062</td><td>Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td></tr> </table>		SUBTOTAL RECETA		\$ 2,71	Σ Precios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%		\$ 0,14	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA		\$ 2,85	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN		\$ 0,06	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO		\$ 0,0062	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	1. Tiempo de hornear 2. Manejo de temperatura s			
SUBTOTAL RECETA		\$ 2,71	Σ Precios totales de cada ingrediente																								
EXTRAS 5%		\$ 0,14	Subtotal * % Extras																								
COSTO TOTAL RECETA		\$ 2,85	Subtotal + Extras																								
COSTO POR PORCIÓN		\$ 0,06	Costo Total Receta ÷ No. porciones																								
COSTO POR GRAMO		\$ 0,0062	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																								
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA		MÉTODOS Y TÉCNICAS																									
				1. Horneado																							
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido		 REVISADO POR: Nombre y Apellido		<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">25-may-25</td></tr> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">29-jun-25</td></tr> </table>					FECHA ELABORACIÓN		25-may-25		FECHA ACTUALIZACIÓN		29-jun-25												
FECHA ELABORACIÓN																											
25-may-25																											
FECHA ACTUALIZACIÓN																											
29-jun-25																											

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía																	
NOMBRE RECETA				TIPO RECETA		FOTO RECETA																			
Mousse de vainilla				Básica o de Venta																					
NÚMERO PORCIONES		3 porción		X Complementaria o Subreceta																					
PESO CADA PORCIÓN		50 gramo		FICHA No. SUB-004																					
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta															
1	Crema de leche	50,00	mililitro	\$ 0,00535	\$ 0,2675		\$ 1,07	mililitro	200	mililitro															
2	Azúcar	12,00	gramo	\$ 0,00100	\$ 0,0119		\$ 1,99	gramo	2.000	gramo															
3	Yema	1,00	unidad	\$ 0,09600	\$ 0,0960		\$ 1,92	unidad	20	unidad															
5	Vainilla en rama	1,00	unidad	\$ 0,97000	\$ 0,9700		\$ 0,97	unidad	1	unidad															
6	Crema de leche	50,00	mililitro	\$ 0,00535	\$ 0,2675		\$ 1,07	mililitro	200	mililitro															
7	Gelatina sin sabor	2,00	gramo	\$ 0,02048	\$ 0,0410		\$ 5,12	gramo	250	gramo															
8	Agua	10,00	mililitro	\$ 0,00050	\$ 0,0050		\$ 0,50	mililitro	1.000	mililitro															
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS																	
1. Mezclar la mitad del azúcar con la crema de leche y la vainilla 2. Llevar a fuego hasta infusionar 3. Agregar la otra mitad de azúcar con las yemas 4. Temperar y agregar a la crema de leche, hasta hacer una inglesa 5. Batir a medio punto la segunda crema de leche 6. Incorporar por espátula la crema inglesa y la crema de leche 7. Hidratar la gelatina 8. Derretir la gelatina y temperar 9. Agregar al mousse 10. Llevar en molde al frío				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 1,66</td> <td style="font-size: 0.8em;">Precios totales de cada ingrediente</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">EXTRAS 5%</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,08</td> <td style="font-size: 0.8em;">Subtotal * % Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 1,74</td> <td style="font-size: 0.8em;">Subtotal + Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,64</td> <td style="font-size: 0.8em;">Costo Total Receta ÷ No. porciones</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #800080; color: white;">COSTO POR GRAMO</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,0128</td> <td style="font-size: 0.8em;">Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td> </tr> </table>				SUBTOTAL RECETA	\$ 1,66	Precios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 0,08	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 1,74	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,64	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0128	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	1. Incorporación 2. Manejo de temperaturas		
SUBTOTAL RECETA	\$ 1,66	Precios totales de cada ingrediente																							
EXTRAS 5%	\$ 0,08	Subtotal * % Extras																							
COSTO TOTAL RECETA	\$ 1,74	Subtotal + Extras																							
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,64	Costo Total Receta ÷ No. porciones																							
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0128	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																							
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS																					
				1. Crema inglesa																					
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN																	
								25-may-25																	
								FECHA ACTUALIZACIÓN																	
								29-jun-25																	

Fuente: Emília Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía						
NOMBRE RECETA				TIPO RECETA		FOTO RECETA								
Cremoso de ajo negro				Básica o de Venta										
NÚMERO PORCIONES		24 porción		X Complementaria o Subreceta										
PESO CADA PORCIÓN		20 gramo		FICHA No. SUB-005										
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta				
1	Leche	100,00	mililitro	\$ 0,00094	\$ 0,0936		\$ 1,03	mililitro	1.100	mililitro				
2	Crema de leche	150,00	mililitro	\$ 0,00535	\$ 0,8025		\$ 1,07	mililitro	200	mililitro				
3	Yemas	3,00	unidad	\$ 0,09600	\$ 0,2880		\$ 1,92	unidad	20	unidad				
4	Azúcar	50,00	gramos	\$ 0,00100	\$ 0,0498		\$ 1,99	gramo	2.000	gramos				
5	Ajo negro	10,00	gramos	\$ 0,11946	\$ 1,1946		\$ 6,69	gramo	56	gramos				
6	Mantequilla	160,00	gramos	\$ 0,01120	\$ 1,7920		\$ 1,40	gramos	125	gramos				
7	Gelatina sin sabor	2,00	gramos	\$ 0,02048	\$ 0,0410		\$ 5,12	gramo	250	gramos				
8	Agua	10,00	mililitro	\$ 0,00050	\$ 0,0050		\$ 0,50	mililitro	1.000	mililitro				
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS						
1. Mezclar leche y crema de leche, con la mitad del azúcar 2. Mezclar el ajo negro con las yemas y la mitad del azúcar 3. Punto nape y verter gelatina 4. En 28 C agregar mantequilla y turbinados, semi líquido 5. Film al contacto y reposar 24 horas				SUBTOTAL RECETA				1. Tiempo de leudado 2. Manejo de temperaturas 3. Correcta técnica sableado o cremado						
				EXTRAS 5%							Subtotal * % Extras			
				COSTO TOTAL RECETA							Subtotal + Extras			
				COSTO POR PORCIÓN							Costo Total Receta ÷ No. porciones			
				COSTO POR GRAMO							Costo por Porción ÷ Peso cada porción			
				ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS						
								1. Sableado o Cremado						
								2. Amasado						
								3. Leudado						
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN						
								25-may-25						
								FECHA ACTUALIZACIÓN						
								29-jun-25						

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR

Escuela de Gastronomía

Escuela de
Gastronomía

NOMBRE RECETA	
POSTRE	
NÚMERO PORCIONES	8 porción
PESO CADA PORCIÓN	150 gramo

TIPO RECETA	
X	Básica o de Venta
	Complementaria o Subreceta
FICHA No.	VTA-005

#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Bizcocho de pistacho	100,00	gramo	\$ 0,01153	\$ 1,1529	Ficha No. SUB-002	\$ 0,2882	gramo	25	gramo
2	Cremoso de ajo negro	100,00	gramo	\$ 0,00924	\$ 0,9237	Ficha No. SUB-005	\$ 0,18	kilogramo	20	gramo
3	Mousseline de pistacho	100,00	mililitro	\$ 0,00616	\$ 0,6159	Ficha No. SUB-003	\$ 0,06	litro	10	mililitro
4	Mousse de vainilla	100,00	gramo	\$ 0,01281	\$ 1,2808	Ficha No. SUB-004	\$ 0,64	kilogramo	50	gramo
5	Naranja Nacional	500,00	gramo	\$ 0,00100	\$ 0,4983	Mita d en zumo y la otra en supremas	\$ 2,99	gramos	3.000	gramos
6	Azúcar	200,00	gramo	\$ 0,00100	\$ 0,1990		\$ 1,99	gramo	2.000	gramo
7	Pectina	5,00	gramo	\$ 0,08300	\$ 0,4150		\$ 1,66	gramos	20	gramo
8	Agua	50,00	mililitro	\$ 0,00050	\$ 0,0250		\$ 0,50	mililitro	1.000	mililitro

PROCESO DE PREPARACIÓN
1. Emplata r
6.

COSTO MATERIA PRIMA	
SUBTOTAL RECETA	\$ 5,11
EXTRAS 5%	\$ 0,26
COSTO TOTAL RECETA	\$ 5,37
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,70
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0046

ARGUMENTACIÓN TÉCNICA

PUNTOS CRÍTICOS
1.
2.
3.

MÉTODOS Y TÉCNICAS
1.
2.
3.


ELABORADO POR:
Nombre y Apellido


REVISADO POR:
Nombre y Apellido

FECHA ELABORACIÓN
25-may-25
FECHA ACTUALIZACIÓN
29-jun-25

Fuente: Emilia Ortiz

Petit Four

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR

Escuela de Gastronomía

U

IDE

Powered by
Arizona State University®

Escuela de
Gastronomía

NOMBRE RECETA

Ganache de ajo negro y durazno

NÚMERO PORCIONES68 porción

PESO CADA PORCIÓN5 gramo

TIPO RECETA

Básica o de Venta

XComplementaria o Subreceta

FICHA No.SUB-001

FOTO RECETA



#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Puré de durazno	84,00	gramo	\$ 0,00080	\$ 0,0672	Tamizada	\$ 40,00	Quinta l	50.000	gramo
2	Azúcar	10,00	gramo	\$ 0,00684	\$ 0,0684	Cubos a temperatura ambiente	\$ 6,84	Kilogramo	1.000	gramo
3	Yemas	1,00	unidad	\$ 0,00480	\$ 0,0048		\$ 4,80	Kilogramo	1.000	unidad
4	Crema de leche	15,00	mililitro	\$ 0,20667	\$ 3,1000	Tamaño "L"	\$ 6,20	Cubeta	30	mililitro
5	Chocolate con leche	200,00	gramo	\$ 0,03150	\$ 6,3000		\$ 15,75	gramo	500	gramo
6	Mantequilla	21,00	gramo	\$ 0,01120	\$ 0,2352		\$ 1,40	gramos	125	gramo
7	Ajo negro	10,00	gramo	\$ 0,11946	\$ 1,1946		\$ 6,69	gramos	56	gramo

PROCESO DE PREPARACIÓN

1. Mezclar Yemas con la mitad del azúcar

2. Infusionar la crema de leche con ajo negro y durazno con la otra mitad del azúcar

3. Hacer una inglesa

4. Homogenizar y mixear con la mantequilla

5. Dejar reposar

COSTO MATERIA PRIMA

SUBTOTAL RECETA\$ 10,97

EXTRAS 5%\$ 0,55

COSTO TOTAL RECETA\$ 11,52

COSTO POR PORCIÓN\$ 0,17

COSTO POR GRAMO\$ 0,0338

ARGUMENTACIÓN TÉCNICA

PUNTOS CRÍTICOS

1. Agua en el chocolate

2. Manejo de temperaturas

MÉTODOS Y TÉCNICAS

1. Crema inglesa



ELABORADO POR:
Nombre y Apellido



REVISADO POR:
Nombre y Apellido

FECHA ELABORACIÓN

25-may-25

FECHA ACTUALIZACIÓN

29-jun-25

Fuente: Emilia Ortiz.

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 Escuela de Gastronomía Powered by Arizona State University®																			
NOMBRE RECETA PETIT FOUR				TIPO RECETA X Básica o de Venta Complementaria o Subreceta		FOTO RECETA 																			
NÚMERO PORCIONES 24 porción		PESO CADA PORCIÓN 8 gramo		FICHA No. VTA-006																					
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta															
1	Ganache de durazno y ajo negro	200,00	gramo	\$ 0,03378	\$ 6,7559	Ficha No. SUB-001	\$ 0,1689	gramo	5	gramo															
2	Manteca de cacao	75,00	gramo	\$ 0,05600	\$ 4,2000		\$ 7,00	kilogramo	125	gramo															
3	Chocolate de leche	500,00	gramo	\$ 0,03150	\$ 15,7500		\$ 15,75	gramo	500	gramo															
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS																	
1. Derretir manteca de cacao a 45 C 2. Agregar al chocolate 3. Templar el chocolate 4. Curva del chocolate 45C-25C-28C 5. Conchar los moldes 6.				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>SUBTOTAL RECETA</td> <td>\$ 26,71</td> <td>Presios totales de cada ingrediente</td> </tr> <tr> <td>EXTRAS 5%</td> <td>\$ 1,34</td> <td>Subtotal * % Extras</td> </tr> <tr> <td>COSTO TOTAL RECETA</td> <td>\$ 28,04</td> <td>Subtotal + Extras</td> </tr> <tr> <td>COSTO POR PORCIÓN</td> <td>\$ 1,17</td> <td>Costo Total Receta ÷ No. porciones</td> </tr> <tr> <td>COSTO POR GRAMO</td> <td>\$ 0,1460</td> <td>Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td> </tr> </table>				SUBTOTAL RECETA	\$ 26,71	Presios totales de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 1,34	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 28,04	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 1,17	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,1460	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción	1. Curva del chocolate 2. 3.		
SUBTOTAL RECETA	\$ 26,71	Presios totales de cada ingrediente																							
EXTRAS 5%	\$ 1,34	Subtotal * % Extras																							
COSTO TOTAL RECETA	\$ 28,04	Subtotal + Extras																							
COSTO POR PORCIÓN	\$ 1,17	Costo Total Receta ÷ No. porciones																							
COSTO POR GRAMO	\$ 0,1460	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																							
ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS																					
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN 25-may-25 FECHA ACTUALIZACIÓN 29-jun-25																	

Fuente: Emilia Ortiz

Café

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR

Escuela de Gastronomía

Escuela de
Gastronomía

NOMBRE RECETA	
CAFÉ	
NÚMERO PORCIONES	24 porción
PESO CADA PORCIÓN	50 gramo

TIPO RECETA	
X	Básica o de Venta
	Complementaria o Subreceta
FICHA No.	VTA-007

#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Te negro	1.000,00	gramo	\$ 0,01294	\$ 12,9412		\$ 2,20	gramos	170	gramo
2	Jengibre	100,00	gramos	\$ 0,00876	\$ 0,8765		\$ 1,49	gramos	170	gramos
3	Miel	100,00	gramos	\$ 0,01412	\$ 1,4117		\$ 8,47	gramos	600	gramos
4	Ajo negro	10,00	gramos	\$ 0,11946	\$ 1,1946		\$ 6,69	gramos	56	gramos

PROCESO DE PREPARACIÓN
1. Corto el jengibre en finas láminas
2. mezclo con la miel y dejo reposar, con ajo negro
3. Reposar 1 semana
4. Hacer el té
5. Servir con la miel en la base del recipiente

COSTO MATERIA PRIMA	
SUBTOTAL RECETA	\$ 16,42
EXTRAS 5%	\$ 0,82
COSTO TOTAL RECETA	\$ 17,25
COSTO POR PORCIÓN	\$ 0,71
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0143

ARGUMENTACIÓN TÉCNICA

PUNTOS CRÍTICOS
1.
2.
3.

MÉTODOS Y TÉCNICAS
1.
2.
3.


ELABORADO POR:
Nombre y Apellido


REVISADO POR:
Nombre y Apellido

FECHA ELABORACIÓN
25-may-25
FECHA ACTUALIZACIÓN
29-jun-25

Fuente: Emilia Ortiz

Vinos y Licores

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR

Escuela de Gastronomía

U

UIDE

Powered by
Arizona State University®

Escuela de
Gastronomía

NOMBRE RECETA	
Vino tinto	
NÚMERO PORCIONES	5 porción
PESO CADA PORCIÓN	150 gramo

TIPO RECETA	
	Básica o de Venta
X	Complementaria o Subreceta
FICHA No.	SUB-001

FOTO RECETA	
	

#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Vino tinto Bravio Merlot	750,00	gramo	\$ 0,00772	\$ 5,7900		\$ 5,79	mililitro	750	mililitro

PROCESO DE PREPARACIÓN

COSTO MATERIA PRIMA

SUBTOTAL RECETA	\$ 5,79	5 Precios totales de cada ingrediente
EXTRAS 5%	\$ 0,29	Subtotal * % Extras
COSTO TOTAL RECETA	\$ 6,08	Subtotal + Extras
COSTO POR PORCIÓN	\$ 1,22	Costo Total Receta ÷ No. porciones
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0081	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción

ARGUMENTACIÓN TÉCNICA

PUNTOS CRÍTICOS

MÉTODOS Y TÉCNICAS



ELABORADO POR:

Nombre y Apellido



REVISADO POR:

Nombre y Apellido

FECHA ELABORACIÓN
25-may-25
FECHA ACTUALIZACIÓN
29-jun-25

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía																	
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #0070C0; color: white;">NOMBRE RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">Vino blanco</td></tr> <tr><td style="background-color: #800080; color: white;">NÚMERO PORCIONES</td><td style="text-align: center;">5 porción</td></tr> <tr><td style="background-color: #FFD700;">PESO CADA PORCIÓN</td><td style="text-align: center;">150 gramo</td></tr> </table>				NOMBRE RECETA		Vino blanco		NÚMERO PORCIONES	5 porción	PESO CADA PORCIÓN	150 gramo	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #800080; color: white;">TIPO RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">Básica o de Venta</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">X</td><td style="text-align: center;">Complementaria o Subreceta</td></tr> <tr><td style="background-color: #0070C0; color: white;">FICHA No.</td><td></td></tr> </table>		TIPO RECETA		Básica o de Venta		X	Complementaria o Subreceta	FICHA No.					
NOMBRE RECETA																									
Vino blanco																									
NÚMERO PORCIONES	5 porción																								
PESO CADA PORCIÓN	150 gramo																								
TIPO RECETA																									
Básica o de Venta																									
X	Complementaria o Subreceta																								
FICHA No.																									
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta															
1	Vino blanco trapiche Torrontez	750,00	mililitro	\$ 0,01520	\$ 11,4000		\$ 11,40	mililitro	750	mililitro															
PROCESO DE PREPARACIÓN			COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS																		
			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">SUBTOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 11,40</td> <td>Suma de todos los precios de cada ingrediente</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #808080; color: white;">EXTRAS 5%</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,57</td> <td>Subtotal * % Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO TOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 11,97</td> <td>Subtotal + Extras</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #808080; color: white;">COSTO POR PORCIÓN</td> <td style="text-align: right;">\$ 2,39</td> <td>Costo Total Receta ÷ No. porciones</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #0070C0; color: white;">COSTO POR GRAMO</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,0160</td> <td>Costo por Porción ÷ Peso cada Porción</td> </tr> </table>				SUBTOTAL RECETA	\$ 11,40	Suma de todos los precios de cada ingrediente	EXTRAS 5%	\$ 0,57	Subtotal * % Extras	COSTO TOTAL RECETA	\$ 11,97	Subtotal + Extras	COSTO POR PORCIÓN	\$ 2,39	Costo Total Receta ÷ No. porciones	COSTO POR GRAMO	\$ 0,0160	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción				
			SUBTOTAL RECETA	\$ 11,40	Suma de todos los precios de cada ingrediente																				
			EXTRAS 5%	\$ 0,57	Subtotal * % Extras																				
			COSTO TOTAL RECETA	\$ 11,97	Subtotal + Extras																				
			COSTO POR PORCIÓN	\$ 2,39	Costo Total Receta ÷ No. porciones																				
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0160	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción																							
			ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS																		
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido			 REVISADO POR: Nombre y Apellido			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</th></tr> <tr><td style="text-align: center;">25-may-25</td></tr> <tr><th style="background-color: #0070C0; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</th></tr> <tr><td style="text-align: center;">29-jun-25</td></tr> </table>			FECHA ELABORACIÓN	25-may-25	FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25													
FECHA ELABORACIÓN																									
25-may-25																									
FECHA ACTUALIZACIÓN																									
29-jun-25																									

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 Escuela de Gastronomía Powered by Arizona State University®																		
<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #007bff; color: white;">NOMBRE RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">Sake</td></tr> <tr><td style="background-color: #dc3545; color: white;">NÚMERO PORCIONES</td><td style="text-align: center;">5 porción</td></tr> <tr><td style="background-color: #ffc107;">PESO CADA PORCIÓN</td><td style="text-align: center;">50 gramo</td></tr> </table>			NOMBRE RECETA		Sake		NÚMERO PORCIONES	5 porción	PESO CADA PORCIÓN	50 gramo	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th colspan="2" style="background-color: #dc3545; color: white;">TIPO RECETA</th></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">Básica o de Venta</td></tr> <tr><td style="text-align: center;">X</td><td style="text-align: center;">Complementaria o Subreceta</td></tr> <tr><td colspan="2" style="background-color: #007bff; color: white;">FICHA No.</td></tr> </table>		TIPO RECETA		Básica o de Venta		X	Complementaria o Subreceta	FICHA No.					
NOMBRE RECETA																								
Sake																								
NÚMERO PORCIONES	5 porción																							
PESO CADA PORCIÓN	50 gramo																							
TIPO RECETA																								
Básica o de Venta																								
X	Complementaria o Subreceta																							
FICHA No.																								
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta														
1	Sake	250,00	mililitro	\$ 0,02168	\$ 5,4200		\$ 8,13	mililitro	375	mililitro														
PROCESO DE PREPARACIÓN			COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS																	
			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="background-color: #d3d3d3;">SUBTOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 5,42</td> <td rowspan="2" style="font-size: 0.8em;"> $\\$ \text{Precios totales de cada ingrediente}$ $\text{Subtotal} \times \% \text{ Extras}$ $\text{Subtotal} + \text{Extras}$ $\text{Costo Total Receta} \div \text{No. porciones}$ $\text{Costo por Porción} \div \text{Peso cada porción}$ </td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d3d3d3;">EXTRAS 5%</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,27</td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d3d3d3;">COSTO TOTAL RECETA</td> <td style="text-align: right;">\$ 5,69</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d3d3d3;">COSTO POR PORCIÓN</td> <td style="text-align: right;">\$ 1,14</td> <td></td> </tr> <tr> <td style="background-color: #d3d3d3;">COSTO POR GRAMO</td> <td style="text-align: right;">\$ 0,0228</td> <td></td> </tr> </table>				SUBTOTAL RECETA	\$ 5,42	$\\$ \text{Precios totales de cada ingrediente}$ $\text{Subtotal} \times \% \text{ Extras}$ $\text{Subtotal} + \text{Extras}$ $\text{Costo Total Receta} \div \text{No. porciones}$ $\text{Costo por Porción} \div \text{Peso cada porción}$	EXTRAS 5%	\$ 0,27	COSTO TOTAL RECETA	\$ 5,69		COSTO POR PORCIÓN	\$ 1,14		COSTO POR GRAMO	\$ 0,0228					
			SUBTOTAL RECETA	\$ 5,42	$\\$ \text{Precios totales de cada ingrediente}$ $\text{Subtotal} \times \% \text{ Extras}$ $\text{Subtotal} + \text{Extras}$ $\text{Costo Total Receta} \div \text{No. porciones}$ $\text{Costo por Porción} \div \text{Peso cada porción}$																			
			EXTRAS 5%	\$ 0,27																				
			COSTO TOTAL RECETA	\$ 5,69																				
			COSTO POR PORCIÓN	\$ 1,14																				
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0228																							
			ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS																	
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido			 REVISADO POR: Nombre y Apellido				<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr><th style="background-color: #007bff; color: white;">FECHA ELABORACIÓN</th></tr> <tr><td style="text-align: center;">25-may-25</td></tr> <tr><th style="background-color: #007bff; color: white;">FECHA ACTUALIZACIÓN</th></tr> <tr><td style="text-align: center;">29-jun-25</td></tr> </table>				FECHA ELABORACIÓN	25-may-25	FECHA ACTUALIZACIÓN	29-jun-25										
FECHA ELABORACIÓN																								
25-may-25																								
FECHA ACTUALIZACIÓN																								
29-jun-25																								

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR

UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR

Escuela de Gastronomía

Powered by
Arizona State University®

Escuela de
Gastronomía

NOMBRE RECETA

Michelada de ajo negro y maracuya

NÚMERO PORCIONES

2 porción

PESO CADA PORCIÓN

250 gramo

TIPO RECETA

Básica o de Venta

X

Complementaria o Subreceta

FICHA No.

FOTO RECETA

#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Cerveza corona	375,00	mililitro	\$ 0,00402	\$ 1,5057		\$ 7,95	mililitro	1.980	mililitro
2	Ajo negro	5,00	gramos	\$ 0,11946	\$ 0,5973		\$ 6,69	gramo	56	gramos
3	Pulpa de maracuyá	50,00	mililitro	\$ 0,00518	\$ 0,2588		\$ 2,35	mililitro	454	mililitro

PROCESO DE PREPARACIÓN

1. Mezclar ajo negro con la pulpa
2. En un vaso mezclar con la cerveza

COSTO MATERIA PRIMA

SUBTOTAL RECETA	\$ 2,36	Presupuesto total de cada ingrediente
EXTRAS 5%	\$ 0,12	Subtotal * % Extras
COSTO TOTAL RECETA	\$ 2,48	Subtotal + Extras
COSTO POR PORCIÓN	\$ 1,44	Costo Total Receta ÷ No. porciones
COSTO POR GRAMO	\$ 0,0058	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción

ARGUMENTACIÓN TÉCNICA

PUNTOS CRÍTICOS

MÉTODOS Y TÉCNICAS

L. Muel

LABORADO POR:

Nombre y Apellido

Francisca C. Riquelme

REVISADO POR:

Nombre y Apellido

FECHA ELABORACIÓN

25-may-25

FECHA ACTUALIZACIÓN

29-jun-25

Fuente: Emilia Ortiz

FORMATO DE RECETA ESTÁNDAR UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DEL ECUADOR Escuela de Gastronomía						 UIDE Powered by Arizona State University®		Escuela de Gastronomía		
NOMBRE RECETA				TIPO RECETA		FOTO RECETA				
VINOS Y LICORES				X		Básica o de Venta				
NÚMERO PORCIONES		1 porción		Complementaria o Subreceta						
PESO CADA PORCIÓN		600 gramo		FICHA No. VTA-008						
#	INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD MEDIDA	PRECIO UNIDAD	PRECIO TOTAL	MISE EN PLACE	Precio Compra	Unidad Medida Compra	Factor Conversión	Unidad Medida Receta
1	Vino tinto Merlot	150,00	gramo	\$ 0,00811	\$ 1,2159	Ficha No. SUB-001	\$ 1,2159	gramo	150	gramo
2	Vino Blanco Trapiche Torrontez	150,00	gramo	\$ 0,01596	\$ 2,3940	Ficha No. SUB-002	\$ 2,39	kilogramo	150	gramo
3	Sake	50,00	mililitro	\$ 0,02276	\$ 1,1382	Ficha No. SUB-003	\$ 1,14	litro	50	mililitro
4	Michelada ajo negro	200,00	gramo	\$ 0,00721	\$ 1,4418	Ficha No. SUB-004	\$ 1,44	kilogramo	200	gramo
PROCESO DE PREPARACIÓN				COSTO MATERIA PRIMA				PUNTOS CRÍTICOS		
1. 2. 3. 4. 5. 6.				SUBTOTAL RECETA		\$ 6,19	Precios totales de cada ingrediente Subtotal * % Extras		1. 2. 3.	
				EXTRAS 5%		\$ 0,31				
				COSTO TOTAL RECETA		\$ 6,50	Subtotal + Extras			
				COSTO POR PORCIÓN		\$ 6,50	Costo Total Receta ÷ No. porciones			
				COSTO POR GRAMO		\$ 0,0108	Costo por Porción ÷ Peso cada Porción			
				ARGUMENTACIÓN TÉCNICA				MÉTODOS Y TÉCNICAS		
								1. 2. 3.		
 ELABORADO POR: Nombre y Apellido				 REVISADO POR: Nombre y Apellido				FECHA ELABORACIÓN		
								25-may-25		
								FECHA ACTUALIZACIÓN		
								29-jun-25		

Fuente: Emilia Ortiz

Costo – PVP

COSTO MENÚ Y PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO			 Escuela de Gastronomía					
COSTO MENÚ			PRECIO DE VENTA AL PÚBLICO					
FICHA No.	RECETA DE VENTA	COSTO POR PORCIÓN	COSTO MATERIA PRIMA MENÚ	% COSTO MATERIA PRIMA	PVP sin IVA y servicio	IVA 15%	SERVICIO 10%	PVP con IVA y servicio
VTA-001	AMUSE-GUELE	\$ 1,18	\$ 21,66	43,3%	\$ 50,00	\$ 7,50	\$ 5,00	\$ 62,50
VTA-002	Pan Baozi	\$ 0,32	\$ 21,66	41,7%	\$ 52,00	\$ 7,80	\$ 5,20	\$ 65,00
VTA-003	ENTRADA	\$ 5,50	\$ 21,66	25,0%	\$ 86,64	\$ 13,00	\$ 8,66	\$ 108,31
VTA-004	PLATO FUERTE	\$ 5,58						
VTA-005	POSTRE	\$ 0,70						
VTA-006	PETIT FOUR	\$ 1,17						
VTA-007	CAFÉ	\$ 0,71						
VTA-008	VINOS Y LICORES	\$ 6,50						
COSTO MATERIA PRIMA MENÚ		\$ 21,66						

7. ANALISIS DE TRAZABILIDAD DE ALIMENTOS (4 ALIMENTOS INCLUIDO 1 ESPECIE RELEVANTES)

Cerdo

Historia

El cerdo se lo domestica en Asia-China hace 4900 A.C.; eventualmente de la prehistoria, se derivaron 3 formas prehistóricas de los cerdos:

Sus scrofa ferus: Proveniente del continente europeo al Norte en el Mar Bálticos; siendo su perfil rectilíneo, con grandes tallas y extremidades; sus cuerpos aplanados, tienden a recoger sus troncos. De estos cerdos europeos, van 2 grupos: Célticos y los mediterráneos. («COMPENDIO DE SUICULTURA.», 1996)



ILUSTRACIÓN 1: CERDO SALVAJE

Sus mediterraneus: Este es derivado y originario del anterior, por mutaciones de las características, dando un perfil subcóncavo, extremidades más cortas como la cabeza y el cuerpo, por ello menor estatura. («COMPENDIO DE SUICULTURA.», 1996)



ILUSTRACIÓN 2: CERDO MODERNO

Sus vitatus: Es de origen asiáticos, del Sur de china y en la India; con un perfil convexo, cuerpos anchos con extremidades cortas; por ende, era de talla pequeña. Este se considera con el cerdo “original” y del cual el resto de especies evolucionan, caracterizados por orejas cortas y erectas. («COMPENDIO DE SUICULTURA.», 1996)



ILUSTRACIÓN 3: CERDO ANILLADO

A partir de estas formas que son originarias hace 6 millos de años, se comienzan a domesticar hace 5 mil años. Y hacia América aparecen con Cristóbal Colon hace unos 500 años; criándolos Cuba y Republica Dominicana. en el segundo viaje, cuando se los llevan a Santo Domingo se los expande a la Gran Colombia. (Martínez, 2018)

Donde se da:

En el Ecuador el sector porcino se concentra en la Costa con el 53,94%, La Sierra 41,45% y en la Amazonía el 4,61%. Siendo las provincias productoras:

Provincia	(%)	Provincia	(%)
El Oro	17,12	Tungurahua	6,28
Santo Domingo de los Tsáchilas	12,28	Bolívar	4,05
Manabí	9,87	Carchi	3,94
Cotopaxi	8,98	Esmeraldas	3,62
Guayas	6,67	Pichincha	3,59
Chimborazo	6,37	Provincias con menor producción	17,26

Fuente: (INEC, 2020). Elaborado por: CEER, 2021

TABLA 10

Las 4 formas que se crían y explotan los cerdos en el país son:

Sistema de traspatio: Solo se explotan de 2 a 5 cerdos y los animales viven en los campos.

Sistema intensivo: Se tiene a los animales en establos con el fin de manejar mayor cantidad de animales sobre la unidad de superficie.

Sistema mixto: Se tiene a los animales en establos o corrales por las noches y son liberados en el día.

Sistema industrial: Se tiene una genética productiva controlada, siendo crianza tecnificada y alimentación controlada. (Steward redqueen & CEER, 2019)

Tipos de cerdos:

- Raza Poland China:



ILUSTRACIÓN 4: POLAND CHINA

Esta raza se la ve por primera vez en Norteamérica de 1800 a 1850, su origen va de los cruces del cerdo primitivo “sus scrofa doméstica” o verraco polamés junto a cerdos reproductores chinosal, rusos, irlandeses, berckshire y Essex hasta que llegue a la raza conocida actualmente. (Aspe, 2023)

Características físicas:

Cara	Cóncava con longitud media
Orejas	Colgadas
Cuerpo	Largo y profundo
Dorso	Ancho, el cual se desplaza a las caderas
Color	Negro en su mayoría con blanco en sus patas, hocico y la parte superior de la cola
Tamaño	Una raza grande

TABLA 11



ILUSTRACIÓN 5: RAZA LANDRACE

Este tipo de cerdo es vigente desde finales del siglo XVII, pero de tipo rudimentario, siendo en 1860 a 1877 que se dio el mejoramiento de dicha raza, siendo que esta cumple con estas características físicas: (Aspe, 2023a)

Cabeza	Perfil recto, con longitud media y cóncava.
Orejas	De longitud media con inclinación hacia su delante, paralelas al largo de la cabeza.
Cuello	Longitud media y ligero
Espalda	Proporción media y firme, con buena adhesión al torso
Lomo	Largos con ligera arqueada en un mismo sentido, con notable anchura y uniforme. De tipo fuerte y largo sin depresiones.
Tórax	De tipo firme con paredes compactas, 17 costillas pares

Abdomen	Amplio con una línea inferior recta y 12 pezones
Nalga y muslos	Anchos y redondos descendiendo hasta su corvejón
Color	Blanco con ciertas manchas oscuras y pelaje suave
Cola	Alta e implantada

TABLA 12

Esta raza son cerdos magros con buena musculatura, siendo utilizados en su mayor parte a la producción de tocino y se adapta muy bien hacia condiciones adversas.

Raza Yorkshire

**ILUSTRACIÓN 6: RAZA YORKSHIRE**

Esta raza es prestigiosa de tipo inglesa, de la cual se tienen variaciones:

- Large

- Middle
- Small
- White

Siendo su origen de la cruce de los cerdos célticos de York, Lincoln y Lancaster con cerdos Leicestershire (raza de la cruce de cerdos asiático-ibérico), por ello su nombre. (Aspe, 2023b)

Cualidades físicas:

Cabeza	Perfil subcóncavo, con hocico largo, sin arrugas y ojos pequeños. La cabeza es larga y ancha entre la zona de ojeas y ojos.
Orejas	Anchas de tipo rígido e inclinadas hacia delante
Cuello	Largo y fino, tiene proporción en relación a su espalda.
Espalda	Sin arrugas y de tipo liviana la cual se inclina hacia la línea superior y costados de la columna.
Lomo	Cubierto de carne con línea superior de forma horizontal.
Tórax	Tiene costillas alargadas y profundas
Abdomen	Amplio recubierto de carne, con 12 pezones.
Pelaje	Piel fina libre de arrugas con tez blanca, con escasas manchas de tono azulado
Cola	Es alta y alargada, con un ligero enrollamiento y cubierto de finas cerdas,

TABLA 13

Es muy bien valorizada la raza por sus características maternas misma razón que se las utiliza en cruces, por su excelente capacidad para reproducción y lactancia. (Aspe, 2023b)

Raza Hampshire:



ILUSTRACIÓN 7: RAZA HAMPSHIRE

Esta es la raza más antigua catalogada, pues se los ve en Italia en el siglo XIII que llegan a América en 1825, hacia Estados Unidos, provenientes de Inglaterra-Hampshire. (Aspe, 2023a)

Cualidades físicas:

Cabeza	Angosta y de menor tamaño, con perfil recto, con hocico delgado.
Orejas	Finas y erguidas, con una leve inclinación
Cuello	Corto y liviano
Espalda	Arqueada y ancha
Lomo	Largo y bien cubierto de carnes firmes.

Pelaje	Vello fino con cerdas largas y suaves
Cola	Negro con una faja blanca, la cual recubre la zona de las paletas y miembros delanteros.

TABLA 14

Cuidado

Al ser el cerdo un animal prolífico, pues su ciclo de reproducción no supera los 4 meses, también tiene amplia adaptabilidad a climas y ambientes distintos.

Nombre científico

El cerdo taxonómicamente se lo clasifica de la siguiente manera:

Reino:	Animal	Suborden:	Artiodáctilo
Filum:	Cordados	Familia:	Suidos
Subfilum:	Vertebrados	Subfamilia:	Suinos
Clase:	Mamíferos	Género:	Sus.
Orden:	Ungulados	Especie:	scrofa domésticos.

TABLA 15

Tabla nutricional

Info. Nutricional	
Tamaño de la Porción	100 g
Por porción	
Energía	1134 kJ 271 kcal
Proteína	27,34g
Carbohidratos	0g
Fibra	0g
Azúcar	0g
Grasa	17,04g
Grasa Saturada	6,168g
Grasa Poliinsaturada	1,438g
Grasa Monoinsaturada	7,576g
Colesterol	90mg
Sodio	384mg
Potasio	351mg

Resumen Nutricional:

Cals 271	Grasa 17,04g	Carbh 0g	Prot 27,34g
--------------------	------------------------	--------------------	-----------------------

Hay 271 calorías en Carne de Cerdo (100 g).

Desglose de Calorías: 58% **grasa**, 0% carbh, 42% prot.



Tofu

Historia

Su origen va a 960 D.C., en China, aunque su origen es incierto pues consta de 4 teorías de su origen; siendo que este fue un accidente; Liu An creo por accidente al sazonar la sopa refinada de soja con sal marina sin refinar, la cual en su composición contiene nigari de forma natural y comenzó a notar que esta cuajaba. La teoría de parte de la India indica que el tofu se creó al tratar de recrear la elaboración del queso que fue aprendido por las tribus Mongólicas que se ubicaban en las fronteras de China. (*History Of Tofu - Page 1*, s. f.)

En 1770 Benjamín Franklin data de cartas enviadas desde Londres en las cuales describía un queso elaborado a partir de soja y que se escribía “tau-fu”, dando la primera introducción de manera escrita del tofu en América, de la cual eventualmente se expandiría al resto de América. (Smith, 2018)

¿Dónde se da?

La soja es un cultivo de alto rendimiento que se establece en suelos arcillosos, pues deben tener una gran cantidad de materia orgánica en ello y estar drenados, con un pH de 6 a 7,5, si se cultiva en suelos con pH inferior a 4,5 son tóxicos en estos cultivos por la absorción de aluminio y manganeso o por la otra parte los suelos con pH superior a 8 carece de cualquier tipo de nutriente con 2 en especial, el zinc y el hierro; si no cumple con los mismos las semillas no podrán germinar, es decir sobre suelos salinos y sódicos, para su cultivo la mejor época es de marzo a mayo, porque los suelos mantienen temperaturas de 15°C, por optimización de crecimiento de las plantas, hacerlo fuera de esta época resultara en plantas mucho más cortas y débiles. (Cherlinka, 2025)



ILUSTRACIÓN 8: SOYA

En el Ecuador se cosecha la soja en provincias costeras, con 27.960,01 hectáreas del mismo, en provincias de Los Ríos, Guayas, Santa Elena, Bolívar, Loja y Morona Santiago, puesto que se cultiva de los 0 a 1200 m.s.n.m. (Observatorio económico y social de Tungurahua, s. f.)

Provincia	2014	2015	2016	2017	2018	2019	Total
Los Ríos	18.711,30	13.437,99	23.821,56	25.728,57	21.515,95	16.914,92	120.130,30
Guayas	8.864,01	9.820,16	3.184,39	2.657,89	1.665,84	10.688,13	36.880,42
Santa Elena	706,54	18,89	302,00	45,00	120,00	80,00	1.272,42
Manabí			14,88	111,12	56,59	32,71	215,29
Loja						203,09	203,09
Bolívar						41,15	41,15
Morona Santiago	6,00						6,00
Zonas no delimitadas							
Total	28.287,84	23.277,03	27.322,84	28.542,58	23.358,38	27.960,01	158.748,68



Fuente: INEC, ESPAC 2014 - 2019

Tipos de soja:

En el Ecuador los tipos de soja que se cultivan son:

- INIAP 306
- INIAP 303
- INIAP 304
- INIAP 305
- Júpiter

Siendo la INIAP 306 el 80% de la producción y la INIAP 304 el 12%. (Choez-Quiroz et al., 2017)

Cosecha

Para su cultivo tiene que cumplir ciertas características, un clima frío o por la contraparte zonas tropicales y subtrópicas, es decir que este puede ser versátil y adaptarse a varios lugares, mientras tenga entre 510 mm y 660 mm de agua, con mucha luz solar y que mínimo tenga una

estación cálida el sitio en el que se cultiva. Si en cualquier etapa del crecimiento las plantaciones presentan estrés hídrico afectara directamente a los cultivos; la temperatura mínima debe estar entre 22°C y 35 °C, inferior a esta retrasara su desarrollo. (Cherlinka, 2025)

Crecimiento de la soja

Según la escala BBCH el crecimiento se da de la siguiente manera:

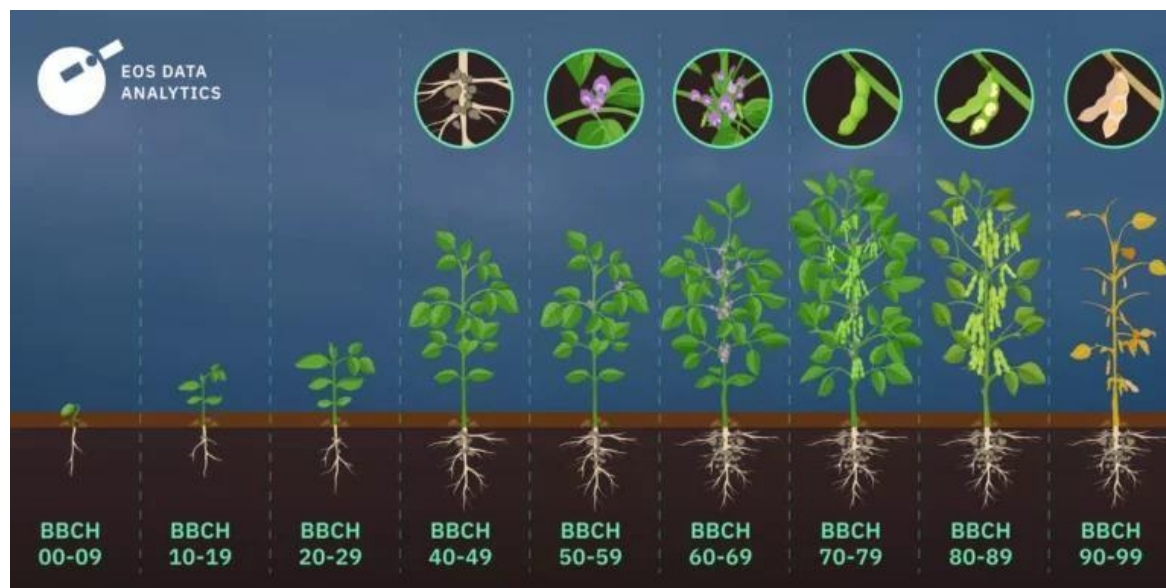


ILUSTRACIÓN 9: CRECIMIENTO

Germinación 00-09:

El crecimiento de la soja comienza con la absorción de la mitad del peso en agua de la semilla, comienzan a crear pelos radiculares y raíces laterales, siendo que de 10 a 18 días esta germina y emerge del suelo, siendo los factores condicionantes la humedad, profundidad de siembra, tipo y temperatura del suelo; la profundidad de la semilla debe ser de 2,5 a 3,8 cm.

De 7 a 10 días los cotiledones son encargados de llevar los nutrientes suficientes y necesarios.

Brote principal 10-19:

En esta etapa se desarrollan las hojas, una vez de la apertura de los cotiledones inmaduros, alimentando y nutriendo a las hojas con energía que se almacena y la absorción de la luz solar, pasada la etapa de cotiledones las primeras hojas unifoliadas se desprenden y despliegan las trofolioladas.

Formación de brotes laterales 20-29:

En esta etapa ya se reconoce al eje madre de la planta, además de la formación de nuevos ejes o yemas axilares.

En esta etapa la planta está mucho más expuesta a distintas enfermedades.

Plagas y enfermedades	Causas y condiciones favorables	Efectos sobre las plantas	Medidas de control
clorosis férrica	Suelos con pH alto o que contienen sales solubles	Incapacidad para tomar hierro	Plantación de variedades tolerantes
	Suelos compactados	Crecimiento limitado	Tasas de siembra más altas en campos propensos
	Suelos húmedos	Pérdida de productividad	Tratamientos foliares con quelato/sulfato de hierro
	Bajas temperaturas del suelo		Drenaje mejorado

Roya de la soja	Humedad prolongada de las hojas Humedad relativa alta Clima frío y húmedo prolongado	Lesiones en diferentes partes de la planta. Defoliación temprana Menos vainas y granos más ligeros Menos vainas y granos más ligeros Mala calidad del rendimiento	Tratamiento fungicida foliar
Pulgon de la soja	Bajas temperaturas Sequía y otros factores de estrés en las plantas Falta de enemigos naturales	altura disminuida hojas rizadas El exceso de melaza promueve la formación de hollín y atrae a las hormigas. Pérdida de productividad	Tratamiento de semillas Fomentand o a los enemigos naturales Escultismo (en julio) Aplicación de insecticidas
Nematodo del quiste de la soja (SCN)	Condiciones secas Suelos arenosos y bien drenados	Crecimiento atrofiado de las raíces	Plantación de variedades resistentes

	Suelos con pH alto	Crecimiento atrofiado de las plantas Amarillamiento Pérdida de productividad	Rotación de cultivos Tratamiento de semillas
--	--------------------	--	---

TABLA 16. PLAGAS Y CAUSAS

Fuente: *Desarrollo de partes vegetales cosechables 40-49 (2024)*

En esta etapa las flores son desarrolladas en inflorescencia y crean sépalos para proteger a las yemas; los tallos desarrollan anteras y estigmas, creciendo todos los componentes de la planta.

Brote principal 50-59:

Todas las flores llegan a su última etapa en inflorescencia, por consecuente los brotes de soja tienen mayor actividad simbiótica por el medio de la floración y brotación, que significa esta etapa.

Floración 60-69:

La soja en este momento es mayormente vulnerable al estrés, por ende, muchas de las vainas viables que se producen abortaran y desarrollará más flores en el nudo de la planta.

Desarrollo de frutos y semillas 70-79:

Se ve notable disminución en la actividad del sistema radicular, con el flujo de los nutrientes a las semillas, esta reubicación de nutrientes debilita a la planta.

Maduración de frutos y semillas 80-89:

En esta etapa una vez alcanzado lo máximo de crecimiento, las vainas cambian de color ha amarillo.

Senescencia 90-99:

Es la muerte de los órganos de la planta, sin dejar demasiados residuos. (*Soybean Growth Stages: From Vegetative To Reproductive Ones*, 2024)

Elaboración del tofu:

Para elaborar el tofu, previamente de la selección de la materia prima, se lava para eliminar toda impureza que exista; remoja la soja de 8 a 10 horas a 30- 32 C, luego se lava los granos y se retira la cascara, después de escurrir el grano, se lo molera con agua para producir “leche de soja” en proporción 1-2 de soja y agua correspondiente. Se le retira la okara o mosto por filtración, estos residuos tienen 75% de humedad y por ello se debe someter al segundo lavado de la cual se obtiene leche de soja residual. (Director, 2009)

La leche de soja se cocina de 5 a 10 minutos a 110 C, la cocción sirve para la recuperación de proteínas y que la tripsina de la soja desactiva sus inhibidores. A los 85 C se agrega ácido cítrico a la lecha para acificarla y que comience la coagulación, esta debe ser similar a una nube y se la extrae del suero, para previamente amasarlo y sazonarlo; para poner en moldes y prensarlo. El tiempo dependerá del peso pues va de 30-40 kph/kg en 24 horas o 15-20 kph/kg de 3 a 4 horas. (Director, 2009)

Nombre científico

El nombre de tofu o “bean curd”, etimológicamente parte del término mandarín estándar tou-fu en el sistema de Wade-Giles o doufu, de parte del cantonés es Tau-fu y en Hokkien en tau-hu;

Reino:	Plantae	Suborden:	Papilionoideae Fabaceae
Filum:	Angiospermas (Magnoliophyta)	Familia:	Fabaceae
Subfilum:	Eudicotiledóneas (Eudicotyledones)	Subfamilia:	Faboideae
Clase:	Magnoliopsida	Género:	Glycine
Orden:	Fabales	Especie:	Glycine max

TABLA 17

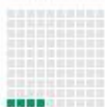
Tabla nutricional

Info. Nutricional	
Tamaño de la Porción	100 g
Por porción	
Energía	326 kJ 78 kcal
Proteína	7,82g
Carbohidratos	2,08g
Fibra	0,3g
Azúcar	0,33g
Grasa	4,93g
Grasa Saturada	0,607g
Grasa Poliinsaturada	1,787g
Grasa Monoinsaturada	2,185g
Colesterol	0mg
Sodio	9mg
Potasio	114mg

Resumen Nutricional:**Cals**
78**Grasa**
4,93g**Carbh**
2,08g**Prot**
7,82g

Hay 78 calorías en Tofu (100 g).

Desglose de Calorías: 53% **grasa**, 10% carbh, 37% prot.

4% de IDR*
(78 cal)**Desglose de Calorías:**

-  Carbohidrato (10%)
-  Grasa (53%)
-  Proteína (37%)



Zanahoria

Historia

La domesticación de la zanahoria va hace 3000 A.C. con la variedad purpura que se daba en la zona de Afganistán, previamente no se utilizaba la raíz de la zanahoria, si no las hojas y semillas aromáticas, el siglo I data por primera vez el uso de la raíz como tal, aunque en Europa Meridional, con Grecia y Roma era tratada como medicina, considerándolo como un afrodisiaco. («ZANAHORIA, UN POCO DE HISTORIA», s. f.)

Eventualmente la zanahoria domesticada se la introdujo hacia Europa en el siglo VI por los árabes, siendo los holandeses los primeros en modificarlo genéticamente, resultando en 4 tipos

- Early Half Long
- Late Half Long
- Scarlet
- Long Orange

En la zona Occidental de Europa se encontraron zanahorias blancas que son derivaciones de la amarilla afganas y moradas. El color anaranjado que es el más conocido hoy en día fue producto de la modificación experimentación con las zanahorias amarillas. Luego de la experimentación realizada por los holandeses en el siglo XVII, las plantaciones comienzan a realizarse incluso en América («Daucus Carota L.», s. f.)

¿Dónde se da?

En el Ecuador se cultiva en un 94% en las provincias de Chimborazo, Cotopaxi y Tungurahua, teniendo que ser en suelos profundos de 300 a 2900 m.s.n.m. que no forme costras en su superficie, debe tener un pH neutro de 6 a 7.5, por ello se opta por suelos francos arenosos que tengan abundancia en materia orgánica, para permanecer abonados; en cuanto al desarrollo de la raíz el suelo debe ser ligero que permita la ventilación. La temperatura varía en cuanto a la etapa de crecimiento en la que se encuentre la zanahoria. («CULTIVO DE ZANAHORIA», 2021)

Crecimiento	16-18 °C.
Germinación	18-25 °C.
Crecimiento de la raíz carnosa	20-22°C.
Crecimiento de hojas	23-25°C.
Vernalización	3-8°C.

Tipos de zanahorias:

En el Ecuador se cultivan y clasifican las zanahorias, en cuanto a forma y variaciones de la Zanahoria anaranjada

Clasificación	Tipo	
Forma	Imperator  ILUSTRACIÓN 10	Este tipo de zanahoria tienen una longitud de 25-30 cm y su grosor oscila los 5 cm, pesan de 80 a 180 gr por unidad, su maduración dura de 120 a 135 días, en este caso necesita suelos francos y ligeros; los cuales cuentan con buenos riegos. (<i>Variedad de Zanahoria Emperador: Fotos, Reseñas, Descripciones, Características.</i> , s. f.)
Forma	Chantenay	Esta zanahoria tiene forma cónica y el tamaño de la raíz carnosa va de 15 a 18 cm de largo y su grosor se oscila entre 6-8 cm, es de crecimiento lento, pero tiene alto rendimiento. Para su cultivo absorbe de 400 a 800 mm anuales de agua y tiende a desarrollarse sobre los

	 ILUSTRACIÓN 11	80 cm bajo el suelo. (AGROACTIVO, 2025)
Forma	Nantes  ILUSTRACIÓN 12	Esta es un tipo de zanahoria de siembra precoz, pues madura de forma rápida, la raíz carnosa desarrolla 16 cm de largo, estas zanahorias logran desarrollarse a lo largo, por lo que se necesita previamente las raíces del suelo. (BIO, s. f.)
Color	Morada	Su color se debe al elevado nivel de carotenos y antocianinas que es el encargado de otorgar el color azul morado, este compuesto trata de un flavonoide. («ZANAHORIA, UN POCO DE HISTORIA», s. f.)

	 ILUSTRACIÓN 13	
Color	Anaranjada  ILUSTRACIÓN 14	Este tipo tiene mayor presencia de los carotenos Alfa y Beta, que eventualmente al ser ingeridos se convertirán en vitamina A. («ZANAHORIA, UN POCO DE HISTORIA», s. f.)
Color	Blanca	También se la conoce como “arracha”, su largo va de 5 a 12 cm y su grosor oscila de 2 a 8,5 cm, es una planta de germinación lenta. (<i>LA ZANAHORIA BLANCA o ARRACACHA (Arracacia Xanthorrhiza Bancroft) EN ECUADOA</i>, 1996)

	 ILUSTRACIÓN 15	
Color	Amarilla  ILUSTRACIÓN 16	Esta zanahoria tiene luteína en su compuesto, lo que da como resultado su color amarillento, siendo este un carotenoide. («ZANAHORIA, UN POCO DE HISTORIA», s. f.)

TABLA 18

Cosecha

La zanahoria para su cosecha de manera anual o bienal (2 años de duración); la forma bienal se subdivide en 2 etapas de crecimiento:

Primer año- primaria vegetativa: se desarrolla la raíz napiforme, su órgano de consumo.

Esta a su vez tiene 2 etapas en si misma

1. Se desarrolla el largo de la raíz, de forma activa se da la división celular tanto en raíces como hojas absorbentes y al momento de producción se usan los carbohidratos.
2. La segunda etapa que desarrolla la longitud de la cosecha en un promedio del 80%, todo en la mitad del ciclo vegetativo.

Segundo año- etapa reproductiva: se desarrollan las semillas de la planta, además de acumular el agua en la raíz lo que resulta en engrosar sus raíces. («*Daucus Carota L.*», s. f.)



ILUSTRACIÓN 17: CRECIMIENTO DE ZANAHORIA

Nombre científico

Reino:	Plantae	Suborden:	Apiineae
Filum:	Teleomophytae	Familia:	Apiaceae

Subfilum:	Dicotiledona	Subfamilia:	Apiioideae
Clase:	Angiospermae.	Género:	Daucus
Orden:	Solanales	Especie:	<i>Daucus carota</i> subsp. <i>sativus</i>

Fuente: Herbario universitario

Tabla nutricional

Info. Nutricional	
Tamaño de la Porción	100 g
Por porción	
Energía	172 kJ 41 kcal
Proteína	0,93g
Carbohidratos	9,58g
Fibra	2,8g
Azúcar	4,54g
Grasa	0,24g
Grasa Saturada	0,037g
Grasa Trans	0g
Grasa Poliinsaturada	0,117g
Grasa Monoinsaturada	0,014g
Colesterol	0mg
Sodio	69mg
Potasio	320mg

Resumen Nutricional:

Cals 41	Grasa 0,24g	Carbh 9,58g	Prot 0,93g
-------------------	-----------------------	-----------------------	----------------------

Hay 41 calorías en Zanahoria (100 g).

Desglose de Calorías: 5% **grasa**, 87% **carbh**, 8% **prot**.



Composición nutritiva por cada 100 gr de fresca zanahoria	
Componente	Contenido
Agua (g)	88.6
Carbohidratos (g)	10.1
Lípidos (g)	0.2
Calorías (cal)	40
Vitamina A (U.I.)	2000-12000segun variedades
Vitamina B1 (mg)	0.13
Vitamina B2 (mg)	0.06
Vitamina B6 (mg)	0.19
Vitamina E (mg)	0.45
Acido nicotínico (mg)	0.64
Potasio (mg)	0.10

Arroz

Historia

Si bien su origen no queda claro, se toma que en 1882 este fue traído de India o indio china por Candoll; o en 1926 y 1951, se propone la teoría de Centros Genes por Vavilov donde se topa que el arroz fue domesticado en la India, aunque se tienen más teorías del lugar donde se doméstico, también podía ser China por residuos de cultivo de arroz hallados 1000 años previos a lo que se tienen en la India. (Acevedo et al., s. f.)

El arroz en América fue introducido por los Europeos en su transacción de esclavos, todo esto se da en 1670 en Carolina del Sur, pues este medio era la principal subsistencia de los esclavos que para el año 1708 habían duplicado su población en las Américas, para 1685 y a 1690 se data que se introdujeron una variedad de semillas, como el arroz rojo, arroz blanco asiático, arroz africano, las plantaciones comenzaron su expansión por todas las Américas, alcanzando Brasil para el siglo XVIII., siendo un producto ya no exclusivo de la subsistencia de esclavos, si no un producto para la exportación. (Carney, 2015)

¿Dónde se da?

El arroz es un producto con mayoría en Asia como China, India e Indonesia; siendo que también puede cultivarse en otros continentes como Africa, Europa y America, en especial en sus zonas calidas. Siendo que debe cumplir bajo ciertas condiciones, pues es un producto propio de zonas tropicales por la necesidad tanto de calor como humedad, en la época del cultivo la temperatura en el suelo oscila de 21-37 C, teniendo en cuenta que en las noches no debe ser inferior a 15 C, además de que la pluviosidad o cantidad de lluvia anual va de 115 cm por que su precipitación debe corresponder a 175-300 cm; se debe a que las plantaciones de arroz se deben

de inundar 10 semanas que son las de la etapa de cultivo, con una profundidad de 150 mm en su cultivo.

En cuanto al suelo realmente cualquiera es apropiado siempre y cuando su pH de de 5 a 7,5, además que suelos que en otros cultivos no se los considera en plantaciones de arroz son mejores pues tienden a retener el agua, por ello suelos arcillosos y limosos que son fáciles de inundar son los más apropiados. (Kogut, 2025)

Tipos de arroz que se cultiva en Ecuador:

El arroz se clasifica en: forma, color, aroma o textura y su procesamiento.

Clasificación	Tipo	Características
Forma	Largo-Indico  ILUSTRACIÓN 18	Estos arroces son: Basmati Jazmín o Ferrini Estos arroces contienen un 20% máximo de almidón en ellos y que al cocerse son: Suelos Firmes Elásticos (Moint, 2019)
Forma	Corto-Japónicos	Estos arroces son: Arborio Vialone Nano

	 ILUSTRACIÓN 19	Estos conservan una forma semiesférica y a temperatura ambiente se adhieren entre ellos. (Moint, 2019)
Forma	Medio  ILUSTRACIÓN 20	Estos arroces son: Carnaroli Bomba En su composición constan con 15% de amilosa; después de la cocción el grano es blando y poco pegajoso, tienen la capacidad de absorber líquidos y que no se sobrecoce o se rompe. (Moint, 2019)
Aroma	Aromáticos	Los arroces con grano tienen propiedades aromáticas que se desprenden después de la cocción. Estos son: Jazmín Thai (Moint, 2019)

	 ILUSTRACIÓN 21	
Textura	Arroz glutinoso  ILUSTRACIÓN 22	Este arroz tras de su cocción tiende a quedar pegajoso por la cantidad de gluten en su composición. (Moint, 2019)
Color	Arroz pigmentado	Estos son: Arroz parbolizado: Este también se llama oro por el color amarillento en él. Arroces morados o rojos Venere

	 ILUSTRACIÓN 23	Integral (Moint, 2019)
Procesado	Integral  ILUSTRACIÓN 24	Este no es una variedad de arroz, si no que trata del grano sin pulir del arroz, el cual conserva el salvado. (Moint, 2019)
Procesado	Precocido  ILUSTRACIÓN 25	Este se somete a un medio de calor con el fin de acortar su cocción. (Moint, 2019)

Procesado	Vaporizado  ILUSTRACIÓN 26	Es arroz blanco sin el salvado que se elimina con una ligera cocción. (Moint, 2019)
-----------	--	---

TABLA 19

Cosecha

La cosecha de arroz es de ciclo anual, comenzando en el paso de invierno-primavera para los meses de enero y febreros, donde para su cultivo en los correspondientes campos de agua se ara el fango y retira los residuos que dejan las anteriores cosechas. Luego en primavera dejando que estos campos se sequen y evaporen el agua dentro de; para el mes de mayo volver a cubrir los terrenos con agua, la cosecha se la hace en junio con la siembra de sus semillas, para que se lo recolecte y clasifica en septiembre. Se sabe que los granos son óptimos para cosechar es basado en el color de los mismos, pues el 85% de ellos tienen un color amarillento. (*¿Cuál Es el Ciclo del Cultivo del Arroz?*, s. f.)

Tiempos se cosecha según el tipo de arroz:

Maduración tardía	130-136 días
Maduración media	113-125 días
Maduración temprana	110 días

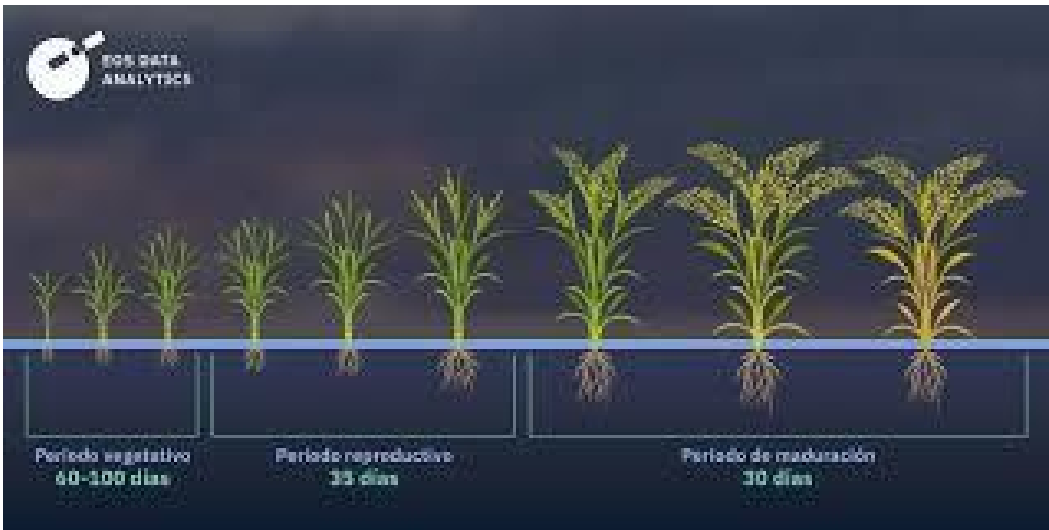


ILUSTRACIÓN 27:CRECIMIENTO DEL ARROZ

Nombre científico

Reino:	Plantae	Suborden:	Poineaes
Filum:	Magnoliophyta	Familia:	Poaceae (Gramíneas)
Subfilum:	Monocotiledóneas	Subfamilia:	Ehrhartoideae
Clase:	Liliopsida	Género:	Oryza
Orden:	Glumiflorae	Especie:	Oryza sativa

Tabla nutricional

Info. Nutricional	
Tamaño de la Porción	100 g
Por porción	
Energía	540 kJ
	129 kcal
Proteína	2,66g
Carbohidratos	27,9g
Fibra	0,4g
Azúcar	0,05g
Grasa	0,28g
Grasa Saturada	0,076g
Grasa Poliinsaturada	0,075g
Grasa Monoinsaturada	0,087g
Colesterol	0mg
Sodio	365mg
Potasio	35mg



Resumen Nutricional:

Cals 129	Grasa 0,28g	Carbh 27,9g	Prot 2,66g
--------------------	-----------------------	-----------------------	----------------------

Hay 129 calorías en Arroz Blanco (100 g).

Desglose de Calorías: **2% grasa**, 89% carbh, 9% prot.

Ajo

Historia

Ajo o “*Allium sativum* L.”, significando pungente el cual es derivado del término céltico de “all”, es un tipo de bulbo perteneciente a la familia de las Liliaceae; específicamente de la *Allium* Genus, planta de la cual es proveniente, es una especia originaria de Asia Central, al oeste de las Himalayas, siendo la misma cultivada desde hace 5000 años en países como Egipto, China y Mesopotamia. (Universidad Nacional de Trujillo, 2020). Este producto se introdujo a América con los españoles, como una especia.

El ajo remonta su uso hacia civilizaciones antiguas que lo utilizaron como planta medicinal, por su fuerte presencia de moléculas de Alicin, adicionalmente al contenido de proteínas, grasas, carbohidratos, fibra, magnesio, sodio, calcio y hierro; tiene sabores fuertes y astringentes por el contenido de organosulfuros que aportan a las propiedades nutraceuticas. (Universidad Nacional de Trujillo, 2020).

¿Dónde se da?

El ajo para tener mejores cultivos, tanto en tiempo y tamaño debe considerar ciertos factores; el clima debe oscilar bien de 20 a 38 °C si se lo cultiva en verano, pero este tiene resistencia a bajas temperaturas, por lo que en invierno también se desarrolla de buena forma, tan solo que se dé una temperatura inferior a – 25°C o superior a 43 °C que causaría estrés en el desarrollo del bulbo.

Este cultivo tiene susceptibilidad a desarrollar moho en cuanto la humedad es superior al 50% del suelo. Tomando en cuenta estas condiciones el mejor suelo para su cultivo debe tener riqueza de materia orgánica, un poco ácido pues el pH debe ir de 6 a 6,5; un tipo de suelo marga o marga arenosa. (Cherlinka, 2024)



ILUSTRACIÓN 28: AJO BAJO TIERRA

Tipos de ajo

En Ecuador se cosechan:

Ajo macho- un diente

Ajo hembra- Varios dientes

Además de ajo fresco y semiseco

Ajo macho



ILUSTRACIÓN 29

Es un ajo de un solo diente pequeño y redondo, mucho más utilizado en esoterismo, de manera tradicional. (Ministerio de Relaciones exteriores, Comercio Internacional y Culto, 2022)

Ajo hembra  ILUSTRACIÓN 30	Consta de una cabeza que se subdivide en varios dientes que van de 6 a 12, a este se lo recubre con una fina capa. (Ministerio de Relaciones exteriores, Comercio Internacional y Culto, 2022)
Ajo chino  ILUSTRACIÓN 31	Tiene una ligera diferencia del ajo hembra, la capa de color rojizo que lo recubre. (Ministerio de Relaciones exteriores, Comercio Internacional y Culto, 2022)

TABLA 20
Cosecha

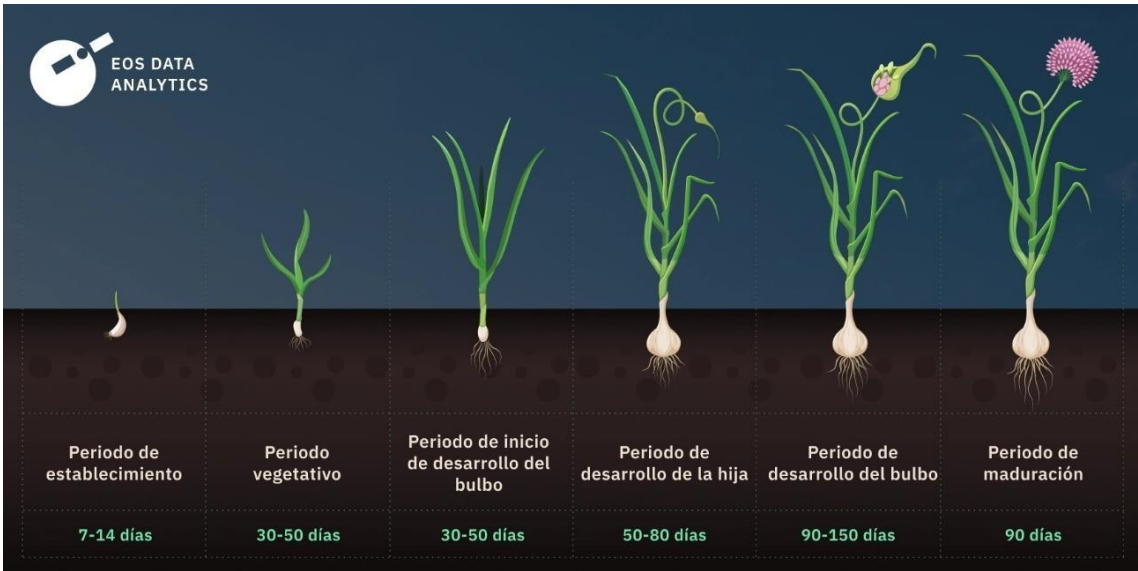


ILUSTRACIÓN 32: CRECIMIENTO DEL AJO

El cultivo se centraliza en el desarrollo de su bulbo, es la maduración del mismo, el cual se desarrolla 1 mes previo a su cosecha, por lo que necesita en mínimo de 12 horas de luz y energía solar para un óptimo desarrollo, todo el proceso de desarrollo ocurre de 5 a 6 meses en las mejores condiciones para ello; en el caso de tener ciertas contrariedades se extiende de 9 a 10 meses. (Cherlinka, 2024)

Nombre científico

Reino:	Plantae	Suborden:	Poineae
Filum:	Magnoliophyta	Familia:	Poaceae (Gramíneas)
Subfilum:	Monocotiledóneas	Subfamilia:	Ehrhartoideae
Clase:	Liliopsida	Género:	Oryza
Orden:	Glumiflorae	Especie:	Oryza sativa

Tabla nutricional

Nutriente / Componente	Cantidad Aproximada	Función o Beneficio
Carbohidratos	33.06 g	Fuente de energía, funciones inmunológicas y prevención de enfermedades.
Calcio	181 mg	Formación ósea, cofactor en coagulación.
Fósforo	153 mg	Componente de lípidos, proteínas, ácidos nucleicos.
Vitamina C	31.2 mg (38% VD)	Síntesis de proteínas, antioxidante.
Magnesio	25 mg	Activación de ATPasa.
Proteína	6.36 g	Construcción y reparación de tejidos.
Fibra dietética	2.1 g	Mejora la digestión, aumenta volumen fecal.
Grasa	0.5 g	Síntesis de membranas y tejidos.
Vitamina B6	1.235 mg (96% VD)	Coenzima en reacciones químicas.
Manganeso	1.672 mg (80% VD)	Cofactor enzimático.
Hierro	1.7 mg (13% VD)	Componente de la hemoglobina.
Zinc	1.16 mg (12% VD)	Cofactor enzimático.
Vitamina B5	0.596 mg (12% VD)	Forma coenzimas involucradas en el metabolismo.

Vitamina B3 (Niacina)	0.7 mg (5% VD)	Formación de NAD.
Vitamina B1 (Tiamina)	0.2 mg (17% VD)	Metabolismo de carbohidratos.
Vitamina B2 (Riboflavina)	0.11 mg (9% VD)	Formación de la coenzima FAD.
Sodio	17 mg (1% VD)	Transporte celular.
Selenio	14.2 µg	Cofactor de glutatión peroxidasa.
Vitamina B9 (Ácido fólico)	3 µg (1% VD)	Participa en la síntesis de ADN.
Azúcares	1 g	Aportes energéticos simples y digestión.
Azufre	16% VD (sin cantidad exacta)	Antimicrobiano, formación de compuestos bioactivos.

TABLA 21. TABLA NUTRICIONAL DEL AJO

Jengibre

Historia

Se lo data por primera vez hace 3000 años al sudeste asiático donde se le otorga el nombre de “sringavera” vocablo que deriva del sánscrito que es cuerno-cuerto respectivamente, luego con los persas en el siglo I con el rey Darío; tuvo el nombre de “dzungebir”, el griego como “dziggibris”, que paso al latín “zingiber” que en el español se da el nombre que es comúnmente conocido como jengibre. En el siglo II llega a Confucio en Ji-ning-China y se encuentran vestigios en sus escritos por importaciones que realizaba Alejandría que tenían una preferencia sobre esta especia. Se expande sobre el continente europeo a mediados del siglo IX con Francia y Alemania, incluso ya contaban con especias como el Ginger Ale en Inglaterra, de Europa departe ha Antillas por los españoles y al África por los portugueses; de igual forma los españoles lo introdujeron a América por medio de las expediciones de Colon. (Salgado, 2011)

¿Dónde se da?

El jengibre es una planta que crecer en lugares cálidos con alta humedad, con constante exposición al sol de la cual al menos 5 horas del mismo debe ser exposición directa; el suelo en el cual debe cultivarse debe constar con ciertas características como de tipo arcilloso o aluviales, que permitan el paso del agua por el mismo, de esa manera el rizoma no se inunda, adicional de un mantillo que enriquece el suelo y es una barrera en contra de las plagas. Normalmente es de climas tropicales que la temperatura de sus suelos sea de 25- 30 C, que la precipitación conste de 2000 mm anual, pues el bulbo no puede vivir en épocas de sequía. (*Jengibre*, 1991)

Tipos de Jengibre en el Ecuador

En Ecuador la única “semilla” o rizoma que se encuentra es la crema o también conocido como hawaiano, todo por la demanda que implica y su nivel de producción. (*Jengibre*, 2016)



ILUSTRACIÓN 33: JENGIBRE

Cosecha

Es una planta perteneciente a la familia zingiberáceas que llega hasta 1 metro de altura de las cuales sus hojas que se disponen de manera paralela a lo largo del tallo; son de forma lanceoladas y oblongas, tiene un rizoma o raíz carnosa que es la que se utiliza. En su cultivo se utiliza el mismo rizoma con un peso de 30-50 gr, de los cuales se los debe de secar con el fin de la formación de un callo, cada uno con 1,30 m de separación para el crecimiento del bulbo, su promedio de crecimiento se da de 9 a 10 meses de la siembra, la cual debe ser en primavera. (Joseph Masabni, s. f.)



ILUSTRACIÓN 34: PLANTA DE JENGIBRE

Nombre científico

Reino:	Plantae	Suborden:	Zingiberoideae
Filum:	Magnoliophyta	Familia:	Zingiberaceae
Subfilum:	Monocotiledóneas	Subfamilia:	Zingiberoideae
Clase:	Liliopsida	Género:	Zingiber
Orden:	Zingiberales	Especie:	Zingiber officinale

Tabla nutricional

Es su composición es fuente de distintas vitaminas:

Magnesio

Manganeso

Potasio

Vitamina B6

Info. Nutricional	
Tamaño de la Porción	
1 cucharadita	
Por porción	
Energía	7 kj 2 kcal
Proteína	0,04g
Carbohidratos	0,36g
Fibra	0g
Azúcar	0,03g
Grasa	0,02g
Grasa Saturada	0,004g
Grasa Poliinsaturada	0,003g
Grasa Monoinsaturada	0,003g
Colesterol	0mg
Sodio	0mg
Potasio	8mg



Resumen Nutricional:			
Cals 2	Grasa 0,02g	Carbh 0,36g	Prot 0,04g
Hay 2 calorías en Jengibre (1 cucharadita).			
Desglose de Calorías: 8% grasa, 84% carbh, 9% prot.			

Vitaminas en el jengibre	
Vitamina A	0,0 UI 0%
Vitamina D	0,0 UI 0%
Vitamina B12	0,0 µg 0%
Vitamina K	0,1 µg 0%
Vitamina E	0,3 mg 2%
Vitamina B1 (tiamina)	0,0 mg 2%
Vitamina B2 (Riboflavina)	0,0 mg 3%
Vitamina B5 (ácido pantoténico)	0,2 mg 4%
Vitamina B3 (niacina)	0,8 mg 5%
Colina, total	28,8 mg 5%
Vitamina C	5,0 mg 6%
Vitamina B6	0,2 mg 12%

Minerales en el jengibre

Sodio 13,0 mg	1%
Calcio 16,0 mg	1%
Selenio 0,7 µg	1%
Zinc 0,3 mg	2%
Hierro 0,6 mg	3%
Fósforo 34,0 mg	3%
Manganeso 0,2 mg	10%
Magnesio 43,0 mg	10%
Potasio 415,0 mg	11%
Cobre 0,2 mg	25%

8. ENSAYO ACADEMICO SOBRE LA HISTORIA, PATRIMONIO Y VALOR CULTURAL DE LA PROPUESTA DE MENÚ

El ajo negro es un producto relativamente nuevo en la gastronomía moderna, originado en Asia, específicamente en Japón, como una forma de aprovechar al máximo las propiedades del ajo tradicional. Su creación responde a la búsqueda de conservar los beneficios nutricionales del ajo —rico en vitaminas y propiedades saludables—, eliminando al mismo tiempo su sabor fuerte y penetrante, que no siempre resulta agradable para todos los paladares. A través de ensayos y errores, se logró transformar este ingrediente en algo completamente nuevo: un sabor inesperado, suave, dulce y con notas umami que desafía la idea convencional del ajo.

Este ingrediente ha viajado desde Asia hasta América, expandiéndose lentamente, aunque sin alcanzar aún el reconocimiento que merece. El ajo negro es altamente versátil y se adapta a diferentes preparaciones y momentos del menú. Su único límite es la creatividad del cocinero. Su elaboración es un proceso lento y meticuloso que requiere atención constante para cumplir las condiciones específicas de temperatura, humedad y tiempo. Cualquier descuido puede arruinar por completo la producción, ya que no es un producto que pueda acelerarse ni replicarse mecánicamente: cada elaboración es única.

Durante este proyecto realicé personalmente tres pruebas para elaborar ajo negro, observando y corrigiendo factores críticos como el calor constante, la humedad controlada y la duración del proceso. Cada intento reveló detalles importantes: si el tiempo es insuficiente, el sabor resulta amargo; si la temperatura es muy alta, la textura se endurece; y si la humedad no es

adecuada, el color se ve comprometido. La experiencia me enseñó que estos factores no se dominan solo desde la teoría, sino que se entienden en la práctica, con cada error y cada observación directa del producto. De ahí su valor y su costo, ya que parte de una materia prima común, pero exige un tratamiento muy cuidadoso para convertirse en algo extraordinario.

Este menú toma como inspiración las técnicas y sabores asiáticos, rescatando ingredientes característicos como la soya (en sus distintas formas), el tofu, el miso, el arroz, el jengibre y el propio ajo. Busca equilibrar todos los sabores más allá de lo salado, integrando el ajo negro en bebidas, platos fuertes y postres, para demostrar su gran versatilidad y su potencial de uso en la cocina diaria como un alimento funcional y sabroso.

A pesar de que su nombre puede generar rechazo inicial —asociándolo con un sabor fuerte o a un producto en mal estado por su color oscuro—, el ajo negro sorprende al ser probado. Su dulzura, su textura untada y sedosa, y su sabor que recuerda a frutas pasas, balsámico o incluso regaliz, desarmen cualquier prejuicio. Aunque su aroma es intenso, quienes se detienen a percibirlo notan un fondo caramelizado, resultado de la reacción de Maillard, donde los azúcares y aminoácidos reaccionan lentamente por acción del calor suave y constante, generando melanoidinas responsables de su color y complejidad.

Este proceso también transforma la alicina —el compuesto responsable del sabor y olor fuerte del ajo crudo— en ácido glutámico, que da origen al sabor umami. Así, el ajo negro no solo cambia en sabor y textura, sino también en su composición química. Esta transformación lo

convierte en una joya gastronómica, un ingrediente que merece ser valorado tanto por su origen como por su proceso.

En conclusión, el ajo negro no representa únicamente un producto contemporáneo, sino también un símbolo de evolución en la cocina. Es el resultado de investigación, técnica, paciencia y respeto por el ingrediente. Es parte de la cultura asiática y un ejemplo claro de cómo un producto puede reinventarse sin perder su esencia. Este menú busca compartir esa experiencia: mostrar un ingrediente, provocar curiosidad, despertar nuevos sentidos y transmitir el valor que tiene comprender el origen, el proceso y el potencial de cada alimento. La gastronomía no es solo cocinar; es experimentar, fallar, perfeccionar y, sobre todo, respetar. Este proyecto representa todo lo que significa la cocina para mí: creatividad, conocimiento, tradición y transformación.

9. PRESENTACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LAS BEBIDAS POR PRESENTAR Y MARIDAJES DE VINOS

Partiremos con el coctel de bienvenida que trata de una michelada de maracuyá y ajo negro, busca mezclar lo ácido con lo umami y así impulsar la salivación y abrir el apetito, además de al momento de comerlo junto al amouse bouche limpiar lo graso que pueda aportar sus ingredientes y causar una buena sensación en el paladar, lo mismo con el pan, se busca limpiar la grasa y contrastar con los ingredientes.



ILUSTRACIÓN 35: MICHELADA DE MARACUYÁ Y AJO NEGRO

Para la entrada se acompañará con un sake, una bebida alcohólica hecha de arroz, misma en la cual las peras al vino blanco y sake se cocinarán, razón por la cual se utilizará la misma bebida para causar afinidad en su mezcla.



ILUSTRACIÓN 36: SAKE

Para el plato fuerte se escogió un vino tinto merlot, pues al ser un vino no tan astringente y muy floral, combina con la salsa demi glace que la acompaña, combinando con los sabores rojos y aromáticos. De la misma manera el maridaje se hará con el mismo vino por la afinidad de sabores.

									
Ficha de cata #		Fecha:							
Nombre del vino/Casa:		Bravio							
Terroir:		Chile-Valle Central							
Cepa:		Merlot							
Añada:		2021							
Precio:		8\$							
NOTAS DE CATA									
VISUAL									
Limpidez	turbio	cristalino	impurezas	efervescencia					
Color tintos	teja	granate	rubí	violáceo				púrpura	
Color blancos	verdoso	pálido	claro	dorado				ámbar	
Color rosados	piel de cebolla	rosa claro	salmón	rosa franco				frambuesa	
Espumantes	Burbuja rápida	Burbuja lenta	Burbujas gruesas	Burbujas delgadas	Ordenadas	Desordenadas			
	Corona gruesa	Corona delgada	Permanece	Desaparece					
Lágrimas	Delgadas	Gruesas	Rápidas	Lentas	Definidas	No definidas			
OLFATO									
Sin despertar	Ciruela, cereza, mortño, roble								
Despierto	Rosa roja, tamarindo, madera								
GUSTO									
Primer Ataque	Astringencia media, acidez alta, pétalo de rosa, albahaca								
Segundo Ataque	Amaderado, astringente, cuerpo medio, mora silvestre, permanencia, cereza								
Tercer Ataque	Frutos rojos, nibs de cacao								
Observaciones	Grado alcohólico 13% Color cereza								

El postre se acompañará con un vino blanco Torrontez, pues tiene un sabor ligero en el paladar y es de tipo ácido, por lo cual causará la salivación, refrescando el dulce del postre, siendo a fin con los sabores frutales y almendrados que tiene el mismo, con el fin de crear contraste, además de no opacar el paladar o empalagarlo.

									
Ficha de cata #	Fecha:								
Nombre del vino/Casa:	Trapiche								
Terroir:	Trapiche								
Cepa:	Torrontez								
Añada:	2022								
Precio:	10-12\$								
NOTAS DE CATA									
VISUAL									
Limpidez	turbio	cristalino	impurezas	efervescencia					
Color tintos	teja	granate	rubí	violáceo	púrpura				
Color blancos	verdoso	pálido	claro	dorado	ámbar				
Color rosados	piel de cebolla	rosa claro	salmón	rosa franco	frambuesa				
Espumantes	Burbuja rápida	Burbuja lenta	Burbujas gruesas	Burbujas delgadas	Ordenadas	Desordenadas			
	Corona gruesa	Corona delgada	Permanece	Desaparece					
Lágrimas	Delgadas	Gruesas	Rápidas	Lentas	Definidas	No definidas			
OLFATO									
Sin despertar	Albaricoque, cerveza, papaya, miel, maracuyá, mango verde, grosella								
Despierto	Lima, limón, arándano, pimienta, gomita de limón								
GUSTO									
Primer Ataque	Cáscara de limón, pera, cremoso, almendrado								
Segundo Ataque	Amargo, astringente, ligero								
Tercer Ataque	Lima, toronja, granadilla								
Observaciones	Grado alcohólico 12% Herradura dorada								

Para finalizar se tiene un bajativo de té negro con jengibre que se endulzara con miel de ajo negro, que provocara relajación y limpiara el paladar, ajustando lo fuerte del té negro con el dulce y umami del ajo negro.

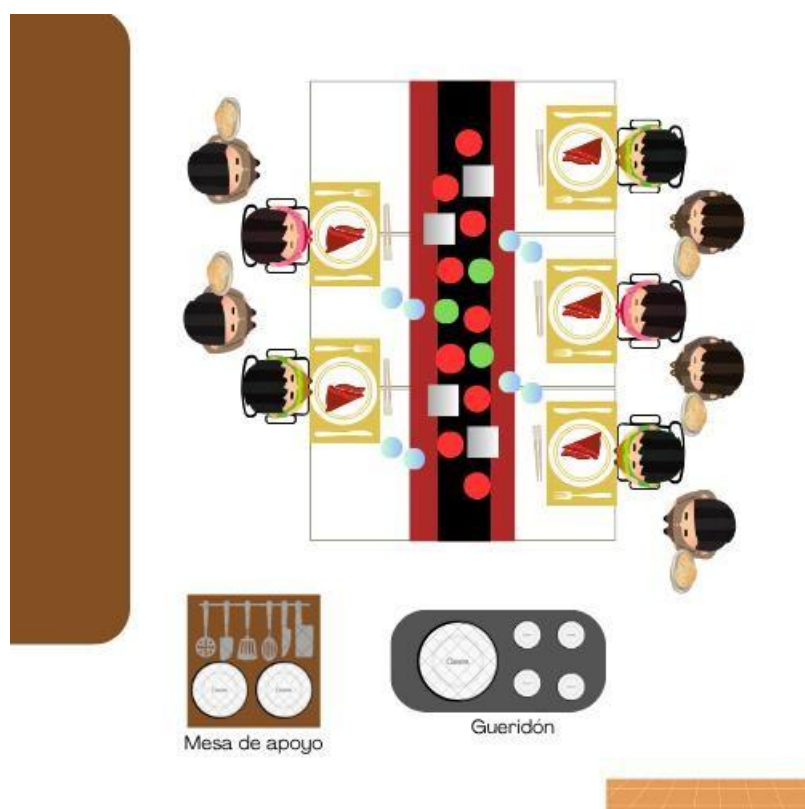
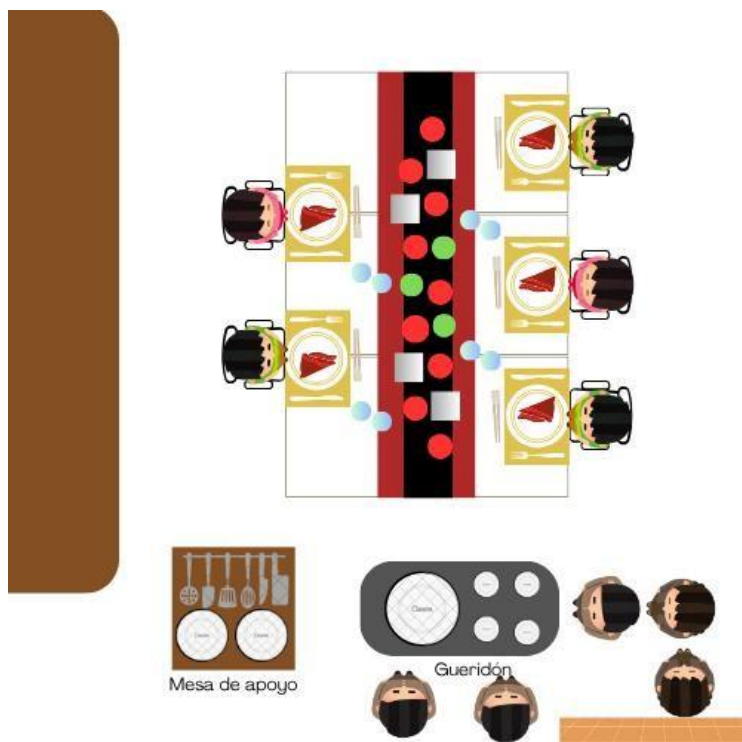


ILUSTRACIÓN 37: TÉ NEGRO

10. CUADRO DEMOSTRATIVO DEL TIPO DE SERVICIO

El tipo de servicio escogido fue el ruso, un servicio que se popularizo con el Chef Francés Urbain Dubois por los zares de Rusia en su afán de que sus cortesanos conocieran el cómo servir, este servicio utiliza grandes piezas de carne las cuales se cortan frente al comensal, además de la realización de platos a la minuta, luego el plato se arma frente al comensal, necesitando de una mayor cantidad de meseros para una atención mucho más cuidadosa y personalizada. Los platos tienen que ser servidos todos de manera simultánea y a diferencia del servicio americano se sirve por la izquierda y se retira por la derecha, para este tipo de servicio siempre se sirven vinos. («Servicio A la Rusa - PDFCOFFEE.COM», s. f.)

En este tipo de servicio todo será sincronizado y coreografiado con los meseros que estarán a cargo.



Servicio por cada tiempo:

Coctel

Se elabora en la barra y salen los 5 vasos al mismo tiempo

Amouse bouche

Se elabora el Tartar de atún rojo frente al comensal, se emplata directo con el mil hojas de papa y la yema de huevo curada.

Pan

Se tienen las vaporeras de bambú con el pan listo, del cual sale el pan y se lo pone frente al comensal caliente

Entrada

Se emplata todo ese mismo momento, el prosciutto, rúcula y las peras, se salsea ese momento los platos con el gastric

Plato Fuerte

Se corta la pieza de cerdo, se emplata y ubica todo frente al comensal

Postre

Se pone tan solo el cremoso en forma de quenelle frente al comensal

Bombón

Salen listos de la cocina

Bajativo

Se sirve el té frente al comensal junto a los dangos

11. DETALLE GRAFICO Y JUSTIFICACIÓN DE AMBIENTACIÓN Y MONTAJE DE MESA

Al tomar la inspiración asiática en el menú por ser el lugar de precedencia del producto principal, el menaje también tomara elementos e inspiración del mismo, pues en la cultura asiática siempre se busca equilibrio, resalta elegancia y lo cromático; siendo todo el cuanto, a la decoración inspirado en ello, la vajilla y su menaje es americano.

Paleta de colores

Los colores serán blanco, rojo y negro; evocando elegancia y sintonía de color. Estos colores van a fin con el ajo negro y la elegancia del menú.



ILUSTRACIÓN 38: DISPOSICIÓN DE MESA



ILUSTRACIÓN 39: PALETA DE COLORES

La vajilla será de cerámica principalmente blanca, piedras negras, cuencos y salseros de los mismos colores, junto a cubertería plateada y palillos como representación asiática.



ILUSTRACIÓN 40: MONTAJE



ILUSTRACIÓN 41: CENTRO DE MESA

En el centro de mesa irán velas y flores con la misma paleta de colores; tendrá en medio un camino de tela junto con elementos naturales; adicional a lámparas de estilo asiático y todo ello de manera maximalista y cromática.

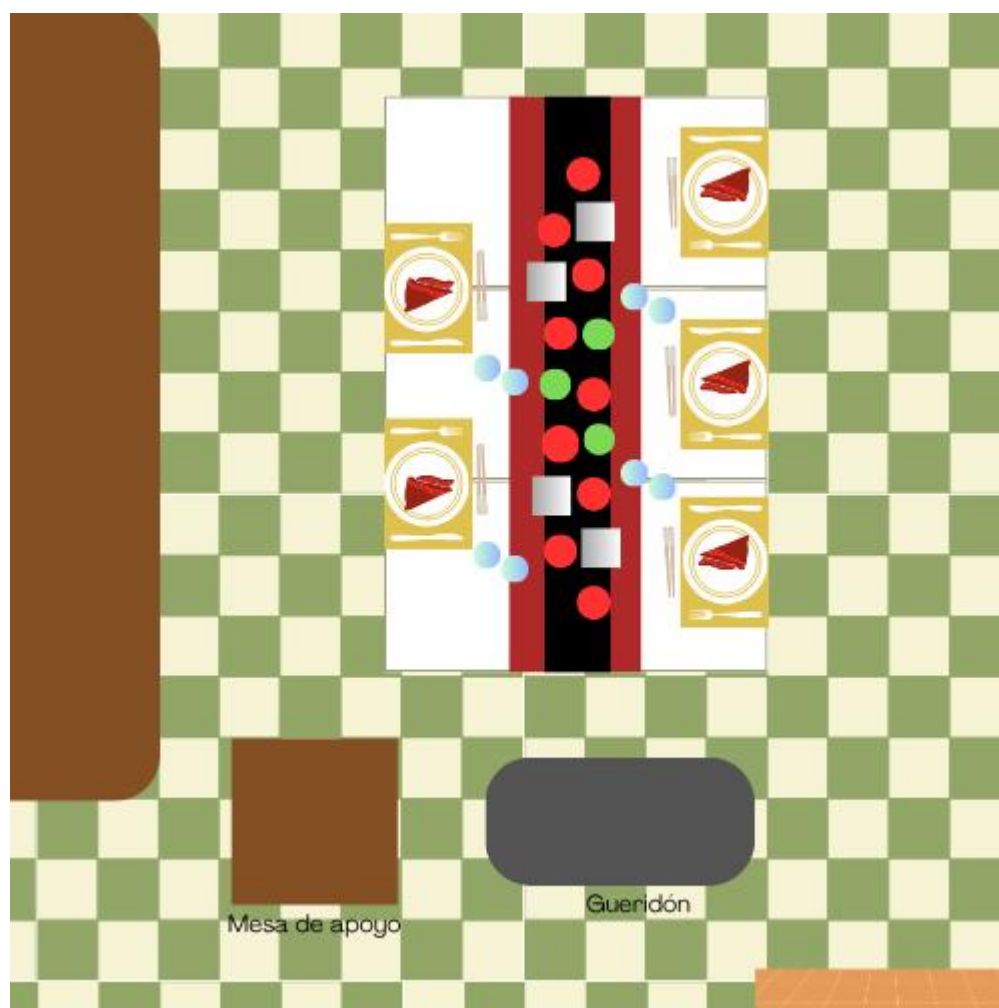


ILUSTRACIÓN 42: DISPOSICIÓN DEL RESTAURANTE



ILUSTRACIÓN 43: ILUMINACIÓN

La iluminación será sobria, dependiendo del momento del día si se iluminara con la luz natural del sol o en la noche con colores calidos para no abrumar a los comensales o romper con la estética del menú.



ILUSTRACIÓN 44 ILUMINACIÓN

12. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Este menú ha logrado incorporar productos no tan conocidos en la gastronomía contemporánea, hacia todo tipo de comidas y bebidas, por sus sabores umami como dulce. De esa forma demostrando el potencial que tiene como producto innovador no solo en cocina contemporánea, si no que puede ser agregado a distintas cocinas a nivel cultural, por la gran versatilidad que tiene su uso.

El menú da una experiencia gastronómica única en cada uno de sus platos, pues el ingrediente principal se incorpora en cada uno de sus tiempos de manera armoniosa, mas no invasiva, siendo un sabor para recordar pero que no se alberga en el paladar o la memoria desagradable.

El menú dio paso a reforzar la planificación de un evento como se dio el resultado final, siendo el enfoque no solo los alimentos, si no el costo de estos, técnicas, servicio, ambientación, maridaje elementos necesarios para que la experiencia y la temática se reflejen, en cada practica, preparación y pruebas necesarias para obtener buenos resultados al final.

Recomendaciones

Expandir el uso y el conocimiento del producto al mercado actual, que las personas conozcan su uso y propiedades que tiene, por la gran cantidad de vitaminas y minerales que consta el mismo siendo que su consumo inclusive como materia prima sola sin estar arraigado a ninguna preparación es placentero.

La investigación de la técnicas, siendo que estas pueden aplicarse a otros ingredientes y que aquel resultado exitoso no sea solamente propio de aquel producto, mediante conocimiento de

técnicas y cambios en los alimentos comprobar que otros pueden innovarse hacia la gastronomía contemporánea.

Utilizar el menú con otros tipos de menú y comidas, implementándolo no solo a un enfoque asiático como fue el caso por ser el lugar de origen del producto, si no a varias gastronomías desde exteriores como europeas o zonas de Sudamérica, hasta nuestra propia cocina local, incorporarlo sin romper tradiciones o invadir la cultura de manera brusca, si no como un complemento a la alimentación y sabor.

**13. ANEXOS (FOTOGRAFÍAS, LINKS DE VIDEOS, LINKS DE ENTREVISTAS,
FACTURAS ETC)**



ANEXOS. 1 PREPARACIÓN DEL AJO

Gan

Juan Valdez

Despacho

10:50
10:51
10:54

Tabla 2: Observación

#	Hora / Minuto
1	10
2	10
3	10

LOS MOTES DE LA MAGDALENA
ALIMENTOS LA MAGDALENA ALIMAG-EC S.A.S.
RUC: 1793207110001
AGENTE DE RETENCION
NRO. NAC-DGEROIG25-00000010
Matriz: Quisquis S3-184 y Calle Quitus
Sucursal: Av Gral Ruminahui R-15 y San Luis
Obligado a llevar contabilidad: SI
Emision: Normal / Ambiente: Produccion

Clave de Acceso / Autorizacion:
15062025011793207110001200702000041608202353671
6

Factura:
007-020-000041608
S U O R D E N: 414
Trans#: 104414 Pax#: 1
Fecha: 15/06/2025 10:35
Cajero: ALEXIS
Cliente: DANIEL GUEVARRA
CI/RUC/PASS: 1751413699
Dir.: /
Telf.: /
E-mail:

Cant.	Descripcion	V.Unit.	V.Total
1	COCA COLA 300 ML	\$0.86	\$0.86
Subtotal:			\$0.86
Base: IVA 15%			\$0.13
Total: IVA 15%			\$0.99
TOTAL:			\$0.99

FORMAS DE PAGO

Pago en:	Valor	Cam/Prop
DELINA	\$0.99	\$0.00

Estimado cliente revise que sus
datos esten correctos.
Solamente se realizara cambios
de factura el mismo dia de su emision

www.par.ec
FACTURA ELECTRONICA
Este documento es la representacion
impresa del documento electronico (RIDE)
Si desea el XML por favor ingresar a:
<http://www.facturas.acklins.net>

Usuario:
Contraseña: 1751413699

Dudas, comentarios o sugerencias a:
contabilidad@losmotesdelamagdalena.com

ANEXOS. 2 FACTURAS

TNT FOOD SERVICES CORP SA
RUC: 15062025011791415132001
GRAN CONTRIBUYENTE
RESOL. N°: NAC-GC/010/021-00000900-E
CONTRIBUYENTE ESPECIAL
RESOL. N°: 155
ACOMAS
HABITZ: PICHINCHA / QUITO / INAMUITO / CORREA 126 Y AV. AM
SUCURSIL: PICHINCHA / RUMIRAHUI / AV. SAN LUIS S/N Y ISLA
SANTA CLARA
Obligado a llevar contabilidad: SI

FACTURA RIDE
Nº AUTORIZACION / Clave de Acceso:
1506202501179141513200120740510004293164126153316
LOCAL: 070 TRANS: 000914829
FECHA: 15/06/2025 1:33PM
Nº COMPROBANTE: 074-051-000429316

ORDEN #: 87
FAC : K070F000914829

AMBIENTE: PRODUCCION
EMISION: EMISION NORMAL
CLIENTE: CONSUMIDOR FINAL
RUC/CT: 99999999999999 TEL: 2222222
E-MAIL: consumidor.fina@tntfc.com.ec
CAJERO/A: dalequier

CNT	DESCRIPCION	P. UNI	VALOR
2	CAMBIO VASO COLA	0.0086	0.0172
2	COMBO RUSTER	1.7304	3.4608
Subtotal Sin Impuestos :		\$	3.4800
Descuento :		\$	0.0000
Subtotal 15% :		\$	3.4800
Iva 15% :		\$	0.5200
VALOR TOTAL :		\$	4.0000

Forma de pago: EFECTIVO - SIN S.F. : \$ 4.00

Estimado cliente: Por favor verifique los datos de su factura. Únicamente se aceptarán cambios el mismo día de emisión.
 Para obtener su factura electrónica ingrese a:
<https://facturasrestaurantes.corlasosa.com>
 (Usando: CL/RUC, Clave: CL/RUC) o a la página web del SR
 I con la Clave de Acceso:
 150620250117914151320012074051000429316412
 6153316

ANEXOS. 3 FACTURAS

TE DE RETENCION
 Resolución No. NAC-DNCRASC20-00000001
 FACTURA 001 - 004 - 000403048
 VE DE ACCESO: 14062025011792963907
 0010040004030480040304814
 SIENTE: PRODUCCION EMISION: NORMAL
 ECHA: 14/06/2025 Hora: 14:09
 LIENTE: FATIMA GUEVARA
 RUC / CI: 1802618064
 DIRECCION: CONOCOTO

CANT.	PRODUCTO	P. U	P. TOT
1,00	GLUCOSA 500G	1,20	1,20*
1,00	PECTINA 20GR	1,16	1,16*
5,00	ARO METALICO DE MO	1,17	5,85*
	SSE 8CM.		
2,00	PISTACHOS X 200 GR	4,59	9,18
	DEXTROSA MONOHID	0,95	0,95*
1,00	ADA 500GRS		
1,00	CHOCOLATE NEGR 70	9,21	9,21*
	500 GR		
1,00	CHOCOLATE NEGR 70	4,69	4,69*
	250 G		
2,00	VAINILLIN 4 DE VAINA	0,97	1,94*
	PAQX2UNID		

EFECTIV 37,93
 SUBTOTAL 15%: 25,00
 SUBTOTAL 0%: 9,18
 DESCUENTO: 0,00
 SUBTOTAL: 34,18
 RECARGO: 0,00
 IVA 15%: 3,75
 TOTAL: 37,93
 CASH: 40,00
 2,07

ANEXOS. 4 FACTURAS

14. BIBLIOGRAFÍAS

Black garlic: Food safety considerations during production and storage. (2023). *National Collaborating Centre For Environmental Health*. National Collaborating Centre for Environmental Health: Canada. <https://ncceh.ca/sites/default/files/2023-06/Black%20Garlic%20Jun%207%2C%202023.pdf>

De Cássia Mirela Resende Nassur, R., De Barros Vilas Boas, E. V., & Resende, F. V. (2018). Black garlic: transformation effects, characterization and consumer purchase intention. *Comunicata Scientiae*, 8(3), 444-451. <https://doi.org/10.14295/cs.v8i3.2251>

EL AJO. ALLIUM SATIVUM. (2020). *MEDICINA NATURISTA*, 14(1), 1576-3080. <https://Dialnet-ElAjo-7248988.pdf>

Anónimo. (2020). Garlic (*Allium sativum* L) and its beneficial properties for health: a review. *Agroindustrial Science*. Universidad Nacional de Trujillo: Perú. <http://revistas.unitru.edu.pe/index.php/agroindscience>

Acevedo, M. A., Castrillo, W. A., & Belmonte, U. C. (s. f.). *Origen, evolución y diversidad del arroz*. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0002-192X2006000200001

Anónimo (2025, 21 enero). *ZANAHORIA CHANTENAY ROYAL Agroactivo*. Agroactivo. Colombia. <https://agroactivocol.com/producto/material-vegetal/zanahoria-chantenay-royal-2/>

Aspe. (2023a, mayo 31). *Raza Hampshire*. Asociación de porcicultores del Ecuador. <https://aspe.org.ec/raza-hampshire/>

Aspe. (2023b, mayo 31). *Raza Landrace*. Asociación de porcicultores del Ecuador. <https://aspe.org.ec/raza-landrace/>

Aspe. (2023c, mayo 31). *Raza Yorkshire*. Asociación de porcicultores del Ecuador. <https://aspe.org.ec/raza-yorkshire/>

- Aspe. (2023d, junio 13). *Raza Poland China*. Asociación de porcicultores del Ecuador.
<https://aspe.org.ec/raza-poland-china/>
- BIO. (s. f.). *Daucus carota subsp. sativus. Saflax*. <https://saflax.de/0-Datenblaetter-DB/18502-DB-SP.pdf>
- Carney, J. A. (2015). El origen africano del cultivo del arroz en Las Américas. *Asclepio*, 67(1), p077. <https://doi.org/10.3989/asclepio.2015.03>
- Cherlinka, V. (2025a, marzo 31). Cultivo de soja: condiciones de crecimiento y cuidado. *EOS Data Analytics*. <https://eos.com/es/blog/cultivo-de-soja/>
- Cherlinka, V. (2025b, marzo 31). Cultivo de soja: condiciones de crecimiento y cuidado. *EOS Data Analytics*. <https://eos.com/es/blog/cultivo-de-soja/>
- Choez-Quiroz, V. I., Paz, O. C., & Valdes-Carmenate, R. (2017). *DIAGNÓSTICO SOCIOCULTURAL DEL CULTIVO DE SOYA EN SAN JUAN DE PUEBLO VIEJO, ECUADOR*.
<https://www.redalyc.org/journal/1932/193253129012/html/>
- COMPENDIO DE SUICULTURA. (1996). En *UNIVERSIDAD NACIONAL AGRARIA FACULTAD DE CIENCIA ANIMAL*. UNIVERSIDAD NACIONAL AGRARIA FACULTAD DE CIENCIA ANIMAL. <https://repositorio.una.edu.ni/2808/1/nl10p226.pdf>
- CULTIVO DE ZANAHORIA. (2021). En *Talloires Network*.
<https://www.uv.mx/hab/files/2021/10/Cultivo-de-Zanahoria.pdf>
- Daucus carota* L. (s. f.). En *UAJMS*.
https://biblioteca.uajms.edu.bo/biblioteca/opac_css/doc_num.php?explnum_id=27036
- Director, R. L. M. (2009). *Elaboración de tofu con sabor a chile y sabor ahumado*.
<http://www.dspace.espol.edu.ec/handle/123456789/11400>

El proceso de desarrollo de la zanahoria desde la semilla hasta la cosecha consta de varias etapas clave que son fundamentales para obtener un cultivo exitoso. (2024, 20 julio). Facebook. <https://www.facebook.com/MauricioAgricultor/posts/el-proceso-de-desarrollo-de-la-zanahoria-desde-la-semilla-hasta-la-cosecha-const/122158966994141658/>

LA ZANAHORIA BLANCA O ARRACACHA (Arracacia xanthorrhiza Bancroft) EN ECUADOA (Vol. 67). (1996). DENAREF. <https://repositorio.iniap.gob.ec/bitstream/41000/2696/1/iniapscpm67.pdf>

Martínez, K. G. (2018, 5 diciembre). *Cual es el origen del cerdo?* La Porcicultura.com. <https://laporcicultura.com/razas-de-cerdos/origen-del-cerdo/>

Observatorio económico y social de tungurahua. (s. f.). SOYA EN ECUADOR. En *Universidad Técnica de Ambato*. <https://obest.uta.edu.ec/wp-content/uploads/2020/10/La-Soya-en-Ecuador.pdf>

Smith, R. P. (2018, 14 marzo). Ben Franklin May Be Responsible for Bringing Tofu to America. *Smithsonian Magazine*. <https://www.smithsonianmag.com/history/ben-franklin-may-be-responsible-bringing-tofu-america-180968495/>

Soybean growth stages: From vegetative to reproductive ones. (2024, 27 febrero). EOS Data Analytics. <https://eos.com/crop-management-guide/soybean-growth-stages/>

Steward redqueen & CEER. (2019). GUÍA DE GRANJA DE CERDOS. En *Asobanca*. Asobanca. <https://asobanca.org.ec/wp-content/uploads/2022/12/1.-Guia-Granja-de-Cerdos.pdf>

Variedad de zanahoria Emperador: fotos, reseñas, descripciones, características. (s. f.). <https://naturelux.desigusxpro.com/es/morkov/sort-morkovi-imperator.html>

ZANAHORIA, UN POCO DE HISTORIA. (s. f.). En *Cestar Urbide*. <https://cestaurbide.wordpress.com/wp-content/uploads/2013/09/zanahoria-de-colores.pdf>

Cherlinka, V. (2024, 9 agosto). Cultivo de ajo: variedades y condiciones ideales. *EOS Data Analytics*. <https://eos.com/es/blog/cultivo-de-ajo/>

¿Cuál es el ciclo del cultivo del arroz? (s. f.). ARROZUA. https://www.arrozua.com/ciclo-del-cultivo-del-arroz/?srsltid=AfmBOoqugs4_7exT_4no1FahMMCpvgX1D_ffa4tfY9pDFv8dkomiLGHe

fatsecret. (s. f.-a). *Calorías en Arroz Blanco e Información Nutricional*. Fatsecret. <https://www.fatsecret.com.mx/calor%C3%ADas-nutrici%C3%B3n/gen%C3%A9rico/arroz-blanco>

fatsecret. (s. f.-b). *Calorías en Jengibre e Información Nutricional*. Fatsecret. <https://www.fatsecret.com.mx/calor%C3%ADas-nutrici%C3%B3n/gen%C3%A9rico/jengibre>

Jengibre. (1991). <https://www.mag.go.cr/bibliotecavirtual/F01-0658jengibre.pdf>

Jengibre. (2016, 8 julio). Gobierno del Ecuador. <https://patrimonioalimentario.culturaypatrimonio.gob.ec/wiki/index.php/Jengibre>

Joseph Masabni. (s. f.). Jardinería fácil. En *Texas A&M Agrilife Extension*. <https://agrillifeextension.tamu.edu/wp-content/uploads/2023/08/how-to-grow-ginger-spanish.pdf>

Kogut, P. (2025, 31 marzo). Cultivo del arroz: técnicas e impacto medioambiental. *EOS Data Analytics*. <https://eos.com/es/blog/cultivo-del-arroz/>

Lamberts Española. (2023, 8 diciembre). *Breve historia del Jengibre – Lamberts española*. <https://lamberts.es/art-dsp/breve-historia-del-jengibre/>

Ministerio de Relaciones exteriores, Comercio Internacional y Culto. (2022). Informe comercial elaborado por la Embajada de la República Argentina en Ecuador. En *Argentina Trade Net*. <https://www.promendoza.com/wp-content/uploads/2022/12/Ecuador-ajo-2022.pdf>

- Moint. (2019, 19 agosto). *Tipos y variedades de arroz - Portiarroz S.A.* Portiarroz S.A.
<https://portiarroz.com.ec/tipos-y-variedades-de-arroz/>
- Nutrition facts for ginger , recommended daily values and analysis.* (s. f).
NutrientOptimiser. <https://nutrientoptimiser.com/nutritional-value-ginger-root-raw/>
- Salgado, F. (2011, 1 octubre). *El jengibre (Zingiber officinale)*. Revista Internacional de Acupuntura. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-internacional-acupuntura-279-articulo-el-jengibre-zingiber-officinale--X1887836911933730>