

**REPÚBLICA DEL ECUADOR  
INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO  
“EL PACÍFICO”**



**TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIA A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE TECNÓLOGA EN GASTRONOMÍA**

**TEMA:**

**PROCESO PRODUCTIVO DE RAVIOLES RELLENOS DE SECO  
DE CHIVO, CON SALSA DE NARANJILLA Y PANELA, CON  
QUESO CRIOLLO ACOMPAÑADO DE MIX DE HOJAS, ARENA  
DE CHULPI Y ACEITUNAS**

**AUTORA**

**GEANELLA LISSETTE RODRÍGUEZ SEGOVIA**

**DIRECTORES:**

**ING. ORFA GARCIA  
TLGA.MARIA BELEN ZAMBRANO**

**QUITO – ECUADOR**

**OCTUBRE 2023**

## DECLARACIÓN

Yo, GEANELLA LISSETTE RODRÍGUEZ SEGOVIA, declaro que el presente trabajo es de mi autoría; no ha sido previamente presentado para ningún grado o calificación profesional y he consultado las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

El Instituto Superior Tecnológico “El Pacífico”, puede hacer uso de los derechos correspondientes a este trabajo, según lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, por su Reglamento y por la normatividad institucional vigente.

Firma

C.I 0802259879

## **CERTIFICACIÓN**

Los directores del Trabajo de Titulación, luego de revisar las sugerencias y correcciones planteadas a la señorita: Geanella Lissette Rodríguez Segovia

Con el Tema:

**“PROCESO PRODUCTIVO DE RAVIOLES RELLENOS DE SECO DE CHIVO, CON SALSA DE NARANJILLA Y PANELA, CON QUESO CRIOLLO ACOMPAÑADO DE MIX DE HOJAS, ARENA DE CHULPI Y ACEITUNAS”**

Luego de haber cumplido con todas las etapas del trabajo de titulación, el proceso investigativo realizado científicamente.

Declaro apto al presente trabajo para la presentación a la defensa final.

DMQ a los 24 días del mes de octubre del año 2023

Director(es)

ING. ORFA GARCIA

TLGA.MARIA BELEN ZAMBRANO

## DEDICATORIA

El presente trabajo de titulación se lo dedico:

A mi madre que ha sabido formarme con buenos sentimientos, hábitos y valores, estas han sido las mejores herramientas para salir adelante en los momentos difíciles. Juntamente con mis hermanas Mayra y Romina las cuales han sido una parte muy importante dentro de este proceso, sin su ayuda y motivación no lo hubiera logrado, las amo con todo mi corazón.

A mi padre que desde el cielo me ilumina para seguir adelante con mis proyectos.

A mi hija Fiorella, quien ha sido mi mayor motivación para nunca rendirme en mis estudios y poder llegar a ser un ejemplo para ella.

También se lo dedico a mi compañero de vida Washington, quien siempre me ha alentado a seguir creciendo y preparándome para cada día para dar lo mejor, y nunca ha dejado de apoyarme en cada paso del camino.

Y por último y no menos importante, a todos los que forman parte de este prestigioso Instituto, por los conocimientos impartidos y ser un apoyo para los que tenemos el gusto de estudiar con ustedes.

*Geanella Rodríguez*

## **AGRADECIMIENTO**

El principal agradecimiento es a Dios quien me ha guiado y dado la fortaleza para seguir adelante.

A mi familia por su comprensión y estímulo constante, además de su apoyo incondicional a lo largo de mis estudios.

Y a todas las personas que de una u otra forma me han ayudado en la realización de este proyecto.

*Geanella Rodríguez*

## ÍNDICE GENERAL

|                                                       |      |
|-------------------------------------------------------|------|
| CERTIFICACIÓN.....                                    | iii  |
| DEDICATORIA .....                                     | iv   |
| AGRADECIMIENTO .....                                  | v    |
| INDICE GENERAL .....                                  | vi   |
| INDICE DE TABLAS .....                                | viii |
| INDICE DE ILUSTRACION.....                            | viii |
| INTRODUCCIÓN .....                                    | 1    |
| CAPITULO I.....                                       | 2    |
| GENERALIDADES .....                                   | 2    |
| Identificación del Problema y su Formulación.....     | 2    |
| 1.1 Identificación Del Problema .....                 | 2    |
| 1.2 Formulación Del Problema .....                    | 3    |
| 1.3 Justificación .....                               | 3    |
| 1.4 Objetivo General.....                             | 3    |
| 1.5 Objetivos Específicos .....                       | 4    |
| 1.6 Alineamiento Al Plan Nacional de Desarrollo ..... | 4    |
| 1.7 Factibilidad .....                                | 5    |
| 1.8 Metodología.....                                  | 5    |
| 1.8.1 Métodos de investigación .....                  | 5    |
| 1.8.2 Herramientas de recolección datos.....          | 5    |
| CAPITULO II.....                                      | 6    |
| MARCO TEÓRICO .....                                   | 6    |
| 2.1 Antecedentes de la Investigación .....            | 6    |
| 2.2 Breve historia de los ravioles .....              | 7    |
| 2.3 Seco de chivo .....                               | 8    |
| 2.4 Naranjillas.....                                  | 9    |
| 2.5 Panela .....                                      | 10   |
| 2.6 Glosario .....                                    | 10   |
| 2.7 Materia Prima .....                               | 12   |
| 2.7.1 Atributos De Materia Prima.....                 | 12   |

|                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.7.2 Incidencia en el medio ambiente .....                              | 21 |
| 2.8 Destreza y Habilidades .....                                         | 22 |
| 2.9 Calidad técnica .....                                                | 22 |
| 2.10 Investigación De Campo .....                                        | 22 |
| 2.10.1 Segmentación Del Campo Objetivo .....                             | 22 |
| 2.10.2 Encuesta .....                                                    | 23 |
| 2.11 Flujograma productivo .....                                         | 33 |
| 2.12 Puntos críticos .....                                               | 33 |
| 2.13 Inocuidad sanitaria .....                                           | 34 |
| 2.14 Control de calidad .....                                            | 34 |
| CAPITULO III .....                                                       | 35 |
| INGENIERÍA DEL PROYECTO .....                                            | 35 |
| 3.1 Innovación en la gastronomía .....                                   | 35 |
| 3.1.1 Historia de la gastronomía .....                                   | 36 |
| 3.2 Actualidad .....                                                     | 44 |
| 3.3. Beneficios y propiedades de la materia prima y los materiales ..... | 47 |
| 3.4 Receta Estándar .....                                                | 60 |
| 3.5 Construcción del proyecto .....                                      | 64 |
| Detalle de la elaboración o producción .....                             | 64 |
| CAPITULO IV .....                                                        | 82 |
| PRESUPUESTO DE COSTOS Y GASTOS .....                                     | 82 |
| 4.1 Presupuesto de costos .....                                          | 82 |
| CAPITULO V .....                                                         | 85 |
| CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....                                     | 85 |
| 5.1 Conclusiones .....                                                   | 85 |
| 5.2 Recomendaciones .....                                                | 85 |
| LINKOGRAFIA Y BIBLIOGRAFIA .....                                         | 86 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|                                                                                      |    |
|--------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabla 1: Lineamiento Del Proyecto Al Plan Nacional de Desarrollo .....               | 4  |
| Tabla 2: Factibilidad del proyecto .....                                             | 5  |
| Tabla 3: Atributos de la materia prima .....                                         | 12 |
| Tabla 4: Tipos de rellenos.....                                                      | 27 |
| Tabla 5: Opinión sobre los ravioles .....                                            | 29 |
| Tabla 6: Precio .....                                                                | 30 |
| Tabla 7: Lo adquiriría .....                                                         | 31 |
| Tabla 8: Precio .....                                                                | 32 |
| Tabla 9 Beneficios de la materia prima y materiales .....                            | 47 |
| Tabla 10: Costos de materia prima y materiales .....                                 | 82 |
| Tabla 11: Mano de obra directa .....                                                 | 83 |
| Tabla 12:Material indirecto.....                                                     | 83 |
| Tabla 13 Resumen de costos: materia directa, mano de obra y material indirecto ..... | 84 |
| Tabla 14: Precio.....                                                                | 84 |

## INDICE DE ILUSTRACION

|                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------|----|
| Ilustración 1: Identificación Del Problema .....                           | 2  |
| Ilustración 2: Sexo .....                                                  | 25 |
| Ilustración 3: Consumo de ravioles .....                                   | 26 |
| Ilustración 4: Tipos de relleno .....                                      | 27 |
| Ilustración 5: Frecuencia.....                                             | 28 |
| Ilustración 6: Opinión .....                                               | 29 |
| Ilustración 7: Precio .....                                                | 30 |
| Ilustración 8: Existencia .....                                            | 31 |
| Ilustración 9: Dispuesto a cancelar .....                                  | 32 |
| Ilustración 10:Flujograma del proceso .....                                | 33 |
| Ilustración 11: Hombres prehistóricos cazando.....                         | 37 |
| Ilustración 12: Representación de hombre prehistórico haciendo fuego ..... | 38 |
| Ilustración 13: Arado en el Antiguo Egipto. ....                           | 38 |
| Ilustración 14: Fresco de Pompeya, c. 70 a. C.....                         | 40 |
| Ilustración 15: Sacrificio de un cerdo en la Edad Media .....              | 41 |
| Ilustración 16: Comida típica de la Edad Moderna. ....                     | 44 |
| Ilustración 17: Ensalada de la actualidad .....                            | 45 |
| Ilustración 18: Presencia de modernas recetas gastronómicas.....           | 45 |
| Ilustración 19: Ingredientes a utilizar en el proyecto.....                | 64 |
| Ilustración 20: Cocinando la carne de chivo.....                           | 64 |
| Ilustración 21: Cocción del chivo.....                                     | 65 |

|                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------|----|
| Ilustración 22: Preparando el refrito .....                                  | 65 |
| Ilustración 23: Utilizando la licuadora.....                                 | 66 |
| Ilustración 24: Utilizando la sartén .....                                   | 66 |
| Ilustración 25: Adicionando cerveza y zumo de naranjilla .....               | 67 |
| Ilustración 26: Cocción de ingredientes .....                                | 67 |
| Ilustración 27: Cocción del chivo.....                                       | 68 |
| Ilustración 28: Lista la carne de chivo .....                                | 68 |
| Ilustración 29: Mechando el chivo cocido.....                                | 69 |
| Ilustración 30: Líquido de cocción.....                                      | 69 |
| Ilustración 31: Relleno .....                                                | 70 |
| Ilustración 32: Ingredientes para hacer la masa.....                         | 70 |
| Ilustración 33: Estirando la masa .....                                      | 71 |
| Ilustración 34: Armando los ravioles .....                                   | 71 |
| Ilustración 35: Armado los ravioles .....                                    | 72 |
| Ilustración 36: Distribuyendo los ravioles .....                             | 72 |
| Ilustración 37: Obteniendo el caramelo.....                                  | 73 |
| Ilustración 38: Mezcla de zumo de naranjilla, anís estrellado y panela ..... | 73 |
| Ilustración 39: Buscando texturas .....                                      | 74 |
| Ilustración 40: Chulpi y aceitunas .....                                     | 74 |
| Ilustración 41: Retirando las semillas de las aceitunas .....                | 75 |
| Ilustración 42: Mezclando las arenas .....                                   | 75 |
| Ilustración 43: Preparando las hojitas para el mix .....                     | 76 |
| Ilustración 44: Rallando el queso .....                                      | 76 |
| Ilustración 45: Cocción de los ravioles .....                                | 77 |
| Ilustración 46: Utilizando la salsa de la cocción del chivo .....            | 77 |
| Ilustración 47: colocando la arena de chulpi en el plato .....               | 78 |
| Ilustración 48: Utilizando parte de salsa de la cocción del chivo .....      | 78 |
| Ilustración 49: Colocando los ravioles.....                                  | 79 |
| Ilustración 50: Sirviendo la salsa de naranjilla.....                        | 79 |
| Ilustración 51: El queso rallado .....                                       | 80 |
| Ilustración 52: Emplatado .....                                              | 80 |
| Ilustración 53: Plato terminado.....                                         | 81 |

## INTRODUCCIÓN

La innovación en la gastronomía cada vez es muy importante, el gusto de nuevos sabores, la selección de insumos y de mejorar los costos han conllevado a que se planteen nuevos proyectos en la alta cocina.

Se ha seleccionado el proyecto proceso productivo de raviolos rellenos de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas, arena de chulpi y aceitunas, cuya fusión permitirá tener una dieta saludable para una persona en condiciones normales que requiere calorías, proteínas y vitaminas necesarias.

La combinación de estos insumos preparados adecuadamente brindará al paladar un nuevo sabor y satisficera el hambre del comensal. El costo de los insumos está al alcance del nivel económico de una familia que gusta compartir en sus cenas en oportunidades de celebración en un evento.

Se realizó la investigación en fuentes primarias y especiales de la alta cocina, como es la cocción del chivo, saboreado como plato criollo con el nombre de seco de chivo en las mesas ecuatoriana, por lo cual se experimentó la combinación con los insumos anotados arriba que ha permitido un sabor exquisito, calificado por los tutores de excelente.

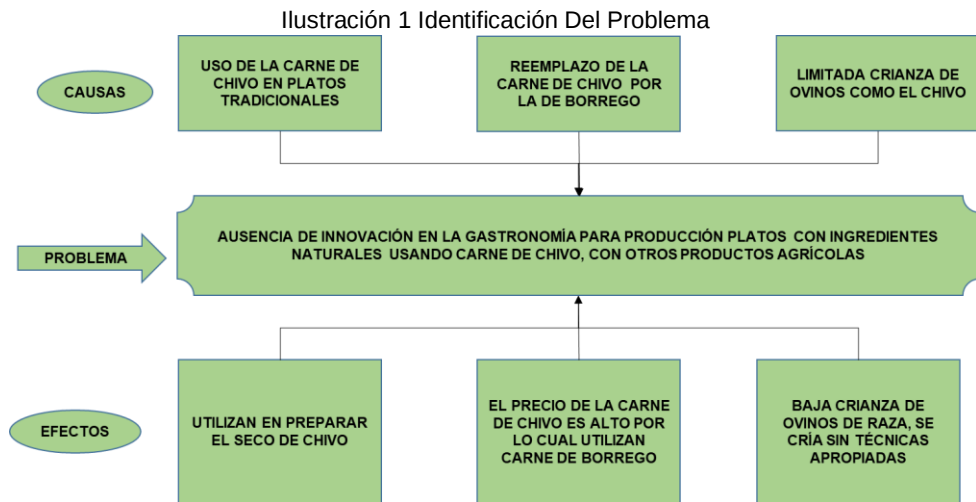
El proyecto propone a quienes den lectura y preparen la propuesta contribuyan con nuevos elementos para mejorar el consumo natural de estos insumos que se encuentran en nuestros supermercados y mercados de ferias libres.

## CAPITULO I

### GENERALIDADES

#### Identificación del Problema y su Formulación

##### 1.1 Identificación Del Problema



Fuente: Investigación Directa  
Elaborado Por: Geanella Rodríguez

En la gastronomía nacional se encuentra que cada provincia tiene un plato con productos naturales del sector, es así, como se conoce la oferta del seco de chivo en la ciudad de Quevedo de la provincia de Los Ríos, siendo imitado en todo el país, el problema es que se produce con carne de otro ovino conocido como borrego, por lo cual, se pierde lo exquisito y propio sabor del chivo.

La crianza del chivo es limitada, por ser de mayor cuidado lo cual, encarece el precio de la carne faenada y distribuida en forma muy limitada en tercenas; la de borrego que es de mayor crianza poblacional se encuentra a menor precio y en todos los mercados. La crianza de borregos permite a más de tener su carne se obtiene periódicamente su pelaje conocido como lana de borrego, la cual, sirve para la industria textil para la confección de diversos vestidos.

Para obtener el sabor exquisito de la carne de chivo se requiere condimentar con varios productos naturales, unos de fácil encuentro en el mercado y otros complementos naturales preparados.

## **1.2 Formulación Del Problema**

Al establecerse los diferentes problemas para innovar el uso en gastronomía de la carne de chivo, se presenta un nuevo proyecto innovador, como es el proceso productivo de ravioles rellenos de seco de chivo con salsa de naranjilla y panela con queso criollo acompañado de mix de hojas y arena de chulpi y aceitunas, los mismos que se encuentran en todos los micromercado y mercados barriales.

Se propone innovar la preparación del chivo para impulsar el desarrollo alimenticio y salud de la población, y saborear la riqueza de la carne del chivo.

## **1.3 Justificación**

Buscar una alternativa a los platos criollos tradicionales, en especial aquellos que tienen cárnicos especiales como es el chivo.

Aplicar los conocimientos obtenidos en la investigación gastronómica durante la trayectoria como estudiante de la Carrera de Gastronomía.

Preparar los alimentos aplicando los conocimientos de inocuidad, técnica y habilidades que demanda el desarrollo profesional de preparación de alimentos.

## **1.4 Objetivo General**

Ejecutar el proceso productivo de ravioles relleno de seco de chivo con salsa de naranjilla y panela con queso criollo acompañado de mix de hojas, arena de chulpi y aceitunas.

### 1.5 Objetivos Específicos

- Detallar las características de la materia prima, utensilios;
- Preparación del proyecto productivo
- Presentar el producto para ser evaluado
- Cálculo del costo y gasto del producto
- Sustentar la defensa del proyecto

### 1.6 Alineamiento Al Plan Nacional de Desarrollo

Tabla 1 lineamiento Del Proyecto Al Plan Nacional de Desarrollo

| Tema                                                                                                                                                          | Lineamiento de la carrera | Objetivos en el plan nacional desarrollo                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Zona impacto                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| Proceso productivo de ravioles rellenos de chivo con salsa de naranjilla y panela con queso criollo acompañado de mix de hojas y arena de chulpi y aceitunas. | Cocina Gourmet fusión     | <p>Objetivo 3:<br/>Fomentar la productividad y competitividad en los sectores agrícola, industrial, acuícola y pesquero, bajo el enfoque de la economía circular.</p> <p>Objetivo 7:<br/>Potenciar las capacidades de la ciudadanía y promover una educación innovadora, inclusiva y de calidad en todos los niveles. Objetivo 8:<br/>Generar nuevas oportunidades y bienestar para las zonas rurales, con énfasis en pueblos y nacionalidades.</p> | Zona No.9 Quito, Distrito Metropolitano |

Fuente: Investigación directa y Plan Nacional de Desarrollo  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

## 1.7 Factibilidad

Tabla 2 Factibilidad del proyecto

| RECURSOS                | FUENTE                                                   |
|-------------------------|----------------------------------------------------------|
| Económico               | Fondos propios                                           |
| Materiales y Utensilios | Propios                                                  |
| Humanos                 | Tlga. María Belén Zambrano<br>Alumna: Geanella Rodríguez |

Fuente: Investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

## 1.8 Metodología

### 1.8.1 Métodos de investigación

Se utilizarán los siguientes métodos de investigación:

**Inductivo- deductivo.** - Recopilación de información particular respecto a producción gastronómica, que contribuyan para mejorar la técnica de producción; esta información particular será la que determine una decisión o principio general;

**Descriptivo.** - Se utilizará métodos tipográficos para describir en forma clara y sencilla el proceso de producción y sus resultados;

### 1.8.2 Herramientas de recolección datos

Con el objeto de obtener la información se receptará mediante encuestas, entrevistas a profesionales de la gastronomía.

Se usará el paquete de Microsoft Office para procesar los datos e ilustrar los pasos de la investigación y conclusiones.

## **CAPITULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1 Antecedentes de la Investigación**

Según José Martín Mendizábal (2020) en su trabajo de titulación “Plan De Negocio de un Restaurante de Cocina Italiana en el Norte de la Ciudad de Quito”, existe una demanda por satisfacer en torno al consumo de pasta artesanal.

Comer pastas no provocaría un aumento desmedido de peso, así lo asegura un estudio realizado por el Instituto Mediterráneo Neurológico Neuromed en Italia, en un artículo publicado en la revista Nutrition and Diabetes. El mismo análisis demostró que el consumo de este carbohidrato disminuye el índice de masa corporal.

Para realizar el estudio se analizó a 23 000 personas y concluyeron que los candidatos que mantenían una dieta rica en pasta no subían de peso. “Al contrario de lo que muchos piensan, no se asocia con un aumento en el peso corporal. Nuestros datos muestran que la pasta, de acuerdo a las necesidades individuales, contribuye a un índice de masa corporal saludable”, explica George Pounis, autor del artículo, en una publicación del diario ABC.

También existe el mito que los diabéticos no deberían consumir este tipo de carbohidratos, información que es desmentida por el estudio, este asevera que quienes sufren diabetes y comen pastas tienden a vivir más años, “los carbohidratos complejos de la pasta en el contexto de la dieta mediterránea, es decir, respetando la variedad de todos los elementos (frutas, verduras, pescado y carnes blancas), son beneficiosos”, concluyó Lucía Iacovello en una entrevista para Diario El Mundo de España.

La investigación fue patrocinada por la marca de pastas Barilla. Este producto es un ingrediente muy común en la cocina mediterránea, especialmente

en Italia, pero en los últimos años su consumo disminuyó ya que la gente lo relaciona con el sobrepeso.

Pero el consumo de este ingrediente debe ser con moderación, también afirma el análisis. Con un máximo de consumo de 50 gramos de pastas al día. Otro factor que el estudio no tomó en cuenta es las salsas que acompañan a este producto, porque en este caso los valores del estudio podrían variar. (2016)

## 2.2 Breve historia de los ravioles

El origen de los raviolis italianos es muy incierto. La historia más famosa dice que Marco Polo los trajo de sus viajes por oriente: posiblemente los italianos se hayan inspirado en los jiaozi o en los won-tons para crear este preciado plato. Un



documento escrito por Guglielmo Malavola en 1157 d.C. ya menciona algunos antecedentes del plato, ubicando su preparación en la región de Liguria. En todo caso, los raviolis son cuadrados de pasta rellena que se acompañan con distintos tipos de salsa dependiendo de la región de origen.

Hoy en día son uno de los platos más difundidos en todo el mundo: los venden empacados, por peso o en varias clases de confección para llevar a casa y preparar una cena rápida pero elegante.

**Los agnolotti** son raviolis típicos de la región de Piamonte, en el norte de Italia. Se dice que fueron preparados la primera vez por Angelot, el cocinero del marqués de Monferrato, que tras varios días de asedio que vivía la región en ese entonces, tuvo que arreglárselas con lo poco que tenía para preparar un

banquete para el marqués y sus invitados. El plato quedó tan delicioso que el marqués lo bautizó con el nombre de Piat d'Angelot (el plato de Angelot). Sucesivamente, el nombre se transformó en el que hoy conocemos como agnolotti. Estos deliciosos raviolis de forma cuadrada vienen rellenos con carne asada. El aderezo que los acompaña es de carne del relleno mojada en salsa de tomate o simplemente una salsa de mantequilla y salvia.

**Los cappelletti**, como su nombre lo dice, son raviolis en forma de sombrerito. La leyenda cuenta que en la batalla ancestral entre Módena y Bolonia, los dioses Marte, Venus y Baco se quedaron en una posada de Módena para descansar. Mientras Baco y Marte madrugaron a pelear, Venus se quedó dormida: el mesonero fue a husmear a su cuarto e inspirado en su gran belleza creó el primer cappelletti que, bello y redondo, se asemejaba al ombligo de la más hermosa de las diosas.

Los cappellettis, originarios de las regiones de Emilia Romagna y Umbria, son el plato típico de la navidad. Rellenos de distintos tipos de carne cocida (cerdo, pollo, res) y de algunos tipos de carne madurada (como el prosciutto y el salame), se cocinan en un delicioso caldo de carne y se sirven en forma de sopa, espolvoreados con un rico queso parmesano.

Estas son solo algunas de las historias más curiosas de algunas variedades de raviolis italianos.<sup>i</sup>

### **2.3 Seco de chivo**

Es un guiso, pero se lo conoce como seco. Se puede elaborar con chivo o borrego, pollo, entre otros cárnicos y tiene variantes regionales. Sin embargo, el nombre que hace contradicción con su apariencia tiene orígenes inciertos. Una de las teorías más reconocidas, dice el chef e investigador Esteban Tapia, es que el término proviene de un vocablo inglés. A principios del siglo XX, en Santa Elena se preparaba este platillo en abundancia a los ingleses que se radicaron por trabajo en petroleras.

La tradición ecuatoriana de servir sopa y segundo también lo consumían los ingleses y empezaron a llamarlo 'second' para hablar del segundo platillo, dice Tapia. El vocablo se difundió, se abrevió y se adaptó al vocablo ecuatoriano como 'seco'.

El chef e instructor en Culinary Art's School, Felipe Capelo cuenta que se creó como una derivación del cabrito peruano y se ha adaptado a las regiones con tónicas dulces por el uso de panela en la Sierra y sabores más amargos en la Costa por una fuerte presencia de la cerveza.

Este platillo es de origen ancestral y parte originalmente de una fermentación den chicha. Tapia indica que la carne debe dejarse fermentar ya sea en cerveza, chicha de jora o jugo de naranjilla. Este hecho no es solo para eliminar el tufo que suele tener la carne de chivo o borrego, sino que esto permite que los nutrientes de la carne se asimilen y se ablande el producto. Los acompañantes esenciales del seco son el arroz coloreado con achiote, aguacate y una ensalada de lechuga, tomate y cebolla. Para Capelo estos accesorios son el común denominador de las distintas variantes del platillo en el Ecuador.

## **2.4 Naranjillas**

La naranjilla, es un frutal originario de nuestro país, en el que se han iniciado una serie de investigaciones que han permitido obtener nuevos materiales genéticos como variedades y portainjertos, con resistencia/tolerancia a varias plagas importantes, contribuyendo a reducir el uso de agroquímicos, y la destrucción del bosque primario, que junto con características de calidad y alto rendimiento permiten la sostenibilidad del sistema. (INIAP)

## 2.5 Panela

La panela tiene un aporte de vitaminas y minerales tan importante que nos ayuda a mejorar el sistema inmunológico de forma natural.

## 2.6 Glosario

### **Proyecto Productivo**

Un proyecto productivo es aquel proyecto que busca conseguir ganancias en dinero y generar una rentabilidad económica. Los promotores de un proyecto productivo suelen ser individuos y también empresas que están interesados en lograr ganancias económicas para distintos fines. ([www.lifeder.com/proyecto-productivo/](http://www.lifeder.com/proyecto-productivo/))

**El proyecto productivo** para la elaboración ravioles rellenos de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas arena de chulpi y aceitunas, es el resultado del análisis de una idea que se tiene para satisfacer a un sector que no es atendido, con un producto diferente y sobre todo de buena calidad, en este caso es el sector de la González Suarez

**Objetivos:** Son metas que nos proponemos realizar durante un tiempo definido.

**Objetivo general:** Es la a toma de decisión de realizar un proyecto para poder establecer el objetivo general en el mismo debemos anteponer un verbo infinitivo, en el caso de este proyecto vamos a ejecutar el proceso productivo.

**Objetivos específicos:** Establecer las actividades que se deberán realizar para cumplir con el objetivo general.

**Gourmet:** Galicismo que pudiera equivaler a gastrónomo delicado. Es lo que debe aspirar cualquier persona interesada por algo más que el simplemente alimentarse (Sauper, 2003) Biblioteca Manuela Espejo ISTP.

**Fusión:** Es una mezcla de ingredientes, técnicas y rasgos culinarios de diferentes países del mundo va más allá de solo combinar, sino que destaca las características principales de cada platillo y los unen en una carta (2022).

**Relleno Picadillo:** o masa de carne u otro alimento troceado finamente con el que se llena un ave, una empanada, pescados, ciertas hortalizas y hasta algunas frutas. (Sauper, 2003) biblioteca Manuela Espejo ISTP.

**Cortar:** Dividir o separar un alimento mediante un instrumento cortante (Sauper, 2003) biblioteca Manuela Espejo ISTP.

**Salsa:** Mezcla de distintas sustancias desleídas que se emplean para guisar, acompañar y aderezar las comidas. Sin ellas no sería posible una cocina digna de ese nombre. El nombre viene del latín y significa salado. Existen salsas frías y calientes (Sauper, 2003) biblioteca Manuela Espejo ISTP.

## 2.7 Materia Prima

### 2.7.1 Atributos De Materia Prima

Tabla 3 Atributos de la materia prima

| Nombre del producto  | Características generales                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Ilustración del producto                                                             |
|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Harina</b></p> | <p>La harina de trigo es una de las más producidas ya que se encuentra tanto en la repostería tradicional como en la contemporánea. Este producto se consigue moliendo el grano del trigo solo, o bien, mezclándolo con el trigo duro. Sus características pueden ser diferentes dependiendo del tipo de grano que se utilice, por ejemplo, blando o duro. Estas propiedades también tienen que ver con la molturación que se</p> |  |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                      |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|               | realice, es decir, con la manera de destruir el grano.                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                      |
| <b>Huevos</b> | <p>Su cáscara puede ser de diferentes colores (marrón, blanco, con manchas...) pero eso no afecta a su composición nutricional. El color de la cáscara depende de la raza de la gallina ponedora. Ésta cubierta es muy importante, ya que mantiene su integridad física y actúa como barrera bacteriológica.</p> |   |
| <b>Aceite</b> | <p>Líquido graso que se obtiene de otros frutos o semillas, como cacahuetes, algodón, soja, nueces, almendras, linaza, coco, etc., y de algunos</p>                                                                                                                                                              |  |

|                       |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                      |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | animales, como la ballena, foca, bacalao                                                                                                                                                                                               |                                                                                      |
| <b>Carne de chivo</b> | <p>Sus carnes son de un color rosa pálido casi blanquecino y tienen un alto contenido en proteínas equilibrado por un bajo contenido en grasas, por lo que es una carne especialmente indicada para una dieta sana y para cocinar.</p> |   |
| <b>Naranja</b>        | <p>La naranja es una fuente importante de hierro, fósforo, vitamina "A", vitamina "B", vitamina "C", calcio, potasio, fibra, azúcares no</p>                                                                                           |  |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                      |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|               | <p>procesados, grasas y proteínas, lo cual unido a su exquisito sabor lo convierte en un fruto altamente beneficioso para el organismo, especialmente si es consumido de forma regular.</p>                                                                                                            |                                                                                      |
| <b>Panela</b> | <p>La panela es un <b>edulcorante más natural que el azúcar blanco</b>, puesto que esta no ha sido refinada y aún conserva sus nutrientes, frente al primero que solo es fuente de carbohidratos. Así, es una buena alternativa a la hora de endulzar bebidas o de elaborar recetas de repostería.</p> |  |

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                    |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Aceituna negra</b> | <p>Hay dos destinos posibles para las aceitunas una vez que se recolectan. Por un lado, pueden ser usadas para la producción de aceite, con distintos niveles de acidez, en cuyo caso es difícil distinguir entre negras y verdes si no eres un experto, aunque es cierto que se pueden diferenciar distintos tonos verdes y dorados dependiendo de la variedad de oliva utilizada.</p> |  |
|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                      |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Queso criollo</b></p>  | <p>En México, el queso criollo es un tipo de queso semiduro elaborado con leche bronca de vaca. Su color varía de amarillento a anaranjado; su sabor es suave, ligeramente dulce y muy aromático</p>                                                                                        |    |
| <p><b>Pimiento verde</b></p> | <p>Los pimientos son también una buena fuente de fibra, la cual ayuda a disminuir el colesterol malo de la sangre. La fibra puede ayudar también a decrecer los riesgos de cáncer de colon, pues reduce el contacto entre las células del colon y las toxinas cancerígenas que pudieran</p> |  |

|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|                      | almacenarse en los intestinos.                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                      |
| <b>Canela molida</b> | <p>Su poder antioxidante es tan fuerte que, de hecho, la canela se ha utilizado durante muchísimo tiempo como conservante natural. Asimismo, para mejora las digestiones y ayuda a prevenir los resfriados, ya que es expectorante y posee propiedades analgésicas.</p> |    |
| <b>Ajo en pasta</b>  | <p>Las propiedades antioxidantes del ajo y sus componentes son de gran interés en relación con sus efectos anti aterogénico, anti hepatotóxico y anticancerígeno</p>                                                                                                    |  |

|                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Cilantro</b></p> | <p>El cilantro es una hierba sumamente versátil de la que se aprovecha todo: sus hojas, frutos, raíces y semillas. Se utiliza ampliamente en la cocina mediterránea, oriental, caribeña, italiana, latinoamericana, etc., para realzar el sabor de guisos, salsas, sopas, aderezos de ensaladas, carnes y pescados.</p> |    |
| <p><b>Cerveza</b></p>  | <p>Rica en vitaminas, proteínas, ácido fólico y antioxidantes, algunos estudios apuntan que su consumo moderado se asocia a beneficios cardiovasculares, de salud ósea y hasta contra</p>                                                                                                                               |  |

|               |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                         |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | la obesidad. Eso sí, siempre dentro de una alimentación equilibrada.                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                         |
| <b>Comino</b> | El comino es un fruto umbelífero. Es una especia muy utilizada en la gastronomía como un digestivo, además de darle un olor y sabor único a los platos.                                                                                                  |  <p>Comino <a href="http://www.herbales.com">www.herbales.com</a></p> |
| <b>Tomate</b> | Un tomate puede aportar alrededor del 40% del requerimiento diario de vitamina C. La vitamina C es un antioxidante natural que actúa contra el cáncer que causan los radicales libres. También contiene vitamina A y abundante potasio, así como hierro. |                                                                     |

|                        |                                                                                                                                                                                               |                                                                                      |
|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Sal</b></p>      | <p>Forma parte imprescindible de la dieta, tanto por la importancia de sus funciones regulatorias de los líquidos del organismo, como por su rol en los procesos de transmisión nerviosa.</p> |    |
| <p><b>Pimienta</b></p> | <p>Se emplea como antiséptico local, y un analgésico, ayuda con las molestias gastrointestinales, controla hemorragias, asimismo mejora los problemas del hígado.</p>                         |  |

Fuente: Investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

### 2.7.2 Incidencia en el medio ambiente

El material utilizado en el proyecto no atento al medio ambiente. La crianza de ovinos como es el chivo, estos requieren una alimentación herbívora de

pequeña altura, por lo cual es vegetariano, lo cual, no es propenso a sufrir enfermedades de alta gravedad. Se utiliza otros ingredientes que se obtiene de la flora regional.

## **2.8 Destreza y Habilidades**

El uso de ingredientes que entran dentro de la receta estándar de ravioles rellenos de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas arena de chulpi y aceitunas.

Las técnicas a utilizarse son mixtas, la misma que se compone de cocción e inmersión profunda caracterizadas por la sencillez y la facilidad con la que pueden ser aplicadas. Durante el proceso del proyecto

## **2.9 Calidad técnica**

En todo proceso para la elaboración de un producto se requiere de calidad, esto se consigue al momento de aplicar los conocimientos adquiridos a través del tiempo.

Todas las técnicas gastronómicas aplicadas en este proyecto, han sido obtenidas durante el tiempo de estudios en la carrera de gastronomía, acompañado de prácticas reales para la preparación del mismo, la cual es el resultado de conocimientos adquiridos que distingue la calidad en la producción y presentación.

## **2.10 Investigación De Campo**

### **2.10.1 Segmentación Del Campo Objetivo**

Para llevar a cabo este proyecto debemos separar a un grupo, para poder seleccionar a los potenciales clientes que se identifiquen con el consumo del plato que se va a preparar.

Al tratarse de un producto gourmet, el sector que se escogió es la González Suarez.

### Muestra

Para este proyecto utilizaremos la fórmula del cálculo de la muestra con datos infinitos, o indeterminados.

$$muestra = \frac{z^2 * p * q}{e^2}$$

$z^2$ = Varianza =  $1.96^2$

p= Probabilidad de éxito =0.95

q= Probabilidad de no éxito=0.05

$e^2$ = Margen de error=0.05

$$muestra = \frac{3.84 * 0.95 * 0.05}{0.0025}$$

$$muestra = \frac{0.1824}{0.0025}$$

$$muestra = 72.96.$$

$$M=73$$

La muestra que vamos a considerar es de 73

### 2.10.2 Encuesta

La encuesta es un instrumento que se utiliza para determinar el gusto por un producto o servicio.

## Encuesta

Buenos días, mi nombre es Geanella Rodríguez, soy estudiante de la carrera de Gastronomía del Instituto Superior Tecnológico El Pacifico”, estoy realizando una encuesta sobre: **ravioles rellenos de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas y arena de chulpi y aceitunas**, en este sector, tenga la gentileza de contestar las siguientes preguntas, misma que me servirán de apoyo para mi trabajo de titulación.

Genero: Femenino.....Masculino.....

**1.- ¿Ha consumido Usted ravioles?**

Si... No....

**2.- ¿Con cuáles de estos rellenos se ha servido los ravioles?**

De pollo.....espinaca y ricota..... boloñesa de carne  
.....Otro.....(especifique).....

**3.- ¿Con que frecuencia consume Usted ravioles?**

Semanalmente.....Mensualmente.....Trimestralmente.....semestralmen  
te.....anual.....

**4- ¿Los ravioles que Usted ha consumido le parece?**

Bueno.....Muy bueno.....Regular.....Malo.....

**6.- ¿El precio que Usted ha pagado por los ravioles es de?**

\$ 7.....\$9.....\$11.....

**7.-¿Si existiera un local que expendan ravioles relleno de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas y arena de chulpi aceitunas “. lo adquiriría?**

Si.....No.....

**8.- ¿Cuánto estarían dispuestos a cancelar por este nuevo producto?**

Gracias por su colaboración

### 2.10.3 Procesamiento de datos

Los datos que se han recolectado mediante la encuesta y de acuerdo a la

#### Sexo

Tabla 1 Sexo

| Variable  | Encuestas | Porcentaje |
|-----------|-----------|------------|
| Femenino  | 53        | 73%        |
| Masculino | 20        | 27%        |
| Total     | 73        | 100%       |

Fuente: investigación directa

Elaborado por: Geanella Rodríguez

Ilustración 2: Sexo



Fuente: investigación directa

Elaborado por: Geanella Rodríguez

#### Interpretación:

De las 73 personas encuestadas, el 73% es de sexo femenino y el 27% de sexo masculino

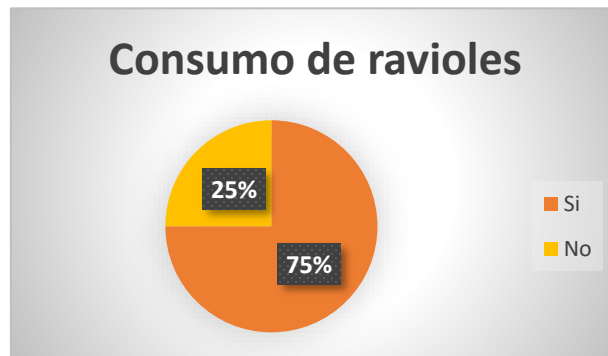
### Pregunta N°1 ¿Ha consumido Usted ravioles?

Tabla7. Pregunta 1

| Variable | Encuestas | Porcentaje |
|----------|-----------|------------|
| Si       | 55        | 75%        |
| No       | 18        | 25%        |
| Total    | 73        | 100%       |

Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Ilustración 3: Consumo de ravioles



Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

### Interpretación:

De las 73 personas encuestadas, el 75% manifestó que si, mientras que el 25% dijo que se han servido ravioles

## Pregunta N°2 ¿Con cuales de estos rellenos se ha servido los ravioles?

Tabla 4 Tipos de rellenos

| Variables         | Encuestados | Porcentaje |
|-------------------|-------------|------------|
| Pollo             | 32          | 58%        |
| Espinaca y ricota | 15          | 27%        |
| Boloñesa de carne | 8           | 15%        |
| Total             | 55          | 100%       |

Fuente: investigación directa

Elaborado por: Geanella Rodríguez

Ilustración 4: Tipos de relleno



Fuente: investigación directa

Elaborado por: Geanella Rodríguez

### Interpretación:

De las 55 encuestas realizadas, se determina que el 58% de pollo, el 27% de espinaca y ricota y el 15% de boloñesa de carne

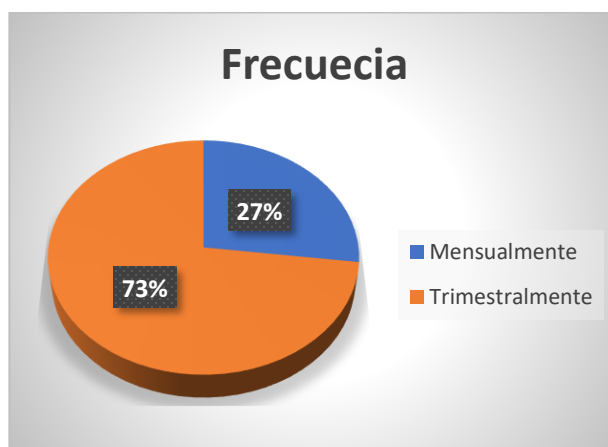
### Pregunta No.3 ¿Con qué frecuencia consume Usted ravioles?

Tabla Frecuencia de consumo 4

| Variables       | Encuestados | Porcentaje |
|-----------------|-------------|------------|
| Mensualmente    | 15          | 27%        |
| Trimestralmente | 40          | 73%        |
| Total           | 55          | 100%       |

Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Ilustración 5: Frecuencia



Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

### Interpretación:

El 73% manifestó que consume los ravioles trimestralmente, mientras que el 27% mensualmente

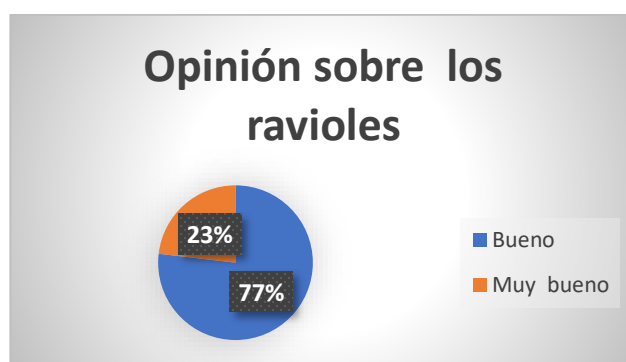
#### Pregunta N° 4 ¿Los ravioles que Usted ha consumido le parecen?

Tabla 5 Opinión sobre los ravioles

| Variables | Encuestados | Porcentaje |
|-----------|-------------|------------|
| Bueno     | 42          | 77%        |
| Muy bueno | 13          | 23%        |
| Total     | 55          | 100%       |

Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Ilustración 6: Opinión



Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

#### Interpretación:

De las 55 encuestas realizadas, el 77% manifestó que bueno, mientras que el 23% dijo que muy bueno

**Pregunta N° 5 ¿ El precio que Usted ha pagado por los ravioles es de?**

*Tabla 6: Precio*

| Variables | Encuestados | Porcentaje |
|-----------|-------------|------------|
| \$7       | 42          | 76%        |
| \$9       | 13          | 24%        |
| Total     | 55          | 100%       |
|           |             |            |

Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

*Ilustración 7: Precio*



Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

### **Interpretación:**

El 76% manifestó que \$7 y el 24% 9 dólares.

**Pregunta N° 6 ¿Si existiera un local que expendan ravioles rellenos de seco de chivo lo adquiriría?**

*Tabla 7: Lo adquiriría*

| Variable | Encuestas | Porcentaje |
|----------|-----------|------------|
| Si       | 55        | 100%       |
| Total    | 55        | 100%       |

Fuente: Investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

*Ilustración 8: Existencia*



Fuente: Investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

**Interpretación:**

De las 55 personas encuestadas, el 100% manifestó que si adquiriría este nuevo producto.

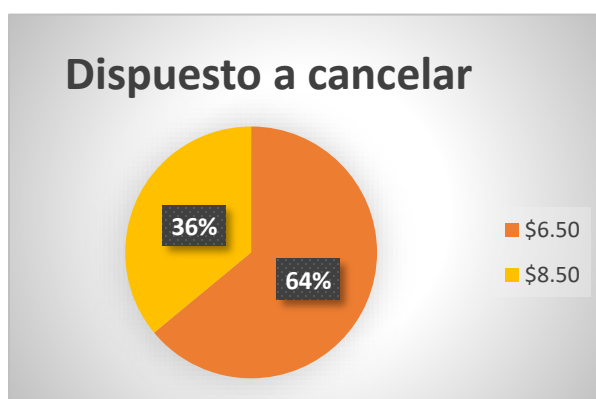
**Pregunta N° 7 ¿Cuanto estarían dispuestos a cancelar por este nuevo producto?**

*Tabla 8: Precio*

| Variables | Encuestas | Porcentaje |
|-----------|-----------|------------|
| \$6.50    | 35        | 64%        |
| \$8.50    | 20        | 36%        |
| Total     | 55        | 100%       |

Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

*Ilustración 9: Dispuesto a cancelar*



Fuente: investigación directa  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

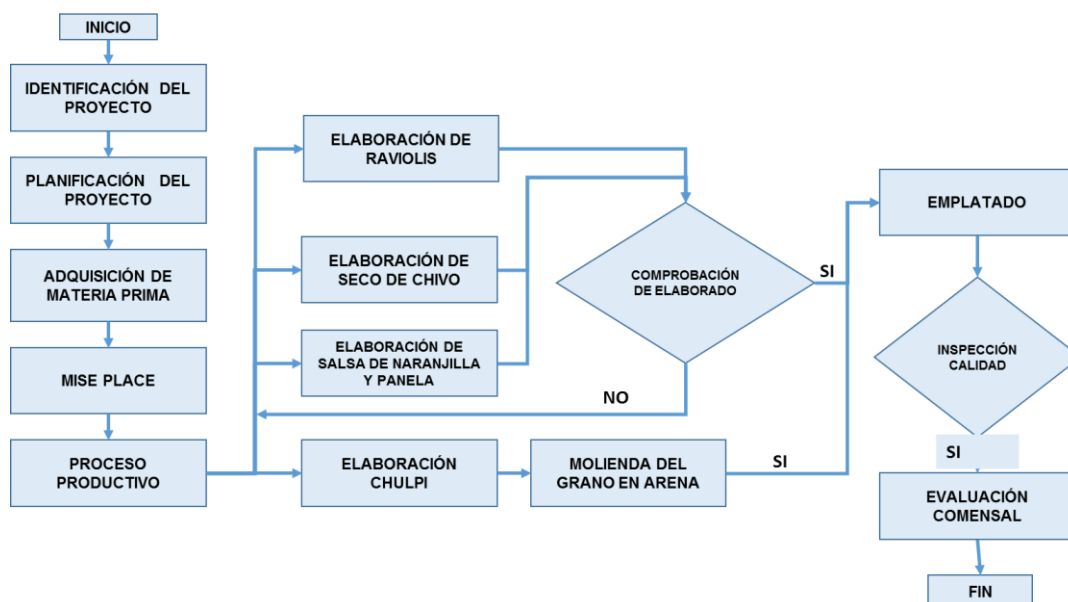
**Interpretación:**

De las 55 personas encuestadas, el 64% manifestó que \$6.50 y el 36% que \$8.50.

## 2.11 Proceso productivo

### 2.11 Flujograma productivo

Ilustración 10:Flujograma del proceso



Fuente: investigación directa

Elaborado por: Geanella Rodríguez

## 2.12 Puntos críticos

En todo proyecto es menester considerar los puntos críticos que se pueden determinar al llevar a cabo un proceso productivo en el área de la gastronomía, estos riesgos de contaminación. Por lo cual es importante tener en cuenta este punto, para evitar que los clientes sean contaminados con enfermedades transmitidas por los alimentos.

### **2.13 Inocuidad sanitaria**

Cuando procesamos un producto alimenticio debemos tener la certeza, que la salud del cliente no está en riesgo al momento de consumirlo.

En la preparación del plato objeto en este proyecto se tomarán todas las medidas de seguridad al momento de aplicar.

### **2.14 Control de calidad**

Para la realización del proceso productivo de ravioles relleno de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas arena de chulpi y aceituna, debemos tomar en consideración cada uno de estos parámetros requisito indispensable para que esta fusión de ingredientes tenga el resultado esperado y cumpla con los estándares de calidad establecidos en el mercado.

## CAPITULO III

### INGENIERÍA DEL PROYECTO

#### **3.1 Innovación en la gastronomía**

El término “gastronomía” procede del griego antiguo. La palabra designa al estudio de cómo el ser humano se relaciona con su alimentación. Para ello tiene en cuenta el entorno en el que cada grupo se ha desarrollado, así como la cultura o los adelantos técnicos.

La evolución de la gastronomía es el resultado de los cambios históricos, culturales y tecnológicos que han influido en la forma de alimentarse de las personas. La gastronomía se inició con el consumo de frutos y raíces; luego, con la caza y la domesticación de animales. Con el tiempo, se desarrollaron técnicas culinarias, utensilios, recetas y estilos de cocina que reflejaban la diversidad de cada región y época. La gastronomía también se especializó, profesionalizó y globalizó, dando lugar a nuevas tendencias y modalidades de comida.<sup>ii</sup>

La historia de la gastronomía está intrínsecamente relacionada con la historia de la humanidad, ya que el ser humano, como ente biológico, necesita de la alimentación para su subsistencia. Sin embargo, al estar dotado de conciencia y sensaciones, la alimentación es más que un factor fisiológico, es fuente de placer, un goce sensorial e incluso estético. Conforme ha avanzado en su civilización, el ser humano siempre se ha preocupado de hacer elaboraciones que no solo calmasen su apetito, sino que fuesen agradables a la vista, que tuviesen buen olor y buena presentación, por lo que ha desarrollado una puesta en escena con diversos utensilios, como vajilla, cubiertos, cristalería, servilletas, manteles, velas, flores o centros de mesa.<sup>iii</sup>.

### 3.1.1 Historia de la gastronomía

En los primeros momentos de la historia hubo un acontecimiento fundamental para el desarrollo posterior: el descubrimiento del fuego y de cómo controlarlo. Si ya el ser humano se había beneficiado de comenzar a consumir carne — fundamental para su evolución—, el fuego lo llevó un paso más allá.

Otro punto que marca la historia de la gastronomía es la influencia de nuevos ingredientes y costumbres que supusieron las rutas comerciales entre Europa, Asia y el descubrimiento de América.

A pesar de que hoy en día las diferentes tradiciones gastronómicas están más unidas que nunca, los expertos siguen nombrando a algunas de estas como las más destacadas en el planeta. La mediterránea, la francesa, la china, la mexicana y la turca aparecen siempre en los primeros puestos por su influencia y por sus características.

En un principio, los antepasados del hombre lo hacían simplemente recogiendo lo que la naturaleza les daba, sin procesarlo; después fueron añadiendo mezclas de ingredientes y elaborando lo que hoy se conocen como recetas.

Durante la historia, la influencia de varios factores ha cambiado la gastronomía humana. Por eso, aspectos como el desarrollo agrícola o la mejora en la conservación de los alimentos son fundamentales para entender su evolución. Muchos autores señalan tres hitos diferentes que configuran la aparición de la gastronomía tal y como la entendemos hoy. Se trata de diferentes descubrimientos o cambios en las costumbres que fueron fundamentales para el ser humano, incluso en el aspecto evolutivo.

## Primer hito

El primer hito se dio hace unos dos millones y medio de años. Se supone que ocurrió en África y consistió en la incorporación de la carne a la dieta recolectora del momento.

Ilustración 11 Hombres prehistóricos cazando



Fuente: <https://www.lifeder.com/historia-gastronomia-mundial/>

Esta aportación de proteínas y otros nutrientes produjo un gran cambio físico, incluido el aumento del tamaño del cerebro y, por consiguiente, de las capacidades cognitivas.

Antes de que el hombre utilizara el fuego se alimentaba de los que recolectaba, sin ningún tipo de preparación. Eran frutos, raíces y tallos; en general, consumía lo que le ofrecía la naturaleza. Con el paso de los años también comenzó a cazar animales: primero los pequeños, como las lagartijas o ratones; y después piezas mayores, como los bisontes.

También comenzó a practicar la pesca de manera muy rudimentaria. Para conservar el pescado, y también parte de la carne, se usaban técnicas de salazón. Eso sí, todo se consumía en crudo, dejando el sabor en un segundo plano.

## Segundo hito

El segundo punto de inflexión fue el descubrimiento del fuego. Se supone que tuvo lugar hace unos cientos de miles de años en alguna parte de Eurasia.

Ilustración 12 Representación de hombre prehistórico haciendo fuego



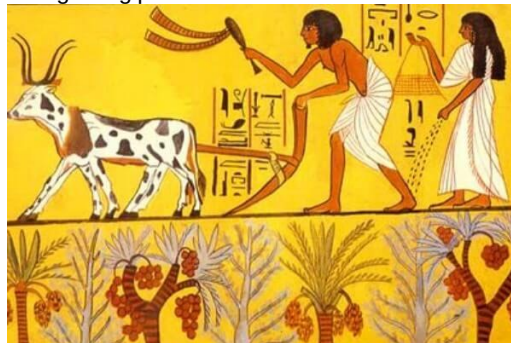
Fuente: : <https://www.lifeder.com/historia-gastronomia-mundial/>

A esto hay que añadir que comenzaron a experimentar con métodos de conservación de los alimentos. Igualmente, estos adelantos provocaron que se empezara a dar valor al gusto en la comida, dejando de ser únicamente de supervivencia.

Al descubrirse el fuego, cambió el concepto y apareció la cocina, aunque de momento limitada a los asados.

## Tercer hito

Ilustración 13 Arado en el Antiguo Egipto. Pintura de la Cámara funeraria de Sennedjem, 1200 a.C



Fuente: <https://www.bing.com/images/search?q=arado+antiguo+egipto&id=58D7422798B57D5911ED384A2DE74C534ABB1742&form=IQFRBA&first=1&disoverlay=1>

El tercer hito del que hablan los autores es bastante más moderno. La aparición de la agricultura, hace unos 12 000 años, fue otra revolución en el campo de la alimentación humana.

Esto, más el comienzo de la ganadería, cambiaron totalmente la sociedad neolítica, así como su forma de comer.

El comienzo de la agricultura y la ganadería hizo que todo el sistema social cambiara. El ser humano se fue volviendo sedentario y no necesitaba desplazarse para buscar el alimento.

Además, comenzaron a aprovechar productos secundarios de los animales, como la leche. Por último, la artesanía provocó que empezara a usarse el barro para cocinar.

### **Egipto y cultura hebrea**

Las grandes civilizaciones que aparecieron en esta época también se distinguieron por sus particularidades gastronómicas. Estas ejercieron una gran influencia sobre otras regiones cercanas, por lo que se pueden considerar como los primeros casos en los que una tradición culinaria se expandió del centro a las periferias.

En el caso de Egipto la alimentación estaba muy basada en los cereales y legumbres. Además, pese a su localización en el desierto, el aprovechamiento de las crecidas del Nilo provocaba que produjeran mucha fruta: desde los dátiles hasta las sandías.

Los egipcios introducen el pan en la dieta. La carne solo se la podía permitir la clase más acomodada, mientras que la población con menos recursos apenas la probaba.

Su forma de comer era muy protocolaria, haciéndolo siempre sentados y usando tenedores y cucharas. Tanta importancia se le daba que, en las tumbas de los faraones, aparecen grandes cantidades de comida para alimentarlos en su trayecto al más allá.

Por su parte, los hebreos son un caso curioso en el tema gastronómico. Estaban muy influidos por los motivos religiosos que, según los historiadores, tienen un origen previo social.

Por ejemplo, la prohibición de la carne de cerdo parece provenir de una epidemia que afectaba al ganado porcino y que podía ser mortal para los humanos. En los templos también se comía como parte de los ritos.

Los hebreos consumían vino y bastantes lácteos, así como hortalizas y frutas. La carne más tradicional era la de cordero o cabra.

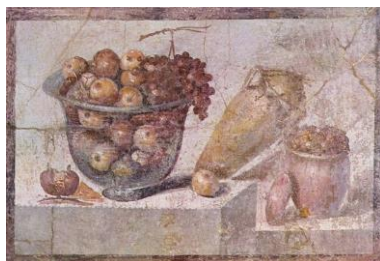
### **Grecia**

En cuanto a los griegos, son los primeros que le dan una vertiente divulgativa a sus conocimientos gastronómicos. Así, en el siglo IV a. C. Arquéstrato de Gela fue el primero que escribió una guía sobre el tema, conectándola con la cultura. Como aportaciones destacan el aceite de oliva y el uso del cerdo y los guisos. Su importancia en la cultura europea hace que su gastronomía se extienda por todo el Mediterráneo.

### **Roma**

El Imperio romano, con su expansión al resto del continente y parte de Asia, recogió influencias muy diversas que se pueden comprobar muy claramente en su gastronomía. En un principio era bastante básica: tan solo vegetales, cereales y legumbre. Conforme crecía su territorio y riqueza, fue haciéndose más compleja.

Ilustración 14 Fresco de Pompeya, c. 70 a. C.



Fuente: <https://www.lifeder.com/historia-gastronomia-mundial/>

De Grecia copiaron el uso del aceite y el cerdo. Además, trajeron muchas hierbas aromáticas del Asia menor, que incorporaron a su cocina. Igualmente fueron maestros de la avicultura y la piscicultura, y comenzaron a elaborar embutidos.

Socialmente, sobre todo entre las clases altas, la hora de la comida era todo un acontecimiento. Los grandes banquetes eran frecuentes y desarrollaron varios rituales y ceremoniales para esos momentos.

Por último, fueron continuadores de la labor de divulgación que habían iniciado los helenos. Se puede destacar a autores como Lúculo o Maco Gavio Apicio, este último responsable de un famoso recetario llamado *Apitii Celii de re coquinaria libri decem*, que adquirió un gran prestigio durante el Renacimiento.

## Edad Media

Más que por la labor de los países europeos, que sufrieron grandes hambrunas y epidemias, la gastronomía medieval destaca por las aportaciones de árabes y bizantinos, mucho más refinados en ese momento.

También Persia colaboró aportando algunos ingredientes, que llegaron a Europa llevados por los árabes. Así, estos le dieron más valor al uso del arroz, la caña de azúcar y a verduras como la berenjena.

Ilustración 15 Sacrificio de un cerdo en la Edad Media



Fuente: <https://www.lifeder.com/historia-gastronomia-mundial/>

## **Edad Media**

Los bizantinos, que recogían la herencia clásica griega, fueron grandes fabricantes de quesos y muchos de sus platos incorporaron carne picada. Es famosa también su repostería.

Dentro de las cortes europeas sí existieron tratadistas que elaboraron recetarios y estudios gastronómicos, pero las creaciones más elaboradas solo estaban destinadas a la nobleza.

## **Renacimiento**

Como en el resto de los aspectos culturales, el Renacimiento miró a las culturas clásicas para incorporar sus recetas. Se considera a esta época como la del nacimiento de una gastronomía refinada y sofisticada, con grandes aportaciones culinarias.

La apertura de la llamada Ruta de las Especias dotó al arte gastronómico de nuevos sabores. Venecia, uno de los territorios que más comerciaba con oriente, se convirtió en uno de los centros de referencia en este campo: mostaza, pimienta, azafrán o clavo empezaron a utilizarse de manera continua.

Otro acontecimiento fundamental fue el descubrimiento de América. Nuevos productos llegaron a Europa, algunos tan importantes como la patata, el tomate, el pimiento o los frijoles.

Ya durante la última etapa renacentista es cuando Francia se convierte en uno de los centros gastronómicos más importantes, posición que mantiene hasta ahora. Los aristócratas y los reyes impulsan esta revolución en la comida que, no obstante, no fue disfrutada por una mayoría del pueblo hambriento.

### **3.1.3 La gastronomía prehispánica**

Esta es descrita por historiadores de la conquista a América, como:

“La cocina prehispánica incluía a varios guisos cotidianos y comidas de temporada, vinculadas a las principales fiestas en honor a los dioses del

panteón indígena, y asimismo en estrecha relación con los diferentes momentos de los cultivos agrícolas y con la climatología de las estaciones del año.

Los antiguos mexicanos cocinan sus alimentos de diversas maneras: asados directamente a las brasas y con leña, como es el caso de animales, o colocados sobre comales de barro, cuyo mejor ejemplo son las tortillas; hervidos en agua, como algunas verduras o cocidos al vapor, como ciertos tamales ( otros se asaban, con todo y hoja); muy interesante es el caso de la barbacoa que, en términos generales, se trata de carne envuelta en hojas vegetales y cocida en hoyo bajo el suelo, cubierto de tierra, el que previamente se han calentado con leña y piedras que absorben y mantienen el calor. En la cocina prehispánica no se acostumbra freír los alimentos, pues no disponían regularmente de aceites vegetales ni de mantecas animales.

Los indígenas conservaban algunos alimentos por medio del proceso de secado o salado, o ambos juntos, sobre todo en la calidad regiones costeras y en las zonas lacustres. Hasta hoy subsisten el hábito de consumir pescados y camarones preparados de esa manera; tenían varias formas de endulzar, por medio de mieles de maíz, maguey, de abeja y de otros vegetales. Lo relacionado con las bebidas alcohólicas y así mismo de las espirituosas, como el pulque, y el chocolate.

## Edad Moderna

No fue hasta después de la Revolución francesa cuando gastronomía más elaborada comenzó a ser común entre el pueblo. Tras ese evento dejó de ser algo exclusivo de las clases altas y se expandió a todos los niveles. Un buen ejemplo es la aparición de restaurantes, algunos de ellos económicos y asequibles para la población trabajadora.

Ilustración 16 Comida típica de la Edad Moderna.



Fuente: Annibale Carracci, CC BY-SA 4.0 <<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>>, vía Wikimedia Commons

Otra revolución, en este caso la Revolución Industrial, significó la popularización de las conservas, facilitando el acceso a muchos alimentos. Los recetarios y tratados de cocina se multiplicaron y un nuevo género vio la luz: la crítica gastronómica.

## 3.2 Actualidad

Las tendencias actuales presentan varias características propias que las hacen muy distinguibles frente a otras épocas. Por una parte, ha aparecido un movimiento que propugna el regreso a una alimentación sana. La obesidad se ha convertido en un problema en las sociedades avanzadas y cada vez aparecen más productos que buscan el equilibrio alimentario.

Ilustración 17 Ensalada de la actualidad



Fuente: [http://bibliotecadigital.ilce.edu.mx/sites/fondo2000/vol2/20/htm/sec\\_6.html](http://bibliotecadigital.ilce.edu.mx/sites/fondo2000/vol2/20/htm/sec_6.html)

Por otra parte, la globalización ha provocado que se pueda encontrar comida de cualquier zona del mundo en muchas ciudades. Comidas como la japonesa, la mexicana o la india se pueden degustar por todo el planeta, con más o menos calidad.

Por último, también hay un sector de profesionales de la gastronomía que ha buscado experimentar con nuevos sabores y técnicas: desde el uso del nitrógeno líquido al de ingredientes poco conocidos, como algunas pequeñas algas marinas.

Se puede decir que hoy se vive una auténtica edad dorada en este campo, con muchos cocineros elevados a la categoría de estrellas populares y múltiples programas de cocina en la televisión.

Ilustración 18 presencia de modernas recetas gastronómicas



La gastronomía de América Latina es muy rica y diversa. Cada país tiene su propia cocina y platos típicos. Algunos ejemplos son:

- Argentina: La combinación de la cocina italiana, española, indígena y criolla hacen de la gastronomía argentina una de las más originales de Latinoamérica.
- Brasil: La culinaria brasileña se remonta al descubrimiento de Brasil por los portugueses en el año 1500.
- Bolivia, Chile, Colombia, México, Perú y Venezuela también tienen su propia gastronomía y platos típicos.
- Algunos platos típicos de América Latina son: Feijoada (Brasil), Bandeja Paísa (Colombia), Curanto (Chile), Encebollado (Ecuador), Tamales (Bolivia, Argentina, México, etc), Ceviche o cebiche (Perú), Arepa (Colombia y Venezuela), Tacos (México).
- Hay un total de seiscientas auténticas recetas provenientes de veintidós países, desde las costas tropicales de México a las islas del cono sur.

### 3.3. Beneficios y propiedades de la materia prima y los materiales

*Tabla 9 Beneficios de la materia prima y materiales*

| Materia prima | Propiedades                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Beneficio                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Harina</b> | Aportan principalmente proteínas de origen vegetal, y, también, una buena cantidad de hidratos de carbono. Son bajas en grasas, y contienen fibra, vitaminas como el ácido fólico o la vitamina B6 y, también minerales, como el magnesio, el potasio o el zinc. (htt2)                                           | El trigo es un alimento rico en hidratos de carbono, por lo que aporta energía tanto a nuestros músculos, como a nuestro cerebro. También tiene un gran valor antioxidante, contiene proteínas, grasas, minerales y una considerable cantidad de vitaminas, concretamente vitaminas A, E, B-3 y B-9 |
| <b>Huevos</b> | el huevo es una excelente fuente de vitaminas y minerales. Dos huevos permiten cubrir más del 15% de las IR de vitamina A, E, B <sub>2</sub> , niacina, hierro, zinc y selenio, y más del 30% de las IR de vitamina B <sub>12</sub> , ácido pantoténico, biotina, colina y fósforo de adultos entre 20 y 49 años. | son una buena fuente de proteínas, sino que están repletas de vitaminas y minerales, lo que es bueno para el desarrollo cerebral del bebé.                                                                                                                                                          |

| Materia prima         | Propiedades                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Beneficio                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | (htt1)                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Aceite</b>         | <p>La cristalización.<br/>El punto de fusión.<br/>La viscosidad.<br/>El índice de refracción.<br/>La densidad.<br/>La solubilidad.<br/>La plasticidad.<br/>La capacidad emulsionante.</p> <p>(htt3)</p>                                                                                           | <p>Eleva los niveles de colesterol HDL (bueno)<br/>Disminuye el colesterol LDL-c (colesterol malo)<br/>Beneficia el control de la hipertensión arterial.<br/>Reduce la aparición de trombosis y previene la aparición de diabetes.</p> <p>(htt4)</p> |
| <b>Carne de chivo</b> | <p>La carne de cabrito es rica en vitaminas del grupo B, en niveles comparables con los del vacuno.</p> <p>Entre ellas destacan la vitamina B3, una vitamina que participa en la transformación de los hidratos de carbono, proteínas y grasas en energía. Por otra parte, ayuda a reducir el</p> | <p>En la carne de cabrito podemos encontrar un buen nivel de vitamina B3, encargada de regular los niveles de glucosa en sangre, colesterol y ácidos grasos.</p> <p>(htt5).</p>                                                                      |

| Materia prima | Propiedades                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Beneficio |
|---------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
|               | <p>colesterol y estabilizar los niveles de glucosa y ácidos grasos en sangre.</p> <p>También contiene vitamina B1, que contribuye al metabolismo de los carbohidratos, la absorción de la glucosa y la buena salud cutánea.</p> <p>Cuenta además con vitamina B6, la cual ayuda a formar las células sanguíneas, glóbulos rojos y hormonas. Entre otras funciones, ayuda a mantener el sistema nervioso y el inmune y contribuye a evitar la formación de piedras o cálculos en el riñón.</p> <p>Finalmente, la carne de cabrito presenta vitamina B12, que favorece el</p> |           |

| <b>Materia prima</b> | <b>Propiedades</b>                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Beneficio</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      | <p>buen funcionamiento del corazón, cerebro y sistema nervioso.</p> <p>(htt6)</p>                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Naranja</b>       | <p>La naranja contiene propiedades diuréticas, ayudando al organismo a eliminar toxinas. Ayuda a incrementar la calidad y cantidad en la formación del cabello y las uñas. También fortalece a los huesos y disminuye el colesterol malo.</p> <p>(htt7)</p> | <p>Disminuye el colesterol malo y facilita la eliminación. del ácido úrico.</p> <p>(htt8)</p>                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Panela</b>        | <p>Su alto contenido en fósforo y calcio aporta a la panela la cualidad de prevenir las caries y fortalecer nuestros huesos. Es rica en hierro, por lo que combate la anemia.</p>                                                                           | <p>Su alto contenido en fósforo y calcio aporta a la panela la cualidad de prevenir las caries y fortalecer nuestros huesos. Es rica en hierro, por lo que combate la anemia. Nos llena de energía. No contiene calorías vacías: por lo que no resta nutrientes al organismo como sí ocurre con el azúcar blanco.</p> |

| <b>Materia prima</b>  | <b>Propiedades</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Beneficio</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | (htt9)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Aceituna negra</b> | <p>Grasas mono insaturadas, ayudan a reducir el colesterol y los triglicéridos.</p> <p>Vitamina E, A (protege la salud ocular y el sistema inmune)</p> <p>Gracias a su contenido en hierro ayuda a tratar la anemia.</p> <p>Proteínas.</p> <p>Fósforo aumenta la capacidad mental y la concentración</p> <p>(htt12)</p> | <p>Contiene importantes cantidades de vitaminas A y E, que son altamente recomendables para el sistema inmunológico y para tener buenos niveles de antioxidantes, respectivamente. Además, contienen hierro, algo que puede prevenir la anemia y que ayuda a regular la presencia de este nutriente en nuestro organismo</p> |
| <b>Queso criollo</b>  | <p>El queso contiene proteínas, en cantidad superior que la leche, de alto valor biológico que ayudan a formar, reparar</p>                                                                                                                                                                                             | <p>Uno de los beneficios del queso es que es muy rico en proteínas y estas nos ayudan a formar y recuperar la masa corporal, además contiene vitaminas, sales minerales y materia grasa</p>                                                                                                                                  |

| <b>Materia prima</b>  | <b>Propiedades</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Beneficio</b>                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | y mantener los tejidos del cuerpo. Calcio.<br>(htt10)                                                                                                                                                                                                                                                                            | fácilmente digerible. Es por eso, que el consumo de una porción de queso al día es tan favorable para nuestra salud.<br><br>(htt11)                                                                                                                                                           |
| <b>Pimiento verde</b> | os pimientos son también una buena fuente de fibra, la cual ayuda a disminuir el colesterol malo de la sangre. La fibra puede ayudar también a decrecer los riesgos de cáncer de colon, pues reduce el contacto entre las células del colon y las toxinas cancerígenas que pudieran almacenarse en los intestinos<br><br>(htt13) | Los pimientos verdes son una estupenda fuente de fibra. Tienen un alto contenido de hierro, su riqueza en vitamina C ayuda al cuerpo a absorberlo de forma más eficiente. Es un buen antioxidante y antiinflamatorio, por su contenido en vitamina C y por poseer flavonoides.<br><br>(htt14) |
| <b>Canela molida</b>  | canela permite reducir los niveles de azúcar y de colesterol y triglicéridos en la sangre<br>(htt21)                                                                                                                                                                                                                             | Reduce los niveles de glucosa en sangre.<br>Ayuda a tener buenas digestiones.<br>Regula el ritmo intestinal.                                                                                                                                                                                  |

| Materia prima       | Propiedades                                                                                                                                                    | Beneficio                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                     |                                                                                                                                                                | <p>Es un poderoso anti-edad.</p> <p>Puede emplearse como relajante muscular.</p> <p>Fortalece tus huesos.</p> <p>Calma los dolores de la menstruación</p> <p>(htt22)</p>                                                                                                               |
| <b>Ajo en pasta</b> | <p>Estudios científicos han comprobado que la ingesta regular de canela permite reducir los niveles de azúcar y de colesterol y triglicéridos en la sangre</p> | <p>Su poder antioxidante es tan fuerte que, de hecho, la canela se ha utilizado durante muchísimo tiempo como conservante natural. Asimismo, para mejora las digestiones y ayuda a prevenir los resfriados, ya que es expectorante y posee propiedades analgésicas.</p> <p>(htt24)</p> |
| <b>Cilantro</b>     | <p>Es un buen antiinflamatorio y tiene propiedades antisépticas</p>                                                                                            | <p>Es una hierba aromática originaria del sudeste asiático y del norte de África, de sabor fuerte y múltiples beneficios para la salud. Es un buen antiinflamatorio, tiene propiedades antisépticas (bloquea la proliferación de microorganismos), es diurético y</p>                  |

| Materia prima  | Propiedades                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Beneficio                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | muy rico en vitamina C y K.<br>(2022)                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Cerveza</b> | La cerveza se obtiene del trigo o la cebada, estos cereales contienen carbohidratos complejos, los cuáles posteriormente se transforman en azúcares simples y finalmente producen alcohol, todo ello gracias a la acción de las levaduras. Numerosas investigaciones científicas han corroborado que se trata de una bebida ventajosa para la salud, siempre y cuando no se abuse de ella | Buena para el corazón.<br>La cerveza tiene efectos beneficiosos para la salud del corazón. ...<br>Ayuda a controlar la hipertensión. ...<br>Buena para los riñones. ...<br>Fortalece los huesos. ...<br>Aumenta el colesterol bueno (HDL) ...<br>Aporta fibra. ...<br>Combate el insomnio. |
| <b>Comino</b>  | 100 gramos de comino contienen<br><br>17,8 gramos de proteínas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Es ideal para la buena digestión y evitar la formación de gases<br>Reduce los niveles de colesterol malo en la sangre                                                                                                                                                                      |

| Materia prima | Propiedades                                                                                                                                                               | Beneficio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               | <p>22,27 gramos de grasa saludable</p> <p>También contiene minerales como el hierro, cobre, calcio, fósforo, potasio, zinc y manganeso</p> <p>Es fuente de vitamina .</p> | <p>Estimula el apetito y activa la formación de jugos gástricos</p> <p>Alivia los espasmos gastrointestinales</p> <p>Contiene propiedades diuréticas</p> <p>Ayuda a evitar la hinchazón abdominal</p> <p>Se le atribuyen propiedades para perder peso</p> <p>Ayuda a aumentar las defensas del cuerpo</p> <p>Favorece la eliminación de parásitos intestinales</p> <p>Ayuda a reducir los niveles de triglicéridos</p> <p>Estimula la pérdida de toxinas del cuerpo</p> <p>De forma tópica se emplea para reducir los dolores musculares</p> <p>Es efectivo contra los síntomas de bronquitis</p> <p>Contrarresta el mal aliento</p> <p>Contiene propiedades tranquilizantes y ayuda a conciliar el sueño</p> |

| Materia prima        | Propiedades                                                                                                                                                                                                                                                        | Beneficio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      |                                                                                                                                                                                                                                                                    | <p>Combate el deterioro celular debido a sus antioxidantes</p> <p>Ayuda a combatir la anemia gracias a sus altas cantidades de hierro</p> <p>Fortalece huesos y dientes</p> <p>Combate el acné</p> <p>Apoya el tratamiento contra la diabetes (2021)</p>                                                                                                                                                                                    |
| <p><b>Tomate</b></p> | <p>Antioxidante</p> <p>Protector de la vista</p> <p>Mejora la circulación sanguínea</p> <p>Anticancerígeno</p> <p>Regulador del tránsito intestinal</p> <p>Diurético natural</p> <p>Cuida tu piel, dientes y pelo</p> <p>El tomate fortalece el sistema inmune</p> | <p>Previene problemas visuales. El tomate contiene un alto contenido en vitamina A, además de proporcionar luteína y zeaxantina. Todo esto protege al ojo del daño causado por la luz. También ayuda a reducir el desgaste y prevenir infecciones.</p> <p>Mejora la circulación. Las vitaminas K, C y E, sumadas a la acción del hierro, ayudan a regular la coagulación en la sangre y a reducir los niveles de colesterol malo o LDL.</p> |

| Materia prima | Propiedades | Beneficio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |             | <p>Anticancerígeno natural. Al brindar la acción antioxidante del licopeno, se protegen las células y se evita que se conviertan en cancerígenas. Estudios demuestran que consumir tomate fresco puede ayudar a tratar y prevenir el cáncer de estómago, riñón y páncreas.</p> <p>Previene el estreñimiento. Al ser rico en fibra, el tomate puede mejorar el tránsito intestinal, evitando problemas de estreñimiento crónico. Se recomienda consumirlo sin quitarle la piel y con abundante agua.</p> <p>Evita el envejecimiento prematuro. Gracias al aporte de vitamina A, vitamina C y biotina, el tomate ayuda a evitar la caída del cabello y le da una apariencia fuerte y brillante. También ayuda a la piel a conservar su</p> |

| Materia prima | Propiedades                                                                                           | Beneficio                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|               |                                                                                                       | <p>luminosidad y firmeza por más tiempo.</p> <p>Fortalece el sistema inmune. Su acción antioxidante mantiene en buen estado las células del cuerpo, ayudando a que el sistema inmune se mantenga fuerte y preparado, lo que a su vez lo prepara para luchar contra los virus y bacterias que ingresan al organismo.</p> <p><b>Diurético.</b> Gracias a la acción del ácido úrico, el tomate ayuda a desintoxicar el cuerpo y estimula la micción de forma natural. Esto es ideal para evitar infecciones urinarias. (Javier zaragoza Villanueva, 2023).</p> |
| Sal           | Gracias a sus propiedades alcalinas, la sal regula el pH del cuerpo, ya que ayuda a recuperar ciertos | Gracias a sus propiedades alcalinas, la sal regula el pH del cuerpo, ya que ayuda a recuperar ciertos nutrientes. Además, contribuye a prevenir                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |

| <b>Materia prima</b> | <b>Propiedades</b>                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Beneficio</b>                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                      | nutrientes. Además, contribuye a prevenir niveles altos de ácido en el cuerpo, y previene enfermedades de riñón e hígado.<br><br>(htt23)                                                                                                           | niveles altos de ácido en el cuerpo, y previene enfermedades de riñón e hígado.<br><br>(htt23)                                                                                                                                                     |
| <b>Pimienta</b>      | la pimienta estimula los enzimas digestivos pancreáticos (lipasas, amilasas y proteasas) e intestinales (lipasas), mejorando la digestión: ayuda en el vaciado gástrico y al ser una especia carminativa ayuda a eliminar los gases<br><br>(htt19) | la pimienta estimula los enzimas digestivos pancreáticos (lipasas, amilasas y proteasas) e intestinales (lipasas), mejorando la digestión: ayuda en el vaciado gástrico y al ser una especia carminativa ayuda a eliminar los gases<br><br>(htt19) |
| <b>Chulpi</b>        | tiene propiedades antiinflamatorias, antialérgicas y protectoras frente al cáncer (mama, colon y próstata), además, contribuye a reducir los                                                                                                       | Previene la inflamación y el daño oxidativo. ...<br>Protege de forma natural contra el cáncer y las enfermedades cardíacas. ...<br>Ayuda excelente contra la diabetes. ...                                                                         |

| Materia prima          | Propiedades                                              | Beneficio                                                                                                                                                  |
|------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Cebolla paiteña</b> | síntomas de fatiga, ansiedad y depresión.<br><br>(htt18) | Alivia los síntomas de la gripe y el resfriado. ...<br>Fortalece la salud del cabello y de la piel. ...<br>Refuerza el sistema inmunológico<br><br>(htt17) |

Fuente: investigación directa

Elaborado por: Geanella Rodríguez

### 3.4 Receta Estándar

Una receta estándar se refiere al detalle de cada uno de los ingredientes que se utilizara en la elaboración de un producto, dentro del cual deben de establecerse el peso tanto en gramaje como en mililitro.

para la elaboración de los raviolos rellenos de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas arena de chulpi y aceitunas la receta estándar se detalla a continuación.



## INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR EL PACÍFICO GASTRONOMÍA

**RECETA ESTANTAR:** de Raviolos rellenos de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas arena de chulpi y aceitu



|                           |                |               |                       |                    |
|---------------------------|----------------|---------------|-----------------------|--------------------|
| <b>No. RECETA</b>         | <b>1</b>       |               |                       |                    |
| <b>Receta</b>             |                |               |                       |                    |
| <b>No. de porciones</b>   | <b>10</b>      |               |                       |                    |
| <b>Tipo de receta</b>     | <b>Entrada</b> |               |                       |                    |
| <b>Ingredientes</b>       | <b>Cantid</b>  | <b>Unidad</b> | <b>Valor unitario</b> | <b>Valor total</b> |
| Harina                    | 500            | gr            | 1,8                   | 0,9                |
| Yemas de huevo            | 4              | u             | 0,18                  | 0,72               |
| Aceite de oliva           | 15             | gr            | 8,75                  | 0,13               |
| Agua                      | 6              | ml            |                       |                    |
| Sal                       | 1              | gr            | 0,48                  | 0,01               |
| <b>SECO DE CHIVO</b>      |                |               |                       |                    |
| Carne de chivo            | 500            | gr            | 3,2                   | 6,8                |
| Cebolla paiteña           | 250            | gr            | 1,66                  | 0,41               |
| Pimiento verde            | 100            | gr            | 1,84                  | 0,18               |
| Ajo en pasta              | 10             | gr            | 1,5                   | 0,03               |
| Cilantro                  | 1              | gr            | 0,63                  | 0,01               |
| Tomate en lata            | 1              | u             | 2,09                  | 2,09               |
| Zumo de naranjilla        | 80             | ml            | 1,55                  | 0,25               |
| Cerveza rubia             | 250            | ml            | 8,09                  | 1,3                |
| Comino                    | 2              | gr            | 6,84                  | 0,07               |
| Aceite                    | 10             | ml            | 3,17                  | 0,03               |
| Aceite achiote            | 10             | ml            | 2,07                  | 0,04               |
| Sal                       | 1              | gr            | 0,48                  | 0,01               |
| Pimienta                  | 1              | gr            | 0,78                  | 0,01               |
| <b>SALSA</b>              |                |               |                       |                    |
| Zumo de naranjilla        | 150            | gr            | 1,55                  | 0,47               |
| Anís estrellado           | 1              | gr            | 0,37                  | 0,01               |
| Panela                    | 30             | gr            | 1,09                  | 0,05               |
| Hoja de menta             | 1              | gr            | 0,54                  | 0,01               |
| Azúcar                    | 30             | gr            | 1,24                  | 0,03               |
| Sal                       | c/n            |               | 0,48                  | 0,01               |
| Pimienta                  | c/n            |               | 0,78                  | 0,01               |
| <b>MIX DE HOJAS</b>       |                |               |                       |                    |
| Rúcula, Mitsuba, Escarola | 100            | gr            | 3,25                  | 3,25               |
| <b>ARENAS</b>             |                |               |                       |                    |
| Maíz chulpi               | 100            | gr            | 2,38                  | 1,19               |
| Aceituna negra            | 100            | gr            | 2,5                   | 1,92               |
| Queso criollo             | 125            | gr            | 1,15                  | 1,15               |

Fuente: investigación directa

Elaborado por: Geanella Rodríguez

### **3.4.1 Procedimiento de la receta estándar**

#### **Seco de chivo**

- En una cacerola ponemos agua a hervir y colocamos dentro las piezas de carne de chivo para blanquearlas por 3 minutos. Retiramos y reservamos.
- Cortamos en brunoise: cebolla y pimiento, el cilantro lo cortamos fino. En una sartén colocamos aceiteachiote una vez caliente incorporamos la cebolla junto con el pimiento y dejamos cocinar, añadimos el ajo en pasta, el tomate previamente licuado y dejamos cocinar por unos 5 minutos hasta que se forme una pasta.
- A este refrito le agregamos cerveza, el zumo de naranjilla y unos trocitos de panela y dejamos cocinar por 3 minutos.
- Ponemos a calentar una sartén, colocamos aceite y sellamos las piezas de carne de chivo.
- En una olla de presión colamos las piezas de chivo selladas junto con el refrito y agua. Y dejamos cocinar por 45 minutos aproximadamente.
- Una vez pasado este tiempo la carne de chivo estará muy suave y la retiramos. El líquido de la cocción lo licuamos y reservamos.
- 
- A la carne de chivo le retiramos los huesos y grasas y la picamos con ayuda de un cuchillo, esto lo volvemos a fuego en una sartén y le adicionamos un poco de la preparación anterior. Rectificamos sabor con sal y pimienta y dejamos cocinar por unos 3 minutos, revolviendo constantemente. Esta preparación la dejamos enfriar y reservamos.

#### **Salsa de naranjilla**

- En una sartén colocamos el azúcar y dejamos cocinar hasta que se forme un caramelo.
- Adicionamos el zumo de naranjilla, las hojas de menta, el anís y los trocitos de panela.

- Dejamos cocinar hasta que tome textura y rectificamos sabor con sal y pimienta.

### **Masa**

- Incorporamos los ingredientes en el siguiente orden: harina – huevo – aceite y agua. Amasamos por 10 minutos. Colocamos en un bowl la masa y espolvoreamos harina y dejamos reposar por 30 minutos.
- Cortamos en porciones y estiramos con un bolillo, enharinando la mesa constantemente.
- Una vez estirada la masa con ayuda de una corta pizza cortamos cuadritos de 5 a 6 centímetros aproximadamente, colocamos dentro el relleno del seco de chivo y cerramos, uniendo los extremos hasta formar los ravioles.

### **Mix de hojas**

- A las hojas les retiramos los tallos, las lavamos y desinfectamos.
- Una vez limpias las secamos y reservamos.

### **Arena de chulpi y aceituna**

- Retiramos las semillas de las aceitunas, secamos y colocamos en un molde apto para el horno y llevamos a hornear por 5 horas a 90°C hasta que estas queden totalmente secas.
- En un procesador de alimentos colocamos el chulpi y luego las aceitunas y procesamos hasta que quede una arena y reservamos.

### **Queso fresco**

- Rallamos y reservamos.

### 3.5 Construcción del proyecto

#### Detalle de la elaboración o producción

Tenemos listo todos los ingredientes que vamos a utilizar para la elaboración de la receta.

Ilustración 19: Ingredientes a utilizar en el proyecto



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Colocamos agua en una cacerola y llevamos al fuego hasta que hierva el agua, dentro colocamos la carne de chivo por 3 minutos, esto lo realizamos con el fin de blanquearlas y quitarle el tufo que es característico de este tipo de carne.

Ilustración 20: Cocinando la carne de chivo



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

En una sartén bien caliente colocamos aceite y sellamos las piezas de carne de chivo por ambos lados hasta que estas se doren por completo. Y las reservamos para seguir usándolas después.

Ilustración 21: Cocción del chivo



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Para el refrito picamos con un cuchillo cebollero la cebolla paiteña, pimienta ambos en brunoise y el cilantro lo picamos finamente.

Ilustración 22: Preparando el refrito



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Licuamos la lata de tomate y reservamos para después adicionarla al refrito.

Ilustración 23: Utilizando la licuadora



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

En una sartén caliente colocamos aceite, achiote, la cebolla, el pimiento y el cilantro y dejamos cocinar hasta que la cebolla cristalice, añadimos el licuado del tomate, adicionamos el cocino dejamos cocinar hasta que se forme una pasta.

Ilustración 24: Utilizando la sartén



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Adicionamos la cerveza y el zumo de la naranjilla, mezclamos y dejamos cocinar por 3 minutos.

Ilustración 25: Adicionando cerveza y zumo de naranjilla



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Por último, agregamos los trocitos de panela y dejamos cocinar por unos minutos más, rectificamos sabor con sal y pimienta.

Ilustración 26: Cocción de ingredientes



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Esta preparación la colocamos dentro de la olla de presión junto con las piezas de carne de chivo. Añadimos más agua y dejamos cocinar por 45 minutos.

Ilustración 27: Cocción del chivo



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Pasados los 45 minutos la carne debe estar super suave que se desprenda del hueso y todos los sabores se hayan concentrado.

Ilustración 28: Lista la carne de chivo



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

La carne procedemos a mecharla y luego a repicarla con ayuda de un cuchillo cebollero.

Ilustración 29: Mechando el chivo cocido



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

El líquido de la cocción lo licuamos.

Ilustración 30: Líquido de cocción



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

En una sartén colocamos la preparación que licuamos y le incorporamos la carne de chivo, dejamos cocinar hasta que se integren ambos ingredientes, rectificamos sabor con sal y pimienta. Dejamos enfriar y reservamos.

El líquido que nos quede lo guardamos ya que nos servirá para saltear los ravioles después.

Ilustración 31: Relleno



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Para la masa, en un boom incorporamos los ingredientes en el siguiente orden: harina, huevo, aceite y agua. Amasamos por 10 minutos.

Ilustración 32: Ingredientes para hacer la masa



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Hacemos una bolita la masa y colocamos en un bowl enharinado, tapamos y dejamos reposar por 30 minutos.

Cortamos en pequeñas porciones y estiramos con ayuda de un bolillo.

Ilustración 33: Estirando la masa



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Cortamos cuadrados de 5 a 6 centímetros aproximadamente, colamos dentro el relleno obtenido de la preparación anterior, unimos los extremos y cerramos, dando forma a los raviolos.

Ilustración 34: Armandos los raviolos



Ilustración 35: Armado los ravioles



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Repetimos hasta tener el número de ravioles que se requiere. Espolvoreamos harina y reservamos.

Ilustración 36: Distribuyendo los ravioles



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Para la salsa, colocamos en una sartén el azúcar hasta obtener un caramelo.

Ilustración 37: Obteniendo el caramelo



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Pasados unos minutos incorporamos el zumo de naranjilla junto con el anís estrellado y los trocitos de panela.

Ilustración 38: Mezcla de zumo de naranjilla, anís estrellado y panela



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Dejamos cocinar hasta que tome textura, rectificamos sabor con sal y pimienta y por último agregamos las hojas de menta finamente picadas. Una vez lista retiramos del fuego y reservamos.

Ilustración 39: Buscando texturas



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Para la arena de chulpi necesitamos chulpi listo y aceitunas negras.

Ilustración 40: Chulpi y aceitunas



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Retiramos las semillas de las aceitunas negras, las secamos con papel toalla, colocamos en una fuente y llevamos al horno por 5 horas aproximadamente a

90°C. Una vez listas con ayuda de un procesador de alimentos, procesamos por separado el chulpi y las aceitunas hasta que estén quedados como una arena.

Ilustración 41: Retirando las semillas de las aceitunas



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Mezclamos ambas arenas y reservamos.

Ilustración 42: Mezclando las arenas



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Adicional a las hojas les retiramos los tallos, las lavamos y desinfectamos. Una vez limpias las secamos y reservamos.

Ilustración 43: Preparando las hojitas para el mix



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

El queso criollo, lo rallamos y reservamos para ocupar después.

Ilustración 44: Rallando el queso



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Para la cocción de los ravioles, colocamos en una cacerola agua y un poco de sal y llevamos a ebullición, colocamos dentro los ravioles y dejamos cocinar por 5 minutos.

Ilustración 45: Cocción de los ravioles



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Pasado este tiempo y cuando estos floten los retiramos del agua y los llevamos a una sartén con la salsa obtenida de la cocción de la carne de chivo.

Ilustración 46: Utilizando la salsa de la cocción del chivo



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

En un plato colocamos la arena en forma diagonal.

Ilustración 47: colocando la arena de chulpi en el plato



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Un poco de la salsa obtenida de la cocción del chivo.

Ilustración 48: Utilizando parte de salsa de la cocción del chivo



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Colamos encima los ravioles cocidos.

Ilustración 49: Colocando los ravioles



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

La salsa de naranjilla la colocamos en el otro lado del plato y encima de la misma añadimos el mix de hojas.

Ilustración 50: Sirviendo la salsa de naranjilla



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Por último, añadimos el queso criollo rallado.

Ilustración 51: El queso rallado



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Y así tenemos lista nuestra preparación de: ravioles rellenos de seco de chivo, con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo, mix de hojas y arena de chulpi y aceitunas.

Ilustración 52: Emplatado



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

Ilustración 53: Plato terminado



Fuente: Foto propia  
Elaborado por: Geanella Rodríguez

## CAPITULO IV

### PRESUPUESTO DE COSTOS Y GASTOS

#### 4.1 Presupuesto de costos

Una vez que se ha realizado la receta estándar procedemos a realizar el presupuesto de costos, para luego establecer el costo de producción, como se demuestra en las tablas siguientes:

Tabla 10: Costos de materia prima y materiales

| MATERIA PRIMA DIRECTA   |          |        |          |              |
|-------------------------|----------|--------|----------|--------------|
| MATERIALES              | CANTIDAD | MEDIDA | VALOR U. | V.TOTAL      |
| HARINA                  | 500      | GR     | 1,8      | 0,9          |
| YEMAS DE HUEVO          | 4        | U      | 0,18     | 0,72         |
| ACEITE DE OLIVA         | 15       | GR     | 8,75     | 0,13         |
| SAL                     | 1        | GR     | 0,48     | 0,01         |
| CARNE DE CHIVO          | 500      | GR     | 3,2      | 6,8          |
| CEBOLLA PAITEÑA         | 250      | GR     | 1,66     | 0,41         |
| PIMIENTO VERDE          | 100      | GR     | 1,84     | 0,18         |
| AJO EN PASTA            | 10       | GR     | 1,5      | 0,03         |
| CILANTRO                | 1        | GR     | 0,63     | 0,01         |
| TOMATE EN LATA          | 1        | U      | 2,09     | 2,09         |
| ZUMO DE NARANJILLA      | 80       | ML     | 1,55     | 0,25         |
| CERVEZA RUBIA           | 250      | ML     | 8,09     | 1,3          |
| COMINO                  | 2        | GR     | 6,84     | 0,07         |
| ACEITE                  | 10       | ML     | 3,17     | 0,03         |
| ACEITE ACHIOTE          | 10       | ML     | 2,7      | 0,04         |
| SAL                     | 1        | GR     | 0,48     | 0,01         |
| PIMIENTA                | 1        | GR     | 0,78     | 0,01         |
| ZUMO DE NARANJILLA      | 150      | GR     | 1,55     | 0,47         |
| ANIS ESTRELLADO         | 1        | GR     | 0,37     | 0,01         |
| PANELA                  | 30       | GR     | 1,09     | 0,05         |
| HOJA DE MENTA           | 1        | GR     | 0,54     | 0,01         |
| AZÚCAR                  | 30       | GR     | 1,24     | 0,03         |
| SAL                     |          |        | 0,48     | 0,01         |
| PIMIENTA                |          |        | 0,78     | 0,01         |
| RÚCULA,MITSUBA,ESCAROLA | 100      | GR     | 3,25     | 3,25         |
| MAIZ CHULPE             | 100      | GR     | 2,38     | 1,19         |
| ACEITUNA NEGRA          | 100      | GR     | 2,5      | 1,92         |
| QUESO CRIOLLO           | 125      | GR     | 1,15     | 1,15         |
| <b>TOTAL USD</b>        |          |        |          | <b>21,09</b> |

El costo en materia prima y materiales para 10 porciones de ravioles relleno de seco de chivo con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas arena de chulpi y aceitunas es de \$21.09 como se demuestra en la tabla anterior.

Tabla 11: Mano de obra directa

| MANO DE OBRA DIRECTA |              |             |                |
|----------------------|--------------|-------------|----------------|
| ACTIVIDAD            | TIEMPO<br>H. | VALOR<br>H. | VALOR<br>TOTAL |
| MERCADEO             | 1            | 1,88        | 1,88           |
| PREPARACIÓN          | 2            | 2,08        | 4,17           |
| SERVICIO             | 1            | 2,08        | 2,08           |
| <b>TOTAL</b>         | <b>4</b>     | <b>USD</b>  | <b>8,13</b>    |

Fuente: Foto propia

Elaborado por: Geanella Rodríguez

Dentro del rubro de mano de obra directa, se ha considerado los siguientes rubros: Mercadeo, preparación y servicio todo que da un valor de \$ 8.13

Tabla 12:Material indirecto

| MATERIAL INDIRECTO |      |              |
|--------------------|------|--------------|
| SERVICIOS BASICOS  |      | 6,40         |
| ARRIENDO           | 0,83 | 3,33         |
| DEPRECIACION       |      | 6,00         |
| <b>TOTAL USD</b>   |      | <b>15,73</b> |

Fuente: Foto propia

Elaborado por: Geanella Rodríguez

Los materiales indirectos en este proyecto son servicios básicos, arriendo y depreciación, esto alcanza un costo de 15.73 como se indica en la tabla anterior.

Tabla 13 Resumen de costos: materia directa, mano de obra y material indirecto

| RESUMEN                |             |
|------------------------|-------------|
| MANO DE OBRA DIRECTA   | 21,09       |
| MANO DE OBRA INDIRECTA | 8,13        |
| MATERIAL INDIRECTO     | 12,73       |
| SERVICIO               | 2           |
| COSTO TOTAL USD        | 43,95       |
| PORCIONES              | 10,00       |
| <b>COSTO UNITARIO</b>  | <b>4,39</b> |

Fuente: Foto propia

Elaborado por: Geanella Rodríguez

Para la preparación de los raviolos rellenos de seco de chivo con salsa de naranjilla y panela, con queso criollo acompañado de mix de hojas arena de chulpi y aceitunas el costo de producción por unidad es de \$4.69 por porción.

### Precio

Una vez que se haya determinado el costo de producción se deberá establecer el precio del producto mismo que a continuación se detalla:

$$\text{PRECIO} = \text{CU} / (1 - \text{UTILIDAD})$$

Tabla 14: Precio

|                 |             |
|-----------------|-------------|
| CU=             | 4,69        |
| UTILIDAD=       | 20%         |
|                 |             |
| <b>PRECIO =</b> | <b>5,87</b> |

Fuente: Fuente propia

Elaborado por: Geanella Rodríguez

Luego de desarrollar la fórmula se obtiene que el precio del plato por unidad es de \$5. 87.

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **5.1 Conclusiones**

Al realizar la investigación se determinó que todos los ingredientes a utilizar en el proyecto, se encuentra de buena calidad en supermercados, minimercados.

La preparación requirió una destreza y habilidad técnica que sepa manejar la materia prima y guarde los principios de la inocuidad salud para ofertar un plato de calidad al comensal.

Los productos no atentan al medio ambiente, ya que la carne de chivo es originario de criaderos de ovinos con buenas prácticas en la crianza y alimentación.

Se utiliza un 90% de materia prima que no contienen refinamientos con químicos, por ejemplo: la raspadura en vez del azúcar, las hierbitas frescas de la agricultura nacional.

La experiencia obtenida para desarrollar la ejecución del proyecto permite una preparación para innovar en la creación de nuevos platos para enriquecer la gastronomía nacional.

#### **5.2 Recomendaciones**

Impulsar la creación de platos de alta cocina, fusionando productos naturales y de nuestro medio agrícola.

Recomendar a quienes se preparan para emprender en la gastronomía realizar la investigación de campo, para conocer la aceptación de la propuesta y su costo y precio para posesionarse en el mercado de servicio de alimentos de calidad y buen servicio.

## LINKOGRAFIA Y BIBLIOGRAFIA

---

- <sup>i</sup> [deliciosas recetas para preparar en casa.](#)
- <sup>ii</sup> <https://www.ulatina.ac.cr/noticias/la-evoluci%25c3%25b3n-de-la-gastronom%25c3%25ada>
- <sup>iii</sup> [https://es.wikipedia.org/wiki/Historia de\\_la\\_gastronom%C3%Ada](https://es.wikipedia.org/wiki/Historia_de_la_gastronom%C3%Ada)
- INIAP. [En línea] INIAP.
- 2022. *Mastershosteleria tourism management school*. [En línea] 2022. <https://mastershosteleria.com/cocina-fusion-caracteristicas/>.
- [En línea] [https://www.google.com/search?q=propiedades+de+los+huevos&sca\\_esv=577959321&ei=1i5AZd6VB\\_7IkPIPocqB0AQ&oq=PROPIEDADES+DE+LOS+HUEVOS&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcniAIGVBST1BJRURBR EvtIERFIExPUyBIVUVWT1MqAggAMgUQABiABDIFEAAyGAQyBhAAGAcYHjIGEAAyBxgeMgYQABgHGB4yBhAAG](https://www.google.com/search?q=propiedades+de+los+huevos&sca_esv=577959321&ei=1i5AZd6VB_7IkPIPocqB0AQ&oq=PROPIEDADES+DE+LOS+HUEVOS&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcniAIGVBST1BJRURBR EvtIERFIExPUyBIVUVWT1MqAggAMgUQABiABDIFEAAyGAQyBhAAGAcYHjIGEAAyBxgeMgYQABgHGB4yBhAAG).
- [En línea] [https://www.google.com/search?q=propiedades+de+la+harina+&sca\\_esv=577959321&ei=nC5AZZ7oOI7ZkPIPqoeXyAc&ved=0ahUKEwiepoi66Z6CA](https://www.google.com/search?q=propiedades+de+la+harina+&sca_esv=577959321&ei=nC5AZZ7oOI7ZkPIPqoeXyAc&ved=0ahUKEwiepoi66Z6CA).
- [En línea] [https://www.google.com/search?q=propiedades+del+aceite&sca\\_esv=577959321&ei=ti5AZdKuB9yYkPIPjve-sA8&ved=0ahUKEwjS4YnG6Z6CAxVcDEQIH67D\\_YQ4dUDCBA&uact=5&oq=propiedades+del+aceite&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcniAIFnByb3BpZWVhZGVzIGRlbCBhY2VpdGUyBRAAGIAEMgUQABiABDI](https://www.google.com/search?q=propiedades+del+aceite&sca_esv=577959321&ei=ti5AZdKuB9yYkPIPjve-sA8&ved=0ahUKEwjS4YnG6Z6CAxVcDEQIH67D_YQ4dUDCBA&uact=5&oq=propiedades+del+aceite&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcniAIFnByb3BpZWVhZGVzIGRlbCBhY2VpdGUyBRAAGIAEMgUQABiABDI).
- [En línea] [https://www.google.com/search?q=beneficios+del+aceite&sca\\_esv=577959321&ei=6C9AZefoGcnNkPIPI4W9yAo&ved=0ahUKEwjn\\_JDY6p6CAxXJJkQIHZdCD6kQ4dUDCBA&uact=5&oq=beneficios+del+aceite&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcniAIFWJlbnVmaWNpb3MgZGVzIGFjZWl0ZTIFEAAyGAQyBRAAGIAEMgUQA](https://www.google.com/search?q=beneficios+del+aceite&sca_esv=577959321&ei=6C9AZefoGcnNkPIPI4W9yAo&ved=0ahUKEwjn_JDY6p6CAxXJJkQIHZdCD6kQ4dUDCBA&uact=5&oq=beneficios+del+aceite&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcniAIFWJlbnVmaWNpb3MgZGVzIGFjZWl0ZTIFEAAyGAQyBRAAGIAEMgUQA).
- [En línea] <https://www.carniceriaelcarni.com/beneficios-de-la-carne-de-cabrito/?v=3b0903ff8db1>.
- [En línea] <https://www.carniceriasjuanortiz.com/propiedades-del-cabrito/>.

- 
- [En línea] [https://www.google.com/search?q=PROPIEDADES+NARANJILLA&sca\\_esv=577959321&ei=kDFAZcDfFbSwqtsPnJqckAg&ved=0ahUKEwjA56Oi7J6CAxU0mGoFHRwNB4IQ4dUDCBA&uact=5&oq=PROPIEDADES+NARANJILLA&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiFIBST1BJRURBREVtIE5BUkFOSklMTEEyBhAAGBYyHjIGEAAYFhg](https://www.google.com/search?q=PROPIEDADES+NARANJILLA&sca_esv=577959321&ei=kDFAZcDfFbSwqtsPnJqckAg&ved=0ahUKEwjA56Oi7J6CAxU0mGoFHRwNB4IQ4dUDCBA&uact=5&oq=PROPIEDADES+NARANJILLA&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiFIBST1BJRURBREVtIE5BUkFOSklMTEEyBhAAGBYyHjIGEAAYFhg).
  - [En línea] [https://www.google.com/search?q=beneficios+de+la+naranjilla&sca\\_esv=577959321&ei=sDFAZd6zBPbQtsPjO7soQk&oq=BENEFICIOS+NARANJILLA&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiFUJFTkVGSUNJT1MgTkFSQU5KSUXMQSoCCAAYBhAAGAcYHjIGEAAYBxgeMgYQABgHGB4yBhAAGAcYHjIGEAAYBxgeMgYQABgHGB4](https://www.google.com/search?q=beneficios+de+la+naranjilla&sca_esv=577959321&ei=sDFAZd6zBPbQtsPjO7soQk&oq=BENEFICIOS+NARANJILLA&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiFUJFTkVGSUNJT1MgTkFSQU5KSUXMQSoCCAAYBhAAGAcYHjIGEAAYBxgeMgYQABgHGB4yBhAAGAcYHjIGEAAYBxgeMgYQABgHGB4).
  - [En línea] [https://www.google.com/search?q=beneficio+panela&sca\\_esv=577959321&ei=IDJAZZiJDsiiqtsP3MWbUA&oq=BENEFICO+PANELA&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiD0JFTkVGSUNPIFBBTkVMQSoCCAAYBxAAGA0YgAQyBhAAGBYyHjIIEAAYBRgeGA0yCBAAGAUyHhgNMggQABgFGB4YDTIIEAAYCBgeGA0yCBAAGAgYHhgNM](https://www.google.com/search?q=beneficio+panela&sca_esv=577959321&ei=IDJAZZiJDsiiqtsP3MWbUA&oq=BENEFICO+PANELA&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiD0JFTkVGSUNPIFBBTkVMQSoCCAAYBxAAGA0YgAQyBhAAGBYyHjIIEAAYBRgeGA0yCBAAGAUyHhgNMggQABgFGB4YDTIIEAAYCBgeGA0yCBAAGAgYHhgNM).
  - [En línea] <https://www.quironsalud.com/es/comunicacion/notas-prensa/propiedades-nutricionales-queso>.
  - [En línea] [https://www.google.com/search?q=PROPIEDADES+QUESO++CRIOLLO&sca\\_esv=577959321&ei=vDRAZd7YLdLOkPIpufq3MA&ved=0ahUKEwjeptSI756CAxVSJ0QIHTn9DQYQ4dUDCBA&uact=5&oq=PROPIEDADES+QUESO++CRIOLLO&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiGIBST1BJRURBREVtIFFVRVNPICBDUKIPTExPMgUQIRig](https://www.google.com/search?q=PROPIEDADES+QUESO++CRIOLLO&sca_esv=577959321&ei=vDRAZd7YLdLOkPIpufq3MA&ved=0ahUKEwjeptSI756CAxVSJ0QIHTn9DQYQ4dUDCBA&uact=5&oq=PROPIEDADES+QUESO++CRIOLLO&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiGIBST1BJRURBREVtIFFVRVNPICBDUKIPTExPMgUQIRig).
  - [En línea] [https://www.google.com/search?q=PROPIEDADES+ACEITUNA+NEGRA&sca\\_esv=577959321&ei=nzRAZdLkII\\_JkPIp0bOG2Ao&ved=0ahUKEwiSsN2X756CAxWPJEQIHdGZAasQ4dUDCBA&uact=5&oq=PROPIEDADES+ACEITUNA+NEGRA&gs\\_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiGIBST1BJRURBREVtIEFDRUIUVU5BIE5FR1JBMgYQABg](https://www.google.com/search?q=PROPIEDADES+ACEITUNA+NEGRA&sca_esv=577959321&ei=nzRAZdLkII_JkPIp0bOG2Ao&ved=0ahUKEwiSsN2X756CAxWPJEQIHdGZAasQ4dUDCBA&uact=5&oq=PROPIEDADES+ACEITUNA+NEGRA&gs_lp=Egxnd3Mtd2l6LXNlcnAiGIBST1BJRURBREVtIEFDRUIUVU5BIE5FR1JBMgYQABg).
  - [En línea] <https://www.ncagr.gov/fooddrug/espanol/documents/PimientoVerde.pdf>.
  - [En línea] <https://delahuertacasa.com/verduras/verduras-de-temporada/pimiento->
-





- 
- Fernandez, I, y otros. 2013. Antioxidant and antiproliferative properties of methylated metabolites of anthocyanins. [En línea] Diciembre de 2013. [https://www.researchgate.net/publication/250922652\\_Antioxidant\\_and\\_antiproliferative\\_properties\\_of\\_methylated\\_metabolites\\_of\\_anthocyanins](https://www.researchgate.net/publication/250922652_Antioxidant_and_antiproliferative_properties_of_methylated_metabolites_of_anthocyanins).
  - Flores, Gabriel. 2022. [En línea] julio16 de 2022.
  - gestion-del-producto/la-calidad-del-producto-l19516. [En línea]
  - Han, K, y otros. 2007. Anthocyanin-rich purple potato flake extract has antioxidant capacity and improves antioxidant potential in rats. [En línea] 15 de Marzo de 2007. <https://www.cambridge.org/core/journals/british-journal-of-nutrition/article/anthocyaninrich-purple-potato-flake-extract-has-antioxidant-capacity-and-improves-antioxidant-potential-in-rats/7900D7C922F62B3C8EDD331C629525FE>.
  - <https://www.lavanguardia.com/comer/materia-prima/20211229/5983/cilantro-propiedades-beneficios-valor-nutricional.html>. [En línea]
  - Jacob, Robert. 1995. The integrated antioxidant system. [En línea] Mayo de 1995. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/027153179500041G>.
  - Javier zaragoza Villanueva. 2023. Farma Zara. [En línea] 10 de Febrero de 2023. [armazara.es/blog/dietetica/alimentos/tomate/j](https://armazara.es/blog/dietetica/alimentos/tomate/j).
  - Kenji, Hosoda, y otros. 2012. Effect of supplementation of purple pigment from anthocyanin-rich corn (*Zea mays* L.) on blood antioxidant activity and oxidation resistance in sheep. [En línea] Mayo de 2012. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1871141311004392>.
  - 2022. La vanguardia. [En línea] 24 de marzo de 2022. <https://www.lavanguardia.com/comer/materia-prima/20211229/5983/cilantro-propiedades-beneficios-valor-nutricional.html>.
  - LA VANGUARDIA. [En línea] <https://www.lavanguardia.com/comer/materia-prima/20211229/5983/cilantro-propiedades-beneficios-valor-nutricional.html>.

- 
- Organización Panamericana de la Salud. 2021. Ecuador implementa el programa HEARTS para luchar contra la hipertensión. [En línea] 2021. <https://www.paho.org/es/noticias/17-5-2021-ecuador-implementa-programa-hearts-para-luchar-contra-hipertension#:~:text=1%20de%20cada%205%20ecuatorianos,17%20de%20mayo%20de%202021..>
  - Ortiz, K. 2013. Elaboración de un sorbete a base de harina de maíz morado (Zea mays L) mezclado con bacterias lácteas naturales. [En línea] 2013. <https://webquery.ujmd.edu.sv/siab/bvirtual/BIBLIOTECA%20VIRTUAL/TESIS/04/AGI/0001740-ADTESOE.pdf>.
  - Otiniano, Rosita. 2012. Actividad antioxidante de antocianinas presentes en la coronta y grano de maíz (Zea mays L.) variedad morada nativa cultivada en la ciudad de Trujillo. [En línea] 2012. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1405-31952012000700005](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-31952012000700005).
  - RPP Noticias. 2013. Sustancias del maíz morado tienen actividad antiinflamatorias. [En línea] 18 de Enero de 2013. <https://rpp.pe/lima/actualidad/sustancias-del-maiz-morado-tienen-actividad-antiinflamatorias-noticia-559239#:~:text=Los%20antocianinos%20presentes%20en%20el,arterias%20de%20la%20acci%C3%B3n%20de>.
  - Salinas, Yolanda, y otros. 2013. Variabilidad en contenido y tipos de antocianinas en granos de color azul/morado de poblaciones mexicanas de maíz. [En línea] 2013. [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0187-73802013000500005#:~:text=pers.\),-2&text=determin%C3%B3%20el%20contenido%20de%20antocianinas,de%20muestra%20seca%20\(MS\)..](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-73802013000500005#:~:text=pers.),-2&text=determin%C3%B3%20el%20contenido%20de%20antocianinas,de%20muestra%20seca%20(MS)..)
  - Sauper, Gines Vivancos. 2003. *Diccionario de gastronomía*. España : eVEREST.sa, 2003.
  - World Health Organization. 2013. Global health risks: mortality and burden of disease attributable to selected major risks Geneva: World Health Organization, Organización Mundial de la Salud. . [En línea] 2013. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44203>.
  - [www.lifeder.com/proyecto-productivo/](http://www.lifeder.com/proyecto-productivo/). [www.lifeder.com/proyecto-productivo/](http://www.lifeder.com/proyecto-productivo/). [www.lifeder.com/proyecto-productivo/](http://www.lifeder.com/proyecto-productivo/). [En línea]
-

---