



UNIVERSIDAD TÉCNICA



CARRERA DE GASTRONOMÍA

“MONTAJE Y DECORACION DE
PLATOS PRINCIPALES Y POSTRES,
EMPLEANDO COMO ALTERNATIVA
LA MERMELADA DE AJI. *Capsicum.*”

Autora: Roxana Cáceda Garavito.

Director de tesina: Ing. Pablo López.

Ibarra – Septiembre del 2012

RESUMEN

El ají está compuesto en un gran porcentaje por agua, proteína, y de carbohidratos; otros de los componentes son vitaminas y minerales. En cuanto a su contenido en vitaminas, el ají es muy rico en vitamina C, de hecho, llegan a contener más del doble de la que se encuentra en frutas como la naranja o las fresas. Son buena fuente de carotenos. También es destacable su contenido de provitamina A, que el organismo transforma en vitamina A. Entre los minerales, cabe destacar la presencia de potasio.

El Ecuador posee una riquísima, abundante y variada cultura gastronómica. Una cocina, en fin, con tradición de siglos y en la que se han fundido o, mejor, se han cocido sustancias, condimentos y experiencias del propio y de lejanos continentes.

El ají fue el más noble condimento de la comida indígena. Entero o molido, crudo o cocinado, solo, relleno o mezclado con otros condimentos, fue el saborizante por antonomasia, el condimento clave de las grandes y pequeñas comidas aborígenes.

El dio nombre o apellido a viandas y productos de la tierra: ají de cuy, ají de queso, ají de chochos, tomate de ají, ajiaco. Con el llamado tomate de árbol formó indisoluble pareja gastronómica y dio por descendencia una salsa rosada digna de los paladares más exigentes.

El ají es la especia más usada en la culinaria mundial, como ingrediente para sazonar comidas.

Uno de los problemas más importantes que afecta a la ama de casa es ignorar el valor nutricional y medicinal del ají de alto consumo.

El desconocimiento de las personas, en relación a otras formas de preparación gastronómica, su empleo se limita únicamente en la elaboración de comidas saladas por su sabor picoso que lo caracteriza.

La presentación estética, la exquisitez y el aporte nutricional de las comidas en los restaurantes son básicos.

Al incluir la mermelada de ají, en cantidades moderadas en nuestra dieta resultará muy favorable para nuestro organismo, su sabor picante desaparece por la adición del azúcar mejorando su sabor característico, manteniendo su contenido de vitaminas y minerales que apoyarán a una dieta equilibrada.

De acuerdo a un estudio realizado por la **Universidad de Tasmania**, el consumo regular de ají, junto a una dieta equilibrada disminuye el riesgo de diabetes entre la población obesa porque mejora el control de la insulina en un 60% y mantiene equilibrados los niveles de glucosa, así como también, disminuye el desarrollo de células cancerosas en el páncreas.

Los científicos han demostrado que la capsaicina, el cual origina la sensación de ardor cuando se come ají, puede llegar a matar las células cancerosas.

La capsaicina ataca el poder de la casa del tumor, por lo tanto, mata las células cancerosas del tumor y reduce el crecimiento del tumor sin dañar las células sanas circundantes. La capsaicina se ha utilizado para inhibir el crecimiento de células cancerosas en los estudios de laboratorio.

Para ello se ha hecho una investigación y recopilación de información. Y se ha elaborado un recetario básico en el que se aplique el uso de la mermelada de ají, tanto en platos principales como en postres.

El presente trabajo de investigación, tiene como finalidad informar al lector, dando a conocer el valor nutricional y medicinal del ají; con respecto a una nueva alternativa de uso del mismo en la elaboración y aplicación de la mermelada de esta hortaliza, que será usada en el montaje, decoración de platos principales y postres; dando apariencia agradable a la vista y al paladar en cada una de sus presentaciones.

El arte culinario nos permite la combinación innovadora de platos y la creación de belleza en la comida. Conseguir el equilibrio entre el arte y la ciencia es nuestra meta como profesionales culinarios. Se debe recordar que producir alimentos nutricionales que al mismo tiempo tenga un sabor agradable al paladar, requiere de arte y ciencia al mismo tiempo.

SUMMARY

The pepper is composed in a large percentage of water, protein and carbohydrates. Other components are vitamins and minerals. In terms of its content in vitamins, the pepper is very rich in vitamin C. In fact it contains more than twice that is found in fruits such as oranges or strawberries.

They are good sources of carotenes. Equally important is the content of provitamin A, which the body converts into vitamin A. Among the minerals included the presence of potassium.

The pepper is the species most commonly used in the culinary world like an ingredient to spice up meals. One of the major problems affecting the housewife is ignoring the nutritional and medicinal value of high consumption of pepper.

The Ignorance of people in relation to other forms of gastronomic preparation, its use is limited only in preparing salty foods for spicy flavor that characterizes it.

The aesthetic presentation, exquisiteness and the nutritional contribution of meals in the restaurants are basic.

To include the jam of pepper in moderate amounts in our diet will be very favorable for our body; spicy flavor disappears by the addition of sugar to improve its flavor, keeping the content of vitamins and minerals that support a balanced diet.

To do this they made a research and information gathering. It has developed a basic cookbook that includes the use of marmalade of pepper, both in main dishes and desserts.

This research work aims to inform the reader, revealing the nutritional and medicinal value of the pepper, with respect to a new alternative for use of the same in the development and implementation of the jam of this vegetable which will be used in assembly, decoration of main courses and desserts, giving appearance pleasing to the eye and the palate in each of their presentations.

The culinary arts allow the innovative combination of plates and the creation of beauty in food. Striking a balance between art and science is our goal as culinary professionals. Remember that producing nutritional food while having a pleasant flavor requires art and science together.

1. TEMA

“MONTAJE Y DECORACIÓN DE PLATOS PRINCIPALES Y POSTRES, EMPLEANDO COMO ALTERNATIVA LA MERMELADA DE AJÍ.”

2. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

2.1 Antecedentes

Un estudio realizado por investigadores de la Universidad de Calgary, en Canadá, y de la Universidad de Misuri en EEUU, determinó que el pimiento picante más conocido en otros países como ají, chile y pimentón es originario de Ecuador y que su uso data de aproximadamente 6100 años.

Un estudio realizado por investigadores de la Universidad de Calgary, en Canadá, y de la Universidad de Misuri en EEUU, determinó que el pimiento picante más conocido en Sudamérica como ají, en México como chile y en Europa como pimentón es originario de Ecuador y que su uso data de aproximadamente 6 100 años.

Según este estudio, los rastros más antiguos de ají fueron hallados en Loma Alta y Real Alto, península de Santa Elena.

Los habitantes de los antiguos pueblos de la península de Santa Elena en Ecuador pudieran haber sido los primeros en domesticar el ají. Los hallazgos también demuestran que los habitantes de esta zona usaban la planta como condimento antes que en los altiplanos peruanos o en México, como se suponía originalmente.

Los aborígenes llamaban al ají en su lengua quichua "uchu", una especie de ají es el "pikiuchu", que significa ají extremadamente fuerte, solo mide unos 10 milímetros de largo, el ají se cultiva en la vertiente de los Andes orientales.

El ají fue el más noble condimento de la comida indígena, entero o molido, crudo o cocinado, solo, relleno o mezclado con otros condimentos, fue el saborizante por excelencia, el condimento clave de las grandes y pequeñas comidas indígenas.

El ají dio nombre o apellido a preparaciones y productos de la tierra: ají de cuy, ají de queso, ají de chochos, tomate de ají, ajiaco. Con el llamado tomate de árbol formó indisoluble pareja gastronómica y dio por descendencia una salsa rosada digna de los paladares más exigentes.

Los curanderos en los países andinos lo utilizan para aliviar varios males; lo utilizan para calmar dolores reumáticos y musculares así como de oído, de muelas, de cabeza; el ají o chile podría usarse en la medicina occidental como un efectivo tratamiento para pacientes con artritis.

Muy utilizado por la industria cosmética en los que se aprovecha su principio activo, la capsaicina en lociones para el crecimiento del cabello, crema para masajes descontracturante y en las famosas cremas reductoras de adiposidades, por ser un excelente rubefaciente y estimulante de la irrigación sanguínea.

Por sus beneficios farmacológicos, la capsaicina se usa como sustrato para elaborar medicamentos, con otros compuestos químicos trabajados en laboratorio, para combatir el dolor, pues reduce la sensibilidad de los terminales del sistema nervioso. "Hay en el mercado cremas y parches que tienen capsaicina y se recetan con éxito para afrontar la artritis en sus dos formas: reumatoidea y osteoartritis".

2.2 Planteamiento del problema.

El ají es la especia más usada en la culinaria mundial, como ingrediente para sazonar comidas; se le usa en forma fresca y procesada bajo diversas modalidades: deshidratado o seco, entero, picado, congelado, enlatado, en encurtidos, en salsas, entre otras, además se usa en la industria cosmética, medicina popular, industria farmacológica.

El ama de casa ignora el valor nutricional y medicinal de esta hortaliza de alto consumo; existen preparaciones básicas como el ají de chochos, ajiaco, tomate de ají, ají de cuy, entre otros que son de sabor picante.

El desconocimiento de las personas, en relación a otras formas de preparación gastronómica, su empleo se limita únicamente en la elaboración de productos salados en las que se puede utilizar el ají, por el sabor picoso que lo caracteriza, ya que por el hecho de ser un producto muy picante la mayoría de personas no lo consumen.

La presentación estética, la exquisitez y el aporte nutricional de las comidas en los restaurantes es básica, únicamente se usa la característica decoración usando el chocolate semidulce derretido, las salsas de mora y maracuyá, etc. para decorar los platos fuertes y postres.

2.3 Justificación.

El ají es recomendable también para las dietas bajas en sodio y altas en fibra, se destaca su alto contenido de ácido ascórbico, superior al de los cítricos; comer ají incrementa el metabolismo del cuerpo humano, es utilizado como estimulante del sistema digestivo, como estimulante sexual y para curar picaduras de insectos, entre otros; sus compuestos químicos bloquea totalmente el dolor sin entumecer o paralizar al individuo.

Al incluir la mermelada de ají, en cantidades moderadas en nuestra dieta resultará muy favorable para nuestro organismo, su sabor picante desaparece por la adición del azúcar mejorando su sabor característico, manteniendo su contenido de vitaminas y minerales que apoyarán a una dieta equilibrada.

El presente trabajo de investigación, tiene como finalidad informar al lector, dando a conocer el valor nutricional y medicinal del ají; con respecto a una nueva alternativa de uso del mismo en la elaboración y aplicación de la mermelada de esta hortaliza, que será usada en el montaje, decoración de platos principales y postres; dando apariencia agradable a la vista y al paladar en cada una de sus presentaciones.

El arte culinario nos permite la combinación innovadora de platos y la creación de belleza en la comida. Conseguir el equilibrio entre el arte y la ciencia es nuestra meta como profesionales culinarios. Se debe recordar que producir alimentos nutricionales que al mismo tiempo tenga un sabor agradable al paladar, requiere de arte y ciencia al mismo tiempo.

3 OBJETIVOS.

3.1 Objetivo General

Establecer formas de montaje y decoración de platos principales y postres, mediante la utilización de la mermelada de ají, para diversificar la presentación de las distintas preparaciones.

3.2 Objetivos Específicos

- Realizar una investigación bibliográfica, la utilización y la comercialización del ají en el entorno gastronómico en sus distintas aplicaciones.
- Determinar cuáles son las distintas formas de montaje y decoración de platos principales y postres.
- Elaborar un recetario básico en el que se aplique el uso de la mermelada de ají, en montaje y decoración de platos principales y postres en el arte culinario.

4 METODOLOGÍA.

4.1 Tipos de investigación.

4.1.1 Bibliográfica

Para elaborar la tesina se realizara una investigación bibliográfica para lo que se utilizara bibliotecas, archivos, filmotecas, laboratorios, museos entre otros. Investigación bibliográfica de autores que interprete datos o información del ají, su origen y la utilización de esta hortaliza en el arte culinario.

4.1.2 Documental

Para desarrollar el documento legal, el marco teórico y tener más conocimientos también se hará una investigación documental a través de la consulta de documentos (libros, revistas, periódicos, memorias, anuarios, registros, códigos, constituciones.). Referencia de proyectos presentados sobre temas que aporten en la investigación de varios tipos de ají que faciliten la comprensión del tema propuesto.

4.2 Métodos de Investigación.

4.2.1 Inductivo

Es un proceso analítico sintético mediante el cual se parte del estudio de casos, hechos o fenómenos particulares para llegar al descubrimiento de un principio o ley general que lo rige. Para poner en práctica y comprobar una hipótesis.

4.2.2 Analítico-Sintético:

Se distinguen los elementos de un fenómeno y se procede a revisar ordenadamente cada uno de ellos por separado. La física, la química y la biología utilizan este método; a partir de la experimentación y el análisis de gran número de casos se establecen leyes universales. Consiste en la extracción de las partes de un todo, con el objeto de estudiarlas y examinarlas por separado, para ver, por ejemplo las relaciones entre las mismas.

Estas operaciones no existen independientes una de la otra; el análisis de un objeto se realiza a partir de la relación que existe entre los elementos que conforman dicho objeto como un todo; y a su vez, la síntesis se produce sobre la base de los resultados previos del análisis. Para saber si es que es utilizada la mermelada de ají en la decoración y montaje de platos principales y postres.

4.3 Técnicas e instrumentos de Investigación

4.3.1 Observación

Se usó esta técnica que consiste en observar atentamente el fenómeno, hecho o caso, tomar información y registrarla para su posterior análisis. La observación es un elemento fundamental de todo proceso investigativo; en ella se apoya el investigador para obtener el mayor número de datos. Gran parte del conjunto de conocimientos que constituye la ciencia ha sido lograda mediante la observación. Para determinar la variedad de tipos de montajes y decoración en gastronomía.

4.4 Fuentes de Información:

4.4.1 Primarias:

Es básica, busca el progreso científico, acrecentar los conocimientos teóricos, sin interesarse directamente en sus posibles aplicaciones o consecuencias prácticas.

4.4.2 Secundarias.

Es aquel tipo de información que el investigador recoge de otros estudios realizados anteriormente. Para obtener este tipo de información el investigador no hace contacto físico alguno con el objeto de estudio; se trata de un conocimiento o información que se adquiere indirectamente.

5 APORTE CRÍTICO DEL ESTUDIANTE.

La gastronomía ecuatoriana se caracteriza por una gran variedad de sabores y aromas los cuales se funden en un elemento esencial llamado calidad. Esta cocina es una mezcla entre la tradición de sus antiguos pobladores y las culturas.

Son muchas las variedades de platos que nos encontramos recorriendo las cocinas del Ecuador.

El ají siendo un producto netamente ecuatoriano, y que la gente no sepa o no se informe de los beneficios que este producto nos da. Claro siempre y cuando el consumo sea la cantidad adecuada.

La falta de interés por conocer la cultura, historia y tradiciones, identidad cultural, eliminando con esto siglos de tradición culinaria. Recetas que utilizan condimentos propios de la zona son preparadas a diario, la inquietud de conocer las características del ají y sus aplicaciones, surge porque muchas veces al preparar estos alimentos utilizamos condimentos artificiales, sin tener en cuenta el daño físico que causamos a la persona que los consume. Lo que se pretende con este proyecto es la creación de nuevos platos preparados con productos que se cultivan en las diferentes regiones del país específicamente el ají, y la estilización de recetas típicas, manteniendo su sabor intacto, pero variando su decoración, para hacerlas más agradables a la vista; con las nuevas tendencias culinarias que se imponen a nivel mundial lo que se propone es cambiar la forma de presentación de los platos, teniendo en cuenta además la parte nutricional

La presentación es la acción de ubicar los elementos de una preparación alimenticia en un plato u otro con el fin de otorgar la comodidad al comensal para que le sea fácil y placentero consumirlo. En el fondo, en épocas pasadas era así, poner la comida al plato en trozos distribuidos para que al

cliente le fuera fácil comerlo; con el paso del tiempo y la evolución de las artes el montaje tomo riendas artísticas, el cocinero busca además de facilitar, sorprender y emocionar al presentar verdaderas piezas comestibles. Aunque en la actualidad, encontramos ocasiones en donde piensan más en la estética que en el sabor, y eso es lamentable ya que comer un plato con un bello montaje de sabor y técnica mediocre es desagradable.

Con respecto al postre, si bien el postre es lo último que se come en la comida, va a dejar una mala impresión si este es algo simple. Pensemos un poco, si nos sirven un excelente menú de tres tiempos con entradas y fondos de buen montaje, una vez llegado el postre si este no es capaz de superar a sus antecesores, el cliente podría llevarse una mala impresión, puesto que al levantarse de su mesa, su ultimo consumo fue el postre, por ende es la última imagen que se lleva. Y por esta razón debe ser un dulce plato con buena dedicación para evitar malas impresiones.

La gastronomía es un arte, para decorar bien una comida hay que ponerle el corazón y los sentidos. Los colores y los aromas son importantes, tanto para la gente adulta como, para los niños la comida también tiene que ser especial, llenas de sabores distintos, nutritiva y balanceada. Pero por sobretodo, hechas con amor.

Es necesario entender con claridad las nuevas propuestas gastronómicas, de lo contrario puede presentarse dificultad al momento de su aplicación. Falta por desarrollar una cultura gastronómica donde se mantenga la tradición pero se aplique la innovación.

6 CONCLUSIONES.

- El ají utilizado en forma correcta y en cantidades recomendables es muy beneficioso para nuestro cuerpo gracias a sus propiedades medicinales, y nutricionales.
- La cocina es más que una técnica, es un arte, es una tradición, es un conjunto de valores... Es sin duda, Cultura.
- Un plato representa una idea sobre la que se trabajó muchísimo hasta darle la forma deseada. Pero al repetirlo, casi nunca sale igual. Cada vez es una obra nueva.
- El plato terminado es la mejor manera de describir al cocinero o chef. Puesto que es su carta de presentación hacia sus comensales o amigos.
- El emplatado y presentación de platos es un arte en si mismo, no se aprende en un día, y requiere que desarrollemos un cierto sentido estético.
- En efecto, el Cocinero no debe ser solamente Un cocinero que Cocina; debe ser ante todo, un cocinero profesional.

7 RECOMENDACIONES.

- Las personas que no deberían incluir el ají en sus dietas. “Las embarazadas y lactantes tienen que evitar consumir este insumo o hacerlo de manera ocasional debido a que la capsaicina puede atravesar la placenta y producir alergias en el recién nacido”.
- Lo mismo pasa con los niños, a los que no se debe acostumbrar a probar ají desde tan pequeños, ya que no pueden metabolizar ese alimento de manera tan rápida. “Además, porque este grupo de personas tendrá una estimulación muy grande del sistema nervioso, páncreas, etc., que no puede manejar porque sus distintos órganos no han alcanzado la plena madurez”.
- Equilibrio, unidad, concentración y estilo al preparar un plato principal y postre.
- A menos que haya una docena de cocineros a su disposición, usted tendrá que organizar la comida en el plato con rapidez.
- Si alguien le ayuda a servir, mostrarles cómo posicionar correctamente el plato frente a su invitado”.
- Mantenga la simplicidad y rapidez. Usted quiere que la comida sea atractiva, pero no abrumadora o caricaturesca.
- Todo debe ser comestible. Agregar Altura al plato:
- Haga esto simplemente montando las papas, arroz o fécula en la parte posterior del plato y apoyar otras verduras o carne por encima

- Piensa en el color: Si la comida es básicamente marrón o blanca, iluminar el plato con aderezos y verduras coloridas.
- Una ramita de cilantro fresco o perejil de hoja plana, algunos anillos de cebolla en rodajas, Asegúrese de que su guarnición se adapte a la receta.
- Una recomendación adicional; es necesario tener un conocimiento de nuestras costumbres y de nuestros productos ya que solo así podremos asimilar la esencia de cada uno de ellos. Comer un alimento no solo implica digerirlo, va más allá, significa una simbiosis entre nosotros y la naturaleza.

8 BIBLIOGRAFIA.

- F. NUEZ, R GIL ORTEGA, J COSTA. *El cultivo de pimientos, chiles y ajíes. Disponible en:*
3/revistas/r_43/cadenas/Condimentos_Pimiento_Pimentón
(consultado 05 de Febrero 2012)
- GALMARINI, CR (1993), *Los Recursos genéricos del genero CAPSICUM y su utilización.*
- GUSTAVO MENDEZ, GRACIANO. *Manual de estudio de arte culinario.*
- LE CORDON BLEU; “*Las técnicas del chef “Barcelona, España; 2001*
- LÓPEZ CORDOVEZ, LUIS ALBERTO. *Zonas agrícolas del Ecuador.*
- PAVÓN GARCÉS, GALO. *Caracterización morfológica y revisión taxonómica de capsicum spp (ajíes).*□
- VIVANCOS, GINÉS; “*Diccionario de alimentación, gastronomía y enología española y latinoamericana*” Madrid, España; Ediciones Everest

NETGRAFÍA

- [http://www.elcomercio.com/noticiaEC.asp?id_noticia=93740&id_seccion=8\[/web\]](http://www.elcomercio.com/noticiaEC.asp?id_noticia=93740&id_seccion=8[/web])
- http://www.ecuaworld.com.ec/cocina_ecuatoriana.htm
- http://www.freshplaza.es/news_detail.asp?id=23265
- <http://www.saluddiaria.com/beneficios-del-aji-picante/>
- F:\Comida picante puede prevenir y curar enfermedades.mht
- <http://www.cosasdebelleza.com/uso-terapeutico-aji-picante/>
- <http://elcomercio.pe/gastronomia/737281/noticia-que-beneficios-trae-nuestro-cuerpo-aji>
- <http://ebookpp.com/em/emplatados-doc.html>
- <http://www.definicionabc.com/general/decoracion.php>

- <http://foro.univision.com/t5/Cienfuegos-Cuba/EL-ORIGEN-DE-LAMERMELADA/m-p/2643420>
- [http://img.taringa.net/posts/recetas-y-cocina/1664670/Mermeladas-\(varias\).html](http://img.taringa.net/posts/recetas-y-cocina/1664670/Mermeladas-(varias).html)
- <http://www.escueladecocina.net/tecnica/tecnica-para-la-elaboracion-demermelada.php>
- http://www.bedri.es/Comer_y_beber/Conservas_caseras/Metodos_de_conservacion.htm
- <http://www.cosasdebelleza.com/uso-terapeutico-aji-picante/>
- <http://www.yerbasana.cl/?a=1659>
- http://es.wikipedia.org/wiki/Capsicum_annuum
- <http://ecuaworld.com/ecuablog/index.php?itemid=734>
- <http://www.revistalideres.ec/2010-03-22/Mercados/Analisis-Sectorial/LD100315P17ENPERSPECTIVA.aspx>
- <http://www.gastronomiaycia.com/2009/06/03/la-importancia-del-emplatado/>

