



UNIVERSIDAD LAICA “ELOY ALFARO” DE MANABÍ

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TURISMO

Carrera:

Técnica de Gastronomía.

Título:

Revalorización de la gastronomía ancestral manabita en un menú contemporáneo.

Autora:

Jade Gaelle Quevedo Loor

Tutor:

Ing. Daniel Caballero

Manta, 2026.

	NOMBRE DEL DOCUMENTO: CERTIFICADO DE TUTOR(A).	CÓDIGO: PAT-05-IT-001-F-004
	PROCEDIMIENTO: TITULACIÓN DE ESTUDIANTES DE LAS CARRERAS TÉCNICAS Y TECNOLÓGICAS	VERSIÓN: 3
		Página 1 de 1

CERTIFICACIÓN

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

Haber dirigido, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Titulación bajo la autoría de la estudiante Jade Gaelle Quevedo Llor, legalmente matriculado/a en la carrera de Gastronomía período académico 2026/1, cumpliendo el total de 96 horas, cuyo tema del proyecto es Revalorización de la gastronomía ancestral manabita en un menú contemporáneo.

El presente trabajo de titulación ha sido desarrollado 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, 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.

Lugar, 24 de julio de 2026

Lo certifico,



Ab. Daniel Caballero Mero, Mg
Docente Tutor

Nota 1: Este documento debe ser realizado únicamente por el/la docente tutor/a y será receptado sin enmendaduras y con firma electrónica y/o manuscrita.

Nota 2: Este es un formato que se llenará por cada estudiante (de forma individual) y será otorgado toda vez que la asignatura de titulación esté aprobada por el estudiante.

Aprobación del Tribunal

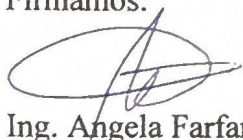
El tribunal evaluador certifica:

Que, el trabajo de carrera, titulado "Revalorización de la gastronomía ancestral manabita en un menú contemporáneo", ha sido realizado y concluido por el estudiante Jade Gaelle Quevedo Loor, el mismo que ha sido 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.

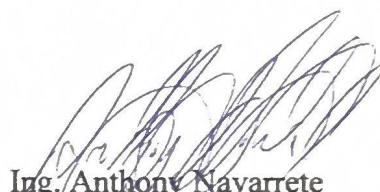
Para dar testimonio y autenticidad

Firmamos:



Ing. Angela Farfan

PRESIDENTE



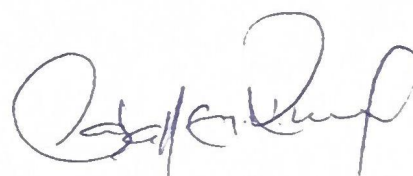
Ing. Anthony Navarrete

MIEMBRO TRIBUNAL



Li. Diego Delgado

MIEMBRO TRIBUNAL



Lic. Daniel Caballero Mero

DOCENTE TUTOR



Quevedo Loor Jade Gaelle

ESTUDIANTE

Declaración Expresa de Autoría

Jade Gaelle Quevedo Loor, portador de la C. I. # 1317932448, en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación “Revalorización de la gastronomía ancestral manabita en un menú contemporáneo” 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, Agosto del 2026



Jade Gaelle Quevedo Loor

Graduado

Cláusula de Licencia y Autorización para Publicación en el Repositorio Institucional

Quevedo Loor Jade Gaelle, portador de la C. I. #1317932448, en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del proyecto de investigación “Revalorización de la gastronomía ancestral manabita en un menú contemporáneo ” 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, julio 2026



Jade Gaelle Quevedo Loor

ESTUDIANTE

Dedicatoria

Dedico este proyecto a mis tías, Mercedes y Dolores Llor que han sido un gran pilar en este proceso universitario por sus consejos y por haber puesto su confianza en mis capacidades junto a mi abuelo el señor Jacinto Quevedo que me ha dado sus palabras de aliento y finalmente me dedico este logro a mí por todo el sacrificio y empeño en este camino que representa un logro más en mi vida.

Agradecimiento

Quisiera expresar mi agradecimiento a todas las personas que han sido parte importante para hacer posible la culminación de este proyecto, por acompañarme en este proceso e impulsarme a enfrentar los desafíos que conllevan.

Agradezco a mi madrina la Mgtr. Silvia Bone. que ha estado en los momentos más difíciles, emocionalmente para enfocarme en mis estudios y no desistir en las adversidades que tiene la vida.

A mi prima la Econ. Karen Bone, por brindarme su amor y confiar en mí y darme motivación, por ser un gran ejemplo.

A mi novio por acompañarme en mi camino otorgándome su amor y paciencia, creyendo en mí incluso en los momentos donde dudé de mis capacidades, y por sostenerme y ver en mí un futuro radiante.

A mis amigas por estar a mi lado entre risas y estudios, por hacer de esta experiencia inolvidable.

Resumen

La gastronomía manabita constituye una expresión fundamental del patrimonio cultural del Ecuador, al reflejar la historia, las tradiciones y la diversidad de los productos propios de la provincia de Manabí. La presente propuesta de menú tiene como finalidad revalorizar la cocina ancestral manabita mediante la incorporación de técnicas de la gastronomía contemporánea, preservando la autenticidad de sus sabores e incorporando ingredientes emblemáticos de la provincia como el maní, el maíz criollo, el plátano verde y la gallina criolla.

El menú está integrado por un plato fuerte, un postre y una bebida, concebidos para brindar una experiencia gastronómica equilibrada, innovadora y con identidad cultural que llegue al paladar y corazón de quienes lo prueben. En su elaboración se aplican técnicas culinarias modernas, entre ellas la emulsión, la gelificación, el sofrito, la fritura profunda y la cocción lenta, las cuales permiten optimizar la presentación, la textura y las características sensoriales de cada preparación, sin perder la esencia de la cocina tradicional.

La selección de los ingredientes responde a criterios de sostenibilidad, identidad territorial y aprovechamiento de los recursos locales, contribuyendo al fortalecimiento de la producción agrícola y al reconocimiento del trabajo de los pequeños productores de la provincia. Asimismo, la propuesta busca incentivar el consumo de productos autóctonos, promoviendo prácticas gastronómicas responsables que favorezcan la conservación de la biodiversidad y el desarrollo económico de las comunidades.

Además, el diseño del menú contempla una presentación contemporánea que resalta el valor estético de cada preparación, ofreciendo una experiencia culinaria que integra sabor, textura, aroma y creatividad. Esta combinación entre técnicas modernas y recetas tradicionales demuestra que la cocina manabita posee un amplio potencial para innovar sin perder su identidad, convirtiéndose en una alternativa atractiva para el ámbito gastronómico, turístico y académico.

En conjunto, esta propuesta demuestra que la innovación culinaria puede coexistir con la tradición, fortaleciendo la valorización del patrimonio gastronómico manabita y promoviendo el uso de ingredientes autóctonos en preparaciones contemporáneas con potencial de aplicación en los ámbitos académico, turístico y profesional.

Palabras clave: gastronomía manabita, patrimonio cultural, cocina ancestral, innovación gastronómica, ingredientes autóctonos.

Abstract

Manabí cuisine is a fundamental expression of Ecuador's cultural heritage, reflecting the history, traditions, and diverse produce of Manabí province. This menu proposal aims to revitalize ancestral Manabí cuisine by incorporating contemporary culinary techniques while preserving authentic flavors and utilizing iconic provincial ingredients such as peanuts, heirloom corn, green plantains, and free-range chicken.

The menu comprises a main course, a dessert, and a beverage, designed to offer a balanced, innovative, and culturally distinctive dining experience that appeals to both the palate and the heart. Modern culinary techniques—including emulsification, gelification, *sofrito* (sautéing aromatics), deep-frying, and slow cooking—are employed to enhance the presentation, texture, and sensory qualities of each dish without compromising the essence of traditional cooking.

Ingredient selection is guided by principles of sustainability, regional identity, and the use of local resources, thereby strengthening agricultural production and recognizing the efforts of the province's small-scale producers. Furthermore, the proposal encourages the consumption of native products and promotes responsible culinary practices that support biodiversity conservation and community economic development.

The menu design also features a contemporary presentation that highlights the aesthetic appeal of each dish, offering a culinary experience that blends flavor, texture, aroma, and creativity. This fusion of modern techniques and traditional recipes demonstrates the vast potential for innovation within Manabí cuisine while maintaining its identity, making it an attractive option for the culinary, tourism, and academic sectors.

Overall, this proposal illustrates that culinary innovation and tradition can coexist, thereby enhancing the appreciation of Manabí's gastronomic heritage and promoting the use of native ingredients in contemporary dishes suitable for academic, tourism, and professional contexts.

Keywords: Manabí gastronomy, cultural heritage, ancestral cuisine, gastronomic innovation, native ingredients.

Índice

Certificado del Tutor	¡Error! Marcador no definido.
Tribunal de Sustentación	¡Error! Marcador no definido.
Declaración Expresa de Autoría	¡Error! Marcador no definido.
Dedicatoria	VI
Agradecimiento	VII
Resumen	VIII
1 Introducción	1
2 Conceptualización del Menú	2
2.1 Antecedentes breves:	2
2.2 Descripción de concepto gastronómico general:	3
2.3 Justificación creativa y técnica del menú:	3
2.4 Coherencia entre los tiempos	4
3. Descripción de preparaciones	5
3.1 Plato principal	5
3.1.1 Ingredientes principales	6
3.1.2 Ingredientes secundarios	6
3.1.3 Técnicas de cocción aplicadas	7
3.1.4 Justificación cultural	8
3.1.5 Valor nutricional y porcionamiento	9
3.1.6 Costo estimado por porción	10
3.1.7 Análisis nutricional	11
3.1.8 Vajilla y estilo de emplatado con boceto o referencia	11
3.2 Postre	12
3.2.1 Ingredientes principales	13
3.2.2 Ingredientes secundarios	13
3.2.3 Técnicas de cocción aplicadas	14
3.2.4 Justificación cultural	15
3.2.5 Valor nutricional y porcionamiento	16
3.2.6 Costo estimado por porción	17
3.2.7 Vajilla y estilo de emplatado con boceto o referencia	17
3.3 Bebida	18
3.3.1 Ingredientes principales	18

3.3.2	Ingredientes secundarios	19
3.3.3	Técnicas de cocción aplicadas	19
3.3.4	Justificación cultural	20
3.3.5	Valor nutricional y porcionamiento	21
3.3.6	Costo estimado por porción	22
3.3.7	Vajilla y estilo de emplatado con boceto o referencia	22
4	Aplicación de normas de seguridad alimentaria	22
5	Análisis de rentabilidad del menú	24
6	Conclusiones	25
7	Bibliografía	26
8	Anexos	28
8.1	Boceto del menú contemporáneo manabita	28
8.2	Ingredientes	29

1 Introducción

La gastronomía constituye un elemento fundamental de la identidad cultural de los pueblos, ya que refleja su historia, costumbres y relación con el entorno natural. A través de las prácticas culinarias se transmiten conocimientos, técnicas y tradiciones que han permanecido vigentes durante generaciones, convirtiéndose en una expresión de la memoria colectiva y del patrimonio cultural de cada comunidad. Además de satisfacer una necesidad básica como la alimentación, la cocina representa un medio para fortalecer el sentido de pertenencia, preservar las costumbres y promover el desarrollo social, económico y turístico de un territorio. En el caso del Ecuador, la diversidad geográfica y climática ha favorecido el desarrollo de una amplia riqueza gastronómica, donde cada región posee preparaciones, ingredientes y técnicas que reflejan la identidad de sus habitantes. La región Costa, especialmente la provincia de Manabí posee una de las tradiciones culinarias más representativas del país debido a la riqueza de sus ingredientes y técnicas ancestrales (Ministerio de Turismo del Ecuador, s.f.).

La gastronomía manabita se caracteriza por el uso de productos autóctonos como el maní, el maíz criollo, el plátano verde y la gallina criolla, los cuales han formado parte de la alimentación tradicional durante generaciones. Esta riqueza culinaria ha contribuido a consolidar a Manabí como uno de los principales referentes gastronómicos del Ecuador, siendo reconocida por la calidad de sus productos, la diversidad de sus recetas y el valor cultural que representan para el país.

Las técnicas tradicionales empleadas en la cocina manabita, como la cocción en horno de barro, el uso de fogones de leña, la preparación artesanal de masas y el aprovechamiento integral de los ingredientes, constituyen un legado cultural que ha sido preservado a lo largo del tiempo. Estas prácticas culinarias no solo permiten conservar los sabores característicos de cada preparación, sino que también reflejan la estrecha relación existente entre las comunidades y los recursos naturales disponibles en su entorno. Como resultado, la gastronomía manabita se ha consolidado como patrimonio cultural inmaterial del Ecuador, destacándose por su autenticidad, diversidad y profundo significado histórico (Instituto Nacional de Patrimonio Cultural, s.f.).

En la actualidad, la gastronomía enfrenta nuevos desafíos derivados de los cambios en los hábitos de consumo, la globalización y la constante evolución de las tendencias culinarias. Estos factores han impulsado a chefs e investigadores a desarrollar propuestas que permitan preservar las recetas tradicionales mientras incorporan procesos innovadores

que respondan a las exigencias de la cocina moderna. En este contexto, la gastronomía contemporánea ha generado la necesidad de reinterpretar las preparaciones tradicionales mediante la aplicación de técnicas culinarias modernas, conservando la esencia cultural que las caracteriza y resaltando el valor de los ingredientes autóctonos (UNESCO, 2013).

En este contexto, el presente trabajo propone el diseño de un menú gastronómico inspirado en la cocina tradicional manabita, conformado por un plato fuerte, un postre y una bebida elaborados con ingredientes representativos de la provincia. La propuesta busca integrar la tradición culinaria con técnicas de la gastronomía contemporánea, resaltando las cualidades organolépticas de cada preparación y demostrando que es posible innovar sin perder la autenticidad de los sabores que caracterizan a esta importante expresión del patrimonio cultural ecuatoriano.

Finalmente, esta investigación pretende contribuir a la revalorización de la gastronomía manabita mediante el uso responsable de ingredientes autóctonos y la aplicación de técnicas culinarias modernas que respeten la identidad de las recetas tradicionales. Asimismo, busca incentivar el interés por la conservación del patrimonio gastronómico, fortalecer el reconocimiento de la cocina manabita como un referente de la cultura ecuatoriana y promover propuestas innovadoras que puedan ser implementadas tanto en el ámbito académico como en el ejercicio profesional de la gastronomía.

2 Conceptualización del Menú

2.1 Antecedentes breves:

La gastronomía manabita constituye una de las expresiones culturales más representativas del Ecuador. Sus recetas, técnicas de preparación e ingredientes ancestrales reflejan la identidad, historia y tradiciones de los pueblos manabitas. Además de preservar el patrimonio cultural, esta gastronomía impulsa el turismo, fortalece la economía local y genera oportunidades de empleo para productores, emprendedores y restaurantes. En los últimos años, Manabí ha recibido reconocimiento nacional e internacional por el valor de su cocina tradicional, lo que incrementa la necesidad de investigarla, protegerla y promoverla como un recurso estratégico para el desarrollo sostenible (Angulo&Vera, 2026)

La gastronomía manabita se distingue por el uso de ingredientes locales y técnicas tradicionales transmitidas de generación en generación, destacando preparaciones que utilizan maní, maíz criollo, plátano verde y proteínas como la gallina criolla (Ministerio de Turismo del Ecuador, s.f.).

La cocina contemporánea permite reinterpretar estos elementos mediante técnicas como emulsificación, gelificación, reducción y texturización, generando propuestas gastronómicas innovadoras que mantienen la identidad cultural (Gisslen, 2019).

El presente menú está conformado por tres tiempos: plato fuerte, postre y bebida, diseñados bajo un enfoque de cocina contemporánea con identidad manabita, integrando técnicas profesionales de cocina moderna (CIA, 2018).

2.2 Descripción de concepto gastronómico general:

El presente menú se desarrolla bajo el enfoque de una cocina contemporánea con identidad manabita, cuyo objetivo es reinterpretar sabores tradicionales mediante técnicas modernas y presentaciones estéticas más refinadas.

Esta propuesta responde a tendencias actuales que promueven el uso de productos locales y la valorización del patrimonio gastronómico, permitiendo generar experiencias sensoriales que conectan al comensal con sus raíces culturales (Papá Viajero, s.f.; Goraymi, s.f.).

El menú está dirigido a un público que busca una experiencia gastronómica innovadora, equilibrada y con identidad, siendo aplicable en contextos académicos, gastronómicos y de restauración contemporánea.

Se compone de, plato fuerte y postre acompañados de una bebida, estructurados para ofrecer una experiencia progresiva en sabor, textura y percepción sensorial.

2.3 Justificación creativa y técnica del menú:

La presente propuesta gastronómica nace con el propósito de revalorizar la cocina ancestral manabita mediante una interpretación contemporánea de ingredientes y preparaciones tradicionales. Desde el enfoque creativo, el menú busca demostrar que recetas elaboradas con productos representativos de la provincia de Manabí pueden transformarse en propuestas gastronómicas con una presentación moderna, sin perder su identidad cultural. La selección de la gallina criolla, el maíz criollo, el maní, el plátano verde, la panela y el

maracuyá responde a la intención de destacar materias primas que forman parte del patrimonio alimentario de la región.

Desde el punto de vista técnico, las preparaciones combinan métodos tradicionales y técnicas contemporáneas para mejorar la experiencia sensorial del comensal. En el plato fuerte se emplean técnicas como el hervido, sellado, cocción lenta, fritura profunda, emulsión y elaboración de aceite de hierbas, permitiendo conservar las características organolépticas de cada ingrediente y aportar nuevas texturas y presentaciones.

En el postre se aplican técnicas de gelificación, elaboración de mousse, horneado y deshidratación parcial, obteniendo una combinación equilibrada de texturas cremosas, crujientes y frescas. La bebida complementa el menú mediante la preparación de una infusión de hierbabuena combinada con pulpa de maracuyá y jarabe de panela, logrando un perfil aromático y refrescante que armoniza con los demás tiempos del menú.

La integración de estas técnicas permite desarrollar una propuesta gastronómica innovadora que respeta las raíces culinarias de Manabí, promueve el uso de ingredientes locales y evidencia que la tradición y la cocina contemporánea pueden complementarse para fortalecer la identidad gastronómica ecuatoriana.

2.4 Coherencia entre los tiempos

El menú ha sido diseñado bajo un concepto de armonía gastronómica, donde cada tiempo mantiene una relación en cuanto a ingredientes, identidad cultural, técnicas culinarias y experiencia sensorial. La propuesta busca resaltar la riqueza de la gastronomía ancestral manabita mediante la utilización de productos autóctonos transformados con un enfoque contemporáneo.

El plato fuerte constituye el eje principal del menú al presentar la gallina criolla como ingrediente protagonista, acompañada de maíz criollo, cebolla encurtida, chips de plátano verde y aceite de hierbas. Esta preparación resalta sabores tradicionales mediante técnicas culinarias actuales, ofreciendo un equilibrio entre textura, aroma y presentación.

El postre mantiene la identidad del menú al incorporar maní, cacao, coco y maracuyá, ingredientes ampliamente utilizados en la gastronomía ecuatoriana y especialmente valorados en la región Costa. La combinación del mousse de maní, la tierra de cacao y maní, el gel de maracuyá y la teja de coco y maní proporciona una experiencia sensorial que conserva la esencia de los sabores tradicionales mediante una presentación contemporánea.

La bebida, elaborada a base de maracuyá, panela y hierbabuena, complementa el menú aportando frescura y equilibrio al paladar. La panela reemplaza a la azúcar refinada como principal endulzante, fortaleciendo el uso de productos tradicionales, mientras que la hierbabuena proporciona notas aromáticas que armonizan con el perfil cítrico del maracuyá.

En conjunto, los tres tiempos mantienen una relación coherente en cuanto a ingredientes, técnicas de preparación y concepto gastronómico, permitiendo que el comensal experimente un recorrido culinario inspirado en la identidad manabita. La integración de sabores tradicionales con una presentación moderna evidencia el objetivo de revalorizar la gastronomía ancestral mediante propuestas innovadoras que respetan el patrimonio culinario de la provincia.

3. Descripción de preparaciones

3.1 Plato principal

El plato principal, Herencia Criolla constituye una propuesta gastronómica que rescata los sabores tradicionales de la cocina manabita mediante la utilización de ingredientes representativos de la región y su reinterpretación con técnicas de presentación contemporáneas. La preparación tiene como protagonista la pechuga de gallina criolla, cocida lentamente en un fondo aromático elaborado con cebolla, ajo, pimienta, cilantro, laurel, sal, pimienta y comino. Este proceso permite conservar la jugosidad de la carne e impregnarla de los aromas característicos de las especias y hierbas empleadas. Posteriormente, la pechuga se sella para obtener una superficie dorada que intensifica su sabor y aporta una textura más agradable al paladar.

Como acompañamiento se presenta un cremoso de maíz criollo, elaborado a partir de granos cocidos y procesados con mantequilla, crema de leche y parte del caldo de cocción de la gallina. Esta preparación proporciona una textura sedosa y un sabor suave que armoniza con la intensidad de la carne. El maíz constituye uno de los cultivos ancestrales más importantes de América y ha sido un alimento fundamental en la gastronomía ecuatoriana desde tiempos prehispánicos, siendo considerado un símbolo de la identidad alimentaria del país (FAO, 2019).

El plato incorpora además un curtido de cebolla paiteña preparado con limón, vinagre, azúcar y sal, cuyo sabor ligeramente ácido equilibra la untuosidad del cremoso y aporta frescura al conjunto. Los chips de plátano verde ofrecen un contraste crujiente que complementa las diferentes texturas presentes en el plato, mientras que el aceite de hierbas, elaborado con cilantro y perejil blanqueados, aporta un acabado aromático y un elemento visual que realza la presentación.



Ilustración 1 Herencia criolla

3.1.1 Ingredientes principales

- Gallina criolla cocida
- Mani
- Maiz criollo cocido
- Plátano verde (chips)

3.1.2 Ingredientes secundarios

- Cebolla paiteña
- Pimiento rojo
- Ajo
- Aceite vegetal

3.1.3 Técnicas de cocción aplicadas

La elaboración del plato principal integra diversas técnicas culinarias que permiten resaltar las características organolépticas de cada ingrediente y obtener un equilibrio entre sabor, textura y presentación.

La pechuga de gallina criolla se cocina mediante la técnica de hervido o cocción húmeda, utilizando un fondo aromático compuesto por cebolla, ajo, pimienta, cilantro, laurel, sal, pimienta y comino. Esta técnica favorece el ablandamiento de la carne y permite que absorba los aromas y sabores de los ingredientes durante la cocción. Posteriormente, la pechuga se somete a la técnica de sellado en sartén, utilizando una pequeña cantidad de aceite vegetal para desarrollar una superficie dorada mediante la reacción de Maillard, intensificando el sabor, mejorando la textura exterior y conservando los jugos internos.

El cremoso de maíz criollo se prepara mediante una cocción por ebullición, que permite ablandar los granos de maíz hasta alcanzar una textura adecuada para su procesamiento. Posteriormente, los granos cocidos se licúan con mantequilla, crema de leche y parte del caldo de cocción de la gallina. La mezcla obtenida se pasa por un colador fino para eliminar impurezas y se cocina nuevamente a fuego bajo, aplicando una cocción lenta que favorece la evaporación parcial del líquido y la obtención de una consistencia cremosa y homogénea.

El curtido de cebolla paiteña se elabora mediante la técnica de maceración o encurtido, donde la cebolla se mezcla con limón, vinagre, sal y azúcar y se deja reposar durante aproximadamente veinticuatro horas. Este proceso permite suavizar el sabor intenso de la cebolla, mejorar su textura y desarrollar un equilibrio entre acidez y dulzor.

Los chips de plátano verde se obtienen mediante la técnica de fritura por inmersión, sumergiendo las láminas de plátano en aceite caliente hasta alcanzar una textura crujiente y un color dorado uniforme. Finalmente, el aceite de hierbas se elabora mediante el blanqueado del cilantro y el perejil para conservar su color natural, seguido de un enfriamiento inmediato en agua con hielo. Posteriormente, las hierbas se licúan con aceite vegetal y la mezcla se filtra con una tela fina para obtener un aceite limpio, aromático y de color verde intenso que aporta un acabado elegante al plato.

3.1.4 Justificación cultural

El plato principal Herencia Criolla representa una propuesta gastronómica basada en la memoria culinaria de la provincia de Manabí, donde los ingredientes locales y las técnicas tradicionales forman parte fundamental de la identidad cultural de sus habitantes. La incorporación de la gallina criolla, el maíz, el maní y el plátano verde permite recuperar sabores asociados a la cocina rural, especialmente aquella desarrollada en los hogares campesinos donde la preparación de alimentos constituye un espacio de transmisión de conocimientos, costumbres y valores familiares.

La gallina criolla posee un significado cultural relacionado con la cocina tradicional ecuatoriana, debido a que durante generaciones ha sido utilizada en preparaciones destinadas a reuniones familiares, celebraciones y momentos importantes dentro de las comunidades. Su presencia en este plato representa la conexión entre la alimentación y las prácticas sociales, donde la preparación de una comida no solo responde a una necesidad nutricional, sino también a una forma de conservar la historia y las costumbres de un territorio.

Asimismo, el uso del maní y el maíz fortalece la relación del plato con la identidad agrícola de Manabí. Estos productos han sido aprovechados desde épocas ancestrales y forman parte de numerosas preparaciones tradicionales de la región, evidenciando el conocimiento que las comunidades poseen sobre sus recursos naturales y su transformación culinaria. Según la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO, 2019), los sistemas alimentarios tradicionales representan una relación entre biodiversidad, cultura y prácticas productivas locales, permitiendo conservar conocimientos transmitidos entre generaciones.

La propuesta busca conservar la esencia de estos ingredientes mediante una presentación contemporánea, demostrando que la innovación gastronómica puede coexistir con la tradición. De esta manera, Herencia Criolla funciona como una representación del patrimonio culinario manabita, promoviendo la valoración de los productos locales y fortaleciendo el reconocimiento de la cocina ecuatoriana como una expresión cultural viva.

3.1.5 Valor nutricional y porcionamiento

Aporta proteínas de alto valor biológico, grasas saludables del maní y carbohidratos del maíz criollo, generando un equilibrio nutricional adecuado

Ingredientes	Cantidad por porción	Energía (kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
Gallina criolla cocida	120 g	198.0	37.2	4.3	0.0
Maní	15 g	85.0	3.8	7.3	2.4
Maíz criollo cocido	100 g	96.0	3.4	1.5	20.9
Plátano verde (chips)	35 g	43.0	0.4	0.1	10.3
Cebolla paiteña	20 g	8.0	0.2	0.0	1.9
Pimiento rojo	15 g	5.0	0.2	0.1	1.1
Ajo	3 g	4.0	0.1	0.0	1.0
Aceite vegetal	10 g	90.0	0.0	10.0	0.0
Crema de leche	30 g	102.0	0.7	10.8	1.0
Sal	2 g	0.0	0.0	0.0	0.0
Agua para hervir	200 ml	0.0	0.0	0.0	0.0
Cilantro fresco	2 g	0.5	0.0	0.0	0.1
Comino molido	1 g	4.0	0.2	0.2	0.4
Pimienta negra molida	0.5 g	1.0	0.0	0.0	0.3
Orégano seco	0.5 g	1.0	0.0	0.0	0.2
Total por porción	554 g + 200 ml de agua	637.5 kcal	46.2 g	34.3 g	39.6 g

Tabla 1. Valor nutricional y porcionamiento de plato principal

3.1.6 Costo estimado por porción

Herencia Criolla					
Restaurante:					
Fecha:	agosto-26				
Tamaño de la porción:					
Número de porciones:	1				
Tiempo de preparación:	20 minutos				
Tiempo de cocción:	45 minutos				
Temperatura de servicio:					
Categoría:			Plato fuerte		
Precio de venta neto			5,11		
IVA			15,00%		
Precio de venta neto + IMP			0,77		
Precio de venta al público			5,88		

Ingredientes	Unidad de medida	Cantidad Kg/Litros	Coste Unidad	Porcentaje de coste	Coste total
Gallina criolla(pechuga)	Gr.	0,120	10,50	70,31%	1,26
Maní Tostado	Gr.	0,015	5,50	4,60%	0,08
Maíz criollo	Gr.	0,100	2,00	11,16%	0,20
Platano	Gr.	0,035	0,80	1,56%	0,03
Cebolla Paiteña	Ml.	0,020	0,30	0,33%	0,01
Pimiento rojo	Gr.	0,015	0,75	0,63%	0,01
Ajo	Gr.	0,020	0,50	0,56%	0,01
Aceite vegetal	Gr.	0,010	2,80	1,56%	0,03
Crema de leche	Gr.	0,030	2,00	3,35%	0,06
Sal	Gr.	0,002	0,70	0,08%	0,00
Agua para hervir	Ml.	0,200	0,50	5,58%	0,10
Cilantro	Gr.	0,002	0,50	0,06%	0,00
Comino molido	Ml.	0,001	1,20	0,07%	0,00
Pimienta negra	Gr.	0,001	1,80	0,10%	0,00
Oregano Molido	Gr.	0,001	0,90	0,05%	0,00

COSTE TOTAL DE LA RECETA

1,79

3.1.7 Análisis nutricional

La preparación constituye una fuente importante de proteínas de alto valor biológico gracias a la gallina criolla, la cual favorece el mantenimiento y reparación de los tejidos corporales. El maní aporta proteínas vegetales, grasas insaturadas y vitamina E, contribuyendo al adecuado funcionamiento cardiovascular y al aporte energético de la preparación.

El cremoso de maíz criollo y los chips de verde proporcionan carbohidratos complejos, responsables de suministrar energía para las actividades diarias. Asimismo, la cebolla, el pimiento y el ajo aportan fibra dietética, vitaminas y compuestos antioxidantes que favorecen el adecuado funcionamiento del organismo.

Desde el punto de vista nutricional, esta preparación presenta un equilibrio entre proteínas, grasas saludables y carbohidratos, por lo que constituye un plato fuerte completo dentro de un menú de tres tiempos.

3.1.8 Vajilla y estilo de emplatado con boceto o referencia

3.1.8.1 Características

La vajilla elegida, de estilo contemporáneo y minimalista, consiste en platos de porcelana blanca mate con bordes anchos que realzan los colores, texturas y formas de los alimentos. Su diseño sobrio crea un contraste visual con los ingredientes tradicionales de Manabí, aportando elegancia y modernidad a la presentación.

El emplatado se basa en una composición moderna y equilibrada, utilizando el espacio negativo del plato para destacar los elementos principales. Se emplean técnicas de altura, distribución del volumen y contraste de color, incorporando elementos nítidos y decorativos para crear una armonía entre la tradición y la cocina contemporánea.

Para el plato principal, "Herencia Criolla", la presentación resalta el pollo de corral y la crema de cacahuete, los ingredientes principales, acompañados de elementos texturales como chips de plátano verde, combinando así la identidad culinaria de Manabí con una estética moderna.

3.2 Postre

El postre combina técnicas clásicas de la repostería con procedimientos contemporáneos que permiten obtener diferentes texturas y una presentación equilibrada.

La base del postre corresponde a un mousse de maní, cuya preparación inicia con el tostado del maní, técnica que intensifica sus aromas naturales y potencia su sabor. Posteriormente, el maní se procesa hasta obtener una pasta fina que se incorpora con crema de leche, azúcar y gelatina hidratada. La mezcla se vierte en moldes y se lleva a refrigeración, proceso indispensable para que la gelatina actúe como agente estabilizante y permita obtener una textura firme, ligera y cremosa.

La tierra de cacao y maní se prepara mediante la técnica de horneado, donde la mezcla de harina, mantequilla, azúcar, cacao y maní se cocina hasta adquirir una textura seca y crujiente. Una vez fría, la preparación se tritura para obtener pequeñas partículas que simulan la apariencia de la tierra y aportan contraste de textura al montaje.

El gel de maracuyá se obtiene mediante una cocción suave de la pulpa de maracuyá con azúcar, seguida de la incorporación de un agente gelificante. Posteriormente, la mezcla se enfría hasta alcanzar la consistencia deseada, permitiendo realizar puntos decorativos que aportan acidez y frescura al postre.

La teja de coco y maní se elabora mezclando coco rallado, maní triturado, azúcar, mantequilla y harina. La preparación se extiende en una capa delgada sobre un tapete de silicona y se cocina mediante horneado hasta alcanzar un color dorado y una textura crujiente. Esta técnica permite obtener una pieza ligera y delicada que aporta altura, contraste visual y un elemento crocante a la composición final.



Ilustración 2 Mousse de Cacahuète, Panela et Fruit de la Passion

3.2.1 Ingredientes principales

- Mani tostado
- Pulpa de maracuyá
- Chocolate blanco

3.2.2 Ingredientes secundarios

- Crema de leche
- Panela
- Gelatina sin sabor
- Cacao en polvo
- Coco rallado
- Azúcar crocante
- Mani crocante

3.2.3 Técnicas de cocción aplicadas

La elaboración del postre integra diferentes técnicas culinarias propias de la pastelería, combinando procesos de cocción, hidratación, horneado y refrigeración que permiten desarrollar una variedad de texturas, sabores y estructuras dentro de la preparación final.

El maní tostado es sometido a la técnica de tostado en seco, un proceso mediante el cual el fruto seco se expone al calor controlado con el objetivo de intensificar sus aromas naturales, desarrollar sabores más profundos y mejorar sus características organolépticas. Posteriormente, el maní tostado es procesado hasta obtener una pasta cremosa que funciona como base principal del mousse, aportando sabor característico y una textura suave.

Para la elaboración del mousse de maní, se aplica la técnica de hidratación de gelatina sin sabor, procedimiento necesario para activar su capacidad gelificante y proporcionar estabilidad a la preparación. Una vez hidratada, la gelatina se incorpora a la mezcla compuesta por pasta de maní, crema de leche, panela y azúcar, permitiendo obtener una estructura firme pero ligera. Posteriormente, la preparación se somete a un proceso de refrigeración, técnica fundamental en la pastelería fría, ya que permite que la gelatina actúe y genere la textura característica del mousse.

La tierra de cacao y maní se desarrolla mediante la técnica de horneado, donde la mezcla elaborada con cacao en polvo, harina, mantequilla, azúcar y maní triturado es sometida a una temperatura controlada. Este proceso permite la evaporación de la humedad presente en la preparación, obteniendo una textura seca, quebradiza y crujiente. Después del enfriamiento, la preparación es triturada para conseguir una textura similar a la tierra, utilizada como elemento de contraste dentro del montaje del postre.

El gel de maracuyá se obtiene mediante una técnica de cocción suave, donde la pulpa de la fruta se combina con azúcar para equilibrar su acidez natural. Posteriormente, se incorpora el agente gelificante en frío, permitiendo alcanzar una consistencia estable y brillante que facilita su aplicación decorativa en el plato. Esta técnica permite conservar parte de las características naturales del maracuyá, como su aroma y sabor tropical.

La elaboración de la teja de coco y maní emplea la técnica de horneado a baja humedad, donde la mezcla formada por coco rallado, maní triturado, azúcar, mantequilla y una pequeña cantidad de harina se extiende en una capa fina y se cocina hasta obtener una tonalidad dorada y una textura crocante. Este procedimiento permite desarrollar una pieza delicada, utilizada como elemento decorativo y como aporte de textura dentro de la composición final.

3.2.4 Justificación cultural

El postre constituye una reinterpretación de ingredientes representativos de la costa ecuatoriana, transformando productos tradicionalmente utilizados en preparaciones caseras en una propuesta de repostería contemporánea. Su elaboración busca destacar la importancia cultural del maní, el cacao, el coco y el maracuyá como elementos vinculados al territorio, la producción agrícola y la identidad gastronómica del Ecuador.

El maní representa uno de los ingredientes más característicos de la gastronomía manabita, debido a su presencia constante en preparaciones tradicionales tanto dulces como saladas. Dentro de la cultura alimentaria de la provincia, este producto se relaciona con conocimientos ancestrales sobre su cultivo, tostado y transformación, convirtiéndose en un símbolo del aprovechamiento de los recursos locales. Su incorporación en el postre permite mostrar una nueva perspectiva del ingrediente, trasladándolo desde la cocina tradicional hacia una propuesta innovadora sin perder su reconocimiento cultural.

El cacao, por su parte, posee una relevancia histórica y económica para el Ecuador, siendo considerado uno de los productos agrícolas más representativos del país. Su utilización dentro del postre permite resaltar la importancia del cacao ecuatoriano y su vínculo con la identidad nacional. De acuerdo con la Organización Internacional del Cacao (ICCO, 2023), Ecuador mantiene un reconocimiento mundial por la producción de cacao fino de aroma, producto valorado por sus características particulares de sabor y calidad.

La incorporación del maracuyá y el coco complementa la preparación mediante sabores propios de la región tropical, aportando frescura y resaltando la diversidad agrícola de la costa ecuatoriana. A través de esta composición, el postre busca demostrar que los ingredientes tradicionales pueden adquirir nuevas formas de expresión mediante técnicas modernas de pastelería, generando una experiencia donde la tradición y la innovación gastronómica se encuentran.

Por ello, este postre representa una forma de preservar la memoria culinaria mediante una propuesta estética actual, promoviendo el valor de los productos locales y resaltando la riqueza cultural presente en los ingredientes que forman parte de la alimentación ecuatoriana.

3.2.5 Valor nutricional y porcionamiento

Ingrediente	Cantidad	Energía	Proteínas	Grasas	Carbohidratos
Maní tostado	20 g	118	5.4	10.2	3.4
Pulpa de maracuyá	15 g	15	0.3	0.1	3.4
Chocolate blanco	15 g	82	1.3	5.0	8.2
Crema de leche	30 g	102	0.8	10.9	0.7
Panela	8 g	31	0.0	0.0	7.8
Gelatina sin sabor	3 g	10	2.6	0.0	0.0
Cacao en polvo	2 g	5	0.4	0.3	1.2
Coco rallado	3 g	20	0.2	2.0	0.7
Azúcar crocante	2 g	8	0.0	0.0	2.0
Maní crocante	5 g	29	1.3	2.5	0.8
Total por porción	103 g	420 kcal	12.3 g	31.0 g	28.2 g

Tabla 2 Valor nutricional y porcionamiento de postre

3.2.6 Costo estimado por porción

Mousse de cacahuète, panela et fruit de la passion

Restaurante:		Categoría:	Postre
Fecha:	agosto-26	Precio de venta neto	1,54
Tamaño de la porción:		IVA	15,00%
Número de porciones:	1	Precio de venta neto + IMP	0,23
Tiempo de preparación:	30 minutos	Precio de venta al público	1,77
Tiempo de cocción:	1 hora		
Temperatura de servicio:	5°		

Ingredientes	Unidad de medida	Cantidad Kg/Litros	Coste Unidad	Porcentaje de coste	Coste total
Mani tostado	Gr.	0,020	10,00	36,93%	0,20
Pulpa de maracuya	Gr.	0,015	5,50	15,24%	0,08
Chocolate blanco	Gr.	0,015	6,00	16,62%	0,09
Crema de leche	Gr.	0,030	2,00	11,08%	0,06
Gelatina sin sabor	Gr.	0,003	2,50	1,39%	0,01
Panela	Gr.	0,008	2,50	3,69%	0,02
Cacao en polvo	Gr.	0,002	2,50	0,92%	0,01
Coco rallado	Gr.	0,003	3,50	1,94%	0,01
Azucar	Gr.	0,002	3,00	1,11%	0,01
Mani crocante	Gr.	0,005	12,00	11,08%	0,06

COSTE TOTAL DE LA RECETA **0,54**

3.2.7 Vajilla y estilo de emplatado con boceto o referencia

3.2.7.1 Características

Para el postre “Mousse de Cacahuète, Panela et Fruit de la Passion”, se realizará una presentación delicada y elegante, donde el mousse es el elemento central acompañado de detalles decorativos como crocantes, cacao y elementos de contraste que aportan textura y sofisticación.

3.3 Bebida

La elaboración de la bebida incorpora técnicas sencillas que permiten conservar las propiedades sensoriales de sus ingredientes y obtener una preparación refrescante.

La primera técnica corresponde a la elaboración de un jarabe, donde la panela se disuelve en agua caliente hasta obtener una mezcla homogénea. Posteriormente, el jarabe se deja enfriar para evitar alterar las características del resto de los ingredientes.

La hierbabuena se prepara mediante la técnica de infusión, consistente en sumergir las hojas en agua caliente durante un tiempo determinado para extraer sus compuestos aromáticos y aceites esenciales. Una vez obtenida la infusión, esta se enfría antes de incorporarla a la bebida.

Finalmente, la pulpa de maracuyá se mezcla con el jarabe de panela, la infusión de hierbabuena y agua fría mediante la técnica de mezclado, logrando una distribución uniforme de los ingredientes. La bebida se sirve con hielo para conservar su temperatura de servicio y potenciar su efecto refrescante, decorándose con hojas frescas de hierbabuena que aportan un aroma natural y mejoran su presentación.



Ilustración 3 Frescura manabita

3.3.1 Ingredientes principales

- Hierba luisa fresca
- Maracuyá

3.3.2 Ingredientes secundarios

- Agua
- Hielo
- Hojas de hierbaluisa para decoración

3.3.3 Técnicas de cocción aplicadas

La elaboración de la bebida Frescura Manabita incorpora técnicas culinarias orientadas a la extracción de sabores, conservación de aromas naturales y equilibrio de sus componentes. Aunque se trata de una preparación líquida que no requiere una cocción prolongada, utiliza procesos térmicos y de transformación que permiten desarrollar las características sensoriales finales de la bebida.

La preparación del jarabe de panela se realiza mediante la técnica de disolución por calor, donde la panela es incorporada en agua caliente con el objetivo de facilitar su fundición y obtener una mezcla homogénea. Este proceso permite integrar completamente los azúcares naturales presentes en la panela, logrando un endulzante líquido con una textura uniforme y un sabor característico con notas dulces y ligeramente caramelizadas. Posteriormente, el jarabe es enfriado para evitar alterar las propiedades de los demás ingredientes al momento de realizar la mezcla final.

La infusión de hierbabuena se desarrolla mediante la técnica de extracción aromática en medio acuoso, donde las hojas de la planta son sometidas al contacto con agua caliente durante un tiempo determinado. Este procedimiento permite liberar sus compuestos aromáticos y aceites esenciales, obteniendo una preparación con notas frescas y herbales que aportan complejidad al perfil sensorial de la bebida. Una vez obtenida la infusión, se realiza un proceso de enfriamiento para conservar sus características antes de incorporarla a la preparación.

La pulpa de maracuyá se integra mediante una técnica de mezclado en frío, donde se combina con el jarabe de panela, la infusión de hierbabuena y agua fría hasta obtener una distribución uniforme de todos los ingredientes. Este procedimiento permite conservar el aroma natural, la acidez característica y el color propio de la fruta, evitando la pérdida de sus cualidades organolépticas.

Finalmente, la bebida se somete a un proceso de enfriamiento mediante incorporación de hielo, técnica utilizada para alcanzar la temperatura adecuada de servicio y mejorar la percepción refrescante de la preparación. La decoración con hojas frescas de hierbabuena complementa la presentación aportando un elemento visual y aromático.

En conjunto, las técnicas aplicadas permiten obtener una bebida equilibrada, donde la extracción de aromas, la correcta integración de ingredientes y el control de temperatura contribuyen a resaltar los sabores tradicionales del maracuyá, la panela y las hierbas aromáticas, manteniendo la esencia de una preparación fresca inspirada en los productos característicos de la gastronomía manabita.

3.3.4 Justificación cultural

La bebida Frescura Manabita representa una expresión de la identidad gastronómica de la costa ecuatoriana mediante la utilización de ingredientes tradicionales que forman parte de la alimentación cotidiana de sus comunidades. Su elaboración basada en maracuyá, panela y hierbas aromáticas rescata prácticas culinarias relacionadas con el aprovechamiento de productos naturales disponibles en el territorio, destacando la importancia de las bebidas artesanales como parte de la memoria alimentaria y cultural de la población.

El uso del maracuyá dentro de esta preparación refleja la riqueza agrícola de la región costera del Ecuador, donde las frutas tropicales han adquirido un papel fundamental dentro de la gastronomía local. Más allá de sus características de sabor y aroma, las frutas representan la relación existente entre la comunidad y su entorno natural, ya que su producción depende del conocimiento agrícola transmitido entre generaciones. La incorporación del maracuyá permite valorar los productos provenientes del territorio y promover una gastronomía basada en ingredientes frescos y locales.

La panela constituye otro elemento de gran importancia cultural dentro de la bebida, debido a que históricamente ha sido utilizada como endulzante tradicional en los hogares ecuatorianos. Su elaboración artesanal a partir de la caña de azúcar representa conocimientos productivos que han permanecido vigentes en diferentes comunidades rurales. Además de aportar dulzor y características particulares de sabor, la panela simboliza la conexión entre la gastronomía y las prácticas agrícolas tradicionales del país.

Por otra parte, la incorporación de hierbas aromáticas como la hierbabuena refleja una costumbre presente en la cocina ecuatoriana, donde las plantas naturales han sido utilizadas para aportar aromas, sabores y características refrescantes a diferentes preparaciones. El uso de estas especies evidencia el conocimiento popular sobre el aprovechamiento de los recursos vegetales disponibles en el entorno y su integración dentro de la alimentación diaria.

Desde una perspectiva cultural, Frescura Manabita busca recuperar el valor de las bebidas tradicionales elaboradas con ingredientes naturales, adaptándolas a una propuesta gastronómica contemporánea. La preparación no solo cumple la función de acompañar los alimentos, sino que representa una forma de transmitir la esencia del territorio mediante sabores reconocibles para la comunidad. De esta manera, la bebida fortalece la identidad gastronómica manabita al integrar productos locales, prácticas tradicionales y una presentación actual.

Según la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2003), los conocimientos y prácticas relacionadas con la alimentación forman parte del patrimonio cultural inmaterial, debido a que reflejan la historia, las costumbres y la identidad de los pueblos. En este sentido, la bebida Frescura Manabita contribuye a la preservación y difusión de los saberes gastronómicos locales, demostrando que las preparaciones tradicionales pueden mantenerse vigentes mediante procesos de innovación culinaria.

3.3.5 Valor nutricional y porcionamiento

Ingredientes	Cantidad por porción	Energía (kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
Pulpa de maracuyá	40 g	39	0.8	0.3	9.2
Infusión de hierbaluisa	180 ml	0	0.0	0.0	0.0
Agua	50 ml	0	0.0	0.0	0.0
Hielo	50 g	0	0.0	0.0	0.0
Azúcar	10 g	40	0.0	0.0	10.0

Ingredientes	Cantidad por porción	Energía (kcal)	Proteínas (g)	Grasas (g)	Carbohidratos (g)
Total por porción	330ml + 50g de hielo	79 kcal	0.8 g	0.3 g	19.2 g

Ilustración 4 Valor nutricional y porcionamiento de bebida

3.3.6 Costo estimado por porción

Frescura manabita					
Restaurante:					
Fecha:		agosto-26			
Tamaño de la porción:					
Número de porciones:		1			
Tiempo de preparación:		25 minutos			
Tiempo de cocción:					
Temperatura de servicio:		4°			
Categoría:		BEBIDA			
Precio de venta neto		1,48			
IVA		15,00%			
Precio de venta neto + IMP		0,22			
Precio de venta al público		1,70			

Ingredientes	Unidad de medida	Cantidad Kg/Litros	Coste Unidad	Porcentaje de coste	Coste total
Pulpa de maracuya	Gr.	0,040	5,50	42,64%	0,22
Hierbaluisa	Ml.	0,180	1,20	41,86%	0,22
Agua	Ml.	0,050	0,50	4,84%	0,03
hielo	Gr.	0,050	0,50	4,84%	0,03
Azucar	Gr.	0,010	3,00	5,81%	0,03

COSTE TOTAL DE LA RECETA	0,52
--------------------------	-------------

3.3.7 Vajilla y estilo de emplatado con boceto o referencia

3.3.7.1 Características

La bebida “frescura manabita” se presenta en un vaso alto de vidrio transparente de diseño curvo, permitiendo apreciar la tonalidad natural del maracuyá y aportando frescura y elegancia al conjunto del menú.

4 Aplicación de normas de seguridad alimentaria

La revalorización de la gastronomía ancestral manabita en un menú contemporáneo no solo implica rescatar recetas, ingredientes y técnicas tradicionales, sino también garantizar que su preparación cumpla con los estándares actuales de inocuidad alimentaria, constituyendo un pilar fundamental dentro de la producción gastronómica, ya que permite garantizar que los alimentos sean inocuos y aptos para el consumo humano durante todas las etapas de su elaboración. La correcta aplicación de medidas preventivas reduce

significativamente los riesgos de contaminación física, química y microbiológica, contribuyendo a la protección de la salud de los consumidores y al cumplimiento de la normativa sanitaria vigente. En este sentido, durante la elaboración del menú se aplicaron las Buenas Prácticas de Manufactura (BPM), de conformidad con los lineamientos establecidos por la Agencia Nacional de Regulación, Control y Vigilancia Sanitaria (ARCSA), asegurando el cumplimiento de procedimientos de higiene, manipulación y control de los alimentos en cada una de las etapas del proceso productivo (ARCSA, 2015).

Las Buenas Prácticas de Manufactura comprenden un conjunto de procedimientos orientados a garantizar condiciones adecuadas de higiene en la recepción, almacenamiento, preparación, cocción, emplatado y servicio de los alimentos. Estas prácticas incluyen el control de la calidad de las materias primas, la limpieza y desinfección de instalaciones, equipos y utensilios, el adecuado manejo de residuos, el control de plagas y la capacitación del personal manipulador de alimentos. Su implementación constituye uno de los requisitos fundamentales para prevenir la contaminación de los productos alimenticios y asegurar la obtención de preparaciones inocuas y de calidad (Codex Alimentarius, 2022).

Previo al inicio de la producción gastronómica se verificó que todas las materias primas utilizadas cumplieran con los criterios de calidad establecidos para su aceptación. Se evaluó la apariencia, olor, color, textura y estado general de los ingredientes, además de revisar las fechas de caducidad y las condiciones de conservación cuando correspondía. Posteriormente, los productos fueron almacenados de acuerdo con sus características, respetando las temperaturas recomendadas para alimentos refrigerados, congelados y secos, con el fin de preservar sus propiedades nutricionales y minimizar el crecimiento de microorganismos que pudieran representar un riesgo para la salud.

La higiene personal al manipular los productos fue un aspecto prioritario durante toda la producción del menú. Antes de iniciar las actividades se realizó un adecuado lavado de manos siguiendo el procedimiento recomendado para la manipulación de alimentos; además, se utilizó uniforme limpio, mandil, gorro y calzado exclusivo para el área de producción. También se evitó el uso de joyas u objetos personales que pudieran representar una fuente de contaminación y se mantuvo un correcto estado de higiene personal durante toda la jornada de trabajo. Paralelamente, se efectuó la limpieza y desinfección continua de mesas de trabajo, equipos, utensilios y superficies de contacto con alimentos mediante productos autorizados para uso alimentario, respetando los tiempos de acción recomendados para asegurar su efectividad.

Adicionalmente, se implementaron medidas de organización del área de trabajo que facilitaron un flujo ordenado de las operaciones y disminuyeron los riesgos de contaminación cruzada entre alimentos crudos y cocidos. La correcta distribución de las actividades, junto con el control de los tiempos de preparación y servicio, permitió mantener la calidad e inocuidad de las preparaciones durante todo el proceso. Estas acciones son coherentes con los principios establecidos por los sistemas modernos de gestión de la inocuidad alimentaria, los cuales promueven el control preventivo de los peligros que pueden afectar la seguridad de los alimentos (ISO, 2018).

En conclusión, la aplicación de las Buenas Prácticas de Manufactura durante el desarrollo de esta propuesta gastronómica permitió garantizar la inocuidad de cada una de las preparaciones, reduciendo los riesgos asociados a la manipulación de alimentos y fortaleciendo la calidad del producto final. El cumplimiento de la normativa sanitaria vigente, complementado con la aplicación de principios internacionales de higiene e inocuidad alimentaria, evidencia el compromiso con la protección de la salud del consumidor y con el ejercicio responsable de la profesión gastronómica, aspectos indispensables para la prestación de servicios de alimentación seguros y de alta calidad.

5 Análisis de rentabilidad del menú

El análisis de rentabilidad del menú propuesto, conformado por el plato fuerte Herencia Criolla, la bebida Frescura Manabita y el postre Mousse de cacahuete, panela y fruta de la pasión, demuestra que existe una adecuada relación entre los costos de producción y los precios de venta establecidos. En los tres casos, el precio fijado permite recuperar la inversión realizada en la elaboración de cada preparación y obtener una utilidad que contribuye a la sostenibilidad económica de la propuesta gastronómica.

Los costos de producción se concentran principalmente en los ingredientes principales de cada receta, debido a que estos aportan el mayor valor nutricional, sensorial y representativo de la gastronomía manabita. Sin embargo, el uso de estos insumos no afecta la rentabilidad del menú, ya que se mantienen costos de elaboración que permiten ofrecer precios accesibles y competitivos para el consumidor, sin comprometer la calidad de las preparaciones.

En conjunto, los resultados evidencian que el menú es económicamente viable y presenta un equilibrio entre la inversión realizada, los costos de producción y los ingresos

esperados por su comercialización. Esto favorece su implementación en establecimientos gastronómicos, al ofrecer preparaciones con identidad local que, además de contribuir a la preservación y promoción de la gastronomía manabita, representan una alternativa rentable, sostenible y con potencial de aceptación en el mercado.

6 Conclusiones

El desarrollo del presente proyecto permitió evidenciar la importancia de la revalorización de la gastronomía ancestral como una herramienta para preservar la identidad cultural y fortalecer el reconocimiento de las tradiciones culinarias. A través del diseño de un menú contemporáneo basado en preparaciones tradicionales de Manabí, se logró integrar conocimientos históricos, técnicas culinarias y criterios actuales de presentación y equilibrio nutricional.

Desde el punto de vista creativo, el proceso de elaboración del menú implicó un análisis profundo de los sabores, ingredientes y prácticas propias de la cocina manabita, permitiendo reinterpretar preparaciones tradicionales sin perder su esencia. La adaptación de estos elementos a un formato contemporáneo demuestra que es posible innovar a partir de la tradición, generando propuestas gastronómicas atractivas y culturalmente significativas.

En el ámbito técnico, se aplicaron correctamente técnicas de cocción, manipulación de alimentos y principios de seguridad alimentaria, garantizando la calidad e inocuidad de las preparaciones. Asimismo, se consideraron aspectos fundamentales como el equilibrio nutricional, la coherencia sensorial entre los tiempos del menú y la adecuada presentación de los platos, lo que contribuye a una experiencia gastronómica integral.

En relación con la viabilidad del proyecto, el análisis de rentabilidad evidenció que el menú propuesto es económicamente sostenible, ya que presenta un costo de producción accesible y un margen de ganancia favorable. Esto permite su posible implementación en distintos contextos, tanto académicos como profesionales, sin comprometer su calidad ni su identidad.

Como reflexión final, este trabajo permitió reconocer el valor de la cocina ancestral no solo como una práctica alimentaria, sino como un patrimonio cultural que debe ser preservado y difundido. La integración de técnicas tradicionales con enfoques contemporáneos representa una oportunidad para proyectar la gastronomía local hacia nuevos escenarios, fomentando su apreciación y continuidad en el tiempo.

7 Bibliografía

CIA (Culinary Institute of America). (2018). The professional chef. Wiley.

Davis, B., Lockwood, A., Alcott, P., & Pantelidis, I. (2018). Food and beverage management. Routledge.

Gisslen, W. (2019). Professional cooking. Wiley.

Instituto Nacional de Patrimonio Cultural. (s. f.). Patrimonio gastronómico del Ecuador.
<https://www.patrimoniocultural.gob.ec/>

Organización Mundial de la Salud. (2022). Inocuidad de los alimentos.
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/food-safety>

UNESCO. (2013). Patrimonio cultural inmaterial: cocinas tradicionales del Ecuador.
<https://ich.unesco.org/es>

Agencia Nacional de Regulación, Control y Vigilancia Sanitaria (ARCSA). (2015). Resolución ARCSA-DE-042-2015-GGG: Norma técnica sustitutiva de buenas prácticas de manufactura. <https://www.oficial.ec/resolucion-arcsa-042-2015-ggg-expidese-norma-tecnica-sustitutiva-buenas-practicas-manufactura>

Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA). (2015). Resolución No. ARCSA-DE-067-2015-GGG: Normativa técnica sanitaria.
<https://leap.unep.org/en/countries/ec/national-legislation/resolucion-no-arcsa-de-067-2015-normativa-tecnica-sanitaria>

Gobierno Provincial de Manabí. (s. f.). Manabí presentó al mundo su tesoro culinario en un libro con 200 recetas milenarias. <https://www.manabi.gob.ec/index.php/manabi-presento-al-mundo-su-tesoro-culinario-en-un-libro-con-200-recetas-milenarias/>

Gobierno Provincial de Manabí. (s. f.). Prefecto de Manabí presentó libro que recoge 200 recetas milenarias manabitas. <https://www.manabi.gob.ec/index.php/prefecto-de-manabi-presento-libro-que-recoge-200-recetasmilenarias-manabitas/>

Angulo Vera, D. M., & Delgado Delgado, D. J. (2026). Rescate y valorización de las técnicas culinarias ancestrales de Manabí en la gastronomía contemporánea. *Revista Científica Multidisciplinaria SAPIENTIAE*, 9(19), 143–163.
<https://doi.org/10.56124/sapientiae.v9i19.008>

Agencia Nacional de Regulación, Control y Vigilancia Sanitaria. (2015). Normativa técnica sanitaria sustitutiva para alimentos procesados, plantas procesadoras de alimentos, establecimientos de distribución, comercialización, transporte de alimentos y establecimientos de alimentación colectiva. ARCSA.

Codex Alimentarius Commission. (2022). General principles of food hygiene (CXC 1-1969). Food and Agriculture Organization of the United Nations & World Health Organization.

International Organization for Standardization. (2018). ISO 22000:2018. Food safety management systems—Requirements for any organization in the food chain. ISO.

Angulo Vera, D. M., & Delgado Delgado, D. J. (2025). Rescate y valorización de las técnicas culinarias ancestrales de Manabí en la gastronomía contemporánea. *Revista Científica Multidisciplinaria Sapientiae*, 9(19). <https://doi.org/10.56124/sapientiae.v9i19.008>

Ecuador Travel. (s. f.). *Qué comer: Gastronomía del Ecuador*. <https://ecuador.travel/what-to-eat-gastronomia/>

Gobierno Autónomo Descentralizado Parroquial de Chirijos. (s. f.). *Comida típica*. <https://gadchirijos.gob.ec/comida-tipica/>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO]. (2003). *Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*. <https://ich.unesco.org/es/convenci%C3%B3n>

Soriano-Olvera, R. K., & Saltos-Gordillo, S. P. (2025). Gobierno Autónomo Descentralizado Parroquial de Chirijos. (s. f.). *Comida típica*. <https://gadchirijos.gob.ec/comida-tipica>

8 Anexos

8.1 Boceto del menú contemporáneo manabita

BOCETO DETALLADO DEL MENÚ

DISEÑO Y PRESENTACIÓN

PLATO FUERTE

Herencia Criolla



BOCETO / DISEÑO



DESCRIPCIÓN

- Base de cremoso de maíz criollo.
- Gallina criolla cubierta con salsa cremosa de mani.
- Acompañado de encurtido de cebolla paitéa y chips de plátano verde.
- Decoración con microbrotes y puntos de aceite de hierbas.

POSTRE

Mousse de Cacahuète, Panela et Fruit de la Passion



BOCETO / DISEÑO



DESCRIPCIÓN

- Mousse de mani, panela y maracuyá.
- Base de tierra de cacao y mani crocante.
- Puntos de salsa de maracuyá.
- Crocante de azúcar para aportar textura y altura.
- Decorado con flor comestible, cacao en polvo y microbrotes.

BEBIDA

Infusion de Verveine et Fruit de la Passion



BOCETO / DISEÑO



DESCRIPCIÓN

- Infusión de hierbaluisa con maracuyá.
- Servida con hielo.
- Decorada con una hoja fresca de hierbaluisa.
- Presentación ligera, fresca y aromática.



Estilo de emplatado:
Contemporáneo
con identidad
manabita.



Colores predominantes:
Tonos cálidos de la tierra
y contrastes de frescura
y color.



Técnicas aplicadas:
Cremoso, coción,
encurtido, mousse,
crocante y emulsión.



Concepto del menú:
Revalorización de la gastronomía
ancestral manabita en una
propuesta contemporánea.



VAJILLA Y CRISTALERÍA

Plato redondo
de porcelana
blanca mate.



Vaso alto de vidrio
transparente cilíndrico
(aprox. 300 ml).

8.2 Ingredientes



