



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE



**FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD NUTRICIÓN Y
SALUD COMUNITARIA**

TECNOLOGÍA EN GASTRONOMÍA

**USO DE LA UVILLA (*Physalis peruviana*) EN LA REPOSTERÍA COMO
ALTERNATIVA GASTRONÓMICA NUTRICIONAL.**

Autor: Sara Aldas

Director de tesina: Lic. Galo Sánchez

Ibarra – Marzo

2013

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La universidad técnica del norte dentro de un proyecto Repositorio Digital Institucional, determino la necesidad de disponer textos en formato digital con la finalidad apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la universidad.

Por medio del presente documento dejamos sentados nuestra voluntad de participar en este proyecto, para lo cual ponemos a disposición la siguiente información.

DATOS DEL CONTACTO

CEDULA DE IDENTIDAD:	0401742648
APELLIDOS Y NOMBRES:	ALDAS PUENTESTAR SARA ELIZABETH
DIRECCIÓN:	SAN GABRIEL
EMAIL:	Saryaldas89@hotmail.com
TELÉFONO MÓVIL:	0989585356

DATOS DE LA OBRA

TÍTULO:	USO DE LA UVILLA (<i>Physalis peruviana</i>) EN LA REPOSTERÍA COMO ALTERNATIVA GASTRONÓMICA NUTRICIONAL
FECHA:	2013/03/22
AUTORES:	ALDAS PUENTESTAR SARA ELIZABETH
SOLO PARA TRABAJO DE GRADO	
PROGRAMA	PREGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA	TECNOLOGÍA EN GASTRONOMÍA
ASESOR/DIRECTOR	LIC. GALO SÁNCHEZ

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Aldas Puentestar Sara Elizabeth con cedula de identidad Nro. 0401742648 en calidad de autora y titular de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente hacemos entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la Obra Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la biblioteca de la universidad con fines académicos, para ampliar la disposición del material y como apoyo a la educación , investigación y extensión; en concordancia con la Ley De Educación Superior Artículo 143.

3. CONSTANCIAS

La autora manifiesta que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrollo, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que son titulares de los derechos patrimoniales, por lo que asumen la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrán en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

AUTOR:

ACEPTACIÓN:

Firma:

Nombre: Aldas Puentestar Sara Elizabeth

C.C: 0401742648

Facultado por resolución del Concejo Universitario.....



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE GRADO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

Yo, Aldas Puentestar Sara Elizabeth con cedula de identidad Nro. 0401742648 manifiesto nuestra voluntad de ceder a la Universidad técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la ley de la Propiedad Intelectual del Ecuador articulo 4,5 y 6, en calidad de autores de la obra o trabajo de grado denominado **USO DE LA UVILLA (*Physalis peruviana*) EN LA REPOSTERÍA COMO ALTERNATIVA GASTRONÓMICA NUTRICIONAL** en el periodo enero a Septiembre – Febrero 2012-2013 que ha sido desarrollada para optar por el título de **Tecnología en Gastronomía** en la Universidad técnica del Norte quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En nuestra condición de Autoras nos reservamos los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribimos este documento en el momento que hacemos entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

Firma:.....

Nombre: Aldas Puentestar Sara Elizabeth

C.C: 0401742648

Ibarra al 22 día del mes de marzo del 2013.

DEDICATORIA

Este logro obtenido lo dedico de todo corazón a Dios por darme la sabiduría, paciencia, fuerza de voluntad necesaria porque gracias a él alcance este primer triunfo.

A mis padres Jorge Aldas y Olga Puentestar por todo el esfuerzo y sacrificio que han realizado desde el día que nací para lograr ser una persona de bien; por los valores, principios morales, su apoyo incondicional y la confianza que me brindaron para cumplir mis objetivos y metas.

A mi esposo Presley Villamar y mi hijo Jorge Eduardo por ser las personas que más amo, que despiertan en mí el constante deseo de superación, porque gracias a su paciencia y a su apoyo culmine una etapa más de mi vida y para ellos seré un ejemplo de orgullo a seguir.

A mis hermanos: Darwin, Yesenia, Katty, Emily que con su apoyo constante sus consejos y sus palabras de aliento fueron un apoyo inmenso en el trayecto de mi carrera; y que vean en mí un ejemplo a seguir.

AGRADECIMIENTO

A todas las personas que confiaron en mí, colaborando y participando en la realización de este proyecto de Tesina.

Al Lic. Galo Sánchez director de tesina quien abiertamente me brindó su confianza, apoyo y ayuda en la realización de mi trabajo final.

ÍNDICE

CONTENIDOS:	PÁGINA
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	1
1.1. TEMA	1
1.2. ANTECEDENTES	2
1.3. PROBLEMA	4
1.4. JUSTIFICACIÓN	5
1.5. OBJETIVOS	6
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	7
2.1. LA UVILLA	7
2.2. ORIGEN E IMPORTANCIA	8
2.3. VARIEDADES	12
2.4. PRODUCCIÓN Y FORMAS DE CONSUMO	13
2.5. UTILIZACIÓN Y VALOR NUTRITIVO	14
2.6. EL USO DE LA UVILLA EN DIFERENTES ÁREAS GASTRONÓMICAS	16
2.7. REPOSTERÍA	17
2.7.1. PROCESOS BÁSICOS DE REPOSTERÍA Y PASTELERÍA	17
2.7.2. LA REPOSTERÍA COMO BASE PARA LA ELABORACIÓN DE POSTRES	18
2.7.3. MASAS UTILIZADAS EN LA ELABORACIÓN Y PROCESOS DE POSTRES	19
2.8. MERMELADA	24
2.8.1. JALEAS	24
2.8.2. JUGOS	25

CAPÍTULO III: MATERIALES Y METODOS	26
3.1. MATERIALES	29
3.2. MÉTODOS Y TÉCNICAS	29
3.3. UBICACIÓN	32
CAPÍTULO IV APORTE DEL ESTUDIANTE	34
TORTA SABOR A UVILLA	34
TORTA RELLENA DE UVILLA	36
HELADO DE UVILLA	40
UVILLAS EN ALMIBAR	41
BIZCOCHUELO DE UVILLA	43
MERMELADA DE UVILLA	45
GALLETAS DE UVILLA	46
ESPUMILLA DE UVILLA	48
BOMBONES DE UVILLA	49
PLUM CAKE DE UVILLA	51
MOUSSE DE UVILLA	53
JUGO DE UVILLA	55
○ CONCLUSIONES	56
○ RECOMENDACIONES	57
○ BIBLIOGRAFIA	58
○ ANEXOS	61
Anexo 1. Proceso de plantación de la uvilla en San Gabriel Sector la Delicia	61
Anexo 2. Plantación y sembrado de la uvilla	61
Anexo 3. Crecimiento y desarrollo de la planta	62

Anexo 4.Imágenes del cultivo de la uvilla en Imbabura	63
Anexo 5.Flor y fruto de la uvilla	63
Anexo 6. Cosecha de la uvilla	64
Anexo 7. Utilización de la uvilla en diferentes recetas	65

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro °N 1: Exigencias agroecológicas del cultivo de la uvilla	12
Cuadro N° 2: Composición Nutricional De La Uvilla	15
Cuadro N° 3: Componentes de la uvilla por 100 g. De pulpa:	16
Mapa N° 1. Montufar San Gabriel	33

RESUMEN

En la actualidad la repostería ha venido a ser amplia, podemos utilizar muchas técnicas para la elaboración de nuevas recetas con contenidos nutricionales altos.

La presente investigación se realizó la elaboración de nuevas recetas con la utilización de la uvilla ya que contiene elevados porcentajes de vitaminas que son necesarias para la alimentación diaria.

La uvilla es una fruta muy rica en beneficios nutricionales por su alto contenido en vitaminas, minerales; la misma que se encuentra bien desarrollada y definida en el mercado, lo que favorecerá a establecer su precio en el mercado.

El proceso se enfrentó con adquirir las características de la fruta empleada para la elaboración de las recetas y conservar su sabor en cada una de ellas.

Se realizaron recetas que pueden ser consumidas con alimentos complementarios para el consumo diario y cumplir con el requerimiento diario en calorías diarias por persona dependiendo de su edad y peso.

Por lo tanto para la presente investigación elaboramos las siguientes recetas; tortas, helado, almíbar, mermeladas, jaleas, galletas, espumilla bizcochuelos, plum cake, mousse y jugos con sabor a uvilla cada uno por porción y su respectiva información nutricional.

Cada una de las recetas con tiene un elevado contenido de vitaminas minerales, componentes esenciales como son las proteínas, grasas, carbohidratos, y fibra. Por lo que se recomienda consumir ya que tienen componentes esenciales para la nutrición diaria.

SUMMARY

Currently, the bakery has become large; we can use many techniques to develop new recipes with high nutritional content.

This research was conducted in developing new recipes using the uvilla because it contains high percentages of vitamins that are necessary for daily feeding.

The cape gooseberry is a fruit rich in nutritional benefits because they are high in vitamins, minerals, and the same is well developed and defined in the market, thereby enabling to establish their market price.

The process is faced with acquiring the characteristics of the fruit used to prepare recipes and preserve its flavor in each.

There were recipes that can be consumed with complementary foods for daily consumption and meet the daily requirements in calories per person depending on age and weight.

So for the present investigation the following elaborate recipes, cakes, ice cream, syrup, jams, jellies, cookies, espumilla bizcochuelos, plum cake, mousse and flavored juices uvilla each for its respective portion and nutritional information.

Each of the recipes has a high content of vitamins, minerals, essential components such as proteins, fats, carbohydrates, and fiber. As recommended to consume because they are essential components for daily nutrition.

CAPÍTULO I

USO DE LA UVILLA (*Physalis peruviana*) EN LA REPOSTERÍA COMO ALTERNATIVA GASTRONÓMICA NUTRICIONAL

1.1. ANTECEDENTES

La uvilla (*Uchuva Physalis peruviana L*), es una planta originaria del Perú, entre Chile y Colombia crece como una planta silvestre o semi-silvestre en las zonas altas de 1500 a 3000 m.s.n.m. En lo que se refiere a su eco fisiología, en Ecuador prefiere sitios entre 1800 a 2800 m.s.n.m., con temperaturas promedio entre 13 y 18 °C.

En los países de origen a igual que en Colombia, Chile; en las décadas pasadas no se le dio importancia a su cultivo, siendo desplazada por otras siembras, incluso ha sido objeto de ataques con el fin de erradicarla. Desde los años ochenta hasta la presente fecha, el fruto de la uvilla empieza a tener importancia comercial por sus características de aroma, sabor dulce, en los mercados nacionales, extranjeros como Canadá, Alemania entre otros.

Actualmente existen plantaciones comerciales con fines de exportación en Ecuador, Colombia Chile y Sudáfrica principalmente.

La uvilla ecuatoriana está siendo introducida paulatinamente en el mercado internacional, se ubica dentro de las frutas exóticas. Ecuador ha iniciado su exportación a Holanda, Alemania, Francia entre otros países.

El fruto de la uvilla tiene un sabor dulce, semiácido la corteza es ligeramente amarga, su tamaño es de 2 cm. de diámetro, con peso de alrededor de 4 a 5 g. la uvilla es de color intenso, sin rajaduras, sana que sin estar alterada es apta para su empleo en la elaboración de productos como: pulpas, salsas, compotas, helados entre otros. Agribussines J. 1999¹

¹Agribussines J. (1999¹) "MANUAL TÉCNICO DE CULTIVO DE LA UVILLA". Quito Ecuador, pp.30

El fruto de la uvilla consumida en fresco ayuda a purificar la sangre, elimina la albúmina de los riñones, reconstruye y fortifica el nervio óptico, es eficaz en el tratamiento de las afecciones de la garganta.

No existen reportes a nivel nacional de superficie cultivada, ni la producción de esta fruta en el país porque recientemente se está incursionando en cultivos comerciales. Las principales provincias que han iniciado cultivos de uvilla con fines de exportación son Pichincha y Tungurahua.²

²(www.sica.gov.ec/agronegocios/productos%20para%20invertir/frutas/uvilla/producci%C3%B3n_comercial_de_uvilla.htm.)

1.2. PROBLEMA

Los bajos ingresos económicos en la población económicamente activas, conlleva a que se generen ingresos bajos para la subsistencia de las familias especialmente en el sector rural.

El aprovechamiento alternativo no explorado que en la actualidad se ha convertido en una prioridad, de tal modo que todas aquellas fracciones de los frutos tales como: cascara, semillas, son de beneficio para la alimentación humana.

La disposición e incremento del consumo de productos no tradicionales, aplicando las técnicas de preservación mínimas para obtener productos con alto valor agregado a aquellos frutos.

Por ser una de las frutas más apreciadas en los mercados internacionales, en el Ecuador muchos agricultores se motivan a iniciar en su siembra lo que lleva al mercado nacional a mejorar la forma de vida de muchos agricultores en el cultivo de la uvilla.

- La mayoría de la población del no consume esta fruta, ya que se ha considerada como una plaga o un fruto no tradicional; de modo que gracias a la repostería se podrá darle nuevos usos e incentivar a la población a degustar los productos que nos ofrece la uvilla. BRAVERMAN, JBS (1980)³.

³BRAVERMAN, JBS Introducción a la Bioquímica de los Alimentos. Editorial El Manual Moderno, S.A. DE C.V. México, D.F (1980). 2ª edición.

1.3. JUSTIFICACIÓN

El presente trabajo se fundamenta en la investigación en la práctica, el proceso de elaboración de postres de uvilla con las necesidades de vitaminas, minerales, fibra y los nutrientes contenidos en la fruta (uvilla) para la alimentación diaria.

Comer no solo es una necesidad para el organismo, una actividad social que nos acompañe toda la vida. La base de una buena alimentación está en elegir, combinar los alimentos que más se adapten a nuestra alimentación.

En la actualidad el cultivo de la uvilla ha tomado importancia como producto de exportación y de alta rentabilidad debido a sus propiedades nutricionales, observando tendencia de consumo creciente en el mercado interno y externo. Las presentaciones de la uvilla procesada más frecuentes que se encuentran en los centros de expendio son: fruta congelada IOF (Individual quikFreezing), puré, pulpa, mermeladas, conservas, la fruta fresca y deshidratada (pasas) que se ofrecen en el mercado; con un alto contenido de pectina en la uvilla la hace propia para mermeladas y salsas.

La presente investigación servirá como base para emprender futuros estudios que entreguen alternativas alimenticias seguras que cumplan con las expectativas y necesidades de la alimentación humana.

En la repostería daremos a conocer nuevos sabores de la fruta en tortas decoraciones todo a base de uvilla. Lo que nos impulsara a poner en práctica nuestros conocimientos en la repostería.

1.4. OBJETIVOS:

1.4.1. Objetivo General:

- Usarla uvilla en la repostería para la elaboración nuevas recetas, como alternativa gastronómica nutricional.

1.4.2. Objetivos Específicos:

- Conocer el origen, producción, mercado y en el entorno gastronómico de la fruta.
- Realizar los procesos básicos de repostería y pastelería con el uso de la uvilla
- Elaborar recetas en repostería con la uvilla conociendo su valor nutricional.
- Estructurar un recetario gastronómico con recetas en la repostería con la utilización de la uvilla.

CAPÍTULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. LA UVILLA

- **Fruto.-** Es una baya carnosa formada por carpelos soldados entre si, con forma de globo, acorazonada u ovoide, dependiendo del ecotipo, su diámetro ves de 1cm. hasta 2.5cm. El fruto, es una baya carnosa y jugosa de color amarillo.
(Torres. X, 2002)⁴

- **Flores.-**Presenta flores solitarias, pedunculadas y hermafroditas, que se originan de las axilas. Están constituidas de una corola amarilla tubular formada por cinco pétalos soldados y con cinco puntos morados en su base. El cáliz es gamosépalo, veloso con nervaduras salientes, con cinco sépalos persistentes, inicia su alargamiento cuando ha pasado la fecundación del fruto, cubriéndolo durante su desarrollo. (Narváez. E, 2003)⁵

- **Semillas.-**Contiene entre 100 y 300 semillas con forma ovalada, el parénquima presenta zonas vacías cuyo tamaño aumenta según su desarrollo y la madurez. (Narváez. E, 2003).⁶

2.1.1. Morfología General de la uvilla

Según Romero (1991)⁷, sostiene que “la uvilla u ochava pertenece a la familia de las solanáceas, aunque es de crecimiento arbustivo llega a superar los dos metros de altura.”(p. 443). Las características generales son:

⁴Torres X. (2002). “NUEVAS ESPECIES FRUTALES”. ed. Mundi-Prensa. Tif pág. 66.

⁵Narváez, M. E.2003. “PRODUCCIÓN SIENA. ED. AGROAPOYO”. Centro Agropec Los Andes. 165 pp.

⁶Narváez. E, (2003)“LAS ZONAS QUE CIRCUNDAN LOS SIGUIENTES POBLADOS TIENEN APTITUD PARA ESTE CULTIVO”:CentroAgropec Los Andes Pág. 185

⁷Romero (1991), “MORFOLOGÍA GENERAL DE LA UVILLA” pág. 443

- **Raíz.-** Fibrosa y ramificada.
- **Tallo.-** Herbáceo con vellosidades.
- **Hojas.-** Cubierta de pubescencia fina y blancuzca, de borde entero, acorazonadas, alternas. Miden de 2cm de largo por 4 cm de ancho.

2.2. ORIGEN E IMPORTANCIA

La uvilla tiene su origen en América del Sur, principalmente en Ecuador, Perú y Bolivia. Originaria de los Andes, los incas la cultivaban en sus “jardines reales” pero luego de la conquista española, al igual que otros cultivos, desapareció. Se conocen más de 50 especies en estado silvestre. Fue descrita originalmente en la región de Tierra adentro, provincia de Cauca, Colombia y su primer cultivo fue a escala semi comercial. (Torres. X, 2002)⁸

Las condiciones geográficas, climáticas de los variados climas de los andes ecuatorianos brindan las condiciones favorables para el cultivo de la uvilla su origen se atribuye a los valles bajos de la cordillera de los andes en Sudamérica, en Ecuador la fruta tiene mejor adaptación por la ubicación geográfica privilegiada, estas ventajas naturales hacen que la productos ecuatorianos tenga mejores condiciones de cultivo, producción de frutas exóticas para el mercado internacional.

La zona de mayor aptitud para este cultivo se ubica en el callejón interandino: Mira, Otavalo, Cotacachi, Puenbo, Pillaro, Carchi, Ambato, Cuenca.

⁸Torres X. (2002). “NUEVAS ESPECIES FRUTALES”. ed. Mundi-Prensa. Tif pág. 66.

2.2.1. Región Norte:

Las encontramos en: Tufiño, C. Colon, Los Andes, García Moreno, Bolívar, Ibarra, Atuntaqui, Cotacachi, Otavalo, Cayambe, La Esperanza, Otón, Tabacundo, Pomasqui, Yaruqui, Pifo, Tumbaco, Nono, Nanegal, Machachi.

2.2.2. Región Central:

Las encontramos en: Latacunga, Salcedo, Pastocalle, Saquisilí, Pujilí, Pelileo, Huachi, Montalvo, Mocha, Patate, Puela, El Altar, Penipe, San Andrés, Guano, Chambo, Columbe, Guamote, Pallatanga, Palmira, Alausí.

2.2.3. Región Sur:

Las encontramos en: Tambo, Biblian, Bayas, Biblian Ricaurte, El Valle, Sta. Ana, Nabon, Gualaceo, Paute, Girón, la zona de Loja, Catamayo, Vilcabamba. (Narváez. E, 2003)⁹

2.2.3 Producción de la uvilla en la parte norte del Ecuador

En el Ecuador, se encuentra adaptada en las provincias de Cotopaxi, Tungurahua, Imbabura y Carchi. En la provincia de Imbabura, los lechos de cultivo de esta solanácea se encuentran en pequeña escala bajo invernadero y a campo abierto en el cantón Ibarra, la Esperanza, Antonio Ante en el barrio La Merced y en el cantón Otavalo. Estas zonas andinas donde existen numerosas especies de Uvillas, crece en forma espontánea en los cultivos y chaparros.

⁹Narváez, M. E.2003. "PRODUCCIÓN SIENA. ED. AGROAPOYO". Centro Agropec Los Andes. 165 pp.

La temperatura óptima para este cultivo está comprendida entre 14 a 20° C a temperaturas menor de 4° C se destruye completamente el follaje; ya que es débil a bajas temperaturas.

La planta de la Uvilla Keniana Mejorada se adapta en todo tipo de suelo, pero mejor en suelos de textura media con buen drenaje y buen contenido de Materia Orgánica. El cultivo de esta variedad Keniana, conocida como Uvilla extranjera, abierto nuevas expectativas de comercialización y exportación.

Los frutos o bayas un tanto redondas. Están envueltas por el cáliz o capuchón de color verde, los frutos pesan 12 y 20 gramos.

El sistema de cultivo por encajonado continuo con la ayuda de postes de 2.0m de alto, distancia de postes 0.50m a cada 3m, los alambres, se temple de extremo a extremo su altura va de 0.40, 0.80 y 1.20m con alambre #16.

Esta práctica de podas de selección de tallos, podas continuas sacando todo lo malo. Es necesario un raleo de ramas productivas promoviendo el desarrollo de brotes nuevos y concentrar la zona de fructificación entre los 0.40 y 1.20m en la planta. La deshierba se la efectúa antes de la floración, se incorpora, picado como Materia Orgánica.

Esta solanácea es exigente y requiere de suelos ricos en Materia Orgánica, PH¹⁰. 5.5 y 6.5 y un buen contenido de humedad. Esta solanácea al igual que otras solanáceas se presenta las plagas y enfermedades.

¹⁰PH (potencial de hidrógeno).- Es una medida de acidez o alcalinidad de una disolución

2.2.3.1. El manejo del cultivo de la uvilla en Imbabura

a) Cosecha

Es la etapa más importante del cultivo. La floración inicia los 120 días, formación del fruto a los 130 días, la cosecha a los 180 días, la recolección de la fruta se realiza con una frecuencia de 3 días, durante 60 días en zonas bajas secas a los 120 días en zonas altas húmedas, cosecha en forma manual, utilizando jvas plásticas, capacidad 10 a 15 Kilos, para envío al mercado se utilizan tarinas 350 gr. de capacidad. El fruto para mercado externo se cosecha en estado pintón, para el mercado nacional la cosecha se realiza completamente madura.

2.2.4. La Clasificación Botánica

La clasificación botánica de la uvilla u ochuva según las ordenes de Engler (1974)¹¹, es la siguiente:

○ Reino	Vegetal
○ Tipo	Fanerógamas
○ Subtipo	Angiosperma
○ Clase	Dicotiledónea
○ Subclase	Gamopétala
○ Orden	Solánida
○ Familia	Solanácea
○ Genero	Physalis
○ Especie	Peruviana
○ Nombre científico	Physalis peruviana l.

¹¹Engler A. "LA CLASIFICACIÓN BOTÁNICA DE LA UVILLA" (1974).

Cuadro N° 1: Exigencias agroecológicas del cultivo de la uvilla

Exigencias del cultivo	
Clima	templado
Temperatura:	13° C - 17° C.
Humedad	80% -90%.
Pluviosidad	600 - 1000 mm
Altitud	2000 - 2800 msnm
Formación ecológica	Estepa espinosa (EE-mb) y bosque seco montano bajo (BS-mb)
Tipo de suelo	Ricos en materia orgánica (6-8%),de fácil drenaje

Fuente: Instituto Nacional Autónomo de Investigaciones Agropecuarias (INIAP) VARIEDAES¹²

Recopilado por: Sara Aldas

2.3. VARIEDADES

En el caso de la uvilla, se han encontrado variedades de esta fruta. En la actualidad en Ecuador, no se ha mejorado genéticamente ningún tipo de *Physalis peruviana* L, de acuerdo a diversos agricultores, se ha establecido ciertos tipos que se desarrollen en y son:

- **Colombiano o keniano:** es una uvilla que se caracteriza por tener un fruto grande de color amarillo intenso su concentración de ácidos cítricos es menor que el del resto de uvillas.
- **Ambateño:** es una uvilla con fruto mediano de color entre verde y amarillo, que tiene una alta cantidad de sustancias que le dan un sabor agri-dulce y aroma que destacan sobre el resto de tipos de fruta (uvilla).

¹²**Cuadro:**Instituto Nacional Autónomo de Investigaciones Agropecuarias (INIAP) VARIEDAES

- **Ecuatoriana:** Es más pequeña de color amarillo intenso, es de mayor concentración de sustancia vitamínicas, su aroma es agradable, la uvilla es una planta considerada como cítrico.

2.4. PRODUCCIÓN Y FORMAS DE CONSUMO

La uvilla es una fruta casi silvestre de producción artesanal, el incremento de consumo en otros países de esta fruta ha impulsado la tecnificación del cultivo; para conseguir el mejoramiento de la productividad de la uvilla. El cultivo se ha extendido a casi toda la serranía, con buenas posibilidades, en especial bajo invernadero, en donde se pueden obtener buenos rendimientos sobre todo calidad.

Las condiciones favorables del clima dadas las posibilidades que ofrecen los recursos naturales en el Ecuador, permiten la obtención de productos de óptima calidad para los mercados internacionales.

Esta fruta se utiliza para preparar conservas, salsas, helados, glaseados y postres variados. Es un ingrediente muy atractivo para ensaladas de frutas, diferentes platos gourmet, cocteles y licores.

2.5. UTILIZACIÓN Y VALOR NUTRITIVO

2.5.1. Valor nutricional de la uvilla

Se considera a la fruta madura una buena fuente de vitaminas A y C y pectina, Se atribuye a la uvilla una serie de propiedades curativas.

El rendimiento está compuesta de: aproximadamente un 70% de pulpa, cáliz 6,4% y la semilla, cascara, 23,6%, la uvilla alcanza valores de 14,5% de sólidos soluble, mismos que son valorados en °Brix¹³, significado la cantidad de sólidos solubles

¹³°Brix.- Sirven para determinar el cociente total de sacarosa disuelta en un líquido.

presentes en la pulpa, expresados en porcentaje de sacarosa. Es decir que en 100 gr de pulpa de uvilla, 14,5gr son sólidos solubles, la acides de la pulpa de uvilla alcanza un valor de 1,3gr en 100gr de pulpa, expresados como ácido crítico.

Este valor también es atractivo para los procesadores que la pueden emplear para preparar néctares, ya que cuando se le adiciona agua y azúcar el equilibrio de sabor es dulce –ácido resulta agradable al gusto.www.sica.gov.ec¹⁴

Este valor es similar al de otras frutas como la curaba¹⁵1,5, mora 1,7, taxo 1,5, tomate de árbol 1,6. El valor del pH de la pulpa de la uvilla esta alrededor de 3,4 a 3,7.

Este valor es apropiado para la elaboración de derivados, ya que impiden el fácil crecimiento de microorganismos patógenos, es decir peligrosos para la salud del consumidor. Además, en la elaboración de, mermeladas esta valoración favorece la gelificación.

Cuadro N° 2: Composición Nutricional De La Uvilla

Componentes	Contenido de 100g. de la parte comestible	Valores diarios recomendados (basados en una dieta de 2000 calorías)
Humedad	78.90 %	
Carbohidratos	16 g.	300 g.
Fibra	4.90 g.	25 g.
Grasa total	0.16 g	66 g.
Proteína	0.05 g.	
Ácido ascórbico	43 mg.	60 mg.
Calcio	8 mg.	162 mg
Caroteno	1.61 mg.	5000 IU
Fósforo	55.30 mg.	125 mg.

¹⁴www.sica.gov.ec/agronegocios/productos%20para%20invertir/frutas/uvilla/producci%C3%B3n_comercial_de_uvilla.htm

¹⁵Curaba.- Es una fruta que se la utiliza, concentrado o jugo para ser usadas en bebidas y otros alimentos procesados,

Hierro	1.23 mg.	18 mg.
Niacina	1.73 mg.	20 mg.
Riboflavina	0.03 mg.	1.7 mg.

Fuente: “Composición Nutricional De La Uvilla¹⁶” fruitgardener, California rarefruitgrower, Inc. pág. 224

Recopilado por: Sara Aldas

CuadroN° 3: Componentes de la uvilla por 100 g. De pulpa:

Componente	Fruto
Calorías	54.0
Agua(g)	79.6
Proteínas(g)	1.5g
Grasas(g)	0.5g
Carbohidratos(g)	11.0g
Fibra(g)	0.4g
Cenizas(g)	0.7g
Calcio(m g)	9.0g
Fósforo(m g)	2.1g
Hierro(m g)	1.7g
Vitamina A	1730.0 U.I.
Tiamina (mg)	0.01mg
Riboflavina (mg)	0.17mg
Niacina (m g)	0.8mg
Ácido ascórbico(m g)	20.0mg
Pulpa g/100 g fruta	70.0g
Cáscara/100gfruta	3.5g
Semilla /100g fruta	26.5g

Fuente:www.sica.gov.ec.¹⁷

Recopilado Por: Sara Aldas

¹⁶Cuadro:Composición Nutricional De La Uvillafruitgardener, California rarefruitgrower, Inc. pág. 224

¹⁷www.sica.gov.ec.

2.6. EL USO DE LA UVILLA EN DIFERENTES ÁREAS GASTRONÓMICAS

- **Panadería.**- Pan rellenos de mermelada de uvilla y pan confitado de uvilla.
- **Pastelería.**- Torta sabor a uvilla, torta rellena de uvilla, bizcochuelo.
- **Repostería.**- Mousse, helados, bombones, espumilla, de uvilla.
- **Coctelería.**-Gran variedad de licores a base de uvilla.
- **Uso medicinal.**- Industria química farmacéutica, como la producción de medicinas pastillas y jarabes ya que contiene muchas propiedades curativas.

2.7. REPOSTERÍA

La repostería o pastelería es el arte de preparar, decorar pasteles u otros postres dulces. Se le llama "repostería", "pastelería" a un establecimiento en donde se venden postres.

A diferencia de otros alimentos preparados con harina de trigo como el pan, donde el objetivo es amasar la mezcla explotando las propiedades elásticas del gluten, los postres preparados en repostería suelen tratar de mantener al mínimo la agitación de la masa, una vez agregada la harina. Los reposteros optan por usar ingredientes como la levadura o el bicarbonato sódico (polvo de hornear) cuando quieren generar burbujas de aire en el alimento. Esto causa que los pasteles sean tradicionalmente esponjosos en vez de gomosos.

Algunos postres llevan adentro trozos de fruta. Otros pueden llevar en su lugar, o adicionalmente, una capa de crema decorativa sobre su exterior.

2.7.1. Procesos básicos de repostería y pastelería

- **Las pastas secas.-** Son las masas de friabilidad y de ausencia de cuerpo. Una vez elaboradas se muestran con una textura seca e incluso crujiente, a causa de la reacción de los azúcares y grasas.

Durante el amasado, la materia grasa se envuelve de una masa de numerosas partículas de harina que se encuentran, de esta manera impermeabilizadas. El gluten se encuentra encerrado, aislado dentro de estas partículas harinosas, de manera que no se correrá el riesgo después de la hidratación de la pasta, de embeberse, volverse elástica, dando cuerpo a la misma.

El agua, los huevos, son añadidos después para unir todas éstas partículas. En el caso de la emulsión, consiste en obtener primeramente una preparación compuesta de un elemento líquido (huevos, leche) de la mezcla de materia grasa, azúcar, blanqueada anteriormente. Esta emulsión realizada de esta manera, permitirá envolver, aislar el máximo de partículas de harina y permitir la obtención de una pasta frágil y sin cuerpo. Ej. Pasta brisa, masa quebrada, pasta azucarada, pasta sable, pastas de té y hojaldre.

- **Las pastas blandas.-** Son el resultado de la mezcla de una serie de ingredientes que, debido a sus características y al tratamiento recibido, nos da como resultado una masa de aspecto y textura al paladar más suave y blando que las demás.

La materia grasa representa más del 50% del peso de la harina, Como consecuencia de esta proporción de grasa, se emplea la ayuda de impulsores (Ejemplo: levadura) en la proporción adecuada y de manera optativa que ayuden a dar al producto la esponjosidad propia de los bizcochos. Ejemplo: Magdalenas, plum-cake. Will G. y Liernie P. (2009)¹⁸

¹⁸Will G. y Liernie P. (2009) "PADERIA Y REPOSTERIA" España pág. 22

2.7.2. La repostería como base en la elaboración de postres.

La elaboración de los Postres y pasteles, en la repostería es amplia ya que se puede utilizar varios métodos, obtener gran variedad en jaleas, mermeladas, galletas, pasteles, que contengan el sabor intacto del fruto de la uvilla.

- **Postre:** plato dulce que se lo sirve al final de la comida; cuando se habla de postres se entiende alguna preparación dulce, bien sean cremas, tartas, pasteles, helados, bombones.

La repostería está considerada como un arte delicado por la inmensa variedad que se usa en su confección y por las diferentes presentaciones que pueden tener un postre o pastel.

www.ciao.es/postres

2.7.3. Masas utilizadas en la elaboración y proceso de postres.

Las masas utilizadas en el proceso de repostería las podemos clasificar de la siguiente forma:

- **Masas batidas:**

Las masas batidas son aquellas donde interviene un elemento batido o esponjado al que introducimos aire de forma mecánica o manual.

Se consideran masas batidas las que al batirse o mezclarse, dan como resultado masas de gran volumen, finas, suaves y esponjosas.

Se mezclan con batidor globo para introducir aire a la mezcla.

Llamados “Panecillos rápidos” a Rápidos de preparar y rápidos de hornear.

- **Masa Aireadas:**

Aumentan su crecido por una mayor o menor cantidad de aire. Con la adición de polvos de hornear, durante el calentamiento de la masa en el horno, previa disolución por los componentes de agua en la fórmula, el ácido expulsa el dióxido de carbono formando la gasificación que esponja la masa. La cantidad a emplear es relativa porque está en función de los contenidos sólidos de la fórmula, en especial en los contenidos de harina.

En su composición llevan un batido aireado de huevos o claras con azúcar como:

- Bizcochos à joconde y genovesa.
- Merengues à francés, italiano y suizo.
- Derivados de los merengues à japonaise, daquoise. progrès y succès.

- **Masas Pesadas:**

Las masas pesadas sus ingredientes básicos son: mantequilla, que retiene menos aire que un merengue, huevos emulsionados. Suelen llevar levadura sólida o preferiblemente para una buena esponjosidad y conseguir que suba al hornear, como el pastel de uvilla, plum cake.

- **Masas Cremosas:**

Se consideran masas cremosas que al mezclarse, dan como resultado masas de gran volumen, finas, suaves y esponjosas. Unión o mezcla de ingredientes sin batir demasiado. A diferencia de las masas aireadas es que esta contiene más grasa en su composición.

Puede o no tener un agente leudante à Royal como:

- Magdalenas
- Plum cake
- Muffins

Las masas batidas esponjan por 2 motivos:

- a) Por el proceso de elaboración.
- b) Por las características de los ingredientes que conforman la masa: huevo (responsable de atrapar las burbujas de aire) y royal (esponjante). Al hornearse, el calor incrementa su volumen.

Se caracterizan por el uso de royal.

Se emplea harina floja o suave y debe ser tamizada para dar más volumen.

NO SOBREMEXCLAR: la mezcla no debe sobre mezclarse, ya que se truenan y los panes se apelmazan, por lo que no elevan durante la cocción o quedan crudos.

Ejemplos: Muffins, Pasteles

- Masa Quebrada:

La masa quebrada, también conocida como pasta brisa o en su origen francés, es una masa grasa fácil de hacer. Con la masa quebrada podemos hacer tartas o quiches, galletas, tanto dulces para postres para aperitivos o entrantes.

Las masas quebradas se componen básicamente de harina, azúcar y alguna materia grasa; se usan como base para preparar diversas galletas y bases de tartas.

Para adquirir la consistencia adecuada, primero se deben poner los ingredientes secos (harina, sal, azúcar, etc.); posteriormente se le añade la materia grasa (se junta con la harina, se mezclan bien los ingredientes hasta incorporarlos perfectamente y se desmorona esa masa; por último se agregan los líquidos (huevo, leche, agua, etc.), de este modo se aíslan e impermeabilizan las partículas de harina por medio de una película de grasa y la humedad de los líquidos no llega rápidamente a las moléculas de harina, evitando que la masa se vuelva elástica.

Se caracterizan por tener una gran cantidad de mantequilla, generalmente la proporción es de 2 partes de harina por 1 parte de mantequilla.

- Entre más mantequilla contenga, más quebrada será:
- Tienen un sabor marcado a mantequilla.
- Se emplea harina suave y tamizada.
- Se caracterizan por su gran friabilidad.
- Se trabajan poco tiempo con las manos.
- Se debe impedir que el líquido de hidratación toque directamente la harina para evitar que se active el gluten y que la masa se haga elástica.
- No debe ser elástica; si agarra elasticidad, se refrigera un poco para romper dicha elasticidad (aproximadamente 30 minutos, bien cubierta con plástico adherible).
- Sólo se mezclan con la paleta; no batir de más, ya que se calienta la masa y se vuelve elástica.
- Se pueden usar solas (galletas) ó como base o fondo para rellenar con diferentes preparaciones (tartas).
- Se refrigeran después de formatear y antes de ser horneadas para dar firmeza a la masa.
- Se pueden congelar en crudo, pero ya cocidas no, porque se humedece la masa.

En el caso de masas para fondos o bases de tartas de frutas, se recomienda emplear masas de estructura compacta, ya que retienen mejor los jugos de las frutas.

Si se emplea una masa de estructura aireada, se recomienda antes de la cocción, usar una fina capa de crema de almendras o frangipane; que jugarán el rol de esponja para impedir que los jugos de las frutas traspase la pasta.

- a) **Masa Brizzee:** Se caracterizan por su estructura quebradiza que depende de la cantidad de grasa que están dentro de la fórmula, sus ingredientes básicos harina, grasa, azúcar micro pulverizada, y agua, la textura de esta es el 50% de grasa sobre el peso total de la harina, logrando un textura delicada muy quebradiza.

- b) **Masa Zableé:** Aquí el tema es que el azúcar corresponde el 50% sobre el peso total de la harina, es decir lograremos una estructura más rígida y compacta de esta masa, la cantidad de grasa es menor que la cantidad de azúcar presente en la fórmula.

Existen diferentes tipos de bizcochuelos para la elaboración de postres, que determinara diferentes texturas de acuerdo al gusto del cliente, estos son:

Bizcochuelos –tortas y Masas quebradas.

En bizcochuelos tenemos:

Proceso directo: Sus ingredientes básicos harina, azúcar, huevos, bicarbonato de sodio, se coloca en la batidora todos los ingredientes hasta emulsionar e incorporar aire, todo esto se lo realiza entre 6-7 minutos aproximadamente, con una cocción que oscila entre los 5 a 10 minutos que va a depender de la suavidad del producto.

Proceso convencional: Ingredientes básicos harina, huevos, azúcar, bicarbonato de sodio, este proceso es algo similar al anterior, la diferencia es que se des clara los huevos, es decir se bate las yemas junto con la mitad del azúcar, se emulsiona hasta incorporar aire, aparte se bate a punto de nieve las claras de huevo junto con la otra mitad hasta formar un merengue, se junta estas 2 preparaciones en forma envolvente hasta integrar muy bien, finalmente se agrega la harina junto con el bicarbonato a la mezcla anterior, el objetivo de realizar esta preparación es lograr una miga más compacta y suave, a través de la incorporación de aire que se elabora en el merengue, por la desnaturalización de la proteína de la clara de huevo (albúmina), logramos obtener una miga consistente de acuerdo a los requerimientos del consumidor.

En tortas tenemos tres métodos:

Método de Igual proporción: Es decir el ingrediente básico para la elaboración de tortas se determina a través del azúcar, donde este ingrediente es igual a la cantidad de harina, obteniendo una miga compacta, que va a depender de la cantidad de huevos.

Método de mayor proporción: Es decir el ingrediente básico para la elaboración de tortas se determina a través del azúcar, donde este sobrepasa la cantidad de harina logrando una miga más delicada y porosa por el exceso de azúcar, hay que tomar en cuenta que la cantidad de bicarbonato en este proceso es mínima.

Método de menor proporción: Es decir el ingrediente básico para la elaboración de tortas se determina a través del azúcar, donde esta abarca en menor cantidad a la harina logrando una miga más homogénea que va a depender de la cantidad de huevos y bicarbonato¹⁹.

2.8. MERMELADAS

Es un producto que se obtiene por cocción y concentración de frutas, con adición de edulcorantes, que nos permiten conservar la fruta a 65 ° Brix²⁰

Lo que da lugar a la formación de una mezcla con textura pastosa y gelatinosa.

La fruta puede añadirse en pulpa, entera en trozos o la mezcla de estas. La fruta debe estar en su estado óptimo de madurez ya que presenta su mejor color, sabor, aroma y gran concentración de azúcares y pectina. Coronado M. y Rosales R., (2001)²¹

2.8.1. Jaleas

Es un gel comestible dulce o salado, obtenido mediante la adición de gelatina o pectina. Los geles alimenticios dulces incluyen los postres gelatinosos, como el Jell-O y manjar blanco (también conocido como jamón de frutas).

Son preparaciones a base de cáscara de frutas, ricas en pectina, cocidas con azúcar, de consistencia espesa pero transparente. Para extraer esos jugos, ni se pelan las piezas ni se eliminan corazón y pepitas. Sólo se lavan y trocean cuando resulte

¹⁹www.gastronomiaycia.com/2008/08/17/masa-quebrada/ - España)

²⁰**Brix:** Sirven para determinar el cociente total de sacarosa disuelta en un líquido

²¹Coronado M. y Rosales R., (2001) “MANUAL DE ELABORACIÓN DE MERMELADAS” Lima Perú pág. 33.)

necesario. Hecho esto, se cuecen, con o sin agua, para ablandarlas y facilitar la extracción del jugo. Después se aplastan y cuelean.

Las jaleas y mermeladas se elaboran en cientos de sabores y variedades, desde frutas exóticas, pasando por las delicadas jaleas de flores. La jalea, la gelatina son muy populares entre los menores, mientras que las conservas frutales son preferidas por el público adulto. Cada cucharada contiene alrededor de 48 calorías (menos para las jaleas bajas en calorías) además de contener 0 grasas. Las jaleas y mermeladas siguen siendo un ingrediente popular para endulzar y aromatizar nuestros alimentos. Reina M. (2005)²²

2.8.2. Jugos

Zumo de una sustancia, líquido orgánico. Los jugos naturales de frutas, vegetales son particularmente útiles para ciertas cosas. Cada fruta, vegetal trae su propio complemento de minerales, elementos menores, tanto en vitaminas, como enzimas.

Si miramos la pirámide de alimentos veremos que los alimentos que forman su base y que son los que tienen que integrar la mayor parte de nuestras comidas están formados por frutas y vegetales. www.dietas.com/articulos/los-jugos-naturales²³ Al preparar éstos en forma de jugos o licuados, debemos saber que conservan el 100% de todas sus ventajas tanto vitamínicas como minerales. Ya que se consume toda la fruta con la cáscara incluida²⁴.

Podríamos decir que es una energía líquida eficaz, es como un combustible que se encuentra cargado de nutrientes que además de alimentarnos es ideal para quitarnos la sed. Nos aporta calcio, carbonos y es una de las formas eficaces para bajar de peso sin perder aportes de nutrientes. Por qué difundimos estos conceptos porque un vaso de jugo de cualquier vegetal o fruta significa que estamos ingiriendo, multiplicado por muchas veces el producto.

²² (Reina M. (2005) “MERMELADAS Y JALEAS” España pág. 15.

²³ www.dietas.com/articulos/los-jugos-naturales-y-sus-propiedades.asp

²⁴ <http://patissicum.jimdo.com/about/>

CAPÍTULO III

3. MATERIALES, METODOS Y TÉCNICAS

3.1. MATERIALES son un conjunto de utensilios utilizados para realizar un servicio o diferentes funciones en la gastronomía.

3.1.1. **Materia Prima**

- **Uvilla:** La uchuva, cuyo nombre científico es “Physalis peruviana L.”, es una fruta de origen Americano, oriunda de los Andes.

La uchuva posee excelentes propiedades nutricionales y especialmentecurativas. Se le conoce con diferentes nombres alrededor del mundo

Es una fruta con propiedades terapéuticas.

La fruta es redonda - ovoide, del tamaño de una uva grande, con piel lisa, brillante y de color amarillo, dorado, naranja o verde según la variedad. Su carne es jugosa con semillas amarillas pequeñas y suaves que pueden comerse Cuando la fruta está madura, es dulce con un ligero sabor agrio.

- **Harina:** Polvo que resulta de moler cereales o tubérculos, compuesto por almidón fécula y gluten.
- **Huevos:** Cuerpo redondeado que contiene el ovulo de las aves.
- **Mantequilla:**La mantequilla es la emulsión de agua en grasa, obtenida como resultado del desuero, lavado y amasado de los conglomerados de glóbulos grasos, que se forman por el batido de la crema de leche.
- **Azúcar:** Sustancia dulce alimenticia, cristalizable y blanca en su estado puro. Es la sacarosa fructosa y glucosa composición estructural.

- **Polvo de hornear:** Es un producto químico que permite dar esponjosidad a una masa debido a la capacidad de liberar dióxido de carbono.
- **Chocolate:** Pasta de cacao y azúcar. Bebida que se hace de esta pasta cocida en agua o leche.
- **Chocolate negro:** Chocolate fondat, amargo, o puro; no lleva añadidos, es solo cacao y azúcar; se identifican por el porcentaje de cacao que contienen.
- **Chocolate blanco:** Carece de cacao, se elabora con manteca de cacao, leche en polvo, azúcar y lecitina de soja.
- **Chocolate a la taza:** El chocolate a la taza es el chocolate negro (normalmente, con una proporción de cacao inferior al que se le ha añadido una pequeña cantidad de fécula de harina de maíz para que a la hora de cocerlo aumente su espesor).
- **Agua:** El agua es una sustancia cuyas moléculas están compuestas por un átomo de oxígeno y dos átomos de hidrógeno. Se trata de un líquido inodoro (sin olor), insípido (sin sabor) e incoloro (sin color), aunque también puede hallarse en estado sólido (cuando se conoce como hielo) o en estado gaseoso (vapor).
- **Canela:** Corteza del canelo, planta aromática es una especia utilizada para saborizar bebidas.
- **Clavo de olor:** Son los botones (flores que aún no abren); es una especia aromática que forma parte de la composición de muchos compuestos que actúan sobre el aparato digestivo.
- **Azúcar impalpable:** Se utiliza en repostería para cubrir y dar un último toque de decoración a postres o dulces. El azúcar glas, azúcar glacé, azúcar impalpable, azúcar flor, azúcar nevada o nevazúcar es un tipo de azúcar que

se caracteriza por estar pulverizado o molido a tamaño de polvo (con cristales de un diámetro inferior a 0,15 mm) con añadido de 2 o 3% de almidón.

- **Esencia de vainilla:** La esencia de vainilla posee muchas propiedades beneficiosas, y tiene un aroma exquisito que puede combinarse con otros a la perfección. Saborizante para preparados alimentarios.
- **Sal:** Sustancia blanca, cristalina (cloruro de sodio) útil para sazonar.
- **Crema de leche:** La crema de leche es un alimento graso o gordura que se saca de la leche, tiene un cuerpo espeso y es de color crema, se forma dejando la leche en reposo luego de su ordeño o bien utilizando sistemas de centrifugado. (separa los componentes mezclados).
- **Gelatina sin sabor:** Sustancia transparente que se saca de ciertas partes blancas de animales, sustancia alimenticia en suspensión.
- **Limón:** Fruto del limonero, de sabor ácido.
- **Fécula de maíz:** Almidón obtenido del maíz, es un espesante con el calor es recomendable para salsas, sopas, mermelada, entre otros.
- **Leche:** Es una bebida saludable, ideal durante el crecimiento de los pequeños, que presenta una gama de equilibrada de nutrientes como grasas, proteínas, sales, carbohidratos y otros componentes., por lo tanto debe ingerirse diariamente se la obtiene del ordeño da la vaca lechera en buen estado de salud y alimentación.
- **Leche homogeneizada:** es sometida a algún tratamiento físico, antes o después de la pasteurización, para romper los glóbulos de grasa que, una vez subdivididos, no se separan con facilidad del resto del líquido. La leche

homogeneizada no acumula nata en la superficie, aunque quede en reposo durante 48 horas.

- **Leche condensada:** Es un tipo de leche de color amarillento de sabor muy dulce y con una consistencia más densa que la leche normal, semilíquida pero no viscosa. Por definición se trata de leche de vaca concentrada -parcialmente deshidratada- y azucarada.

- **Leche en Polvo:** Para beberla se debe disolver en agua, conserva las mismas propiedades que la leche entera y, a diferencia de esta, su conservación es más prolongada.

- **Leche Semidescremada:** Su contenido graso se elimina de forma parcial, su sabor es menos intenso y su valor nutritivo disminuye por la pérdida de vitaminas liposolubles. A y D aunque, por lo general, se suelen enriquecer en esas vitaminas para contrarrestar dichas pérdidas.

- **Leche Entera.** Presenta el mayor contenido en grasa Láctea, tanto su valor calórico como su porcentaje de colesterol, son mas elevados con respecto a la leche semidesnatada o desnatada.

- **Leche Descremada.** Mantiene todos los nutrientes de la leche entera excepto la grasa, el colesterol y las vitaminas liposolubles.

3.1. MÉTODOS Y TÉCNICA.

- a) **Métodos de cocción.-** Son una técnica culinaria con la que se modifican los alimentos crudos mediante la aplicación de calor para su consumo. Hay muchos alimentos que necesitan una modificación química para hacerlos digestivos y también hay alimentos que se pueden consumir crudos, pero mediante la cocción podemos hacerlos más sabrosos y apetitosos, se modifica su aspecto y

su textura, y su garantía sanitaria se ve aumentada porque la cocción destruye casi todos los microorganismos.

Dentro de esta clasificación de métodos de cocción disponemos de varias técnicas que proporcionarán diferentes resultados a los alimentos cocinados. A continuación las listamos, pero cada uno de los métodos de cocción:

- **Cocción en seco, cocción en medio aéreo o por concentración.**-En este caso la cocción se produce por el contacto directo con la llama o la fuente de calor o en un medio de calor seco como lo es el horno.
 - **Hornear:** Técnica de cocción con calor seco, sin agregados de grasa ni líquido, sin tapa y sobre placas o moldes. Es el método por excelencia para la cocción de las masas de pastelería.
 - **Baño María:** Es un método de cocción indirecto. El calor es transferido al recipiente que contiene el alimento a través de agua caliente. En ningún momento el alimento deberá tener contacto con el agua. Este método se utiliza principalmente para cocinar salsas delicadas que pueden echarse a perder con el fuego directo.
- **Cocción en medio líquido o húmedo.**- Se puede realizar tanto sumergiendo el alimento en agua fría o agua hirviendo.
 - **Hervir:** (Boullir) Proceso de cocción justo en el punto de ebullición o antes de dicho punto (Mijoter). El medio utilizado para hervir puede ser agua, caldo o salsa. La cocción puede comenzar con el medio líquido frío o en ebullición. Cuando se utiliza para una pre-cocción, comúnmente se lo conoce como blanqueado.

- **Blanqueado:** Introducir un género en un líquido hirviendo durante un corto espacio de tiempo para facilitar su pelado, reducir su volumen o precocinarlo.

b) Técnicas de cocción.- Es un procedimiento culinario que tiene como objetivo la obtención de un resultado determinado modificar la textura, el color, el sabor y la consistencia de los alimentos, por medio de una fuente de calor. No hay cocción sin una transferencia de calor.

Para la obtención de las recetas se utilizo los siguientes métodos y técnicas de cocción de la repostería.

- **Ligar:** Darle mayor consistencia a una salsa, crema; básicamente espesar un líquido. Generalmente se liga un ingrediente añadiéndole otro elemento que lo espese y mezclándolo bien. Sinónimos de ligar en la cocina: Espesar.
- **Macerar:** consiste en remojar las frutas en líquido, generalmente licor para ablandar su textura e impartirles sabor. Cuando la fruta se macera se debe vaciar en un frasco de vidrio, taparse bien y preferiblemente mantenerse en un sitio oscuro
- **Glasear (Glacer):** Esta es una técnica empleada para dar brillo a un alimento, previamente cocido o no, con una reducción del fondo de cocción o con un caramelo claro. Esta técnica combina en general varios procesos de cocción, finalizando en el glaseado.
- **Amasar:** Es Trabajar una masa ya sea con las manos o con la ayuda de una maquina amasadora para pastelería o panadería.
- **Batir:** Sacudir una preparación con una varilla o batidora.

- **Engrasar:** Dar una fina capa de grasa a moldes o placas para evitar que se peguen los géneros que se van a cocinar.
- **Espolvorear:** Cubrir una superficie con una fina capa de género en polvo.
- **Esponjar:** Aumentar de volumen un producto mediante la acción de batir.
- **Estirar:** Laminar una masa con el rodillo, dándole movimientos de rotación hacia delante y hacia atrás.
- **Congelar:** Solidificar una preparación de diversas aromas a temperatura bajo cero, de forma que al helarse quede con una consistencia cremosa o helada.
- **Moldear:** Colocar un preparación dentro de un molde para que adquiera su forma.
- **Tamizar:** Es filtrar una mezcla para que caigan sólo las partes más finas; se puede tamizar harina, pan rallado, también líquidos, soluciones espesas como coladas o jugos.
- **Licuar:** Poner a triturar una porción de frutas, verduras o hielos en la licuadora para obtener un jugo o esencia.

3.2. UBICACIÓN

El presente trabajo de investigación se realizó de la siguiente manera: la parte practica en lo referente a los procesos de la repostería se realizaron en la panadería San Gabriel ubicada en:

Provincia: Carchi
Cantón: Montufar
Ciudad: San Gabriel
Parroquia: San Vicente

Mapa N° 1



CAPÍTULO IV

4. APORTE CRÍTICO DEL ESTUDIANTE

○ **TORTA CON SABOR A UVILLA**

NOMBRE RECETA:	TORTA DE UVILLA				
N° RECETA:		1			
N° PAX:		1			
PESO POR PORCIÓN:	125 g				
UTENSILIOS:	molde de 25cm, vase para torta ,				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Harina		36 g	cernida	0,9	0,0324
Azucar		18 g	granulada	0,8	0,0144
Azucar		1,5 g	micro pulverizada	1,5	0,0023
Margarina		17,3 g		0,9	0,0156
Huevos		14 g	con cascara	1,5	0,0210
Polvo para hornear		1,5 g	cernido con el arina	2,5	0,0038
Jugo de uvilla		36,7 g		2	0,0720
Total de la suma de valores de ingredientes según receta				COSTO	
				0,16	0,16
3% obtenido del costo				3% Especias	0,005
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)				Precio Venta sugerido	0,56
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)				Costo Potencial	0,3

- **Preparación: Masa**

1. Cernir los 36 g de harina junto con el polvo para hornear.
2. Batir la margarina, el azúcar hasta obtener una mezcla cremosa.
3. Agregar las yemas del huevo sin dejar de batir.
4. Incorporar poco a poco la harina y el jugo de uvilla.
5. Batir en un bol, con un batidor de mano las claras de huevo a punto de nieve.
Colocamos a la mezcla en forma envolvente.
6. Engrasar, enharinamos el molde de 25 cm. Colocando la masa de pastel.
7. Precalentar el horno a 180 ° C. durante 15 minutos.
8. Ya caliente el horno bajar la temperatura 160°C, colocar el pastel al horno durante 50 minutos.

9. Pasado los 50 minutos sacar el pastel del horno y dejar enfriar por 30 minutos a temperatura ambiente.
10. Colocar en una base para torta y con el cernidero espolvorear el azúcar pulverizado encima del pastel.

- **Tiempo de conservación**

La torta de uvilla servimos 125 g en un plato para pastel.

Conservación: máximo dos días a temperatura ambiente de 12 a 15 ° C. ya que no tiene conservantes ni preservantés.

Información Nutricional de la Torta con sabor a Uvilla		
Cantidad por porción 125 g	Energía (Calorías)	661 cal
Proteínas	6.2 g	3.7%
Grasas Totales	16.8g	22.8%
Carbohidratos Totales	53.9 g	73.5%

○ **TORTA RELLENA DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	TORTA RELLENA DE UVILLA				
N° RECETA:	2				
N° PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	125 g				
UTENSILIOS:	molde bajo de 20cm ,tenedor, papel de aluminio ,bol, plato para tarta				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Masa quebrada	45	g	descongelada	5	0,2150
Crema pastelera	36	g		0,84	0,0500
Uvillas	44	g	peladas y lavadas	2	0,0860
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,35
3% obtenido del costo			3% Especies		0,01
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		1,00
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación:**

1. Estirar la masa quebrada.
2. Engrasar el molde con la mantequilla, forrar la base y los lados del molde con papel aluminio.
3. Colocar la masa estirada dentro de molde; pinchar la masa con el tenedor
4. Precalentar el horno a 190°C durante 25 minutos.
5. Para que la masa no se esponje colocamos un peso encima de ella como un molde más pequeño.
6. Bajar la temperatura del Horno a 180°C. y colocamos la tarta al horno durante 15 minutos.
7. Sacar la tarta del horno; retirando el peso de encima.
8. Colocar nuevamente la tarta al horno por 10 minutos más.

9. Pasados los 10 minutos sacamos la preparación, dejando enfriar por 20 minutos.

- **Para el relleno:**

1. Picar las uvillas finamente,
2. Reservar la mitad de ellas para la decoración.
3. Cubrir la base de la tarta con la crema pastelera.
4. Rellenar la fruta en la tarta y finalmente colocamos las uvillas reservadas como decoración.

- **Tiempo de conservación:**

-

La torta rellena de uvilla servimos 125 g en un plato para pastel

Se conserva cinco días en refrigeración a temperatura 5 a 4 °C. Ya que por el relleno debemos colocarla en refrigeración.

La torta rellena al contener fruta es mas perecible al ambiente por lo que es necesario almacenarla en refrigeración para conservarla y no permitir la proliferación de microorganismos.

Información Nutricional de la Torta Rellena de Uvilla		
Cantidad por porción 125 g	Energía (Calorías)	506 cal
Proteínas	6 g	4.7%
Grasas Totales	17.8 g	31.7 %
Carbohidratos Totales	35.8 g	63.6 %

- **Masa quebrada**

NOMBRE RECETA:	MASA QUEBRADA				
N° RECETA:	2,1				
N° PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	1000 g				
UTENSILIOS:	bol, espátula .papel film.				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Harina	510	g		3	0,6000
Sal	15	g		2	0,0200
Mantequilla	240	g	en cubos sin sal	2,66	0,2700
Huevo	120	g	ligeramente batido	5	0,2000
Agua	115	g		3,66	0,1500
Total de la suma de valores de ingredientes según receta				COSTO	1,24

- **Preparación:**

1. Cernir la harina y la sal en un bol grande. Trocear la mantequilla en dados pequeños de 1cm y distribuir sobre la harina.
2. Mezclar la mantequilla y la harina con los dedos hasta obtener migas
3. Hacer un hueco en el centro de la mezcla y colocar el agua, el huevo y mezclar.
4. Trabajar la mezcla con una espátula hasta formar una bola .si esta algo pegajosa, añadir un poco mas de harina.
5. Poner la masa sobre una superficie enharinada y amasar suavemente hasta obtener una pasta suave (no más de 20 segundos)
6. Dividir la pasta en porciones de 300gr cada uno y envolverlos en papel film y refrigerar durante 20 minutos antes de usarla.

Información Nutricional de la Masa Quebrada		
Cantidad por elaboración	300 g	Energía (Calorías) 2308cal
Proteínas	27.0 g	4.7%
Grasas Totales	93.3 g	36.4%
Carbohidratos Totales	151.2 g	58.9 %

- **Crema pastelera**

NOMBRE RECETA:	CREMA PASTELERA				
N° RECETA:		1.1			
N° PAX:		1			
PESO POR PORCIÓN:	1000g				
UTENSILIOS:	bol, batidor de mano				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Leche Pasterizada	833.33	g		9.16	0.4200
Azucar	70.84	g	granulada	6.64	0.3300
Fecula de maíz	38.49	g		7.5	1.8700
Canela	4.17	g	una ramita	8.3	0.0800
Corteza de limon	4.17	g	corteza de limon	8.3	0.0800
Claras de Huevo	49	g	solo claras	12.5	0.5000
Total de la suma de valores de ingredientes según receta				COSTO	3.28

- **Preparación:**

1. Poner en un bol la leche, el azúcar, la canela y la corteza de limón, calentarlo a fuego lento hasta que llegue a ebullición .
2. En otro recipiente, disolvemos la fécula de maíz con un poquito de leche fría o agua y la mezclamos con las yemas de los huevo.
3. Agregar esta mezcla con la anterior aún caliente y remover hasta que quede una crema homogénea
4. Se deja reposar durante 5 minutos
5. Dejar enfriar y reservar para la tarta rellena de uvillas

Información Nutricional Crema Pastelera		
Cantidad por porción 120 g	Energía (Calorías)	263 cal
Proteínas	5 g	7.5%
Grasas Totales	6 g	20.8 %
Carbohidratos Totales	21 g	71.7%

○ **HELADO DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	HELADO DE UVILLA				
Nº RECETA:	3				
Nº PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	60 g				
UTENSILIOS:	licuadora , copa de helado				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Uvilla	19 g	g	licuadas	2	0,0380
Huevos	3 g	g		1,5	0,0045
Azucar	2 g	g		0,8	0,0016
Leche	20 g	g	fria	1,4	0,0280
Crema de leche	16 g	g		3,25	0,0520
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,12
3% obtenido del costo			3% Especias		0,004
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,43
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación:**

1. Licuar la uvilla, cernimos y reservamos.
2. En un bol colocamos las claras del huevo y con un batidor de mano las batir a punto de nieve.
3. Incorporar en la mezcla el azúcar y poco a poco el jugo de la uvilla.
4. Colocar en molde de helados y llevamos a congelación durante 3 horas a temperatura de -18 a °C en congelador doméstico.

- **Tiempo de conservación**

Se conserva: 1 mes a temperatura de -18 a -15°C es la mejor temperatura para congelamiento, mantener el helado.

Se sirve 125 g de helado. A temperatura de -12 a - 10 °C

Información Nutricional de Helado de Uvilla		
Cantidad por porción 125 g	Energía (Calorías)	131 cal
Proteínas	1.5 g	4.6 %
Grasas Totales	6.3 g	43.3 %
Carbohidratos Totales	7.6 g	52.1 %

○ **UVILLAS EN ALMÍBAR**

NOMBRE RECETA:	UVILLAS EN ALMÍBAR				
N° RECETA:	1				
N° PAX:	4				
PESO POR PORCIÓN:	50 g				
UTENSILIOS:	bol, recipiente para postre, oll				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Uvillas	15,5	g	sin cascara, lavdas	2	0,0310
Azucar	15,5	g	granulada	0,8	0,0124
Agua	18	g		1,1	0,0198
Canela	0,5	g		1	0,0005
Clavo de olor	0,5	g		1	0,0005
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,06
3% obtenido del costo			3% Especies		0,002
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,22
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación:**

1. En un bol escaldamos la uvilla durante 2 minutos, para quitar su sabor amargo. (Reservar)
2. En una olla colocar el azúcar, el agua y cocinar hasta que los ingredientes espesen a fuego normal, durante 20 minutos
3. Sacar las uvillas del agua y las agregar con los ingredientes cocinados, tratando que estos se mezclen con las uvillas
4. Dejar cocinar durante 15 minutos más a fuego lento hasta que la preparación llegue a ebullición.
5. Sacar las uvillas gratinadas en un recipiente para postre, dejando enfriar a temperatura ambiente durante 20 minutos

- **Tiempo de conservación**

Colocar 50 g de uvillas en almíbar a temperatura ambiente 12 a 15 °C

Conservar a refrigeración a una temperatura de 4 a 5° C. En un frasco preferiblemente de vidrio sellado una vez abierto consumir.

Información Nutricional de Uvillas en Almíbar		
Cantidad por porción 50 g	Energía (Calorías)	131 cal
Proteínas	0.3 g	0.6 %
Grasas Totales	0.2 g	1.0 %
Carbohidratos Totales	19.0 g	98.4 %

○ **BIZCOCHUELO DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	BIZCOCHUELO DE UVILLA				
N° RECETA:	5				
N° PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	125 g				
UTENSILIOS:	molde cuadrado de 25cm, vase p				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Harina	39	g	cernida	0,9	0,0351
Azucar	20	g	granulada	0,8	0,0160
Azucar impalpable	4	g		1,5	0,0060
Huevos	22	g	con cascara	1,5	0,0330
Jugo de uvilla	40	g		2	0,0780
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,17
3% obtenido del costo			3% Especias		0,01
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,58
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3



- **Preparación Bizcochuelo de uvilla:**

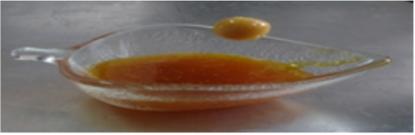
1. Batir los huevos con el azúcar hasta obtener textura cremosa.
2. Incorporar poco a poco la harina y el jugo de uvilla.
3. Colocar la preparación en un molde en mantecado y enharinado de aproximadamente 25 cm.(cuadrado).
4. Precalentar el horno a 200°C durante 10 minutos.
5. Colocar la preparación al horno a una temperatura de 200°C durante 15 a 20 minutos de cocción.
6. Retirar el bizcochuelo del horno; dejar enfriar durante 30 minutos a temperatura ambiente.
7. En una base cuadrada para torta colocar el bizcochuelo
8. Con el cernidero espolvorear el azúcar impalpable encima de la preparación.

- **Tiempo de conservación**

5 días a temperatura de refrigeración 4 a 5 °C (cubierto en papel film). Colocamos 120 g en un plato para pastel A temperatura ambiente a una temperatura de 15 °C.

Información Nutricional Bizcochuelo de Uvilla		
Cantidad por porción 120 g	Energía (Calorías)	587 cal
Proteínas	7.4 g	5.0%
Grasas Totales	4.1 g	6.3 %
Carbohidratos Totales	57.8 g	88.7 %

○ **MERMELADA DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	MERMELADA DE UVILLA				
N° RECETA:	6				
N° PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	50 g				
UTENSILIOS:	olla , espatula , recipiente pa				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Uvilla	16,5	g	licuadas	2	0,0330
Azucar	16,5	g	granulada	0,8	0,0132
Agua	16,5	g		1,1	0,0182
Canela	0,5	g	polvo	1	0,0005
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,06
3% obtenido del costo			3% Especias		0,002
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,22
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación:**

1. En una olla colocar el azúcar con el agua; ponemos a cocción a fuego medio hasta que esta mezcla llegue a ebullición (hervir)
2. En cuanto hierva el líquido y el azúcar este totalmente disuelta colocar el jugo de uvilla continuar cocinando durante 25 minutos sin dejar de remover con la espátula.
3. Retirar la mermelada del fuego, dejando enfriar 30 minutos

- **Tiempo de conservación**

1 mes en temperatura ambiente 12 a 15°C, 2 meses en refrigeración a temperatura de 4 a 5 °C. En un recipiente de vidrio colocamos 50 g a temperatura de 12 a 15 °C.

Información Nutricional de Mermelada de Uvilla		
Cantidad por porción 50 g	Energía (Calorías)	180 cal
Proteínas	0.4 g	1.9 %
Grasas Totales	0.2 g	0.9%
Carbohidratos Totales	21.0 g	97.2 %

○ **GALLETAS DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	GALLETAS DE UVILLA				
N° RECETA:	7				
N° PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	20 g				
UTENSILIOS:	molde redondo de 2 pulgadas , b				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Harina	3	g	cernida	0,9	0,0027
Azucar	7,75	g	granulada	0,8	0,0062
Margarina	3	g		0,9	0,0027
Huevos	0,75	g	con cascara	1,5	0,0011
Polvo para hornear	0,3	g	cernido con el arina	2,5	0,0008
Jugo de uvilla	3	g	jugo	2	0,0060
Ecencia de vainilla	0,3	g	negra	2,45	0,0007
Sal	0,05	g		0,65	0,0000
Azucar	1,85	g	micro pulverizada	1,5	0,0028
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,02
3% obtenido del costo			3% Especies		0,001
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,08
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación:**

1. Cernir los 150 g de harina juntos, con el polvo para hornear.
2. Mezclar la mantequilla con el azúcar hasta obtener una mezcla cremosa.
3. Agregar el huevo, el jugo de uvilla, la esencia de vainilla y por ultimo la harina con el polvo de hornear cernidos.
4. Amasar hasta formar una masa suave que no se pegue en nuestros dedos.
5. En una superficie plana enharinamos y extendimos la masa con un bolillo dejando un espesor de 1/4 de pulgada de la masa.
6. Precalentar el horno a 180°C (Celsius) por 15 minutos
7. Cortar la masa con los moldes de galletas, colocándolos en una bandeja engrasada.
8. Llevar las galletas al horno a la misma temperatura y las hornear durante 20 minutos

- Retirar las galletas del horno, las desmoldar y dejar enfriar a temperatura ambiente durante 25 minutos.

- **Tiempo de conservación:**

7 días empacados en funda plástica a temperatura ambiente 12 a 15 ° C

Servimos una porción de 30 g.de galletas en plato a temperatura ambiente de 12 a 15°C.

Información Nutricional de Galletas de Uvilla		
Cantidad por porción 20 g	Energía (Calorías)	138 cal
Proteínas	0.5 g	1.4 %
Grasas Totales	2.6 g	16.7%
Carbohidratos Totales	12.5 g	81.9%

○ **ESPUMILLA DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	ESPUMILLA DE UVILLA				
N° RECETA:	8				
N° PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	50g				
UTENSILIOS:	batidora , copa de postre				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Uvilla	28,3	g	jugo	2	0,0566
Azucar	6,6	g	micro pulverizada	1,5	0,0099
Huevos	15,1	g	claras	1,5	0,0227
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,09
3% obtenido del costo			3% Especies		0,00
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,31
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación de Espumilla de Uvilla:**

1. Colocar las claras de huevo en el recipiente de la batidora.
2. Batir hasta obtener punto de nieve, agregar poco apoco el azúcar continuar batiendo hasta que el azúcar se disuelva completamente con las claras del huevo
3. Incorporar el jugo de uvilla .continuar batiendo durante 15 minutos más.

- **Tiempo de conservación:**

Se conserva 3 días en refrigeración a una temperatura de 4 a 6° C. Servimos 50 g en la copa para postre a temperatura ambiente.12 a 15 °C.

Información Nutricional de Espumilla de Uvilla		
Cantidad por porción 50 g	Energía (Calorías)	133 cal
Proteínas	2.2 g	6.6 %
Grasas Totales	1.7 g	11.6%
Carbohidratos Totales	12.1 g	81.8 %

○ **BOMBONES DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	BOMBONES DE UVILLA				
N° RECETA:	9				
N° PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	30 g				
UTENSILIOS:	cuchillo ,bol, olla ,palillos ,es				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Uvillas	20	g	peladas , lavadas	0,9	0,0045
Chocolate negro	10	g		0,8	0,0056
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,03
3% obtenido del costo			3% Especies		0,00
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,10
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación:**

1. Cortar el chocolate finamente usando el cuchillo
2. En una olla colocar 30 g de agua y poner a cocción a fuego medio
3. Fundimos el chocolate a baño maría en otro recipiente los 20 g.

- **Para los bombones de uvilla**

Secamos las uvillas con servilleta con la ayuda de un palillo introducimos las uvillas en el chocolate y las colocamos en un plato. Al terminar de cubrir las uvillas con el chocolate dejamos secarlas durante 2 minutos a temperatura ambiente .pasado los dos minutos colocamos los bombones de uvilla a refrigeración.

- **Tiempo de conservación**

2 a 3 días en refrigeración a una temperatura de 4 a 6 °C. Servimos en un plato de postre 30 g de bombones.

Información Nutricional de Bombones de Uvilla		
Cantidad por porción 30 g	Energía (Calorías)	63 cal
Proteínas	0.9 g	5.4 %
Grasas Totales	1.9 g	27.0%
Carbohidratos Totales	4.7 g	67.6 %

○ **PLUM CAKE DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	PLUM CAKE				
N° RECETA:	10				
N° PAX:	1				
PESO POR PORCIÓN:	50 g				
UTENSILIOS:	molde de 25cm, vase para torta ,				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Harina	15,2	g	cernida	0,9	0,0137
Azucar	7	g	granulada	0,8	0,0056
Margarina	7	g		0,9	0,0063
Huevos	6	g	con cascara	1,5	0,0090
Polvo para hornear	0,5	g	cernido con el arina	2,5	0,0013
Jugo de uvilla	14	g		2	0,0280
Manteca	0,3	g	para engrasar el molde	0,8	0,0002
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,06
3% obtenido del costo			3% Especies		0,00
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,22
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación:**

1. Cernir los 15.2 g de harina (reservando los 10gr para engrasar los moldes), junto con el polvo para hornear. Reservar
2. Batir la margarina, el azúcar hasta obtener una mezcla cremosa.
3. De una en una agregamos las yemas del huevo sin dejar de batir
4. Incorporar poco a poco la harina con el jugo de uvilla.
5. Batir en un bol con un batidor de mano las claras de huevo a punto de nieve; las colocamos a la mezcla en forma envolvente.
6. Engrasar, enharinar moldes de 15 cm.
7. Precalentar la horna a 180 ° C. Durante 15 minutos.
8. Ya caliente el horno bajamos la temperatura 160°C, colocamos el plum cake.
9. Pasado los 50 minutos sacamos los plum cake del horno y dejamos enfriar por 30 minutos a temperatura ambiente

10. Retirar el panque de los moldes y con el cernidero espolvoreamos el azúcar pulverizado encima de ellos.

- **Tiempo de conservación**

2 días a temperatura ambiente 15 °C y en refrigeración 2 días. Servimos 50 g en un plato para pastel a temperatura ambiente de 15 °C.

Información Nutricional de Plum Cake		
Cantidad por porción 50 g	Energía (Calorías)	263 cal
Proteínas	2.6 g	3.9 %
Grasas Totales	6.8 g	23.3 %
Carbohidratos Totales	21.3 g	72.8 %

○ **MOUSSE DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	MOUSSE DE UVILLA				
N° RECETA:		11			
N° PAX:		1			
PESO POR PORCIÓN:	60 g				
UTENSILIOS:	batidora, moldes para mus , b				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Crema de leche	17.3	g		2.5	0.0433
Azucar	11	g	pulverizada	3	0.0330
Ecencia de vainilla	1.2	g		2.5	0.0030
Uvilla	18	g	jugo	2	0.0360
Gelatina sin sabor	7	g		2	0.0140
Agua	5.5	g	caliente	1.1	0.0061
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0.14
3% obtenido del costo			3% Especias		0.00
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0.46
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0.3

- **Preparación:**

1. En un bol colocar la crema de leche, el azúcar, la esencia de vainilla y con el uso de la batidora batir durante 15 minutos. Hasta obtener una crema espesa.
2. En un bol colocamos el agua caliente y la gelatina sin sabor la mezclamos hasta que se disuelva totalmente.
3. Colocar la gelatina disuelta en la crema espesa, y finalmente incorporamos el jugo de uvilla s
4. Con una espátula mezclar todo este ingrediente y colocar en los moldes para mousse
5. Llevar el mouse a congelación durante 2 horas a una temperatura de -5 a 0 °C.

- **Tiempo de conservación**

Cuatro días en refrigeración a una temperatura de 4 a 8 °C y 2 día a temperatura ambiente. Servimos 60 g de mousse a una temperatura de 1 a 18 °C.

Información Nutricional de Mousse de Uvilla		
Cantidad por porción 60 g	Energía (Calorías)	221 cal
Proteínas	7.5 g	13.6%
Grasas Totales	5.8 g	23.5%
Carbohidratos Totales	15.4 g	62.9 %

○ **JUGO DE UVILLA**

NOMBRE RECETA:	JUGO DE UVILLA				
N° RECETA:		12			
N° PAX:		1			
PESO POR PORCIÓN:	250 g				
UTENSILIOS:	licuadora , cernidero ,bol, vaso pa				
INGREDIENTE	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	Precio kg	Costo
Uvillas	154,2	g	sin cascara y lavadas	4,16	0,3100
Agua	79,16	g	fria	2,91	0,1100
Azucar	16,64	g	granulada	1,66	0,0131
Total de la suma de valores de ingredientes según receta			COSTO		0,43
3% obtenido del costo			3% Especies		0,01
(Costo + 3% especias) / (Costo potencial en decimal)			Precio Venta sugerido		0,71
Constante entre 28% a 33% (expresado en decimal)			Costo Potencial		0,3

- **Preparación:**

1. Colocar las uvillas en la licuadora junto con el agua y el azúcar
2. Licuar por 1 minuto.
3. Retirar el jugo de la licuadora lo cernir y finalmente colocar el jugo de uvilla en un vaso.

- **Tiempo de conservación:**

Servimos 250g de jugo a temperatura ambiente 18°C. Un día en refrigeración a una temperatura de 4 a 8 °C.

Información Nutricional de Jugo de Uvilla		
Cantidad por porción 120 g	Energía (Calorías)	198 cal
Proteínas	1.0 g	1.9 %
Grasas Totales	0.2 g	1.1%
Carbohidratos Totales	21.4 g	97.0 %

RECETAS: Elaboradas por: Sara Aldas

INFORMACION NUTRICIONAL: Elaborado por:Mgs. Teresa Escobar Villareal
NUTRICIONISTA DIETISTA.

○ CONCLUSIONES

- La uvilla es un fruto consumido y conocido desde épocas ancestrales por los pueblos andinos. En la actualidad, su cultivo ha tomado importancia como producto de exportación y de alta rentabilidad, observándose una tendencia creciente en su comercio internacional.
- En nuestro país no se ha dado a conocer la uvilla en la repostería ya que es una fruta muy escasa, pero mediante la elaboración de dichos postres daremos a conocer a la sociedad diferentes maneras de consumir la fruta sin que pierda su sabor original y hacer de ella una fruta exótica.
- Se ha puesto en práctica los conocimientos de repostería elaborando así: galletas, flan, tortas, mermelada, jalea, jugos, entre otros ya que esta fruta es muy fácil de preparar, teniendo en cuenta que la uvilla no solamente se la utiliza en la repostería sino también en las diferentes áreas de cocina.
- La elaboración de pasteles es una destreza culinaria, compleja y delicada que abarca uno de los aspectos más importantes de la gastronomía. Es esencial que en muchas ocasiones adquiere personalidad propia, alejándose de la cocina propiamente dicha, pues la complejidad de sus procedimientos y la calidad de sus sugestivos productos la convierten en una atractiva disciplina.
- La variedad de los postres es casi innumerable, incluye desde el sencillo flan a la más compleja preparación, por ello es imprescindible conocer las masas o pastas básicas con la que se elaboran, así como las cremas y los aderezos que participan en su preparación, incluyendo las confituras, y las diferentes sustancias aromatizantes, colorantes que ayudan a realzar este arte.

○ RECOMENDACIONES

- Limpiar, lavar, correctamente la uvilla para sacar todas las impurezas que la fruta contenga. Para realizar cada uno de estos productos escoger adecuadamente la fruta, tener una buena higiene en la elaboración, hacer una buena manipulación tanto de la fruta como de los ingredientes, así conservar al máximo sus propiedades nutritivas.
- Para la elaboración de cada uno de los productos realizados se hizo primeramente una selección de la fruta ya que de este modo se procederá a la elaboración de cada producto.
- La utilización de técnicas y métodos de cocción en la repostería es importante porque mediante esta se modifica , su olor , color y consistencia de cada uno de los postres
- Se debe tener en cuenta el tiempo de cocción en cada una de las preparaciones y seguir el proceso adecuadamente para sacar un producto de excelente, las temperaturas del horno debe estar acorde según sea la preparación que se vaya a realizar.
- Es recomendable servir los productos a las temperaturas recomendadas, de lo contrario perderán su sabor característico.
- Se recomienda almacenar en menor tiempo posible la fruta en el refrigerador; no ponerla en remojo ni congelarla porque perdería sus nutrientes. En el caso de no tener cítricos es recomendable hacer el uso de la uvilla ya que esta fruta contiene todas las vitaminas A y C.

○ **BIBLIOGRAFÍA**

- Agribussines J. (1999) “MANUAL TÉCNICO DE CULTIVO DE LA UVILLA”. Quito Ecuador, pág.30.
- Narváez. E, (2003)“LAS ZONAS QUE CIRCUNDAN LOS SIGUIENTES POBLADOS TIENEN APTITUD PARA ESTE CULTIVO”:Centro Agropec Los Andes Pág. 185.
- Narváez, M. E.2003. “PRODUCCIÓN SIENA. ED. AGROAPOYO”. Centro Agropec Los Andes. 165 pp.
- Sánchez R. (2010) “EL MANEJO DEL CULTIVO DE LA UVILLA” pág. 408.
- Romero (1991), “MORFOLOGÍA GENERAL DE LA UVILLA” pág. 443.
- La Dirección Provincial Agropecuaria de Imbabura (2010) “MANEJO DEL CULTIVO DE LA UVILLA EN IMBABURA”pág.19.
- Ministerio de Agricultura, Ganadería Acuacultura y Pesca. MAGAP (2010) “IMÁGENES DEL CULTIVO DE LA UVILLA” Imbabura Ecuador pág. 30.
- Torres X. (2002). “NUEVAS ESPECIES FRUTALES”. ed. Mundi-Prensa. Tif pág. 66.
- Engler A. “LA CLASIFICACIÓN BOTÁNICA DE LA UVILLA” (1974).
- Instituto Nacional Autónomo de Investigaciones Agropecuarias (INIAP) VARIEDADES DE LA UVILLA (2009) Ecuador.

- Banco Central de Ecuador (BCE)- Sistema de Inteligencia de Mercados (SIM) de CORPEI. Elaboración: Centro de Inteligencia Comercial (CICO)-CORPEI.
- Stephen M. “COMPOSICIÓN NUTRICIONAL DE LA UVILLA”fruitgardener, rarefruitgrower Inc. California pág. 224.”
- Coronado M. y Rosales R., (2001) “MANUAL DE ELABORACIÓN DE MERMELADAS” Lima Perú pág. 33.
- Will G. y Liernie P. (2009) “PANADERÍA Y REPOSTERÍA” España pág. 22
- (Reina M. (2005) “MERMELADAS Y JALEAS” España pág. 15.)
- (<http://www.ciao.es/Postres>)
- (www.sica.gov.ec/agronegocios/productos%20para%20invertir/frutas/uvilla/produccion_comercial_de_uvilla.htm.)
- www.sica.gov.ec.
- www.gastronomiaycia.com/2008/08/17/masa-quebrada/ - España
- <http://www.dietas.com/articulos/los-jugos-naturales-y-sus-propiedades.asp>
- <http://www.galeon.com/pilm/uvilla/uvilla>. Origen de la uvilla
- <http://www.ipitimes.com/uvilla.htm>. “UTILIDAD DE LA UVILLA”

- http://www.ecuador.acambiode.com/intercambio_uvilla.html
- www.pucesi.edu.ec/pdf/uvilla.pdf
- www.petitchef.es/.../origen-de-la-reposteria-tipos-de-masas-yo-pastas-tipos-de-cremas-fid-
- [www.todoexpertos.com/.../origen de la repostería](http://www.todoexpertos.com/.../origen-de-la-reposteria)
- <http://www.reposteria.cl/decoracion.php> tipos decoración de tortas

ANEXOS

Anexo N° 1

PROCESO DE PLANTACIÓN DE LA UVILLA EN SAN GABRIEL SECTOR LA DELICIA

Preparación de la tierra



Tomado por: Sara Aldas

Trasplantación



Tomado por: Sara Aldas

Anexo N° 2

PLANTACIÓN Y SEMBRADO DE LA UVILLA



Tomado por: Sara Aldas



Tomado por: Sara Aldas

Anexo N° 3
CRECIMIENTO Y DESARROLLO DE LA PLANTA



Tomado por: Sara Aldas



Tomado por: Sara Aldas



Tomado por: Sara Aldas



Tomado por: Sara Aldas

Anexo N° 4

IMÁGENES DEL CULTIVO DE LA UVILLA EN IMBABURA



Fuente: Ministerio de Agricultura, Ganadería Acuacultura y Pesca MAGAP

Anexo N° 5

FLOR Y FRUTO DE LA UVILLA

Flor



Tomado por: Sara Aldas

Fruto



Tomado por: Sara Aldas

Anexo N° 6
COSECHA DE LA UVILLA

Poda



Tomado por: Sara Aldas

Cosecha



Tomado por: Sara Aldas



Tomado por: Sara Aldas



Tomado por: Sara Aldas



Tomado por: Sara Aldas

Anexo N° 7

UTILIZACIÓN DE LA UVILLA EN DIFERENTES RECETAS

Pastel



Tomado por: Sara Aldas

Mouse



Tomado por: Sara Aldas

Galletas



Tomado por: Sara Aldas

Jugo



Tomado por: Sara Aldas

Helado



Tomado por: Sara Aldas

Espumilla



Tomado por: Sara Aldas

Mermelada



Tomado por: Sara Aldas

Mousse



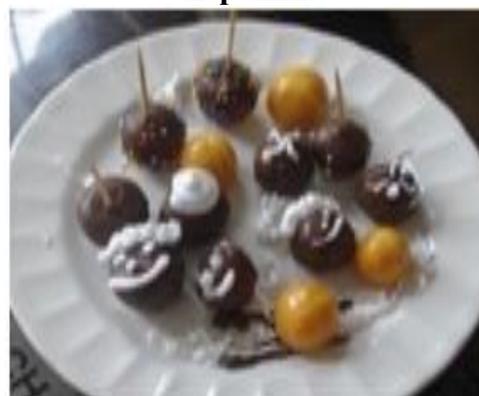
Tomado por: Sara Aldas

Bizcochuelo



Tomado por: Sara Aldas

Espumilla



Tomado por: Sara Aldas

Torta de Uvilla



Tomado por: Sara Aldas

Almíbar



Tomado por: Sara Aldas

Plum Cake



Tomado por: Sara Aldas

Crema pastelera



Tomado por: Sara Aldas

