

# **UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ**

**Colegio de Hospitalidad, Arte Culinario y Turismo**

## **La Bella Italia Proyecto técnico**

**Ivanna Nathalia Fraga Fuentes**

**Arte Culinario**

Trabajo de titulación presentado como requisito  
para la obtención del título de  
Licenciada en Arte Culinario

Quito, 13 de mayo de 2016

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

**HOJA DE CALIFICACIÓN  
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**La Bella Italia**

**Ivanna Fraga Fuentes**

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Claudio Ianotti, Chef Instructor.  
Especializado en cárnicos y  
embutidos.  
Cocina mediterránea e italiana.

Firma del profesor

---

Quito, 13 de mayo de 2016

## Derechos de Autor

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

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

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

Nombres y apellidos: Ivanna Nathalia Fraga Fuentes

Código: 00105733

Cédula de Identidad: 1715061915

Lugar y fecha: Quito, mayo de 2016

## RESUMEN

Las diferentes gastronomías en el mundo hacen que el cocinar sea una experiencia nueva cada vez. La pasión por la cocina es algo con lo que se nace, y que en un largo camino de aprendizaje se va mejorando y perfeccionando. Saber cocinar es un arte que ofrece deleitar a las personas con las comidas más exquisitas y deliciosas. El proyecto que se presentará a continuación nos lleva por un recorrido por las diferentes regiones de Italia, dividiéndola en norte, centro y sur. Basándose en la exquisita gastronomía italiana tradicional, se presentó en el restaurante Marcus un menú llamado “La bella Italia”, comenzando con un antipasto del centro, una entrada del sur, un plato fuerte del norte y finalmente un postre trilogía que une a estas tres regiones. En el siguiente texto, se observará el proceso para la creación del menú, los utensilios utilizados, la historia de los platos presentados y el resultado exitoso que representó.

## **ABSTRACT**

The different cuisines around the world makes cooking a new experience each time we do. The passion for cooking is something you're born with, and in a long way learning, you improve and perfect it. To know how to cook is an art that delight people with the most exquisite and delicious food. The project presented next, takes us on a journey through the different regions of Italy, dividing it into north, central and south. Based on the exquisite traditional Italian cuisine, a menu called "La bella Italia" was offered at the Marcus restaurant. Beginning with an antipasto from the central region, an appetizer from the south, a main course from the north and ending it with a trilogy dessert that unifies these three regions. In the following text, the process of creating the menu, the equipment used, the history of the dishes and the successfully outcome of the menu, is explained.

## TABLA DE CONTENIDO

<b>1. Introducción.....</b>	<b>8</b>
<b>2. Desarrollo .....</b>	<b>9</b>
2.1Propuesta de Menú.....	9
2.3Historia de los platos.....	10
<b>3. Técnicas Culinarias.....</b>	<b>15</b>
<b>4. Equipos indispensables en la elaboración del menú.....</b>	<b>16</b>
<b>5. Utensilios utilizados.....</b>	<b>19</b>
<b>6. Recetas estándar, costos y procedimiento de cada plato.....</b>	<b>21</b>
<b>7. Análisis de costos .....</b>	<b>32</b>
7.1Resumen.....	32
7.2KARDEX.....	32
7.3Reporte de bajas .....	33
<b>8. Cálculos.....</b>	<b>34</b>
8.1Porcentajes.....	36
<b>9. Anexos.....</b>	<b>37</b>
<b>Anexo 1 CARCIOFO ALLA GIUDIA(ALCACHOFAS FRITAS A LA JUDIA) .....</b>	<b>37</b>
<b>Anexo 2 INSALATA DI POLPO(ENSALADA DE PULPO).....</b>	<b>37</b>
<b>Anexo 3 OSSOBUCO CON TAGLIATELLE ALLA CREMA(OSSOBUCO CON PASTA A LA CREMA) .....</b>	<b>38</b>
<b>Anexo 4 TRILOGÍA TALIANA.....</b>	<b>38</b>
<b>Anexo 5 DISEÑO DEL MENÚ .....</b>	<b>39</b>
<b>10. Conclusiones .....</b>	<b>40</b>
<b>11. Recomendaciones.....</b>	<b>41</b>
<b>12. Bibliografía .....</b>	<b>42</b>

**INDICE DE TABLAS**

Receta 1 Carciofo alla giudia(Alcachofas fritas a la judia) .....	21
Receta 2 Insalata di polpo(Ensalada de Pulpo) .....	22
Receta 3 Ossobuco .....	23
Receta 4 Tagliatelle alla creme(Pasta a la crema) .....	25
Receta 5 Tiramisù.....	27
Receta 6 Babà con frutos rojos .....	29
Receta 7 Gelato di limone ( Helado de Limón).....	31
Kardex Menù 1 .....	32
Reporte de bajas 1.....	33

## 1. Introducción

La pasión por la cocina es algo con lo que se nace, y que en un largo camino de aprendizaje se va mejorando y perfeccionando. Saber cocinar es un arte que ofrece deleitar a las personas de las comidas más exquisitas y deliciosas.

El tener que crear un menú que va a ser vendido durante una semana en el Restaurante Marcus es un gran reto, es un desafío al que todos los estudiantes se enfrentan, que aunque puede resultar muy complicado, deja grandes satisfacciones.

Este gran proyecto que demanda crear un menú, combinar platos y sabores no es nada sencillo; sin embargo, es algo que un chef tendrá que hacer muchas veces a lo largo de su carrera y que se debe aprender.

Al crear un menú es indispensable pensar en algo que guste, que haga sentir cómoda y confiada a la persona que lo cree, de manera que pueda trabajar a gusto y dar todo de sí misma. Por esta razón el menú presentado ha sido realizado bajo la preferencia y gusto de la estudiante por la comida italiana.

Es así que para empezar a armar el menú investigué en libros, recetarios, páginas web, y también pedí ayuda a unos amigos italianos que viven en Estados Unidos para que me den ideas de platos típicos y tradicionales de Italia.

El proyecto inició bajo la idea de platos sencillos, pero tradicionales de Italia, comida italiana que guste por completo a los comensales por lo que se realizó una primera prueba fuera del restaurante invitando a familiares, quienes fueron los críticos del mismo. No obstante, a no estar la estudiante convencida si el menú era el correcto, optó por un concepto innovador.



Muchísimas ideas surgieron, para obtener platos típicos de toda Italia, optar por uno de cada región era la mejor opción, pues el concepto del proyecto era un viaje gastronómico por Italia, a través del menú que se presentó.

La idea fundamental del proyecto fue que el menú sea agradable a todo quien lo pruebe. Que los comensales lo disfruten de principio a fin, que no sea simple, ni muy cargado, el principal objetivo lograr que exista un equilibrio entre todos los platos, y que sea delicioso.

La semana en la cual el menú italiano fue vendido fue gratificante y exitosa, al igual que la presentación del mismo frente al panel de degustación. Los chefs realizaron excelentes comentarios de cada uno de los platos que conformaban el menú. Todo el esfuerzo, el trabajo, las ganas, y el compromiso se vieron reflejados en el gusto de los comensales al probar el menú, y todos los comentarios positivos que realizaron; realmente esta experiencia deja muchísimo aprendizaje y una gran satisfacción a cada estudiante.

## **2. Desarrollo**

### **2.1 Propuesta de Menú**

#### **Información del menú elaborado**

##### **❖ Primera entrada**

#### **Carciofi alla giudia-Alcachofas fritas a la judía (Ver Anexo 1)**

Alcachofa frita aderezada con limón y especias. Se sirve el corazón de la alcachofa aderezada con aceite de perejil, limón y láminas de queso parmesano.

##### **❖ Segunda entrada**

#### **Insalata di polpo-Ensalada de Pulpo (Ver Anexo 2)**

Combinación de lechugas y rúcula servida con láminas de pulpo aderezadas con perejil,

limón y aceite de oliva. Se sirve el pulpo sobre una cama de lechugas y rúcula, y se adereza con una reducción de balsámico.

#### ❖ **Plato Fuerte**

##### **Ossobuco con tagliatelle alla crema-Ossobuco con pasta a la crema (Ver Anexo 3)**

Corte de res con hueso, acompañado de tagliatelle en salsa a base de crema y parmesano. Se sirve una porción de ossobuco encima del tagliatelle alla crema. Si el comensal desea se le sirve queso parmesano rallado.

#### ❖ **Trilogía de postres ( Ver Anexo 4 )**

**Tiramisú:** postre frío a base de mascarpone y café.

**Gelato di limone-Helado de limón:** helado sabor a limón.

**Babá con frutti rossi- Babá con frutos rojos:** bizcocho remojado en almíbar de ron.

Se sirve el tiramisú en una canasta de chocolate, un quenelle de helado de limón, y el babá se sirve con una mora y dos frambuesas con coulis de frutos rojos.

## **2.3 Historia de los platos**

### ❖ **Carciofi alla giudia (Alcachofas fritas a la judía)**

Es un plato del centro de Italia, típico de la ciudad de Roma. Significa alcachofa a la judía. A través del tiempo este plato ha representado la famosa cocina romano judía, siendo uno de sus platos principales, puesto que lo que más consumían los judíos en esta época eran verduras, especialmente alcachofas y las berenjenas, debido a que la pobreza para ellos era extrema, su falta de alimentos y por sus normas alimenticias, no podían consumir carnes.

La historia de este plato remonta a tiempo antiguos, cuando en Roma existía un barrio Hebreo. Entre el Trastevere y la Plaza de Venecia, se encuentra el Gueto Judío de Roma, en donde nació una de las comunidades hebreas más antiguas del mundo. En la época de Kipur, la celebración más esperada del calendario hebreo, se preparaba este plato como festín tras 24 horas de ayuno. La tradición judío-romana sin duda ha dejado rastro en la cocina romana, siendo este plato servido hasta la actualidad en hogares y restaurantes en primavera, como antipasto (entrada) y se lo come caliente.

### ❖ Insalata di polpo(Ensalada de Pulpo)

La palabra ensalada proviene del latín *salata*, que significa verduras saladas. En la Roma antigua las verduras con aguasal eran un plato popular, y lo siguen siendo hasta ahora, pero se le ha aumentado otro tipo de aliños, y por supuesto se la acompaña de otro tipo de verduras, carnes, mariscos, etc., dependiendo del lugar en donde se la prepare.

La ensalada de pulpo es un plato tradicional de la región sur de Italia. Se lo prepara en Campania, región del sur italiano ubicada en el mar Tirreno, en donde los ingredientes principales son los frutos del mar por la exquisita variedad de los mismos en el lugar.

Los productos marinos son la base principal de los platos en Campania, y la *ensalada de pulpo* es uno de los platos exponenciales de Nápoles<sup>1</sup>, junto con la *zuppa di cozze* (sopa de mejillón) y la *insalata di mare* (ensalada con frutos de mar).

Este plato italiano se sirve en Italia como primer plato o entrada fría, pero en este caso, existiendo ya una entrada caliente, se sirvió como primer plato.

---

<sup>1</sup> Capital de Campania

### ❖ **Ossobuco con tagliatelle alla crema(Ossobuco con pasta a la crema)**

Este plato representa la región norte de Italia, es un plato bastante antiguo, una de sus primeras recetas data del siglo XVIII-XIX. El ossobuco es un plato originario y típico de Milán, pero a partir de siglo XX se ha convertido en un plato frecuente en diferentes partes del mundo.

El ossobuco o corte de res con hueso, tiene algunas variantes, pero se sirve típicamente con pasta, polenta o risotto. El grosor del corte debe estar entre los 3 y 4 cm para evitar que este se deshaga durante su cocción y pueda ser servido a la perfección.

Se cree que este plato fuerte nació en una hostería de la capital lombarda, y en 1891 su receta fue presentada por Pellegrino Artusi en su libro de cocina Italiana “*La Scienza in Cucina e l'Arte di mangiar bene*” (La ciencia en la cocina y el arte de comer bien). En 1935 la receta llegó a Francia, y en 1950 a Inglaterra. Desde entonces el ossobuco se ha vuelto un plato popular en todo el mundo. Finalmente en el 2007, el Ayuntamiento de Milán declaró a este plato como parte de la De. Co. de Italia, que es un reconocimiento oficial de la pertenencia de una receta o producto a un territorio.

### ❖ **Trilogía italiana**

Esta trilogía de postres está conformada por tiramisú, gelato di limone (helado sabor a limón) y babá.

### ***Tiramisú***

Es un postre tradicional de Venecia, del este de Italia. El tiramisú nace en época de guerra, tras la extrema pobreza que enfrentaba la sociedad. A las familias de clase baja les daban pan, leche, y chocolate café, y eso es lo único que comían, y debían hacer que dure. Sin embargo, como no había electricidad, ni un lugar en donde conservar la leche y el pan, la gente empezó a sacar la crema de la leche, remojar el pan y rallar chocolate a que los niños puedan comer, evitando un poco que sientan el sabor amargo.

Tiempo después, se dice que este postre era típico en burdeles, en donde la dueña del lugar ofrecía a sus clientes este plato, para levantar su ánimo, de aquí viene la palabra tira-misú, que significa levantar para arriba. Pero en 1958, la senadora Angelina Merlin aprueba la ley de abolición de prostíbulos, por lo que la popularidad del platillo cayó.

Años después, en 1968, Alberto Beltrame introdujo este postre en el menú de su restaurante Toulà.

Su versión cambió al añadirle queso mascarpone para darle una consistencia más dura, sin embargo no se sabe con certeza quien lo hizo.

Así el tiramisú se convierte después de la guerra en un postre moderno, un dulce fortalecedor por la cantidad de glúcidos que incorporaba. Y ya en los años setenta ochenta y noventa que se empiezan a utilizar nuevos ingredientes: azúcar, mascarpone, bizcochos, en vez de soletillas, mojados en café expreso y cacao en polvo.

### ***Gelato di limone (Helado de limón)***

La palabra gelato, se deriva del latín gelatus, que significa congelado. La creación del helado se remonta al tiempo en que los pueblos almacenaban fruta en hielo, y luego empezaron a mezclar su jugo con miel o azúcar y hielo, y los postres helados eran servidos en

Sicilia, mismos que hacían con nieve de cimas montañosas. Los nobles se aficionaron a un producto que apareció de manos de cocineros artesanales, a base de crema de leche, huevos y leche, el llamado gelato. Y así se hizo popular en esta época. El gelato o helado se reinventó en 1565 con técnicas de refrigeración y después fue volviéndose uno de los más populares y consumidos en Italia.

En 1660, el italiano Procopio inauguró en París el “*Café Procope*”, donde se vendían cafés y además se servían helados, siendo este siciliano el abuelo del helado popular.

Es así que los heladeros italianos, empezaron a ser vendedores ambulantes de carritos de helados, son quienes dieron a conocer por toda Europa las delicias de los helados hasta que en 1700 cruzan el Atlántico y se empiezan a hacer populares en Estados Unidos.

Se dice que el gelato es la versión italiana del helado, sin embargo, no es así, el gelato es único en el mundo en Italia, para ellos es un símbolo de su cultura, pues sus recetas son muy tradicionales, y han pasado de generación en generación, adaptándolos a los nuevos tiempos pero manteniendo los mismos ingredientes y la manera artesanal de hacerlos. .

### ***Babá***

Es un postre ahora tradicional de Nápoles. El Babá es típico de Francia, pero en Italia la receta francesa fue mejorada y elaborada a su manera convirtiéndose en un favorito.

Su origen en verdad es polaco, siendo este pastelito horneado llevado a Francia, en donde la receta fue combinada con la de un pastel francés tradicional (kouglof), y más tarde dos hermanos pasteleros parisinos inventaron el savarín que inspira al babá, pero remojado en una mezcla alcohólica distinta. Después este postre cruza los Alpes hacia Nápoles y se convierte en babá italiano, un bizcocho remojado en almíbar de ron.

### 3. Técnicas Culinarias

**Refrito:**

Mezcla de alimentos que se fríen hasta llegar al término requerido de manera que se concentren sus sabores y sirve de base para una siguiente preparación.

**Freír:**

Consiste en sumergir un alimento en su estado natural en un baño de aceite. Los alimentos fritos son muy ricos en grasas y su valor energético se dobla o triplica.

**Picar:**

Consiste en picar con cuchillo ciertos ingredientes para añadirlos a la cocción del plato o para su decoración, o su simple presentación.

**Laminar:**

Consiste en laminar un producto, que puede ser el estiramiento mediante un equipo de cocina (pasta, por ejemplo); o el corte fino o laminado de un alimento.

**Procesar:**

Consiste en poner los ingredientes en el procesador de alimentos para que estos se mezclen, en este caso se usó para realizar el helado, el aceite de perejil, y la pasta fresca.

**Reducir:**

Esta técnica consiste en exponer una preparación líquida a temperatura media-alta de manera que se evapore el agua, intensificar los sabores y conseguir una textura más espesa.

**Licuar:**

Se coloca en la licuadora uno o varios alimentos con el propósito de integrarlos o cambiar su textura de sólida a líquida.

**Blanquear:**

Esta técnica consiste en cocinar un alimento en agua hirviendo por poco tiempo para: que conserve su forma, se intensifique el sabor del mismo, y no pierda propiedades alimenticias.

**Hornear:**

Cocinar un alimento en el horno. Esto se realiza para que el alimento se cocine de afuera hacia adentro de manera uniforme.

**Estofar:**

Es un proceso culinario mediante el cual se da la cocción de un alimento que es sometido a fuego lento en un recipiente cerrado.

#### **4. Equipos indispensables en la elaboración del menú**

##### **❖Primera entrada**

##### **Carciofi alla giudia (Alcachofas fritas a la judía)**

- En este plato se utilizó la freidora (máquina que sirve para freír alimentos) para freír las alcachofas.



## ❖ Segunda entrada

### **Insalata di polpo (Ensalada de Pulpo)**

- En este plato se utilizó la laminadora (máquina que realiza laminación de ciertos alimentos mediante cuchilla en forma de disco giratoria) para cortar el pulpo en láminas del mismo grosor.
- Se usó también la licuadora, que es un electrodoméstico de cocina diseñado para triturar los alimentos que se coloquen dentro de ella, con el fin de crear una mezcla, una textura y consistencia distinta. La licuadora tiene tres partes: un vaso de vidrio en el que se colocan los alimentos, un motor eléctrico, y una base de plástico y metal con cuchillas en forma de hélice.

## ❖ Plato Fuerte

### **Ossobuco con tagliatelle alla crema (Ossobuco con pasta a la crema)**

- Se usó olla de presión para la cocción del corte de res.
- Se utilizó también la máquina de vacío para extraer las moléculas de oxígeno del alimento que se encuentra dentro de la funda de vacío, con el fin de conservarlo y concentrar sus sabores. Se realizó esto con el ossobuco.

## ❖ Trilogía de postres

### **Tiramisú**

- Se utilizó la Kitchen Aid o batidora eléctrica para obtener la mezcla del mascarpone con crema y azúcar.

**Gelato di limone (Helado de limón)**

- Se utilizó el Turbo, que es un equipo de mano que tritura y mezcla alimentos para la obtención de una textura lisa y uniforme.
- Máquina de helados: se coloca a mezcla realizada en la máquina de helado, y esta la convierte en helado, que luego se reserva en el congelador.

**Babá con frutti rossi (Babá con frutos rojos)**

- Horno: se usó para la cocción de bizcocho.
- Kitchen Aid: para hacer a masa de bizcocho
- Licuadora: para realizar el coulis de frutos rojos.
- Balanza: se utilizó en los tres postres para pesar los ingredientes.
- Congelador: se usó para conservación de los alimentos.
- Refrigeradora: de igual manera se usó para guardar y conservar los alimentos.
- Hornilla: se usó en cada procedimiento realizado para la elaboración de los platos.

## 5. Utensilios utilizados

### ❖ Primera entrada

#### **Carciofi alla giudia (Alcachofas fritas a la judía)**

- Cuchillo
- Torneador
- Puntilla
- Bowl de acero inoxidable
- Tabla de picar

### ❖ Segunda entrada

#### **Insalata di polpo (Ensalada de Pulpo)**

- |            |                            |
|------------|----------------------------|
| • Colador  | • Cuchara                  |
| • Bandeja  | • Bowl de acero inoxidable |
| • Puntilla | • Tabla de picar           |
| • Cuchillo | • Olla                     |

### ❖ Plato Fuerte

#### **Ossobuco con tagliatelle alla crema (Ossobuco con pasta a la crema)**

- |                   |                            |
|-------------------|----------------------------|
| • Olla de presión | • Bowl de acero inoxidable |
| • Cuchillo        | • Sartén                   |
| • Cucharón        | • Pinzas                   |
| • Tabla de picar  | • Rallador                 |
| • Taza de medir   |                            |

## ❖ Trilogía de postres

### Tiramisú

- Batidor de mano
- Cuchillo
- Cuchara
- Puntilla
- Espátula de goma
- Manga pastelera

### Gelato di limone (Helado de limón)

- Batidor de mano
- Cuchara
- Bowl
- Colador
- Cuchillo
- Rallador

### Babá con frutti rossi (Babá con frutos rojos)

- Puntilla
- Cuchara
- Molde de silicón
- Tabla de picar
- Bowl
- Lata para hornear

## 6. Recetas estándar, costos y procedimiento de cada plato

### ❖ Antipasto Receta 1

<b>Carciofi alla giudia (Alcachofas Fritas)</b>				
<b>Unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Ingrediente</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio total</b>
<b>unidad</b>	10	Alcachofa	3,33	4,72
<b>Gr</b>	40	Perejil liso	5,70	0,22
<b>MI</b>	100	Aceite de oliva virgen	9,15	0,91
<b>Gr</b>	20	Sal crisal	0,32	0,006
<b>Gr</b>	80	Queso parmesano importado	54,00	4,32
Total 10 pax				10,17
Total 1 pax				1,01

### *Carciofi alla giudia (Alcachofas fritas a la judía)*

#### **Procedimiento**

- Tornear las alcachofas, cortarlas en 4 y reservar en agua con limón.
- Aparte licuar el aceite con el perejil y reservar.
- Freír las alcachofas, aderezar con el aceite de perejil y sal y servir con queso parmesano.

❖ **Primo piatto****Receta 2**

<b>Insalata di polpo (Ensalada de Pulpo)</b>				
<b>Unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Ingrediente</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio total</b>
<b>gr</b>	500	Pulpo	10,00	5
<b>gr</b>	300	Lechuga lolo rosa	6,18	1,85
<b>gr</b>	100	Lechuga romana	1,47	0,14
<b>ml</b>	100	Vinagre balsámico	4,34	0,43
<b>gr</b>	50	Rúcula	24,70	1,23
<b>ml</b>	100	Aceite de oliva virgen	9,15	0,91
<b>gr</b>	20	Sal crisal	0.32	0.006
<b>gr</b>	150	Azúcar	0,82	0,13
<b>unidad</b>	5	Limón	0,76	0,57
Total 10 pax				10,26
Total 1 pax				1,02

***Insalata di polpo (Ensalada de pulpo)*****Procedimiento**

- Cocinar el pulpo, y enfriarlo. Luego cortar los tentáculos en láminas. Sazonarlos con aceite, perejil picado, limón y sal.
- En una olla poner el vinagre balsámico junto con el azúcar y dejar que se reduzca.
- Servir el pulpo sobre una cama de lechugas y recula y aderezarlo con la reducción de vinagre balsámico.

❖ **Secondo Piatto***Ossobucco con tagliatelle alla crema (Ossobuco con pasta a la crema)*

Receta 3

<b>Ossobuco</b>				
<b>Unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Ingrediente</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio total</b>
<b>gr</b>	2400	Res ossobuco	5,80	13,92
<b>gr</b>	3000	Tomate	1,05	3,15
<b>gr</b>	60	Perejil liso	5,70	0,34
<b>ml</b>	110	Aceite de oliva virgen	9,15	1,00
<b>gr</b>	90	Sal crisal	0.32	0.02
<b>gr</b>	40	Pimienta negra molida	11,93	0,47
<b>ml</b>	250	Vino blanco clos de pirque	5,55	1,38
<b>uni</b>	1	Cebolla perla	1,71	0,47
<b>gr</b>	15	Ajo pelado	5,04	0,07
<b>gr</b>	6	Albahaca fresca	7,60	0.04
<b>gr</b>	100	Zanahoria amarilla	0,45	0,04
<b>uni</b>	10	Funda vacío pequeña	0,06	0,60
Total 10 pax				21,50
Total 1 pax				2,15

## Procedimiento

### Ossobuco

- Cortar el tomate, la cebolla y la zanahoria en batalla. Poner a freír con el aceite de oliva, ajo y el perejil, cuando este sofrito, retirar del fuego.
- Cuando la preparación anterior este fría, licuar.
- En una olla de presión, poner las porciones de ossobuco y la preparación que se licuo antes. Anadir pimienta y sal. Cocinar por 1 hora
- Abrir la olla y agregar el vino blanco, dejar que se reduzca la salsa.
- Aparte, freír hojas de albahaca y servir sobre el ossobuco como decoración.



**Tagliatelle (Pasta)**

## Receta 4

<b>Tagliatelle alla crema</b>				
<b>Unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Ingrediente</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio total</b>
<b>unidad</b>	4	Huevos	0,12	0,48
<b>gr</b>	250	Harina de trigo	0,76	0,19
<b>ml</b>	30	Aceite de oliva virgen	9,15	0,27
<b>gr</b>	2,5	Sal crisal	0,32	0,0008
<b>ml</b>	500	Crema de leche	3,07	1,53
<b>gr</b>	250	Queso parmesano importado	54,00	13,50
<b>gr</b>	10	Pimienta negra molida	11,93	0,11
Total 10 pax				16,08
Total 1 pax				1,60

## Procedimiento

Para la masa

- En el procesador, poner los huevos, la harina, el aceite de oliva, y la sal. Procesar hasta que se forme una masa.
- Sacar la masa y amasar por 1 minuto, después envolver en papel film y reservar en el frío por 20 minutos. Laminar la masa de 2 mm de grosor y cortar en tiras de 1,5cm x 10cm. Cocinar por 2 minutos en agua.

Para la salsa:

- En una olla calentar la crema.
- Antes de que hierva, agregar el queso parmesano rallado y sazonar con pimienta. En un sartén, mezclar la salsa con la pasta y servir.

❖ **Dolce***Trilogía Italiana*

## Receta 5

<b>Tiramisú</b>				
<b>Unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Ingrediente</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio total</b>
<b>gr</b>	62	Bizcotelas	1,98	0,99
<b>gr</b>	400	Queso mascarpone	8,40	3,36
<b>ml</b>	250	Crema de leche	3,07	0,76
<b>gr</b>	90	Azúcar	0,82	0,07
<b>gr</b>	45	Café	33,53	1,34
<b>ml</b>	25	Ron dorado	12,52	0,31
<b>ml</b>	90	Agua		
<b>gr</b>	70	Cobertura de chocolate	6,80	0,47
Total 10 pax				7,30
Total 1 pax				0,73

- **Tiramisú**

**Procedimiento**

- Templar el chocolate.
- Cubrir de papel cera un tubo PVC y dibujar con el chocolate la canasta alrededor del tubo. Dejar que enfríe y desmoldar.
- En el bowl de la batidora poner la crema con el azúcar y semibatir. Añadir el queso mascarpone y seguir batiendo hasta que este firme. Poner en una manga pastelera.
- Aparte, en una olla calentar agua y añadir el café, cuando este frío añadir el ron.
- Rellenar la canasta de chocolate con una capa de crema de mascarpone, bizcotelas remojadas en el almíbar de café y cubrir con crema otra vez.  
Repetir este procedimiento hasta llenar la canasta completamente.
- Reservar en el frío por 1 hora.

## Receta 6

<b>Babá con frutti rossi (Babá con frutos rojos)</b>				
<b>Unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Ingrediente</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio total</b>
<b>Gr</b>	22	Levadura	4,20	0,09
<b>Gr</b>	133	Harina de trigo	0,76	0,10
<b>Unidad</b>	3	Huevos	0,12	0,36
<b>Gr</b>	2	Sal	0,32	0,0006
<b>Gr</b>	380	Azúcar	0,82	0,31
<b>Gr</b>	77	Mantequilla	5,66	0,43
<b>MI</b>	500	Agua		
<b>MI</b>	125	Ron dorado	12,52	1,56
<b>Unidas</b>	1	Vainilla en rama	320,00	0,32
<b>Gr</b>	200	Mora	6,00	1,20
<b>Gr</b>	200	Frambuesa	13,89	2,77
Total 10 pax				7,14
Total 1 pax				0,71

## **Babá**

### **Procedimiento**

Para la salsa

- Poner en una olla, 100 gr de azúcar, las moras y frambuesas y dejar cocinar. Reservar unas moras y frambuesas frescas para decoración.
- Dejar enfriar, licuar y cernir. Reservar

Para el almíbar

- En una olla poner a hervir el agua, junto con las semillas de la vaina de vainilla, el ron y 250 gr de azúcar. Dejar reducir, enfriar y reservar.

Para el bizcocho

- En el bowl de la batidora poner los demás ingredientes y batir hasta que estén incorporados.
- Engrasar moldes y llenar  $\frac{3}{4}$  con la mezcla anterior,
- Hornear durante 18 minutos o hasta que este dorado.
- Mojar el bizcocho en el almíbar, y servir con moras y frambuesas frescas y coulis.

**Receta 7**

<b>Gelato di limone (helado de limón)</b>				
<b>Unidad</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Ingrediente</b>	<b>Precio unitario</b>	<b>Precio total</b>
<b>unidad</b>	3	huevos	0,12	0,36
<b>ml</b>	188	leche	1,32	0,24
<b>ml</b>	188	Crema de leche	3,07	0,57
<b>gr</b>	70	azúcar	0,82	0,05
<b>gr</b>	1000	limón	0,76	0,76
Total 10 pax				1,98
Total 1 pax				0,19

**Gelato di limone (Helado de limón)****Procedimiento**

- Con los 4 primeros ingredientes, hacer una salsa inglesa. Enfriar y reservar.
- Sacar el jugo de los limones y añadir a la preparación anterior.
- Poner la mezcla en la máquina de helados, o congelar y procesar. Reservar en el congelador.

## 7. Análisis de costos

### 7.1 Resumen

- Costo total por 10 pax= 74,43
- Costo total por pax= 7,44

### 7.2 KARDEX

#### Kardex Menú 1

<b>KÁRDEX MENU ITALIANO</b>							
	<b>STOCK INICIAL T1</b>	<b>STOCK FINAL T1</b>	<b>STOCK INICIAL T2</b>	<b>STOCK FINAL T2</b>	<b>TOTAL VENDIDOS</b>	<b>TOTAL BAJAS</b>	<b>SOBRANTE</b>
<b>Lunes</b>	-	-	-	-	-	-	-
<b>Martes</b>	12	1	1	1	11	0	1
<b>Miércoles</b>	25	21	21	14	11	0	14
<b>Jueves</b>	31	22	22	16	15	0	16
<b>Viernes</b>	38	30	30	17	21,1PF,1PE	0	17
<b>Sábado</b>	37	34	34	34	3	0	34
<b>Domingo</b>	34	17, 2PF Y 1PE	-	-	17, 2PF 1PE	15,2PE	15, 2PE



**TOTAL DE MENÚ VENDIDOS:**

78 completos

3 platos fuertes

3 entradas.

**7.3 Reporte de bajas****Reporte de bajas 1**

<b>Fecha</b>	<b>Producto</b>	<b>Cantidad</b>	<b>Responsable</b>
Martes 2 de junio	Porción pulpo	2 pax	Ivanna Fraga
Domingo 7 de junio	Porción pulpo	4 pax	Ivanna Fraga
	Porción ossobuco	15 pax	Ivanna Fraga
	Porción babá	12 pax	Ivanna Fraga
	Helado de limón	0,5 lt (10 pax)	Ivanna Fraga

## 8. Cálculos

### ❖ Costo teórico

Costo total del menú según recetas estándar= 7,44

Numero de menús vendidos=78

Costo teórico

$$7,44 \times 78 = 580,32$$

$$3 \text{ entradas} \times 8,50 = 25,50$$

$$3 \text{ platos fuertes} = 3 \times 12,50 = 37,50 \text{ TOTAL} = 580,32 + 25,50 + 37,50 = \mathbf{643,32}$$

### ❖ Costo Real

Sumatoria de valores por requisición

$$\text{Requisiciones: } 20,69 + 61,11 + 2,32 + 195,42 + 87,17 + 1,94 + 2,85 + 197,47 + 141,42$$

$$= \mathbf{710,39}$$

### ❖ Devoluciones

*(Transferencia a Marcus)*

$$28,40 + 3,96 + 6,14 + 2,62 + 31,95 + 19,31 = \mathbf{92,38}$$

❖ **Costo real total**

$$710,39 - 92,38$$

$$= \mathbf{618,01}$$

❖ **Costo real unitario**

$$710,39 - 92,38 / 78$$

$$= \mathbf{7,92}$$

❖ **Ingreso por ventas (bruto)**

$$(21,50 + 22\%) \times (78)$$

$$= (26,23) \times (78)$$

$$= \mathbf{2045,94}$$

❖ **Ingreso neto**

$$\text{Ingreso por ventas} - 12\% - 10\% = \text{Ingreso por ventas} - 22\%$$

$$= 2045,94 - 22\%$$

$$= \mathbf{1595,83}$$

❖ **Ganancia neta**

Ingreso neto – requisiciones – bajas – transferencias

= 1595,83-618,01

= **977,82**

**8.1 Porcentajes**

**FCR TOTAL**

1595, 83..... 100%

618, 01 .....x

= **38, 72%**

**FCT TOTAL**

1595, 83.....100%

643,32.....x

= **40,31%**

## 9. Anexos

### Anexo 1 CARCIOFO ALLA GIUDIA (ALCACHOFAS FRITAS A LA JUDIA)



### Anexo 2 INSALATA DI POLPO (ENSALADA DE PULPO)



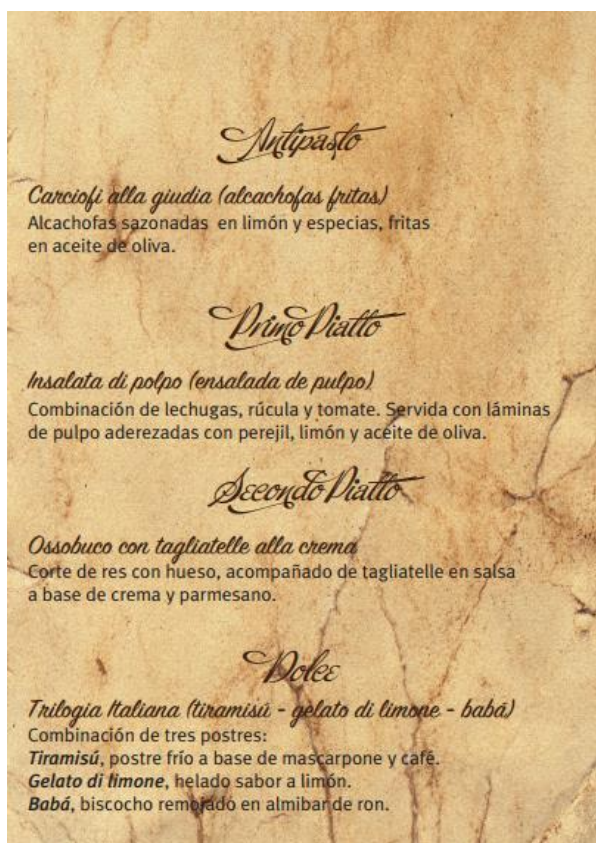
**Anexo 3 OSSOBUCO CON TAGLIATELLE ALLA CREMA  
(OSSOBUCO CON PASTA A LA CREMA)**



**Anexo 4 TRILOGÍA TALIANA**



## Anexo 5 DISEÑO DEL MENÚ



## 10. Conclusiones

La gastronomía italiana, es definitivamente una de las mejores alrededor de todo el mundo. Toda la variedad comida que la cocina italiana puede ofrecer realmente me parece fascinante.

Haber escogido la cultura gastronómica italiana fue la mejor decisión que se tomó para llevar a cabo este proyecto. Me sentí bastante cómoda cocinando lo que me gusta, y creo que todo el esfuerzo que realicé se vio recompensado con el éxito del menú.

Digo éxito puesto que el menú tuvo gran acogida en el Restaurante Marcus, además de la felicidad por los comentarios del panel de degustación al presentar el menú. Y no solo eso, sino que pude comprobarlo al ver a los comensales realmente disfrutándolo, y también recibí felicitaciones de algunos de ellos.

Personalmente creo que fue un buen menú, y estoy muy satisfecha con el trabajo que realicé, me planteé un desafío, y logré mi objetivo. Al final, eso es lo que cuenta, que la gente que lo probó haya disfrutado de él, como yo lo hice cocinando.

Puedo decir también que fue una experiencia única, y que esa semana fue la más cansada a lo largo de mi tiempo en prácticas, pero que este proyecto deja mucho aprendizaje tanto moral como profesional y una gran satisfacción personal.



## **11.Recomendaciones**

El trabajo de cocina es muy duro, y más aún si no se trabaja en equipo. Como dije antes, fue una experiencia única, sin embargo, hay muchas cosas que pienso deberían cambiar para lograr un mejor ambiente laboral en Marcus.

Pienso que uno de los objetivos del proyecto es entender que más adelante así será la vida real, pero en Marcus no aprendí lo que significa trabajar en equipo, ni que te ayuden en una cocina; por lo que es algo que deberían mejorar entre todos quienes forman parte permanente del Restaurante Marcus.

Por otro lado, el trabajo que como estudiantes vamos a realizar, no es hacer todo lo que al personal no le gusta hacer; sino más bien hacer de todo para aprender, sin diferencias. Deberían intentar modificar esto también.

## 12. Bibliografía

- Carciofi alla giudia, una receta judeoromana.* (10 de Agosto de 2015). Obtenido de <http://fooddity.com/2015/08/10/carciofi-alla-giudia-una-receta-judeoromana/>
- Gelato, el autentico helado italiano.* (29 de Mayo de 2014). Obtenido de <http://www.directopaladar.com/barillasabordeitalia/gelato-el-autentico-helado-italiano>
- Oliver, J. (2011). Italia. En J. Oliver, *Jamie Oliver's Food Escapes* (págs. 68-121). Italia: Hyperion.
- Pasi, F. (14 de Junio de 2009). *Ensalada de pulpo*. Recuperado el Julio de 2015, de <http://gourmetcocinaitaliana.blogspot.com/2009/06/ensalada-de-pulpo.html>
- Pugés, M. (2006). En M. Pugés, *El Gran libro de la Repostería* (págs. 78-83). Barcelona: Grupo Editorial Edipresse.
- Sweetnam, C. (1998). *Le Cordon Bleu: Cocina Italiana*. Barcelona: Konemann.
- Tiramisú.* (14 de Marzo de 2015). Obtenido de <http://postresoriginales.com/italia-tiramisu/>
- Tomás, A. (01 de Abril de 2014). *Ossobuco a la milanese*. Obtenido de <http://www.gastronosfera.com/es/tendencias/ossobuco-a-la-milanese-un-delicatessen-facil-de-preparar>