




UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
FACULTAD DE EDUCACIÓN, TURISMO, ARTES Y HUMANIDADES
TRABAJO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO:
TECNÓLOGA SUPERIOR EN GASTRONOMÍA

TEMA:
“DISEÑO DE UN MENÚ GASTRONÓMICO BASADO EN EL MAÍZ COMO
PRODUCTO ANCESTRAL”

AUTORA:
LUCIO CHOEZ LESLIE MELINA

TUTORA:
ING. LEONOR VILLACRESES PONCE

FECHA DE ENTREGA
14 DE JUNIO DEL 2026

	NOMBRE DEL DOCUMENTO: CERTIFICADO DE TUTOR(A).	CODIGO: PAT-04-F-004
	PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE GRADO BAJO LA UNIDAD DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	REVISION: 1
		Página 1 de 1

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Educación, Turismo, Artes y Humanidades de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría de la estudiante Lucio Choez Leslie Melina, legalmente matriculada en la carrera técnica de Gastronomía, período académico 2025-2026(2), cumpliendo el total de **384 horas**, cuyo tema del proyecto o núcleo problémico es "**Diseño de un menú gastronómico basado en el maíz como producto ancestral**".

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, y la originalidad del mismo, requisitos suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, Jueves, 05 de febrero de 2026.

Lo certifico,


LEONOR VILLACRESES PONCE
Docente Tutor

Declaración Expresa de Autoría

Yo, Lucio Choez Leslie Melina, portador de cedula de identidad N° 1315151231, estudiante de la Carrera de **Gastronomía**, declaro bajo juramento que el siguiente proyecto cuyo título: **“Diseño de un Menú Gastronómico basado en el Maíz como Producto Ancestral”**. previa a la obtención del Título de Tecnólogas Superior en Gastronomía, es de autoría propia y ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros y consultando las referencias bibliográficas que se incluyen en este documento.

Manta, junio del 2026.


Lucio Choez Leslie Melina
Estudiante

Aprobación del Tribunal

El tribunal evaluador certifica:

Que, el trabajo de carrera, titulado “**Diseño de un menú gastronómico basado en el maíz como producto ancestral**”, ha sido realizado y concluido por la estudiante Lucio Choez Leslie Melina, el mismo que ha sido controlado y supervisado por los miembros del tribunal.


El trabajo de fin de carrera reúne todos los requisitos pertinentes en lo referente a la investigación y diseño que ha sido continuamente revisada por este tribunal en las reuniones llevadas a cabo.

Para dar testimonio y autenticidad


Firmamos:




Lic. Luis Reyes.
PRESIDENTE



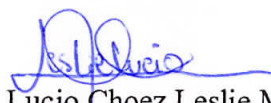
Dra. Diaz-Rodriguez Natacha Paola
MIEMBRO TRIBUNAL



Dr. Becerra Avila Mauricio Arturo
MIEMBRO TRIBUNAL



Ing. Leonor Villacreses Ponce
DOCENTE TUTOR




Lucio Choez Leslie Melina
ESTUDIANTE

CLAUSULA DE LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

LUCIO CHOEZ LESLIE MELINA portadora de la C. I. # 1315151231 en calidad de autora y titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación **“Diseño de un Menú Gastronómico Basado en el Maiz como Producto Ancestral”**, de conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad, e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva, para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Así mismo, autorizo a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el Repositorio Institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Manta, 14 febrero de 2026


LUCIO CHOEZ LESLIE MELINA
AUTOR/A

DEDICATORIA

A Dios, por ser mi guía y mi fortaleza en cada etapa de este camino. A mis padres, por ser ejemplo de lucha, sacrificio y amor constante; cada esfuerzo realizado por ustedes ha sido parte esencial de este logro, porque sin su apoyo nada de esto habría sido posible.

A mis hermanos, compañeros de vida, risas y aprendizajes, gracias por estar para mí cuando más los necesitaba y por recordarme que siempre existen razones para seguir creciendo.

A mi querida sobrina Zara que, con su sonrisa, amor y energía, me daba aliento y motivación para seguir adelante y no desistir.

Dedico también este trabajo a todas las personas que, de una u otra manera, contribuyeron a mi formación personal y profesional. Cada palabra de aliento, cada enseñanza y cada gesto de apoyo forman parte de este proceso que hoy se convierte en una meta cumplida.

AGRADECIMIENTO

Expreso mi gratitud a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, mi alma mater, por abrirme sus puertas y brindarme la oportunidad de formarme en una institución comprometida con el desarrollo académico y profesional. A la Facultad de Educación, Turismo, Artes y Humanidades, por constituirse en el espacio donde fortalecí mis conocimientos y reafirmé mi vocación por la gastronomía.

A los docentes de la carrera de Tecnología Superior en Gastronomía, mi reconocimiento por compartir sus saberes con responsabilidad y vocación. Sus enseñanzas me permitieron comprender que la cocina no solo se construye con técnica, sino también con identidad, memoria y respeto por los productos que representan a nuestro territorio.

Mi agradecimiento profundo a Dios, por darme salud, paciencia y voluntad para continuar. A mi familia, por sostenerme en cada etapa. A todos quienes sumaron con una palabra, una orientación o una mano amiga, gracias por ser parte de este logro.

Leslie Lucio

Índice de contenidos

Certificación del tutor/a	2
Aprobación del Tribunal	3
Declaración Expresa de Autoría	4
CLAUSULA DE LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	5
DEDICATORIA	6
AGRADECIMIENTO	7
Índice de contenidos	8
Índice de figuras.....	10
Índice de tablas	10
RESUMEN	11
ABSTRACT	12
1. INTRODUCCIÓN	13
1.1 Objetivo general.....	13
1.2 Objetivos específicos	14
2. CONCEPTUALIZACIÓN DEL MENÚ	15
2.1 Antecedentes breves.....	15
2.2 Concepto gastronómico	15
2.3 Justificación creativa y técnica del menú.....	16
2.4 Coherencia del menú.....	17
3. DESCRIPCIÓN DE LAS PREPARACIONES	18
3.1 Plato fuerte: polenta cremosa con pollo apanado en harina de maíz, vegetales salteados y salsa de queso parmesano con espárragos	18
3.2 Bebida: chicha de frutos rojos.....	21

3.3 Postre: cheesecake con base crocante de maíz y maní, coulis de maracuyá con guayaba .	22
4. APLICACIÓN DE NORMAS DE SEGURIDAD ALIMENTARIA.....	25
4.1 Principios de higiene y manipulación durante la preparación	25
4.2 Recomendaciones para garantizar la inocuidad del proceso.....	26
5. ANÁLISIS DE RENTABILIDAD DEL MENÚ.....	27
6. CONCLUSIONES	28
7. BIBLIOGRAFÍA	29
Anexo 1. Ficha técnica de preparación del plato Fuerte.....	30
Anexo 2. Ficha técnica de preparación del postre	31
Anexo 3. Ficha técnica de preparación de la bebida.....	32

Índice de figuras

Figura 1. <i>Presentación del plato Fuerte</i>	20
Figura 2. <i>Presentación de la bebida</i>	22
Figura 3. <i>Presentación del postre</i>	24

Índice de tablas

Tabla 1. <i>Ficha nutricional de ingredientes del plato principal</i>	19
Tabla 2. <i>Ficha nutricional de ingredientes de la bebida</i>	22
Tabla 3. <i>Ficha nutricional de ingredientes del postre</i>	23
Tabla 4. <i>Estructura de costos, precio de venta y margen de rentabilidad del menu</i>	27

RESUMEN

La presente investigación aborda la revalorización del maíz (*Zea mays*) como producto ancestral vinculado con la identidad alimentaria de Manabí. El objetivo fue diseñar un menú gastronómico de tres tiempos con bebida complementaria, integrando técnicas tradicionales y contemporáneas para demostrar su versatilidad culinaria. La metodología respondió a un enfoque cualitativo-experimental, aplicado mediante la formulación, elaboración y análisis técnico de preparaciones basadas en harina, chicha y crocante de maíz. Los resultados evidencian que este producto puede transformarse en propuestas actuales sin perder su valor cultural, siempre que exista coherencia entre sabor, textura, presentación, inocuidad y rentabilidad. Se concluye que el maíz puede sostener una propuesta gastronómica innovadora, viable y vinculada con el territorio.

Palabras clave: *Zea mays*, patrimonio alimentario, innovación culinaria, identidad cultural, seguridad alimentaria.

ABSTRACT

This research addresses the revaluation of corn (*Zea mays*) as an ancestral product linked to the food identity of Manabí. The objective was to design a three-course gastronomic menu with a complementary beverage, integrating traditional and contemporary techniques to demonstrate its culinary versatility. The methodology followed a qualitative-experimental approach, applied through the formulation, preparation, and technical analysis of recipes based on corn flour, corn chicha, and a crunchy corn base. The results show that this product can be transformed into contemporary proposals without losing its cultural value, provided that flavor, texture, presentation, food safety, and profitability are coherently connected. It is concluded that corn can support an innovative, viable, and territory-based gastronomic proposal.

Keywords: *Zea mays*, food heritage, culinary innovation, cultural identity, food safety.

1. INTRODUCCIÓN

La cocina manabita posee una identidad sólida, construida a partir de productos, técnicas y saberes que han pasado de generación en generación. Dentro de esa tradición, el maíz ocupa un lugar central, no solo por su valor alimentario, sino también por su relación con la memoria cultural del territorio. Su presencia en bebidas, masas, sopas y preparaciones domésticas permite reconocerlo como un ingrediente vivo, capaz de conectar la vida cotidiana con el patrimonio alimentario ecuatoriano.

Si bien es cierto el maíz es un alimento base imprescindible en la cocina ecuatoriana, pese a esto su uso en conceptos gastronómicos contemporáneos aun tiene espacio para la innovación. Esta circunstancia da paso a una significativa oportunidad técnica: transformar un alimento ancestral en toda una vivencia gastronómica, preservando sus orígenes. En este aspecto, la finalidad de este proyecto no pretende sustituir la gastronomía ancestral, sino reimaginarla a través de un enfoque que combine técnicas de cocción, contrastes sensoriales, presentación, inocuidad y rentabilidad.

Esta propuesta surge por la necesidad de revalorización de nuestra gastronomía. En ella se incluye como plato principal una polenta cremosa acompañada de un postre y una bebida, elaborados a partir del maíz. Por ende, el maíz tiene su versatilidad en sus diferentes formas y métodos culinarios contemporáneos actuales.

La importancia de la investigación está sustentada por estudios que destacan al maíz como uno de los productos más importantes en la historia alimentaria del país. Según Unigarro (2010) conceptualiza el patrimonio alimentario como una creación que perdura gracias a la transformación, comunicación y a la práctica, es por esto que, a partir de estos antecedentes se propone un menú con una planificación coherente y una adaptación respetuosa de su valor cultural.

1.1 Objetivo general

Diseñar un menú gastronómico basado en el maíz como producto ancestral, con el propósito de demostrar su valor culinario, cultural y comercial mediante la elaboración de preparaciones innovadoras que integren técnicas tradicionales y contemporáneas dentro de una propuesta coherente y atractiva.

1.2 Objetivos específicos

- Investigar el contexto histórico del maíz y sus usos tradicionales dentro de la gastronomía ecuatoriana y manabita.
- Diseñar un menú gastronómico coherente y atractivo que evidencie la versatilidad del maíz como producto ancestral, integrándolo en una preparación principal, una bebida y un postre.
- Aplicar técnicas culinarias tradicionales y contemporáneas que permitan destacar el maíz como ingrediente central de una propuesta gastronómica innovadora.

2. CONCEPTUALIZACIÓN DEL MENÚ

2.1 Antecedentes breves

El estudio de una propuesta gastronómica basada en el maíz exige reconocer su profundidad histórica en el territorio ecuatoriano. La evidencia arqueobotánica presentada por Zarrillo et al. (2008) permite ubicar el cultivo y consumo de maíz en etapas tempranas de la historia regional, lo que confirma que este producto no representa un insumo aislado, sino una raíz alimentaria vinculada con procesos culturales de larga duración.

Desde una perspectiva cultural, Unigarro (2010) plantea que el patrimonio alimentario no debe entenderse como una pieza inmóvil del pasado, sino como una construcción social que se transmite, se transforma y adquiere sentido en cada contexto. Esta idea resulta clave para la presente tesina, porque permite comprender que innovar con maíz no significa desconocer la tradición, sino darle continuidad mediante nuevas formas de preparación y consumo.

La cocina manabita se destaca por su relación con los productos cosechados dentro del territorio, entre ellos el maíz, el maní, el plátano, el pescado y las frutas tropicales. Según Vera y Vera (2015) la identidad gastronómica de los manabitas está fuertemente vinculada a productos de ciclo corto y a costumbres culinarias que están íntimamente conectadas a la vida diaria. Desde este enfoque, esta propuesta de menú busca transformar ese patrimonio en una experiencia técnica, atractiva y bien organizada para el comensal actual.

2.2 Concepto gastronómico

La propuesta gastronómica está organizada bajo el concepto de “resignificación textural del patrimonio”. La categoría no pretende romper con la tradición, sino proyectarla hacia una cocina contemporánea capaz de dialogar con nuevas formas de servicio y presentación. El maíz se trabaja como un producto versátil, capaz de generar cremosidad, crocancia, acidez fermentativa y soporte estructural, según la función que le corresponde en cada preparación.

El pollo apanado y la polenta integran a un solo ingrediente en dos texturas completamente diferentes, crocancia de la corteza del pollo apanado en harina de maíz y una base suave y cálida de la polenta. Esta experiencia permite que el comensal perciba el maíz de manera única e innovadora, pero sin perder su sabor que lo une a lo tradicional.

La reinterpretación en la bebida está en la infusión de especias y en la adición de frutos rojos. Barros y Cusco (2023) afirman que, la chicha de maíz en Manabí es significativa desde el punto de vista cultural, ya que representa la identidad gastronómica y la memoria colectiva. Con esta mención la propuesta no erradica su sentido ancestral, sino que le agrega un perfil aromático y ácido que lo hace un complemento perfecto de un menú de degustación.

El maíz y el maní se unifican para de esta manera crear una base crujiente y dulce que sostenga al cheesecake y realce el contraste con el coulis de maracuyá con guayaba. Esta propuesta resguarda la presencia del maíz mediante una propuesta contemporánea de autor, cerrando así el menú con un postre en donde este producto ancestral se innova sin necesidad de perder su identidad.

2.3 Justificación creativa y técnica del menú

La elección del maíz es una elección cultural y técnica. Es un producto que ha acompañado la alimentación ecuatoriana por siglos (plano cultural) y que en el plano culinario ofrece amplias posibilidades para trabajar masas, espesantes, bebidas fermentadas, apanados, crocantes, bases dulces. Estos antecedentes ayudan a crear un menú que no solo reproduzca preparaciones tradicionales, sino que las reorganice en una experiencia culinaria más completa

El plato principal está especialmente diseñado para ofrecer una máxima experiencia sensorial. En ella la polenta brinda suavidad y cremosidad, mientras que, el pollo apanado en harina de maíz incorpora una textura crocante y un color dorado que potencia la identidad visual del menú. Los vegetales salteados traen una nota de frescura, la salsa de parmesano con espárragos da untuosidad y todo permite armonizar proteína, grasa, almidón y fibra.

La bebida “Raíces del bosque” cumple un papel de contraste. Su base de maíz conserva la referencia ancestral, los frutos rojos aportan acidez y color. Esta combinación impide que el menú se haga pesado y ayuda a limpiar el paladar entre bocados. La infusión de canela, clavo de olor, pimienta dulce y anís estrellado, por su parte, genera un perfil aromático que conecta la bebida con las prácticas tradicionales de cocina especiada.

El postre, denominado como “Tentación ancestral”, fue elaborado con el fin de culminar la experiencia con un balance equilibrado entre dulzura, acidez y crocancia. La base de maíz con maní rescata productos relacionados a la identidad alimentaria ecuatoriana, mientras que el cheesecake introduce una técnica de pastelería fría que permite una presentación moderna. En

cambio, el coulis de maracuyá con guayaba le da más color, refresca el paladar y evita la sensación demasiado grasosa al final del menú.

2.4 Coherencia del menú

La coherencia del menú se apoya en un equilibrio entre técnica, sabor, textura y memoria cultural. El plato fuerte presenta una estructura intensa, marcada por la cremosidad de la polenta, la crocancia del pollo apanado en harina de maíz, la untuosidad de la salsa de queso parmesano y la frescura de los vegetales salteados. Esa mezcla podía caer pesada si no se acompañaba con algún elemento que limpiara el paladar, por eso la bebida “Raíces del bosque” cumple un rol estratégico, ya que la acidez de los frutos rojos y el carácter aromático de la chicha equilibran la grasa, refrescan la degustación y siguen manteniendo la presencia simbólica del maíz dentro de todo el menú.

En definitiva, el cierre con “Tentación ancestral” extiende la argumentación del producto estrella sin que se repita de manera obvia. Es así que el menú no se construye como una mera suma de preparaciones, sino como una iniciativa estructurada en donde el maíz se presenta de diferentes formas sensoriales: aromático, cremoso, crocante y fermentado.

3. DESCRIPCIÓN DE LAS PREPARACIONES

En esta sección se detallan las tres preparaciones que conforman el menú: plato fuerte, bebida y postre. Cada una se presenta desde sus ingredientes, técnicas aplicadas, contrastes sensoriales, justificación cultural, valoración nutricional, costo estimado y propuesta de emplatado. Esta organización permite analizar el menú no solo como una experiencia de sabor, sino como una propuesta técnica con sentido gastronómico, cultural y comercial.

3.1 Plato fuerte: polenta cremosa con pollo apanado en harina de maíz, vegetales salteados y salsa de queso parmesano con espárragos

Nombre del plato: “Sinfonía Dorada”.

Ingredientes principales y secundarios:

- Pechuga de pollo, harina de maíz, huevo batido, sal, pimienta, comino, tomillo y ajo en polvo.
- Polenta, leche entera, fondo de verduras clarificado, mantequilla sin sal y sal.
- Queso parmesano, tocino ahumado, cebolla perla, cebolla blanca, ajo fresco, vino blanco, fondo de verduras, crema de leche, leche entera, laurel, tomillo fresco, espinaca y mantequilla.
- Zanahoria, zucchini, espárragos, mantequilla, tomillo y orégano seco.

Técnicas de cocción aplicadas:

Empanizado. Con la harina de maíz y el huevo batido se hace una cobertura mecánica sobre la proteína para que quede una costra uniforme. Esta técnica conserva la humedad interna del pollo y al mismo tiempo, refuerza la presencia del producto ancestral dentro del plato.

Fritura por inmersión. La pechuga apanada se cocina en grasa caliente a temperatura controlada. Este proceso consigue una superficie dorada y crocante, mientras el interior conserva jugosidad. Para evitar el exceso de grasa y garantizar la seguridad de la cocción, es indispensable el control de temperatura.

Cocción a fuego lento de la polenta. Se va hidratando la polenta con leche y fondo de verduras, sin dejar que tome temperatura. Este método favorece la gelatinización del almidón y permite obtener una textura cremosa, estable y con buen sabor.

Contrastes de sabor, textura y temperatura:

En sabor, el plato equilibra la salinidad del tocino y del queso parmesano con la dulzura natural de la zanahoria y la frescura vegetal del zucchini y los espárragos. La polenta funciona como base neutra y cálida, mientras que la salsa aporta profundidad y persistencia. Por su parte, en textura, la cremosidad de la polenta contrasta con la crocancia del pollo apanado y del tocino dorado. Los vegetales salteados ofrecen una mordida fresca, de modo que cada bocado combina suavidad, firmeza y crujido sin perder armonía.

El servicio del plato debe ser en lo posible caliente, en especial la polenta y el pollo, ya que de esta manera se conservan la crocancia y la fluidez de la polenta.

Los vegetales mantenerse tibios para aportar una sensación de frescura, para la salsa su conservación debe ser a temperatura media para no romper la estabilidad.

Justificación cultural:

Si bien es cierto la polenta tiene descendencia italiana, su integración a esta propuesta dialoga con las recetas tradicionales ecuatorianas a base de maíz como mazamorras, coladas y masas. La reinterpretación permite comprobar que el maíz es apto para ser utilizado con técnicas de cocina contemporánea sin dejar de lado su historia. Por esta razón, el plato principal se construye como una lectura moderna de un alimento ancestral, en donde las técnicas son utilizadas para revalorizar la identidad y no para ocultarla.

Valoración nutricional:

Tabla 1. *Ficha nutricional de ingredientes del plato principal*

Ingrediente	Energía (kcal)	Proteína (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
Pechuga de pollo	55	10,3	1,2	0
Harina de maíz	335	6,4	1,3	73
Leche	71	3,9	3,9	5,6
Tocino	65	1,8	6,3	0,2

Crema de leche	85	0,5	8,8	0,8
Espárragos y vegetales	40	2,0	0,3	10,6
Queso parmesano	65	6,3	4,7	0,7
Queso mozzarella	56	4,4	3,4	0,6
Mantequilla sin sal	179	0,2	20,3	0

Nota. Los valores nutricionales fueron calculados mediante fórmula. Elaboración propia.

Costo de producción por porción: \$2.64

Precio de venta final: \$6,00

Vajilla, emplatado y estética:

Se plantea la utilización de un plato celeste marmoleado para que contraste con el tono dorado del maíz. La polenta se sirve en forma circular, el pollo apanado se coloca como elemento central en altura, los vegetales salteados se disponen a los lados y la salsa de queso se aplica sobre la proteína. Las puntas de espárragos se utilizan como elemento visual de frescura y verticalidad.

Figura 1. *Presentación del plato Fuerte*



3.2 Bebida: chicha de frutos rojos

Nombre creativo: “Raíces del bosque”.

Ingredientes principales y secundarios:

- Chicha de maíz.
- Pulpa de mora.
- Pulpa de fresa.
- Infusión aromática de canela, clavo de olor, pimienta dulce y anís estrellado.
- Panela y hielo.

Técnicas de cocina:

Fermentación regulada. Se trabaja con una base de chicha de maíz con una breve fermentación, buscando una ligera acidez y un perfil aromático propio del grano. El proceso debe ser controlado para evitar sabores demasiado fuertes y mantener la bebida dentro de una propuesta apta para acompañar el menú.

Infusión. Las especias se infunden con la panela para obtener aromas dulces y cálidos. Se unen entonces a la chicha y a las pulpas de fruta, y así se logra una bebida equilibrada entre la acidez, el dulzor y la memoria ancestral.

Justificación:

En Ecuador y, en particular, en Manabí, la chicha de maíz es una bebida de gran valor cultural. Según Barros y Cusco, (2023) esta preparación está relacionada con festividades, prácticas comunitarias e identidad gastronómica. Con esta propuesta, la fusión de mora y fresa busca acercarla a un perfil más contemporáneo, sin perder su base patrimonial.

Maridaje:

La bebida, con su acidez de frutos rojos y carácter refrescante de la chicha, ayuda a equilibrar la salinidad, fritura y cremosidad del plato fuerte. Con el postre sus notas frutales dialogan con el coulis de maracuyá y guayaba, continuando la historia aromática sin opacar la vainilla ni la base crocante de maíz y maní.

Valoración nutricional:

Tabla 2. Ficha nutricional de ingredientes de la bebida

Ingrediente	Energía (kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
Chicha de maíz	2	0,3	0,1	5,0
Fresa	8	0,2	0,1	1,9
Mora	7	0,2	0,1	1,6
Panela	128	0	0	32,7

Nota. Los valores nutricionales fueron calculados mediante fórmula. Elaboración propia.
Costo estimado de producción por porción: \$0,86. Precio estimado de venta: \$3,00.

Figura 2. Presentación de la bebida

Fuente:

3.3 Postre: cheesecake con base crocante de maíz y maní, coulis de maracuyá con guayaba

Nombre del postre: “Tentación ancestral”.

Ingredientes principales y secundarios:

- Queso crema.
- Base crocante de maíz con maní.
- Coulis de maracuyá con guayaba.
- Crema de leche, azúcar, gelatina sin sabor y vaina de vainilla.

Técnicas de cocina:

- **Tostado y caramelización de granos.** El maíz y el maní se someten a calor seco para intensificar aromas y liberar notas tostadas. Luego se integran con azúcar caramelizada para formar una base crocante, estable y con suficiente resistencia para sostener el cheesecake.
- **Emulsión fría estabilizada.** El queso crema y la crema de leche se mezclan con azúcar, vainilla y gelatina hidratada, generando una estructura suave y firme. Esta técnica permite que el postre mantenga su forma durante el servicio, sin perder una textura cremosa.

- **Reducción.** El maracuyá y la guayaba se cocinan con azúcar hasta obtener un coulis de color intenso y textura ligeramente espesa. Esta salsa aporta acidez, brillo y contraste visual, por lo que se convierte en un elemento clave dentro del emplatado.

Contrastes de sabor, textura y temperatura:

Postre que equilibra perfectamente lo dulce y lo cremoso del queso crema con la acidez que aporta el maracuyá. El maní tostado aporta notas terrosas y saladas que ayudan a reducir la sensación grasosa

La textura crocante que aporta la base de maíz con maní ayuda que el postre no sea plano, sino que se dé la sensación de un cambio continuo

El servicio del chessecake debe ser frío para que mantenga su estabilidad y textura, y la base a temperatura ambiente para crear un contraste térmico perfecto.

Justificación:

Esta preparación convierte el maíz en un dulce y moderno deleite. La base crujiente permite insertar el producto ancestral sin forzar su presencia, mientras que el maní, el maracuyá y la guayaba refuerzan una lectura ecuatoriana del postre. La técnica de cheesecake le da esa familiaridad comercial pero el soporte de maíz y maní lo diferencia dentro de una propuesta de cocina de autor.

Valoración nutricional:

Tabla 3. *Ficha nutricional de ingredientes del postre*

Ingrediente	Energía (kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
Queso crema	97	1,7	9,6	1,3
Crema de leche	51	0,3	5,3	0,5
Azúcar	67	0	0	67
Maíz tostado	24	0,6	0,3	24
Maní	38	1,7	3,3	38
Maracuyá y guayaba	91	2	0,9	107

Nota. Los valores nutricionales fueron calculados mediante fórmula. Elaboración propia.

Costo de producción por porción: \$0.99

Precio de venta: \$3,00

Vajilla, emplatado y justificación estética:

Plato celeste marmoleado, con la base de maíz crocante con maní en el medio. Encima se coloca el cheesecake y se reparte el coulis alrededor en forma de gotitas o finas líneas

Figura 3. *Presentación del postre*

Fuente:

4. APLICACIÓN DE NORMAS DE SEGURIDAD ALIMENTARIA

El maíz como ingrediente de un menú gastronómico, requiere que se cumplan criterios de inocuidad en todas las etapas del proceso ya que esto no se limita solo al proceso de lavarse las manos, que por cierto, es algo fundamental, sino que también la seguridad de los alimentos también se trata de separar los ingredientes crudos de los cocidos, control de temperatura, limpieza y desinfección de frutas y verduras, limpieza de superficies de trabajo y utensilios y del almacenado correcto de cada uno de los ingredientes. Según la Organización Mundial de la Salud (2006) reduce esto en cinco pasos clave: limpieza, separación correcta de alimentos, cocción adecuada, temperaturas seguras controladas y materias primas seguras.

El principal riesgo dentro de la elaboración del plato fuerte proviene en la manipulación del pollo crudo. Por lo tanto, se debe utilizar tabla amarilla para proteína avícola cruda, tabla verde para vegetales y frutas y tabla café para alimentos cocidos. La correcta utilización descende el peligro de contaminación cruzada y contribuye a que cada ingrediente continúe con una ruta de elaboración más segura.

En la bebida, la seguridad depende de la correcta desinfección de los frutos rojos, ya que la mora y la fresa poseen superficies delicadas que pueden retener impurezas. La chicha también requiere un control del tiempo y la temperatura, ya que una fermentación mal manejada puede alterar su sabor y comprometer su inocuidad. En el postre, los lácteos, la gelatina y el tiempo de refrigeración son los aspectos que requieren mayor atención, pues el cheesecake debe estar frío al momento de servirlo.

4.1 Principios de higiene y manipulación durante la preparación

Un menú de calidad empieza antes de la cocción de cada uno de los respectivos ingredientes, con un mise en place ordenado y diferenciado según el producto. La proteína cruda debe estar lejos de frutas, verduras, lácteos y alimentos listos para comer. Del mismo modo, los cuchillos, tablas y utensilios empleados en el pollo no deben entrar en contacto con ingredientes ya cocinados o preparados para el consumo inmediato.

Antes de cortar las frutas y hortalizas hay que lavarlas y desinfectarlas. Para los frutos rojos se sugiere un manejo delicado a fin de evitar deterioro físico y pérdida de jugos. Los planos de

trabajo se deben limpiar antes y después de cada proceso y los residuos se deben eliminar continuamente para que no se acumulen y contaminen la zona limpia.

El personal que elabora el producto debe tener una vestimenta limpia y adecuada, el cabello recogido, las uñas cortas, las manos desinfectadas correctamente, además de no usar perfumes, cremas corporales ni joyas. La manipulación debe seguir una lógica de marcha hacia adelante, en la cual los productos avancen desde la recepción y preparación inicial hasta la cocción, ensamblaje y servicio, sin retroceder a zonas contaminadas.

4.2 Recomendaciones para garantizar la inocuidad del proceso

Para la proteína del plato fuerte, se recomienda verificar que la cocción alcance el centro de la pieza, ya que el exterior dorado o crocante puede dar una falsa percepción de que está bien cocido. Para reducir el exceso de grasa y lograr una buena textura, la fritura debe hacerse con aceite limpio, a temperatura controlada y con un buen escurrido con paños absorbentes.

Lo principal para la polenta es no dejarla expuesta mucho tiempo a temperatura ambiente, ya que es una preparación húmeda y con mucho almidón. Durante la presentación se debe mantener caliente o enfriar rápidamente si se desea conservar. La salsa cremosa, por su contenido lácteo, también necesita control térmico para evitar que se separe, se deteriore o se contamine.

Para la bebida y el postre, se recomienda trabajar con enfriamiento continuo. Después de la desinfección, los frutos rojos se deben procesar y utilizar en recipientes limpios. Para que el cheesecake mantenga su forma, su textura y su seguridad alimentaria, debe conservarse frío y montarse poco antes de servirlo. Estas medidas permiten que la propuesta sea atractiva sin comprometer la salud del consumidor.

5. ANÁLISIS DE RENTABILIDAD DEL MENÚ

El análisis de rentabilidad es sumamente importante ya que sirve para comprobar que la propuesta gastronómica puede sustentarse en un marco de servicio real. Para esto se calcula el margen de ganancia y la rentabilidad aproximada comparando los costos de producción de cada preparación con su precio aproximado de venta. Esta ejecución es indispensable porque un menú que atrae culturalmente también debe ser comercialmente viable.

Tabla 4. Estructura de costos, precio de venta y margen de rentabilidad del menu

Menú	Costo de producción	Precio de venta	Margen de ganancia	Rentabilidad aproximada
Plato fuerte: Sinfonía Dorada de Maíz	\$2,64	\$6,00	\$3,36	56,00 %
Postre: Tentación ancestral	\$0,99	\$3,00	\$2,01	67,00 %
Bebida: Raíces del bosque, sin alcohol	\$0,86	\$3,00	\$2,14	73,14 %
Total del menú	\$4,49	\$12,00	\$7,51	63,44 %

Nota. Los valores fueron calculados a partir del costo de producción y del precio de venta estimado para cada preparación. La rentabilidad aproximada se obtuvo mediante la relación entre el margen de ganancia y el precio de venta. Elaboración propia.

Como resultado, el análisis de rentabilidad nos da a conocer que la propuesta es económicamente viable, ya que el costo total de producción del menú es de \$4,57, por otro lado, el precio de venta estimado es de \$12,50. Esto produce una ganancia bruta de \$7,93, lo que equivale a un 63,44%. Por lo tanto, la propuesta no solo cumple con una intención cultural ligada a la revalorización del maíz, sino que también demuestra que, al trabajar con insumos propios del territorio, permite controlar costos y obtener un buen margen de ganancia para futuros emprendimientos gastronómicos.

6. CONCLUSIONES

- El desarrollo de la presente propuesta permitió comprobar que el maíz, más allá de ser un producto ancestral con una relación estrecha con la alimentación manabita, posee la versatilidad suficiente para incorporarse en preparaciones gastronómicas contemporáneas. Se ha usado en una polenta cremosa, en un apanado crocante, en una bebida tipo chicha, en una base dulce para postre, y demuestra que el ingrediente puede mutar sin perder su sentido cultural, siempre que haya una intención técnica clara y una lectura respetuosa de su origen.
- Al desarrollar el menú propuesto se comprobó que la innovación gastronómica no es necesariamente dejar de lado las recetas tradicionales, sino que es una forma de darle continuidad en nuevas maneras de consumo. El maíz en este caso actuó como hilo conductor para crear un menú que combine memoria, técnica y presentación, de modo que, el comensal identifique un alimento cercano en una experiencia culinaria mas elaborada. Por esta razón, la propuesta va más allá de mostrar de recetas, busca revalorizar los productos locales desde la perspectiva de cocina de autor contemporáneo.
- Las preparaciones ejecutadas demostraron equilibrio entre sabor, textura y presentación, con un plato principal que aporta untuosidad y crocancia; una bebida que aporta frescura y contraste; en tanto que el postre es un cierre a una experiencia a una mezcla de acidez, crocancia y dulzor. Esta relación entre los tiempos del menú refuerza los objetivos de la propuesta, ya que el elemento principal que es el maíz no aparece de forma forzada, sino que es un alimento que se adapta de manera versátil a diferentes preparaciones culinarias
- Económicamente, esta propuesta demuestra que es viable para su implementación en un servicio gastronómico real, pues en este se utilizan de productos asequibles, un control de costos eficiente, buen control de mermas y presenta un margen de ganancias razonable. Gracias a esto se puede garantizar que el menú aparte de tener relevancia cultural y técnico también tiene valor comercial, especialmente para restaurantes o emprendimientos que busquen marcar la diferencia usando productos locales, identidad territorial y propuestas innovadoras.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Aguagallo, C. F. I., Sánchez, M. P. V., & otros. (2023). Patrimonio alimentario ecuatoriano, su visión desde el enfoque normativo y cultural. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 4970-4990. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.4810
- Barros Guamán, D. H., & Cusco Morocho, K. T. (2023). Importancia cultural gastronómica de la chicha de maíz y su contribución en la identidad gastronómica de la provincia de Manabí [Trabajo de titulación, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional Universidad de Cuenca.
- Organización Mundial de la Salud. (2006). Manual sobre las cinco claves para la inocuidad de los alimentos. Organización Mundial de la Salud.
<https://www.who.int/es/publications/i/item/9789241594639>
- Organización Panamericana de la Salud. (2024). Inocuidad de alimentos.
<https://www.paho.org/es/temas/inocuidad-alimentos>
- Romero Suárez, N. F. (2023). Impacto de las nuevas tendencias gastronómicas del siglo XXI en la gastronomía ecuatoriana. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 4403-4411. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.578>
- Serna-Saldivar, S. O. (2019). *Corn: Chemistry and technology* (3.^a ed.). Woodhead Publishing.
<https://doi.org/10.1016/C2016-0-04396-7>
- Unigarro Solarte, C. (2010). Patrimonio cultural alimentario. Instituto Iberoamericano del Patrimonio Natural y Cultural.
- Zarrillo, S., Pearsall, D. M., Raymond, J. S., Tisdale, M. A., & Quon, D. J. (2008). Directly dated starch residues document early formative maize (*Zea mays* L.) in tropical Ecuador. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 105(13), 5006-5011.
<https://doi.org/10.1073/pnas.0800894105>

ANEXOS

Anexo 1. Ficha técnica de preparación del plato Fuerte

Sinfonia Dorada	
Restaurante:	Categoría: Plato fuerte
Fecha:	Precio de venta al público: 6,00
Tamaño de la porción:	Impuestos: 15,00%
Número de porciones: 1	Precio de venta neto: 5,10
Tiempo de preparación:	Costo total de la receta: 2,64
Tiempo de cocción:	% Costo de la receta: 51,67%
Temperatura de servicio:	Margen de beneficio neto: 2,46

Ingredientes	Unidad de medida	Cantidad Kg/Litros	Coste Unidad	Porcentaje de coste	Coste total
pechuga de pollo	gramos	0,100	2,60	9,87%	0,26
harina de maíz	gramos	0,275	2,00	20,87%	0,55
queso parmesano	gramos	0,050	1,55	2,94%	0,08
tocino	gramos	0,450	0,99	16,91%	0,45
queso mozzarella	gramos	0,060	2,01	4,58%	0,12
mantequilla sin sal	gramos	0,075	2,31	6,57%	0,17
espárragos	gramos	0,080	1,00	3,04%	0,08
zanahoria	gramos	0,030	0,50	0,57%	0,02
zuchinni	gramos	0,050	1,00	1,90%	0,05
sal	gramos	0,020	1,00	0,76%	0,02
pimienta	gramos	0,010	0,50	0,19%	0,01
huevo	gramos	0,050	0,20	0,38%	0,01
vino blanco	mililitros	0,070	3,00	7,97%	0,21
tomillo	gramos	0,020	2,00	1,52%	0,04
leche	mililitros	0,350	1,00	13,28%	0,35
cebolla blanca	gramos	0,100	0,50	1,90%	0,05
espinaca	gramos	0,015	0,50	0,28%	0,01
crema de leche	mililitros	0,075	1,61	4,58%	0,12
cebolla perla	gramos	0,100	0,50	1,90%	0,05

COSTE TOTAL DE LA RECETA **2,64**

COSTE POR RACIÓN **2,64**

Elaboración

1. Limpiar muy bien los vegetales y la proteína.
2. Para la salsa en un sartén hondo colocar la mantequilla derretir, agregar el tocino cortado en cubos pequeños, cuando este ya haje soltados u grasa ha de run retirarlo y mezclar con cebolla perla, cebolla blanca y ajo. Desglasear con vino blanco, luego incorporar las hojas de lechuga y tomillo, reducir la mezcla completamente y luego agregar fondo de verduras y de pollo reducir la mitad. Luego incorporar la leche, crema y espárragos verdes, dejar cocinar durante 10 minutos hasta que los espárragos estén tiernos, añadir el queso parmesano. Retirar la hoja de lechuga y procesarlo hasta que este suave. Colar la mezcla en el sartén, agregar queso parmesano en cubos y mezcla durante 2 minutos y luego cocinar.
3. Para el pollo, primero sazonarlo con todas las especias para luego proceder a empanarlo con huevo y luego por harina de maíz. Colar un sartén con aceite y freír el pollo hasta que este dorado.
4. Para los vegetales primero cortarlos en tiras finas con ayuda de un batidor de papel, calentar agua para proceder a realizar un blanqueado, así sumergirlos durante segundos y luego cocinarlos en agua fría con hielo para cortar cocción, así mismo con los espárragos. Luego en un sartén derretir mantequilla, agregar el tomillo, orégano seco y un poquito de sal y sazonar los vegetales, los espárragos también en el mismo procedimiento solo que estos se harán con tocino.
5. Para la polenta, poner a calentar la leche con un poco de sal, cuando este rompa hervor colocar el fondo de verduras, agregar la harina de maíz en forma de hilo mientras con un batidor de mano se va mezclando constantemente para que no se formen grumos. Hacer durante unos 10 minutos o hasta que la harina este cocida, por último agregar una cucharada de mantequilla y queso parmesano.

Presentación

Plato blanco redondo semi hondo. Polenta servida en forma de gota, torre de pollo a la parrilla a la izquierda, vegetales sazonados en mantequilla enrollados para simular flores los cuales están ubicados a los lados del pollo, salsa de queso ubicada encima del pollo y los espárragos ubicados entre el pollo y el final de la gota de polenta.

Equipo necesario para elaboración

ollas medianas, cucharas de madera, batidor globo, procesadora, bowls, sartén, tablas de picar (verde, amarilla), cuchillos, pircas

Alérgenos

<input type="checkbox"/> Gluten	<input type="checkbox"/> Mostaza
<input type="checkbox"/> Crustáceos	<input type="checkbox"/> Sulfitos
<input checked="" type="checkbox"/> Huevo	<input type="checkbox"/> Sésamo
<input type="checkbox"/> Pescado	<input type="checkbox"/> Moluscos
<input type="checkbox"/> Cacahuetes	<input type="checkbox"/> Soja
<input checked="" type="checkbox"/> Lácteos	<input type="checkbox"/> Frutos secos
<input type="checkbox"/> Apio	<input type="checkbox"/> Altramuz



Anexo 2. Ficha técnica de preparación del postre

Tentacion Ancestral					
Reservar ante:			Categoría:		
			Postre		
Fecha:			Precio de venta al público:		
Tamaño de la porción:					
Número de porciones:			10,0		
			Impuestos:		
			25,00%		
Tiempo de preparación:			Precio de venta neto:		
Tiempo de cocido:			2,55		
Temperatura de servicio:			Costo total de la receta:		
			0,99		
			% Costo de la receta:		
			22,97%		
			Margen de beneficio neto:		
			1,50		

Ingredientes	Unidad de medida	Cantidad Kg/litros	Costo Unidad	Porcentaje de costo	Costo total
crema de leche	mililitros	0,045	1,61	7,39%	0,07
queso crema	gramos	0,085	2,05	22,67%	0,17
azúcar	gramos	0,050	0,50	5,52%	0,03
maíz tostado	gramos	0,020	1,30	1,62%	0,03
mani tostado	gramos	0,020	1,00	1,01%	0,02
pulpa de manzana	mililitros	0,250	0,25	6,29%	0,06
pulpa de guayaba	mililitros	0,250	0,25	6,29%	0,06
gelatina sin sabor	gramos	0,050	1,00	5,03%	0,05
vainilla de vainilla	unidad	0,300	1,50	45,29%	0,45

COSTE TOTAL DE LA RECETA 0,99

COSTE POR RACIÓN 0,99

Elaboración

- realizar el respectivo mise en place
- En una batidora cremar la crema de leche con el queso crema, luego agregar azúcar, vaina de vainilla y seguir batiendo hasta que ya no se sienta el azúcar. Hidratar la gelatina, calentarla y agregarla a la mezcla
- Colocar la mezcla en los respectivos moldes y refrigerar

Coolish de manzana y guayaba

- En un sartén ubicar la pulpa de manzana y la de guayaba junto con el azúcar
- Dejar cocinar hasta que este tome una consistencia un poco espesa y luego retirar del fuego

Crocante de maíz y mani

- Tostar en un sartén el maíz junto con el mani
- A parte en otro sartén poner a cristalizar el azúcar.
- Procesar un poco el maíz y el mani y luego cuando el azúcar ya este totalmente derretido agregar esta mezcla y mezclar rápidamente
- en un síspak, colar la preparación y extenderla, poner a refrigeración

Presentación

Equipo necesario para la elaboración

batidora, sartén, tabla de picar, sonda, cuchara de madera,

Alérgenos

<input type="checkbox"/> Gluten	<input type="checkbox"/> Miel
<input type="checkbox"/> Crustáceos	<input type="checkbox"/> Sulfitos
<input type="checkbox"/> Huevo	<input type="checkbox"/> Sésamo
<input type="checkbox"/> Pescado	<input type="checkbox"/> Leche
<input type="checkbox"/> Cacahuetes	<input type="checkbox"/> Soja
<input type="checkbox"/> Lacteos	<input type="checkbox"/> Frutos secos
<input type="checkbox"/> Apia	<input type="checkbox"/> Altramuz

Insertar foto del plato

