



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
TECNOLOGÍA EN GASTRONOMÍA

Trabajo previo a la obtención del Título Académico de Tecnología en
Gastronomía

**“VARIETADES DE QUESOS Y SU UTILIZACION EN
LA GASTRONOMIA ECUATORIANA”**

AUTORA:

OLGA CRISTINA BAROJA ANDRADE

TUTOR:

ING. PABLO LÓPEZ

Ibarra, 2012

CERTIFICACIÓN

Quien suscribe, Ing. Pablo López en calidad de Director de la Tesina titulada “VARIETADES DE QUESOS Y SU UTILIZACION EN LA GASTRONOMIA ECUATORIANA” de autoría de la egresada Olga Cristina Baroja Andrade en Tecnología en Gastronomía, una vez revisado el trabajo cumple con los requisitos necesarios por lo que autorizo su publicación.

.....
DIRECTOR DE TESINA

Ing. Pablo López

100241445-4

Ibarra, Octubre 2012



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

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

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	DE	171845758-1	
APELLIDOS Y NOMBRES:	Y	BAROJA ANDRADE OLGA CRISTINA	
DIRECCIÓN:		Cayambe Esmeraldas y Av. el ejército.Cayambe 4-62	
EMAIL:		cristinabaroja84@hotmail.com	
TELÉFONO FIJO:	-	TELÉFONO MÓVIL:	0994139949

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	VARIETADES DE QUESOS Y SU UTILIZACION EN LA GASTRONOMIA ECUATORIANA
AUTOR (ES):	BAROJA OLGA CRISTINA
FECHA: AAAAMMDD	15/10/2012
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Tecnóloga en gastronomía
ASESOR /DIRECTOR:	Ing. Pablo López

2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Olga Cristina Baroja Andrade, con cédula de identidad Nro. 171845758-1, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de grado descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

3. CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 22 días del mes de Mayo de 2013

EL AUTOR:

(Firma).....
Nombre: Cristina Baroja
C.C.: 171845758-1

ACEPTACIÓN:

(Firma)
Nombre: Lic. Betty Chávez
Cargo: JEFE DE BIBLIOTECA

Facultado por resolución de Consejo Universitario



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

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

Yo, Olga Cristina Baroja Andrade, con cédula de identidad Nro. 171845758-1, manifiesto mi voluntad de ceder a la Universidad Técnica del Norte los derechos patrimoniales consagrados en la Ley de Propiedad Intelectual del Ecuador, artículos 4, 5 y 6, en calidad de autor (es) de la obra o trabajo de grado denominado: **VARIEDADES DE QUESOS Y SU UTILIZACION EN LA GASTRONOMIA ECUATORIANA** que ha sido desarrollado para optar por el título de: **Tecnóloga en Gastronomía**, en la Universidad Técnica del Norte, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente. En mi condición de autor me reservo los derechos morales de la obra antes citada. En concordancia suscribo este documento en el momento que hago entrega del trabajo final en formato impreso y digital a la Biblioteca de la Universidad Técnica del Norte.

(Firma)
Nombre: Olga Cristina Baroja Andrade
Cédula: 171845758-1

Ibarra, a los 22 días del mes de Mayo de 2013.

DEDICATORIA

El presente trabajo va dedicado a mi Querida Madre quien en todas las etapas de mi vida ha sido pilar fundamental permitiéndome llevar a cabo estos años de estudio, siempre brindándome su apoyo moral en los momentos de flaqueza, a pesar de las situaciones adversas por las que hemos atravesado, permanentemente a estado ahí llenándome de amor y ofreciéndome el mejor de los regalos su amistad y comprensión.

Y a quienes a pesar de su ausencia se han convertido en los guías de mí día a día; para mi Inolvidable Padre y a mi Adorable hermano haciendo posible creer que la vida tiene forjada una alegría a futuro, superando todos los obstáculos si uno así lo quiere, al cumplir con cada una de las metas trazadas siendo una de ellas la culminación de los estudios universitarios.

AGRADECIMIENTO

Un especial agradecimiento al Ing. Pablo López por las aportaciones para esta investigación.

A mi familia que son las únicas personas que están ahí pese a todo, convirtiéndose en la razón de surgir y seguir adelante.

A mis amigos quienes me han apoyado en los buenos y felices momentos extendiéndome su mano en el momento oportuno.

INDICE GENERAL

CERTIFICACION.....	i
HOJA DE AUTORIZACION	II
CESION DE DERECHOS.....	III
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
INDICE.....	VII
RESUMEN.....	XII
SUMARY.....	XIII
CAPITULO I.	1
1.2 ANTECEDENTES.....	1
1.3 JUSTIFICACIÓN.....	4
1.4 OBJETIVOS:	6
1.4.1 GENERAL:	6
1.4.2 ESPECÍFICOS.....	6
CAPITULO II.....	7
MARCO TEÓRICO	7
2.1 El Queso en la Gastronomía	7
2.1.1 Generalidades	7
2.1.2 Queso.....	8
2.1.3 Definición.....	8
2.1.4 Historia.....	9
2.2 Elaboracion.....	12
2.2.1 Selección y preparación de la leche.....	14
2.2.2 Coagulación.....	15
2.2.3 Contracción de la cuajada.....	15
2.2.4 Moldaje y Presión.....	16
2.2.5 Salazón	16

2.2.6	Maduración.....	17
2.2.7	Diferencias entre los pasos de elaboración de los distintos quesos	17
2.3	Valor nutritivo de las variedades de quesos elaborados en el Ecuador.	17
2.3.1	Tabla comparativa de diferentes quesos.....	18
2.3.2	Condiciones higiénico-sanitarias	20
2.4	Tipos de queso.....	21
2.4.1	Denominaciones de origen	22
2.4.2	Tipos de leche usada.....	22
2.4.2.1	Quesos frescos	22
2.4.2.2	Quesos curados.....	23
2.4.2.3	Quesos cremosos.....	23
2.4.2.4	Quesos verdes o azules	23
2.5	Técnicas culinarias	24
2.5.1	Grasos.....	24
2.5.2	Los semigrasos.....	24
2.5.3	Magros	24
2.5.4	Los cremas	24
2.6	Usos gastronómicos.....	25
2.6.1	Forma de consumo del queso	25
2.6.2	Beneficios de consumir queso	26
2.6.3	Diccionario de quesos elaborados en el Ecuador.	27
2.7	Tipos de recetas a base de queso	30
2.7.1	Aperitivos de queso.....	30
2.7.2	Bocadillos y sándwiches de queso	31
2.7.3	Salsas de quesos	31
2.7.4	Pastas con queso.....	32
2.7.5	Platos de queso.....	32
2.7.6	Sopas con queso y entradas	32
2.7.7	Carnes con queso.....	33
2.7.8	Postres de quesos	33

CAPITULO III.....	35
METODOLOGÍA.....	35
3.1 Tipo de Investigación.	35
3.1.1 Bibliográfica.....	35
3.1.2 Explicativa - Propositiva.....	35
3.2 Métodos de Investigación	35
3.2.1 Inductivo - Deductivo.....	35
3.3 Técnicas e Instrumentos de Investigación	36
3.3.1 Observación.....	36
3.3.2 Entrevistas.....	36
CAPITULO IV	37
APORTE CRÍTICO DEL ESTUDIANTE	37
4.1 Fabricación industrial o artesanal.....	37
4.2 Rol del queso en la gastronomía.....	37
4.3 Creatividad a la hora de combinar una buena tabla de queso.....	38
4.4 El queso y el colesterol	39
4.5 El queso fresco no engorda.....	39
4.6 Normalidad del queso Camembert al tener un olor a amoníaco	40
4.7 Importancia de la cantidad de materia grasa en un queso	40
4.8 Pasteurización de la leche al cambiar el sabor del queso	40
4.9 Importancia de la temperatura y humedad durante la affinage	41
4.10 Queso Gruyere	41
CAPITULO V.....	43
CONCLUSIONES	43
CAPITULO VI	45
RECOMENDACIONES.....	45
BIBLIOGRAFIA:.....	47
NETGRAFÍA.....	48

ANEXOS.....	50
ANEXO 1	50
ANEXO 2	54
ANEXO 3.....	99
RECETARIO DE QUESOS.....	103

VARIEDADES DE QUESO Y SU UTILIZACION EN LA GASTRONOMIA ECUATORIANA

Autora: Olga Cristina Baroja Andrade

Tutor: Ing. Pablo López

RESUMEN

En este trabajo de tesina se diseñó un recetario gastronómico en el cual se utilizó el queso como base de las distintas recetas, con la finalidad de que lo conozcan y utilicen de la mejor manera optimizando su consumo ya que este es un producto que contiene diversos nutrientes que complementan la alimentación del consumidor.

Fueron recopilados varios platillos que forman parte del arte culinario de las redes sociales, económicas y culturales de las distintas zonas populares de nuestro país, con ellos se elaboró 84 recetas distribuidas en aperitivos de queso, bocadillos y sándwiches de queso, salsas de queso, pastas con queso, platos de queso, sopas de queso y entradas, carnes con queso y postres de queso. Mismas que se escogió las de mayor aceptación, posteriormente se elaboró la respectiva estandarización detallando los costos y técnicas de elaboración de las recetas.

El diseño del recetario es atractivo e innovador, incluye fotografías de cada una de las recetas elaboradas con una descripción clara y rápida de las técnicas culinarias más utilizadas, manejo de tiempos, temperatura, ingredientes, equipo básico, procesos de preparación que incluyen la forma de presentación y decoración. Además que va acompañado de información relevante como es el diccionario de quesos el cual nos permite conocer a profundidad sobre las variedades de quesos, sus formas, propiedades, tamaños y en que recetas se los puede agregar para darle mayor versatilidad a un plato.

Las técnicas culinarias que se adoptaron mejor para la elaboración de los platos más sobresalientes fueron Rollo de pollo con jamón y queso, fondue de queso, soufflé de queso, cuyos ingredientes principales toman como ingrediente principal al queso el cual forma parte de la dieta tradicional de nuestro país.

Los quesos maduros poseen múltiples componentes nutritivos con un gran aporte calórico, son poco conocidos en nuestro medio y mucho más la forma de consumirlos, ignoramos cuales son las formas de preparación de las recetas y cuáles son sus beneficios nutricionales, mismos que son óptimos en la elaboración de platos agradables para el paladar más exigente por lo que ayudan a mejorar la calidad de la alimentación, por lo cual se recomienda la diversificación en la oferta gastronómica como un aporte importante en la formación del conocimiento de quienes son apasionados y consumidores de este alimento, logrando fortalecer la identidad y el mantenimiento de sus costumbres en cada una de las regiones donde el queso es fuente prioritaria de la dieta del buen degustador de este producto.

VARIETADES DE QUESO Y SU UTILIZACION EN LA GASTRONOMIA ECUATORIANA

Autora: Olga Cristina Baroja Andrade

Tutor: Ing. Pablo López

SUMMARY

Cheese, an ancient delicacy. The word "cheese" has its origins in the Indo-European word Caseus, which means "lacking serum." To explain their origins have arisen multiple versions, from mythical stories to narratives in which the discovery is attributed to chance and the need to preserve milk.

Beyond the history of this product and its unique flavor, there is a whole industry dedicated to its production world, from fresh cheeses to the most elaborate such as Gruyere and Roquefort.

The Ecuadorian cheese market is very dynamic, according to research Pulse Ecuador, 84.3% of urban households in 15 major cities regularly consume this product, this represents something more than a million homes.

Undoubtedly, the most dynamic market for cheese is fresh, its tradition and price are decisive factors when choosing: 92.8% of households regularly buy cheese acquire such. The variety mozzarella (11.5%) and mature cheeses (4.8%) are also preferred by large numbers of Ecuadorians, though, the price of these products makes their consumption is mostly concentrated in high-income households.

In urban Ecuador, monthly consumed 1.36 million kilos of cheese of all varieties, representing a market of \$ 7.03 million per month. Average household consumption reaches 2.5 units of 500 grams for a family it goes on average \$ 6.5 per month.

The 81.5% of the cheese market corresponds to the variety of the fresco, which includes the cheese board, food, kneading, Creole, among others. 10.3% of monthly expenditure is for the mozzarella cheese, 4.3% of varieties of mature semimaduros and the remaining 3.8% other varieties.

When choosing a cheese, the preferences of Ecuadorians are varied, but the quality (37.5%) mainly grouped where the flavor, healthy product and its price (21.1%) are the deciding factors for consumers, who mostly prefer to buy in a supermarket (40.2%) in a neighborhood store (29.8%) or market (20%).

The Ecuadorian market for cheese is quite complex, with more than 300 brands competing for market share increase, however, among them, there are successful companies leading the market with many years of tradition and presence in the market.

CAPITULO I

1.1 TEMA: VARIEDADES DE QUESOS Y SU UTILIZACIÓN EN LA GASTRONOMÍA ECUATORIANA.

1.2 Antecedentes

El queso es un producto cotidiano de la vida popular y forma parte de la cultura gastronómica ecuatoriana en toda una variedad de formas; inicialmente se preparaban con técnicas empíricas y únicamente de leche ácida; tiempos después se perfeccionaron los procesos artesanales hasta convertirse en una industria que se ha desarrollado y sostenido en el tiempo.

La palabra "queso" proviene del latín "caseus", cuyo significado originario puede ser careresuerum, que carece de suero raíz, y que da el nombre del alimento en español (queso)¹.

“El queso es un importante derivado de la leche pues constituye el ingrediente mayoritario, de muy alto valor nutritivo. En él están presentes todos los aminoácidos esenciales. Los datos nutricionales pueden variar en función de su contenido en grasa, pero en general se puede decir que es una rica fuente de calcio, proteínas, fósforo y algunas vitaminas, especialmente la vitamina A”².

Por tanto su consumo, es importante en la etapa de crecimiento como en la edad adulta de las personas. Es ampliamente conocida la necesidad de una mínima

¹ORTEGA. Simone. 2009 Editorial Alianza. Quesos descripción y recetas. Argentina.

²CANUT. Enric. 2008 Ediciones Temas de Hoy. Manual de Quesos. Barcelona España.

ingestión de nutrientes, como son proteínas, minerales y vitaminas a fin de evitar carencias de tales elementos en la alimentación diaria.³

Este alimento también ayuda a controlar la presión arterial, gracias a la presencia de pequeñas moléculas que se encuentran en gran cantidad en algunos tipos de quesos, las cuales contribuyen a disminuir la presión de las arterias.

El queso también tiene una importante influencia en la salud y buen estado de los huesos, gracias a su elevado aporte de calcio.⁴

Suave, picante, cremoso, de aroma penetrante, el queso ha sido desde la más remota antigüedad una de las más notables creaciones gastronómicas. El sabor o el gusto es tan personal, subjetivo y cultural, que está condicionado por nuestros hábitos alimenticios desde una edad temprana, es por ello que debemos construir una clasificación que se exprese en términos de intensidad de tal modo que los consumidores puedan utilizar el queso, teniendo en cuenta su aplicación culinaria y optimizar su consumo.

Los quesos se clasifican en varias categorías, pero independientemente del tipo que sea, toda elaboración de queso requiere la separación de la leche en un requesón sólido y un suero líquido. Normalmente, este proceso requiere cortar la leche con bacterias y añadir el cuajo, que solidifica el requesón resultante. Sin embargo, aquí es donde termina la uniformidad. A partir de este punto, el queso se puede lavar, escurrir, calentar, estirar, curar o madurar, dependiendo del producto final deseado. Sometiendo a procesos como, el calor y la maduración se obtiene un queso duro o curado, el estirado nos proporciona la mozzarella y la maduración produce la deliciosa gama de quesos brie, camembert y queso azul.⁵

³C. GONZALEZ. Carlos. 2007 Ediciones Club. Guía Práctica de los Quesos. México.

⁷EUFIC Review (2009). Directrices dietéticas basadas en alimentos. Disponible en: www.eufic.org/article/es/page/RARCHIVE/expid/directrices-dieteticas-basadas-alimentos-Europa/

⁸CANUT. Enric. 2008 Ediciones Temas de Hoy. Manual de Quesos. Pág. 54 Barcelona España.

El queso es comercializado feteado en envases plásticos al vacío, o en forma de hormas envueltas en envases plásticos termo-contráctiles; los hay de diferente calidad y precio, y en numerosos comercios minoristas, es expedido por peso en forma de finas láminas.

Esto último lleva a que el producto, en ocasiones, tenga una exposición directa y prolongada a la temperatura y humedad del ambiente en el que es conservado. Bajo estas condiciones, la maduración del queso, que continúa durante la comercialización, se produce de una manera no controlada. Como resultado, el queso se envejece modificando sus características organolépticas.⁶

El aprecio por las distintas variedades de queso ha hecho que se cuide su elaboración, la preservación de los métodos artesanales, también se han protegido algunos mediante denominaciones de origen e incluso se han recuperado ciertos quesos que prácticamente no se fabricaban ya.

En la actualidad están oficialmente catalogados unos 100 quesos diferentes. En paralelo, se ha desarrollado un creciente interés por estos quesos en la cocina, habiéndose ampliado considerablemente el recetario gastronómico.

Hoy en día somos muy exigentes con la comida; esperamos que sea agradable, nutritiva, que tenga una buena relación en calidad, precio, comodidad y seguridad; del queso se espera atienda a las necesidades de los consumidores, en los aspectos descritos.

Ecuador posee una riquísima, abundante y variada cultura gastronómica, el queso es, sin duda el derivado de la leche más importante por el enorme consumo que de él se hace en el mundo entero. El queso es versátil, voluble y gustoso siendo uno de los alimentos más antiguos y puede decirse que no hay región que no elabore este producto. Existe una gran variedad de queso para todos los gustos, desde blandos,

⁶CANUT. Enric. 2008 Ediciones Temas de Hoy. Manual de Quesos. Pág. 56 Barcelona España.

suaves y hasta duros. Una comida auténtica no se complementaría dejando por fuera la creación de recetas elaboradas con las variedades de quesos mismos que conservan un óptimo sabor y calidad nutritiva.⁷

La ciudad de Ibarra, caracterizada por su vocación Turística, mantiene un alto volumen de consumo de queso en estado fresco; sin embargo, la actividad gastronómica incrementa su empleo en preparaciones culinarias de diversa índole.

1.3 Justificación

En ésta investigación se recopilará información para identificar las variedades de quesos, se encontrará nociones sencillas y básicas para utilizar el queso para el consumo familiar; así como de los beneficios del queso en lo que concierne a la gastronomía; de ahí la importancia de este estudio.

“El valor nutritivo de los quesos es incuestionable, pero se tiene hoy mayor conciencia de sus componentes, y en consecuencia, de los tipos y cantidades que conviene consumir para obtener una dieta sana y equilibrada. Tomando en consideración que las enfermedades carenciales o derivadas de la falta de calcio y demás minerales en la dieta alimenticia es un problema de la generación reinante, que al estudio se considera de actualidad”⁸.

Las grandes ventajas que presenta este producto en funcionalidad industrial, culinaria y otras, se acoge a su alto contenido de nutrientes, por lo que desde el punto de vista de la salud pública es muy recomendable optimizar su ingesta.

El consumo de quesos no ofrece mayores dificultades ni tampoco excesivos gastos. El éxito estriba en aprender a combinarlo tomando en cuenta las técnicas gastronómicas, partiendo de la utilización de quesos óptimos dando al cumplimiento

⁷<http://www.elcomercio.com.ec/noticias-ecuador/analisis-enla-industria-del-queso-K-2361166.html>

¹¹ CANUT. Enric. 2005 Ediciones Salvat, Los 100 Quesos Españoles. Barcelona España.

de ciertos principios respecto a una correcta manipulación de alimentos. De esta manera se logrará un producto apto para el consumo en todos sus aspectos. Por lo que se considera que el estudio tiene utilidad práctica.

En nuestra medio, el consumo del queso en sus diversos tipos es insuficiente, a causa del desconocimiento de la variedad y posibilidades de utilización; lo cual indica una gran oportunidad para desarrollar una investigación sobre las variedades de quesos y la elaboración de un recetario gastronómico empleando las variedades de quesos.

En el presente trabajo en base a los antecedentes descritos se plantearán diversas estrategias que consistirán en recopilar la mayor información existente para realizar el recetario sobre las variedades de quesos y su utilización en la Gastronomía Ecuatoriana con el objetivo de dar a conocer las características benéficas que este presenta para el área gastronómica y de esta manera cooperar a la biblioteca de la escuela.

1.4 Objetivos:

1.4.1 General:

- Elaborar un Recetario Gastronómico sobre las variedades de queso y su utilización en la Gastronomía Ecuatoriana.

1.4.2 Específicos

- Investigar las variedades de queso y su utilización en la Gastronomía Ecuatoriana.
- Analizar el valor nutritivo de las variedades de queso en el Ecuador.
- Describir las características organolépticas de los diferentes tipos de quesos.

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

2.1 El Queso en la Gastronomía

Aunque el queso no requiere ninguna preparación para poder degustarse, es cierto que tiene una rica tradición culinaria, sobre todo como condimento. Las recetas en las que interviene como elemento principal (fondue, welshrarebit, raclette o, en España, el queso frito) son escasas. Sin embargo siempre se ha utilizado para aderezar otros platos dependiendo de sus características, consistencia, aroma, etc.⁹ Sin embargo pensados para ser comidos en su estado original, los quesos desarrollan un sabor más intenso al ser cocinados, así como en muchos casos una textura cremosa de lo más notable. Para calentarlo hay que tomar alguna precaución, ya que un calentamiento demasiado rápido o excesivo puede cortarlo: se separa la grasa de las proteínas quedando una masa correosa y grasienta.

2.1.1 Generalidades

El queso es un alimento sólido elaborado a partir de la leche cuajada de vaca, cabra, oveja, búfala, camella u otros mamíferos rumiantes. Es la conserva ideal pues muy difícilmente se estropea con el transcurso del tiempo ya que al secarse mejoran sus cualidades en relación al peso. La leche es inducida a cuajarse usando una combinación de cuajo (o algún sustituto) y acidificación. Las bacterias se encargan de acidificar la leche, jugando también un papel importante en la definición de la textura y el sabor de la mayoría de los quesos. Algunos también contienen mohos, tanto en la superficie exterior como en el interior.

⁹<http://secocina.com/alimentos/quesoentodassusvariedades/aplicadoenlacocinamoderna>

Hay centenares de variedades de queso. Sus diferentes estilos y sabores son el resultado del uso de distintas especies de bacterias y mohos, diferentes niveles de nata en la leche, variaciones en el tiempo de curación, diferentes tratamientos en su proceso y diferentes razas de vacas, cabras o el mamífero cuya leche se use. Otros factores incluyen la dieta del ganado y la adición de agentes saborizantes tales como hierbas, especias o ahumado. Que la leche esté o no pasteurizada también puede afectar al sabor.¹⁰

2.1.2 Queso

Es el producto fresco o madurado obtenido por la coagulación y separación de suero de la leche, nata, leche parcialmente desnatada, mazada o por una mezcla de estos productos.

2.1.3 Definición

Según el código alimentario se define queso como el producto fresco o madurado, sólido o semisólido, obtenido a partir de la coagulación de la leche (a través de la acción del cuajo u otros coagulantes, con o sin hidrólisis previa de la lactosa) y posterior separación del suero.¹¹

Las leches que se utilizan habitualmente son las de vaca (entera o desnatada) que da un sabor de queso más suave, cabra u oveja (en zonas mediterráneas). En la elaboración de algún queso especializado como la mozzarella, se emplea la leche de búfala y en otros casos de camella.

El queso de Cabrales (Principado de Asturias, España) utiliza una mezcla de leche de vaca, oveja y cabra.

¹⁰BATTISTOTTI. Bruno. Quesos del Mundo. Chile. Ediciones Elfos. 2007. 182 Pág. (115)

¹¹MADRID. Vicente. El Libro de los Quesos. Madrid – España. Ediciones del Castillo Río. 2008. 294 Pág. (24)

La grasa de la leche es el nutriente que más influye en el sabor del queso. La leche entera es la más rica en grasas, pero en ciertos casos para poder reducir el contenido graso de los quesos se usa su versión desnatada o semi, lo cual también puede disminuir el sabor del producto final.

2.1.4 Historia

La elaboración del queso seguramente fue descubierta por diversas comunidades al mismo tiempo. Las ovejas fueron domesticadas hace 12.000 años y en antiguo Egipto se cuidaban vacas y se les ordeñaban para tener la leche por lo que es lógico pensar que también harían quesos. La leche se conservaba en recipientes de piel, cerámica porosa o madera, pero como era difícil mantenerlos limpios, la leche fermentaba con rapidez. El siguiente paso fue el de extraer el suero de la cuajada para elaborar algún tipo de queso fresco, sin cuajo, de sabor fuerte y ácido. Cuenta la leyenda que un pastor árabe volvía a su morada con la leche de las ovejas dentro de una bolsa hecha con la tripa de uno de sus corderos y que después de caminar a pleno sol, al abrir la bolsa la leche estaba cuajada, sólida, hecha queso.

Los romanos lo incluían en su dieta condimentándolo con tomillo, pimienta, piñones y otros frutos secos, cuando sus soldados se asentaban en un campamento, elaboraban queso. Toda la antigüedad estaba plagada de alusiones al queso fresco, cuajado. En la antigua Grecia no se comía sólo sino mezclado con harina, miel, aceite, pasas y almendras y se encuentra en recetas antiguas de platos y postres muy preciados.¹²

El nombre del producto proviene de la palabra griega *foros* así se llamaba el cesto para los quesos y de ella derivan el *fromage* francés, *fortmatge* catalán y el

¹²DILANJAN. Andrés. Fundamentos de la Elaboración de Quesos. Argentina. Editorial Acribia. 2005. 255 Pág.(19)

formaggio italiano, y la palabra latina caseus de donde proviene el queso español, el cheese anglosajón y la caseína principal albuminoide de la leche y del queso.

En la Edad Media, la órdenes religiosas se convirtieron en importantes zonas de actividad agrícola y el queso adquirió importancia durante los muchos días de ayuno en los que se prohibía comer carne, por lo que se crearon diferentes tipos de queso, así aportaban variedad a su limitada dieta.

Con el auge del comercio y el aumento de la población urbana, el queso se convirtió en producto importante para la economía, empezó a comercializarse con queso, fuera de las zonas de producción y más allá de las fronteras y cuando se colonizó el Nuevo Mundo, se llevaron sus tradiciones queseras.

Al principio se utilizaba leche cruda, pero en la década de 1850 el microbiólogo Louis Pasteur descubrió la pasteurización, que cambió el proceso de elaboración del queso. Empezó a mezclarse leche de distinta procedencia y distintos rebaños para obtener un producto homogéneo y disminuyó considerablemente el riesgo de aparición de organismos que pudieran estropear el proceso.¹³

En España comenzó la obtención del queso con la leche de oveja y de cabra, más tarde con la vaca, pero en otros países se utiliza también el reno y búfalo como ejemplo está la mozzarella.

El queso es una comida antigua cuyos orígenes pueden ser anteriores a la historia escrita. Descubierta probablemente en Asia Central o en Oriente Medio, su fabricación se extendió a Europa y se había convertido en una empresa sofisticada ya en época romana. Cuando la influencia de Roma decayó, surgieron técnicas de elaboración de queso locales diferentes. Esta diversidad alcanzó su cúspide a principios de la era industrial y ha declinado en cierta medida desde entonces debido a la mecanización y los factores económicos.¹⁴

¹³DILANJAN. Andrés. Fundamentos de la Elaboración de Quesos. Argentina. Editorial Acribia. 2005. 255 Pág.(23-29)

¹⁴<http://www.mundoquesos.com/p/breve-historia-del-queso.html>

Se dice, que la creación del queso se hizo de forma fortuita y accidental por un pastor, a quien le debió fermentar la leche, se le coaguló y por necesidad o por curiosidad, con la ayuda de un poco de sal y los agentes naturales climatológicos empezó a experimentar, hasta conseguir crear el primer queso.

La elaboración del queso seguramente fue descubierta por diversas comunidades al mismo tiempo. Las ovejas fueron domesticadas hace 12.000 años y en antiguo Egipto se cuidaban vacas y se les ordeñaban para tener la leche por lo que es lógico pensar que también harían quesos. La leche se conservaba en recipientes de piel, cerámica porosa o madera, pero como era difícil mantenerlos limpios, la leche fermentaba con rapidez. El siguiente paso fue el de extraer el suero de la cuajada para elaborar algún tipo de queso fresco, sin cuajo, de sabor fuerte y ácido. Cuenta la leyenda que un pastor árabe volvía a su morada con la leche de las ovejas dentro de una bolsa hecha con la tripa de uno de sus corderos y que después de caminar a pleno sol, al abrir la bolsa la leche estaba cuajada, sólida, hecha queso.¹⁵

Del mismo modo, en los restos arqueológicos que se han ido encontrando, donde siempre aparecían vasijas, que servían para coagular la leche con unos orificios por los que debía salir el suero restante. Solamente en el siglo XVIII en Europa (no en España), parece ser que dejó de consumirse en las mesas más refinadas por considerarse una comida un poco vulgar. Ya en el siglo XIX y XX, volvió a ocupar su lugar, al igual que los vinos. Fueron los franceses, que supieron ponerlo en su lugar dándoles la importancia que se merecen y dándolos a conocer al mundo entero haciendo que reconocieran su calidad. De este modo, Francia se convirtió en su principal exponente elaborándolos, comercializándolos y exportándolos, antes que el resto de países europeos.

Los romanos lo incluían en su dieta condimentándolo con tomillo, pimienta, piñones y otros frutos secos, cuando sus soldados se asentaban en un campamento, elaboraban queso. Ya los romanos, eran unos grandes consumidores, su tendencia

¹⁵<http://www.mundoquesos.com/p/breve-historia-del-queso.html>

hacia el queso de cabra era notoria. Ellos fueron entonces los culpables de la expansión de las técnicas de elaboración del queso.

Algo más verosímil es la leyenda árabe en la que nos dice que un pastor nómada se quedó sin recipiente para transportar la leche, entonces se le ocurrió matar un cabrito y utilizar su estómago como odre. A consecuencia del calor durante el camino de vuelta, la leche se tornó sólida y de esta manera aprendieron a elaborar queso. Sea como fuere, se aprendió a elaborar queso y así nosotros disfrutamos de este manjar.¹⁶

Los pastores, granjeros, monjes, con mucha paciencia, muchos intentos fallidos o exitosos, fueron haciendo pruebas hasta ir consiguiendo la variedad de quesos, que ahora conocemos.

Se sabe que el tipo de leche (vaca, oveja, cabra, camella, búfala, yacks), la clase de la leche (más grasa o menos debido a los pastos del terreno), el clima (cada región imprime una marca especial o una diferencia en el tipo de queso), la coagulación, la maduración, la fermentación, dan lugar a los diferentes tipos de queso.

En la actualidad, toda la leche se pasteuriza y se reproducen todos esos efectos naturales a través de la tecnología consiguiendo grandes éxitos, aunque siguen existiendo algunos fabricados artesanalmente.

2.2 Elaboración

La pasteurización previa de la leche será obligatoria para aquellos quesos de tipo frescos y los que se consuman antes de los dos meses tras su elaboración.

¹⁶http://www.bedri.es/Comer_y_bebber/Queso/Historia_del_queso.htm

Es básico para elaborar un queso realizar la cuajada. Es el único proceso necesario y consiste en separar los componentes de la leche, por acción de la temperatura o bacterias.

La separación se logra desestabilizando la proteína de la leche (caseína). Este desequilibrio hace que las proteínas se aglutinen en una masa blanca, separándose del líquido (suero lácteo).¹⁷

Las bacterias utilizadas (lactococcus, lactobacillus, etc.) junto con las enzimas que producen y la leche de origen, serán determinantes en el sabor del queso tras su añejamiento. Para elaborar quesos duros, se somete a la cuajada a temperaturas entre 33°C y 55°C, para que se deshidraten más rápido.

A partir de ese momento de separación de partes, se trata de ir eliminando el suero. Como consecuencia muchas vitaminas y proteínas hidrosolubles se pierden a través del suero. Pero en términos generales, el queso mantiene todas las grasas de la leche, las tres cuartas partes del calcio y casi la totalidad de la vitamina A. Por otro lado debemos nombrar el papel de la sal en su proceso, puesto que además de aportar sabor salado, mejora la conserva y afirma la textura por su interacción con las proteínas.

La sal puede mezclarse directamente en la cuajada o sólo aplicarla en la superficie exterior del queso.

Todas las características finales de los quesos (sabor, textura, olor), además de las materias primas, dependen de las técnicas específicas de elaboración. La mayoría de los quesos no adquiere su forma final hasta que son prensados en un molde. Al

¹⁷O"CONNOR, Charles (2005) "Elaboración de Productos Lácteos" Editorial. Trillas. 1ra ed. Adeba. Etiopia pág 63-80

ejercer más presión durante el prensado, se genera menos humedad, lo cual dará como resultado final un queso más duro.¹⁸

Se necesitan varios litros de leche para obtener un kilo de queso debido a la pérdida de gran cantidad de agua durante su elaboración (dependiendo de qué tipo de queso se trate).

El proceso de maduración o añejamiento se aplica a la mayoría de los quesos excepto los frescos. Durante este período, los quesos permanecen en moldes y para intensificar el sabor y el olor se pueden introducir nuevos microorganismos, más sal, o se los puede ahumar o sazonar con especias.

Los quesos normalmente se comen crudos, pero también se los puede cocinar. A temperaturas superiores a 55°C se funden y otros se endurecen aún más (por evaporación del agua que contienen).

Cuando el queso se encuentra en temperaturas cálidas (30°C) la grasa se derrite y se suele decir que el queso “suda”. Se recomienda consumirlos a temperatura ambiente, dependiendo del tipo de queso.¹⁹

2.2.1 Selección y preparación de la leche

La leche debe provenir de animales sanos. Además, para evitar fermentaciones indeseables, debe ser de buena calidad bacteriológica. Las pruebas de laboratorio más usadas al respecto, son las de la reductasa (azul de metilo y resazurina) y la determinación de la acidez titulable, o del pH. Son todas pruebas

¹⁸O’CONNOR, Charles (2005) “Elaboración de Productos Lácteos” Editorial. Trillas. 1ra ed. Adeb. Etiopia pág 97-108.

¹⁹<http://www.zonadiet.com/comida/queso.htm>

muy sencillas, que no demandan mucho material de laboratorio, no son caras y son bastantes rápidas de realizar.²⁰

Es necesario, también que la leche no provenga de vacas que hayan sido tratadas con antibióticos, puesto que una cantidad residual de estos puede prevenir el desarrollo de bacterias útiles.

Antes de ser llevada a la tina quesera, la leche puede ser sometida a diversos tratamientos. Por ejemplo, para lograr el contenido de grasa deseado en el producto final, se puede incorporar crema o, a la inversa, realizar un descremado parcial. También es posible agregar leche descremada en polvo o reconstituida.

En algunos tipos de queso, puede ser necesario proceder a una clarificación, a fin de eliminar materias extrañas que hayan ganado entrada accidental a la leche.

2.2.2 Coagulación

Consiste en una serie de modificaciones fisicoquímicas de la caseína (proteína de la leche), que conducen a la formación de un coágulo. Tiene lugar debido a la acción conjunta de la acidificación por las bacterias lácticas (coagulación láctica) y de la actividad del cuajo (coagulación enzimática).

2.2.3 Contracción de la cuajada

Los fermentos lácteos del yogur son microorganismos cuyo papel es provocar la acidificación necesaria en la masa del queso. Estos fermentos se pueden adquirir en forma de polvo liofilizado. Su incorporación es esencial si se pasteuriza la leche y útil, si se usa leche cruda. La leche se mantiene, durante algún tiempo, a una

²⁰INEN (Instituto Ecuatoriano de Normalización) (2009) "Norma INEN NTE 0012:73.- Leche – Determinación del contenido de grasa". INEN. Quito- Ecuador. 15 pág.

temperatura de 32-35 °C para el desarrollo de estos microorganismos. Luego se añade el cuajo para que ocurra la coagulación. La coagulación es la separación del suero y la cuajada y en este proceso se emplean unos 45 minutos. Después, se recorta la cuajada con un cuchillo, cortándola en trozos de 1,5 cm de ancho y luego se corta en cuadrados y se deja reposar unos 5 min.

Luego, para dar la forma de granos (que se parecen granos de maíz); se remueve con la batidora cuidadosa y lentamente haciendo figuras de 8 durante 3 - 4 min y se deja reposar otros 5 min. La masa del queso se endurece quedando relativamente tierna hasta que tenga el tamaño aproximado de un grano de maíz. Luego se recalienta la masa hasta los 32°C removiendo lentamente de manera constante con una cuchara grande y se dejar enfriar.²¹

2.2.4 Moldaje y Presión

Después de separar el suero de la cuajada mediante una espumadera o un colador, se disponen trozos de tela en los moldes que llenamos después con la cuajada. Se aplica presión para dar la forma final al queso y eliminar el suero suelto y luego se esperan unas 3 horas hasta que el queso esté más duro.

2.2.5 Salazón

Después de 3 horas, se sacan los quesos del molde y de la tela y se salan mediante un proceso de inmersión en salmuera entre 12 y 24 horas. La salmuera es una solución concentrada de sal común, donde se sumergen los quesos.

²¹INEN (Instituto Ecuatoriano de Normalización) (2009) "Norma INEN NTE 0012:73.- Leche – Determinación del contenido de grasa". INEN. Quito- Ecuador. 15 pág.

2.2.6 Maduración

Finalmente se introduce los quesos en una cámara frigorífica a una temperatura entre 12 y 14°C y con una humedad del 80-90% para su maduración durante 30 días (periodo mínimo para los quesos hechos con leche cruda) sin olvidarse de dar la vuelta a los quesos una vez al día. A partir de los 2 meses el queso está curado. Una vez terminado el proceso de maduración, se colocan los quesos en cámaras de conservación a una temperatura de 5°C.

2.2.7 Diferencias entre los pasos de elaboración de los distintos quesos

Los artesanos utilizan la leche del ganado criado por ellos mismos o ganaderos de su entorno, manejando una cantidad de leche que no suele superar los 500 litros diarios. La elaboración acostumbra a hacerse a mano y la fabricación se realiza con procedimientos naturales, de cuyo resultado se responsabilizan los propios artesanos, quienes después lo comercializan directamente.

La industria aprovecha la leche recogida en una zona mucho más amplia y procesa cantidades más altas (superiores a los 500 litros diarios). La elaboración está mecanizada y la comercialización es mucho más sencilla y distribuida por las zonas²².

2.3 Valor nutritivo de las variedades de quesos elaborados en el Ecuador.

El queso se encuentra compuesto por tres elementos: Agua, proteínas y sales, y la materia grasa.

La materia grasa se puede definir de dos maneras:

²²<http://ecosensibilizacion.blogspot.com/2007/08/la-fabricacin-del-queso-explicaciones.html>.

Materia grasa real: Es la proporción de materia grasa existente en el total del queso. Por ejemplo, si una etiqueta nos indica que un queso fresco tiene un 15% de materia grasa, significa que por cada 100 gramos de queso éste contiene 15 gramos de grasa.

Materia grasa sobre extracto seco: Es la proporción de materia grasa existente sin tener en cuenta la parte de agua del queso. Este dato es más difícil de interpretar que el anterior. Por ejemplo, si una etiqueta dice de un queso emmenthal que tiene un contenido graso del 45% sobre el extracto seco, no quiere decir que por cada 100 gramos de queso tenga 45 gramos de grasa. Para calcular cuántos gramos de grasa tiene por cada 100 de producto, tendríamos que multiplicar ese 45 por el extracto seco del queso (que se obtiene restándole a 100 la humedad del queso) y dividir el resultado entre 100.

2.3.1 Tabla comparativa de diferentes quesos²³

NOMBRE	CARACTERÍSTICAS		SE CONSUME EN:
	Color Presentación	Contenido de Grasa	
CAMEMBERT	Blanco, con la superficie ligeramente enmohecida de un blanco grisáceo.	Extra Graso	Sólo o acompañado con fruta. Se utiliza en canapés.
PETIT SUISSE	Blanco, presentado en potes	Muy Graso	Para canapés, sándwiches.
	Color Blanco y	Semi	Tortas, platos

²³INEN (Instituto Ecuatoriano de Normalización) (2009) "Norma INEN NTE 0062:73.- Quesos clasificación y designaciones". INEN. Quito- Ecuador. 18 pág.

RICOTTA	contiene una discreta parte de azúcar	Graso	calientes y fríos.
FUNDIDO	Se presenta generalmente en porciones	Variable	Sólo, en canapés, salsas, sándwiches y platos calientes.
GORGONZOLA	Presenta estrías verdes producidas durante su estacionamiento	Graso	Canapés.
FONTINA	Amarillo pajizo, posee ojitos	Graso	Canapés, sándwiches.
CUARTIROLO	Blanco con algunos pequeños ojos	Graso	Para múltiples preparaciones, para postre.
MOZZARELLA	Blanco crema muy dulce	Semi Graso	Típico para pizzas.
ROQUEFORT	Fermentado, blanco cremoso, con vetas azules. Picante, no debe tener ojos, ni estrías marrones	Extra Graso	Canapés, salsas, bocaditos.
EMMENTHAL	Se forma en ruedas de molino, de gran peso, con grandes agujeros, de sabor dulce	Graso	Para sándwiches, salsas, fondue.
GRUYERE	Amarillo pálido, con pequeños agujeros.	Extra Graso	Sólo, como postre o fondue.

PROVOLONE	Amarillo, pajizo, puede ser fresco o ahumado	Semi Graso	Ideal par asarlo a la parrilla.
SBRINZ	Viene en grandes hormas, sabor picante	Extra Graso	Para rallar
PARMESANO	Amarillo pálido, superficie marrón oscura, sabor fuerte	Semi Graso	Para rallar sobre platos calientes.
CACCIOCVALLO	Blanco, puedes ser dulce o picante, forma de para-alargado		Comidas y postres

Fuente: INEN (Instituto Ecuatoriano de Normalización). (2007). “Norma INEN NTE 0062:74.- Quesos: determinación de contenido de grasa”. INEN. Quito – Ecuador 70 pág.

2.3.2 Condiciones higiénico-sanitarias

En el proceso de elaboración de quesos, existe un aspecto fundamental a tener en cuenta. Se trata de las condiciones higiénico-sanitarias de la leche.

La máxima precaución debe adoptarse en utilizar leche de animales que tengan control veterinario certificado, libres de brucelosis, tuberculosis, leptospirosis u otros agentes patógenos.²⁴

Cuando no se cuente con garantías sanitarias totales es fundamental, para el control de enfermedades transmitidas por productos lácteos, el tratamiento térmico de la leche.

²⁴http://www.infogranja.com.ar/fabricacion_de_quesos.htm#CONDICIONES_HIGI%C3%89NICO_-_SANITARIAS.

Si necesita elaborar el queso con leche pasteurizada, la pasteurización de la leche se logra manteniéndola durante 30 minutos a una temperatura constante de 67°C; luego, durante 4 segundos, a 71 °C.

También puede utilizarse leche que haya llegado a punto de hervir.

El cuajo a utilizar debe ser de buena calidad. El queso puede contaminarse con bacterias, mohos u hongos si se utiliza cuajo que no haya sido bien preparado y almacenado. Debe mantenerse a una temperatura que oscile entre 0° y 4,4°C.

El estado de limpieza y las correctas condiciones de manipuleo del producto, en todas sus etapas, son imprescindibles para la obtención de un queso en condiciones higiénicas.

2.4 Tipos de queso

Los quesos se clasifican según sus características:

✓ Según Textura:

- Suaves
- Semi Suaves
- Duros
- Muy Duros
- Madurados o no
- Madurados con o sin ojos
- Madurados
- Granuloso

✓ Según Procesos:

- Quesos madurados
- Quesos fundidos

- Quesos hilados

2.4.1 Denominaciones de origen

La gran mayoría de quesos se identifican con la zona geográfica de la que proceden. En ciertos países esto se puede regular a través de las denominaciones de origen, con las que se intentan proteger las variedades que desde tiempos antiguos se producen en una zona determinada, contra productores de otras zonas que quisieran aprovechar el buen nombre que han creado los originales.²⁵

2.4.2 Tipos de leche usada

La leche más utilizada en la fabricación de quesos es la leche entera de vaca, debida principalmente a que es la leche con mayores números de producción. La leche de vaca entera es muy rica en grasa, por lo que es común utilizar leche desnatada, o semidesnatada, con el fin de reducir el contenido en grasa. Sin embargo, la grasa es uno de los elementos que más influye en el sabor del queso, y por norma general, usar leche desnatada es sinónimo de pérdida de sabor.

2.4.2.1 Quesos frescos

Los quesos frescos son aquellos en los que la elaboración consiste únicamente en cuajar y deshidratar la leche. A estos quesos no se les aplican técnicas de conservación adicionales, por lo que aguantan mucho menos tiempo sin caducar. Su mantenimiento se podría comparar al de los yogures, pues es necesario conservarlos en lugares refrigerados. El hecho de procesar la leche en menor medida hace que tengan sabores suaves y texturas poco consistentes.

²⁵<http://quesosdemadrid.es/2006100818/tipos-de-queso.html>

2.4.2.2 Quesos curados

El curado de los quesos consiste en el añejamiento de los mismos, en un proceso en el que se secan y adicionalmente se aplican técnicas de conservación, como el salado o el ahumado. El tiempo necesario para considerar a un queso como curado puede variar de uno a otro, pero en general se requiere un mínimo de año y medio o dos años.

El proceso de curado hace que obtenga una textura bastante más dura y seca, así como que se incremente la intensidad de su sabor, propiedad muy deseada entre los amantes del queso. Sin embargo, muchas personas no toleran los sabores fuertes, por lo que es fácil encontrar distintas variantes de curado para un mismo queso, catalogándolos normalmente como tiernos, semicurados y curados.

2.4.2.3 Quesos cremosos

El queso tiene un estado natural sólido, sin embargo es posible obtener una textura más cremosa aumentando significativamente la cantidad de nata, y por lo tanto de grasa. Estos tipos de queso se consumen normalmente acompañados de pan, siendo común el uso de los mismos en tostadas.

2.4.2.4 Quesos verdes o azules

Estos quesos se distinguen por la presencia de mohos, los cuales les dan sus colores verdes o azulados. Quizá sea la variedad que más rechazo pueda causar a simple vista, debido al color y al fuerte olor, que puede recordar al de la descomposición. Sin embargo, su intenso sabor es uno de los más apreciados por los gourmets del queso.²⁶

²⁶<http://quesosdemadrid.es/2006100818/tipos-de-queso.html>

2.5 Técnicas culinarias

Los quesos tiernos por lo general se venden en porciones pequeñas y ofrecen múltiples posibilidades para la preparación rápida de postres y otras golosinas deliciosas.

2.5.1 Grasos

Se fabrican con leche completa contienen la misma cantidad de grasa que caseína tales como los quesos Brie y el Camembert.

2.5.2 Los semigrasos

Son los preparados con mezcla de leche parcialmente descremada y leche completa, su contenido en grasa es mínimo y menor caseína tales como el queso gruyere de Holanda.

2.5.3 Magros

Se obtienen con leche descremada y por lo tanto son pobres en grasas como el parmesano de grana, Parma Italia.

2.5.4 Los cremas

Se fabrican con leche enriquecida con crema como los petit-suisses franceses o con crema pura como el famoso Mascarpone Italiano.

2.6 Usos gastronómicos

2.6.1 Forma de consumo del queso

a) Gratinado.- En esta técnica aprovechamos su carácter fundente y en otras ocasiones nos proporcionará los tonos crujientes.

Utilización como textura. Como comentábamos anteriormente la textura proviene, fundamentalmente, de la red proteínica, en consecuencia durante su cocción no deberemos romperla. Controlando el calor conseguiremos un efecto potenciado de la viscosidad de la salsa o de la costra en los gratinados, en estos casos un toque de mantequilla homogeneiza y dificulta la separación del queso.²⁷

b) Salsas.-Al utilizar quesos duros conseguiremos la aromatización o un tono cremoso. Los quesos frescos son blandos y maleables y se recomienda su utilización como textura, tal cual, o bien batidos o aplastados para rellenos e incluso como complementos aromáticos, su facilidad para mezclas con emulsiones de agua y aceite (mahonesa) le concede un lugar prominente en ensaladas utilizándolos en estado natural o en la salsa, en todos los casos aportará su textura y un tono ácido láctico característico. Son representativos los quesos frescos y el requesón. Dentro de las salsas con gran renombre mundial está la salsa al pesto, podríamos hacerla sustituyendo el queso original por un aragonés de oveja curado.

c) Ensaladas.- Mostrarán los contrastes en la masticación y exaltará la kinestesia del conjunto. Su corte será en tacos o paralelepípedos. Se utilizarán quesos fresco y quesos semicurados al final de su elaboración y su función será la de saborizar.

d) El rallado.- Su primera utilización, probablemente, se debió a la falta de dentadura o a la difícil postura adoptada durante la comida por los romanos. El

²⁷<http://elgourmeturbano.blogspot.com/2010/07/quesos-generalidades-dietetica-tecnica.html>.

proceso, con los modernos utensilios, es sencillo y podemos elegir el grosor, en función de su utilización por el cocinero. Conviene rallarlo justo antes de hacer la preparación culinaria. En el comercio se venden productos rallados, pero es preferible hacerlo uno mismo. El queso deberá ser de buena calidad.

2.6.2 Beneficios de consumir queso

El queso es un alimento nutritivo y sabroso, pero tiene un alto contenido de grasa animal que nos obliga a controlarlo en nuestra dieta. La moderación es la norma que debe seguirse en el consumo de quesos, cualquiera sea la clase a la que pertenecen.²⁸

Al ser un producto procedente de la leche, el queso tiene una composición parecida. En su contenido destacan las proteínas de alto valor biológico, el calcio, el fósforo y algunas vitaminas, especialmente la vitamina A.

Sin embargo también tiene un alto contenido de grasas de tipo animal. Para la nutricionista Sylvia Cruchet es un alimento que debe comerse con moderación: “nunca hay que eliminar un alimento de la dieta en forma drástica, pero su consumo es crítico en personas con hipercolesterolemia y/o sobrepeso”, apunta.²⁹

El valor nutritivo de los quesos es incuestionable, ya que contiene casi todos los principios alimentarios necesarios para el crecimiento y desarrollo humano. Pero hoy se tiene mayor conciencia de sus componentes y, en consecuencia, de los tipos y cantidades que conviene consumir para obtener una dieta sana y equilibrada.

²⁸MATISSEK. Frank (2006) “Análisis de los alimentos – Quesos- Métodos- Aplicaciones” 2da ed. Editorial Acribia. Alemania. 234 pág.

²⁹EUFIC Review (2009). Directrices dietéticas basadas en alimentos. Disponible en: www.eufic.org/article/es/page/RARCHIVE/expid/directrices-dieteticas-basadas-alimentos-Europa/

El contenido de grasas, que se calcula basándose en las registradas en el residuo seco del queso, generalmente oscila entre 22% y el 47%. La cantidad de grasas varía según el tipo de leche con que haya sido elaborado, si se trata de leche entera o de leche parcial o completamente desnatada.

Tampoco es alto el contenido de proteínas, que va desde un mínimo de 7% a un máximo del 34%, pero sí lo es el de calorías, por lo cual su consumo suele excluirse de los regímenes de adelgazamiento y de las dietas especiales para combatir la obesidad.³⁰

2.6.3 Diccionario de quesos elaborados en el Ecuador.

2.6.3.1 Queso Fresco.-Textura y sabor suave, poco salado, ligeramente ácido, se funde en las comidas calientes.

- **Uso sugerido para la cocina:** empanadas, llapingachos, locros y sopas, con choclos, comida ecuatoriana.

2.6.3.2 Queso Bel-Paese.- De 3 a 6 semanas de maduración, es un queso semi-suave de leche de vaca, cremoso, de color amarillo-crema, con costra oscura, grasoso, sabor ligeramente ácido delicado, muy agradable, hay que guardarlo en papel aluminio hasta usarlo.

- **Uso sugerido.-** Se usa como queso de mesa, con galletas o pan, en los famosos "panini" (sándwiches), aperitivos, derretido en gratinados y en pizzas, bocaditos, y lasañas, caliente forma una pasta cremosa.

³⁰<http://www.tomassanchezcocina.com/template.php?idnews=470¬icia=el-queso:-ventajas-y-desventajas>.

2.6.3.3 Queso Dambo.- De 6 a 8 semanas de maduración ligeramente amarillo, textura semi-suave, no granulosa, flexible, elástico, de sabor láctico suave, ligeramente salado poco acentuado, aromático, poco picante, graso, de corteza lisa, consistente, sin grietas.

- Uso Sugerido.- Se usa como especialmente para fundirlo al horno o como raclette, para sándwich y para la mesa.

2.6.3.4 Queso Gruyere o Fontina.- Es un queso hecho a base de leche de vaca entera, se caracteriza por ser graso de humedad intermedia, de pasta prensada y cocida necesita de 4 a 6 meses de maduración, durante este periodo, las ruedas son volteadas y frotadas con agua salada, su sabor es dulce y delicado que se deshace en la boca presenta un color amarillo tiene una textura firme sabor aromático-picante, con agujeros redondos y pocas grietas presenta una corteza granulada, uniformemente pardusca y sana.

- Uso Sugerido.- Excelente como bocadito o como ensalada también para gratinar excelente para ser servido con un tinto de sabor y cuerpo.

2.6.3.5 Queso Parmesano.- Necesita de 1 a 2 años de maduración sabor intenso, textura firme, duro, ligeramente picante Es un queso semi-graso, de pasta dura y cocida, con una maduración lenta y natural; su estructura es de granulosidad muy menuda, se rompe en escamas y sus agujeros son casi minúsculos. Su color es amarillo claro y su sabor fragante y delicado. Es una importante fuente de energía concentrada que se asimila rápidamente.

- Uso Sugerido.- Este tipo de queso se lo puede utilizar, también rallado, para intensificar el gusto de sopas, pastas y segundos platos. Entero resulta exquisito con aperitivos, ensaladas y como Snake y se sirve con los mejores vinos tintos y con los espumosos de alta categoría.

2.6.3.6 Queso Mozzarella.- Es un queso de textura elástica, de pasta blanca, levemente húmeda en la superficie, de sabor fresco, fragante, dulce, y delicado. Originariamente se hacía con leche de búfala, pero actualmente es más común encontrar en el mercado la mozzarella de leche de vaca, aunque todavía se consigue, más cara, la mozzarella de búfala importada desde Italia.

- Uso Sugerido.- Este tipo de queso es famoso por su uso en las pizzas, pero se puede usar en salsas, cortada en rodajas en la ensalada caprese, derretida sobre ternera, en lasañas, o pasta al horno, como ovoline o también rallado se usa para intensificar el gusto de sopas, pastas y segundos platos.

2.6.3.7 Queso Provolone.- El Provolone Natural es un queso elaborado con leche de vaca, necesita de 8 a 10 días de maduración, amarillo y sabor dulce, sin ahumar textura firme y compacto, pasta hilada de pasta grasosa y suave, de sabor y aroma característico, se suele vender envuelto en una capa de cera y colgando de un cordón. Cuanto más tierno, más suave es su sabor. En el refrigerador y envuelto bien, se conserva hasta dos semanas. Este producto contiene proteínas, lípidos, carbohidratos, calcio y vitaminas nobles. Se caracteriza por la doble elaboración típica de las pastas hiladas: la caseificación y el hilado.

Por su capacidad de derretirse y de hilarse, es ideal para condimentar los primeros y los segundos platos, siendo también excelente para acompañar las verduras o con pan casero. Resalta su sabor servido con vinos amplios y profundos.

- Uso Sugerido.- Por su capacidad de derretirse y de hilarse, es ideal para condimentar los primeros y los segundos platos, siendo también excelente para acompañar las verduras o con pan casero, delicioso rallado en salsas para pasta, en fondues o derretido sobre carne o a la plancha, con una vinagreta balsámica, como antipasto. En el caso del Provolone Ahumado se lo recomienda para ser usado en la parrilla o para aperitivos, se conserva bien en regiones calientes, se sugiere con cerveza.

2.6.3.8 Queso Gouda.- De 8 semanas de maduración ligeramente amarillo, textura semi-suave, flexible y sabor poco picante, aroma suave su masa se caracteriza por ser semi-cocida, moldeada, prensada, salada y madurada; pasta compacta, firme, de consistencia elástica, con o sin algunos ojos bien diseminados.³¹

- Uso Sugerido.- Se recomienda para sándwiches fríos o calientes, se acompaña bien con vino blanco, ideal para tablititas.

2.7 Tipos de recetas a base de queso

2.7.1 Aperitivos de queso

El queso, rico en sabores, colores y texturas es ideal para tomarlo en aperitivos tales las brochetas, los canapés o en vasitos. Aperitivos divertidos y coloridos como estos son perfectos para una fiesta infantil, ya que además de que el queso se combina con alimentos variados, se pueden comer de pie y en varios bocados.

Para el queso rebozado procedemos de la siguiente manera. Cortamos el queso en tacos gruesos. Cada dos tacos, entre uno y otro metemos en el centro unos cuantos piñones y presionamos bien, de manera que nos quede un cubo. Rebozamos el queso con harina, huevo y pan rallado. Metemos en el congelador durante una hora y después freímos en aceite. Lo podemos servir con pisto, salsa de tomate y aceites aromatizados.

El crujiente del queso manchego se hace de la siguiente manera. Rallamos el queso manchego curado con un rallador de orificios gordos. Cogemos una sartén antiadherente y la untamos con aceite. Echamos una cucharada de queso mezclada

³¹CANUT. Enric. Manual de Quesos. Barcelona – España. Ediciones Temas de Hoy. 2008. 260 Pág.

con un poco de harina y la aplastamos. Dejamos que se dore y se endurezca a fuego medio. Damos la vuelta con cuidado y listo. También podemos dorar las tortitas en el horno.

Estos son los pasos para preparar la crema de emmental. Calentamos 5 cucharadas leche, 4 de nata y 60 gr. de mantequilla hasta que se derritan a fuego lento. Añadimos unos 750 gramos de queso y removemos con las varillas a fuego lento hasta obtener una crema. Echamos las especias deseadas. Esta crema está muy buena con comino, pimienta o nuez moscada. Dejamos enfriar y servimos comopaté.³²

2.7.2 Bocadillos y sándwiches de queso

La mayoría de los quesos duros es comprimida durante la producción para extraer la humedad. En el curso de su envejecimiento, los quesos se vuelven firmes, más pungentes y desmoronadizos. Los quesos semi-duros pasan por un corto proceso y son suministrados frescos. La mayoría de estos quesos es ideal para bocadillos y emparedados y muchos de los mismos pueden ser cocinados sin volverse elásticos o aceitosos. Los quesos duros tienden a poseer un período de vida útil más largo que los quesos más blandos. El queso es envasado en rodajas o en bloques dentro de envolturas plásticas al vacío.³³

2.7.3 Salsas de quesos

El queso Roquefort: este tipo de queso es delicioso para preparar salsa para acompañar todo tipo de carnes, mariscos y todo tipo de pescados. Al queso Roquefort se lo conoce como un alimento rico en vitamina B5, B2, y calcio.

³²<http://www.recetin.com/aperitivos-de-queso-originales-ii.html>.

³³<http://sabores.com/info/queso/>.

2.7.4 Pastas con queso

Es un ingrediente muy empleado en las cocinas internacionales de todo el mundo, se puede ver como se asocia por regla general a la cocina italiana en la que aparece tradicionalmente asociado a la Lasaña (es la última capa gratinada que por regla general se presenta dura y dorada a los comensales) y a los gnocchi o incluso los platos de pasta a los que se suele añadir parmesano o reggiano por regla general de fuerte aroma. El queso rallado se añade finalmente a los risottos. Es uno de los ingredientes históricos de la pizza.

2.7.5 Platos de queso

Tomar una fondue constituye hoy en día casi un pequeño rito gastronómico en el que los comensales mojan directamente el pan con sus largos tenedores de tres púas en el queso del coquelon (recipiente) que situado en el centro de la mesa todavía se mantiene al fuego con un pequeño hornillo. Esto permite mantener el queso fundido o chocolate en óptimas condiciones.

2.7.6 Sopas con queso y entradas

Entendida como una de las comidas más simples y básicas, presente en las gastronomías de todo el mundo sin importar la región de la que se trate, la sopa es uno de los platos o alimentos más importantes que ha creado el ser humano desde los comienzos de su historia. La sopa es esencial como alimento ya que puede proveer de una variedad de nutrientes, sabores y texturas y puede ser además realizada y disfrutada tanto por los sectores más pudientes de la sociedad como por los menos o los más humildes. Presentando obviamente diferencias en lo que respecta a los ingredientes, la forma de preparación, la forma de consumo y otros datos, la sopa está presente siempre en la alimentación del ser humano.

2.7.7 Carnes con queso

La carne es un elemento popular como alimento por varias razones. En primer lugar, es un alimento rico en nutrientes, vitaminas y minerales que difícilmente pueden ser suplantadas por las de los vegetales.

La utilización de la carne en la dieta actual del ser humano es muy importante acompañada de una porción de queso realza el sabor de cada uno de los platos, brindándole un toque sin igual.

2.7.8 Postres de quesos

Una dulce y suave tentación, esa es la definición para degustar un postre de quesos ya que su delicado sabor se diferencia de lo que comúnmente consumimos. Ideal para disfrutar de un postre gourmet ya que una porción de queso contiene un porcentaje bajo en calorías.

CAPITULO III METODOLOGÍA

3.1 Tipo de Investigación.

3.1.1 Bibliográfica

El presente trabajo es de carácter bibliográfico, porque se basa en la investigación en libros, documentos, revistas, internet y más artículos relacionados con el tema.

3.1.2 Explicativa - Propositiva

Porque se trata de explicar la importancia del empleo del queso en la gastronomía.

3.2 Métodos de Investigación.

3.2.1 Inductivo - Deductivo

Se empleó en todo el desarrollo del trabajo porque la información se procesó y comparó con las experiencias que sobre el tema se tiene a disposición y viceversa ósea las experiencias prácticas se contrastara con los enunciados teóricos.

3.3 Técnicas e Instrumentos de Investigación.

3.3.1 Observación

La observación se empleó para obtener datos que permitieron contrastar con la información bibliográfica para desarrollar los contenidos del informe.

3.3.2 Entrevistas

Se las realizó a personas que tienen conocimientos técnicos sobre la elaboración y el uso del queso en la gastronomía, información que es empleada para la ejecución del recetario.

CAPITULO IV

APORTE CRÍTICO DEL ESTUDIANTE

4.1 Fabricación industrial o artesanal.

No es necesario volver a la fabricación artesanal para llegar a un queso notable. De hecho hoy día varios quesos emblemáticos en su categoría son fabricados de manera industrial. La ventaja de una fabricación industrial está en el rigor de los procedimientos, su consistencia en el tiempo y disponer de todos los medios necesarios para lograr la excelencia. Estas condiciones favorables pueden no darse de manera consistente en una fabricación de tipo artesanal y por eso, si bien la producción de un año o una temporada puede ser notable, la siguiente puede presentar un nivel muy distinto de calidad. Marcas-emblema como Papillón, o el camembert Caprice des Dieux, referente mundial en su categoría por su delicado sabor especiado, y su delicada textura, siempre cremosa, son de hecho quesos producidos con los recursos y el respaldo que sólo puede dar una industria. En realidad no interesa si un queso es industrial o artesanal, sólo interesa el nivel de excelencia que logra una especialidad quesera.

4.2 Rol del queso en la gastronomía.

Es un alimento que desde la antigüedad sigue deleitando a todos o a casi todos. Muy empleado en la gastronomía tanto salada como dulce. La gran variedad con que hoy se encuentra a la venta, nos brinda la posibilidad de muchas opciones. Ocupa un lugar de privilegio dentro de la parte alimenticia por su sabor, su practicidad y sus nutrientes. A través del tiempo se transformó en una fuente de bienestar para el hombre presentado en un sin fin de variadas formas y gustos.

En nuestra sociedad en la que hay escasez de tiempo para cocinar, una buena tabla de degustación de quesos puede reemplazar una comida tradicional, quizás combinada con un par de ensaladas, panes, frutos secos y frutas frescas de la estación. La variedad, riqueza y placer que aporta una buena tabla de quesos está transformando esta forma de consumo en una tendencia. De acuerdo al resultado que queramos lograr se utilizará una u otra variedad. Para saborearlos plenamente los quesos se deben comer a temperatura ambiente.

El queso proviene de la leche, tanto sea de vaca, oveja, búfala o cabra. Este último más difundido y conocido en estos últimos años. Es el alimento, dentro de los lácteos y luego de la carne que provee mayor cantidad de proteínas al organismo. Su consumo garantiza un estado físico saludable, siempre que sea consumido con moderación debido a que su contenido de lípidos (grasas) es elevado en algunos de ellos cuando son maduros.

4.3 Creatividad a la hora de combinar una buena tabla de queso.

Los principios son simples, y una vez que se entienden bien, no cuesta nada empezar a jugar, a ponerse creativo. Hay dos simples condiciones: Variedad y secuencia, yendo siempre del sabor más suave al más fuerte. Para lograr variedad la idea es combinar texturas, aromas, colores y sabores. Es decir, elegir al menos un queso de cada categoría: fresco como el suave Belpaese, o uno cremoso como el Roquefort, a la pimienta verde, un prensado semi-maduro de sabor refinado, uno de cáscara florecida como el Dambo, otro de cáscara lavada puede ser un Brie y uno de veta azul por ejemplo el Camembert. Este es un ejemplo de una tabla variada que va desde lo suave y fresco hasta un sabor marcado e intenso. A su vez, los quesos de una tabla se pueden combinar con otros sabores, como frutos secos (un clásico), frutas frescas (Roquefort y peras bien maduras), panes de diversos tipos, ensaladas en fin todo un mundo sensorial abierto a la creatividad.

4.4 El queso y el colesterol

El queso contiene 20 - 30 miligramos de colesterol por onza. Los alimentos que contienen queso y que son calentados a temperaturas altas contienen un alto nivel de colesterol. Los científicos han observado que el colesterol puede oxidarse hasta producir una variedad de oxidación.³⁴

Algunos de estos productos, aunque se consuman en pequeñas porciones pueden resultar en un terrible daño para la salud.

4.5 El queso fresco no engorda

Los lacticios como el queso blanco, el queso fresco, la crema de leche, etc. se consideran poco nutritivos y sin grasa; en realidad estos lacticios poseen un porcentaje graso de alrededor de un 20 % y su valor calórico no es en absoluto bajo: 100 g de queso semigraso proporcionan 340 calorías; 100 g de queso magro 334 calorías y 100 g de crema de leche 269 calorías. Estos datos no son reconfortantes si se tiene en cuenta que una porción normal de queso semigraso de unos 200 g tiene un valor de unas 600 calorías, superior al de un plato de tallarines a la boloñesa (590 calorías), al de un filete de buey de 200 g (586 calorías), al de una porción de tarta de fruta (535 calorías), al de un plato de pasta con mantequilla (509 calorías) o al de un plato de espaguetis con tomate (463 calorías).

Hay personas que por la noche comen queso fresco para adelgazar, acompañado de una rebanada de pan, y luego se comen una abundante ensalada mixta bien condimentada con aceite, todo ello regado con un buen vino, tras lo cual se levantan de la mesa seguros de haber comido muy poco y listos para compensar al día siguiente, al menor signo de cansancio, el "ayuno nocturno" con cafés con leche y brioches. El cálculo de las calorías de tan "frugal comida" pone de manifiesto que,

³⁴NASON. Alvin (2006) "Quesos una sensación en el paladar" Ed. IMUSA. México D., F México. 326 pág.

entre queso, pan y aceite, se produce una ingestión de unas 1.000 calorías, lo que corresponde a una racional dieta engordarte .³⁵

4.6 Normalidad del queso Camembert al tener un olor a amoníaco

Los quesos Brie y Camembert son madurados por *Penicillium Camemberti* - un moho blanco cuyas encimas penetran en su cuajada blanda, convirtiendo algunos de los materiales carbono hidratados en una gran variedad de aldehídos y cetonas. También una pequeña proporción de proteínas se degradan a sus correspondientes aminoácidos a medida que prosigue la degradación de las proteínas (compuestos nitrogenados), su olor se vuelve cada vez más pungente e incluso continúan la degradación hasta amoníaco (NH₃) que particularmente se aprecia en un Camembert bien maduro.³⁶

4.7 Importancia de la cantidad de materia grasa en un queso

Cuanto mayor es el contenido graso de un queso, más ácidos grasos posee, que le darán un aroma más intenso (por ejemplo las leches de cabra y de oveja tienen aromas más definidos a veces pungentes, porque contienen más ácidos grasos de cadena corta que la leche de vaca).

4.8 Pasteurización de la leche al cambiar el sabor del queso

Con la pasteurización no solamente se destruyen los microorganismos sino también inactiva las enzimas que degradan los ácidos grasos a sustancias más

³⁵<http://www.tomassanchezcocina.com/template.php?idnews=470¬icia=el-queso:-ventajas-y-desventajas>

³⁶INEN (Instituto Ecuatoriano de Normalización) (2009) "Norma INEN NTE 0067:74.- Quesos maduros y semiduros". INEN. Quito- Ecuador. 23 pág.

olorosas. La pasteurización también degrada gran parte de las lactoglobulinas que forman parte de un complejo con caseína y de esta forma impiden que actúe sobre ella la renina (o quimosina, el principio activo de las preparaciones de cuajo utilizadas en la fabricación de queso). Esto causa una cuajada más húmeda y blanda, que tarda más tiempo en madurar y no alcanza el sabor y textura deseados, lo que obliga a productores industriales a utilizar agregados químicos.³⁷

4.9 Importancia de la temperatura y humedad durante la affinage

El proceso madurativo del queso no solo se debe a las bacterias de coagulación y a varios enzimas autóctonos del queso, sino también al oxígeno y a los microorganismos de la atmósfera que lo rodea. Para el desarrollo de todos estos agentes biooxidativos (los que finalmente determinan sabor, aroma y textura del queso), la temperatura y la humedad son indispensables, particularmente para la producción de quesos blandos, con desarrollo bacteriano interno o en la corteza. Un microclima ideal (para desarrollo bacteriano), varía (dependiendo de la bacteria utilizados) entre 15° a 35°C y 70% a 90% de humedad.

4.10 Queso Gruyere

En realidad este queso se llama Emmenthal (queso gruyere no tiene agujeros enormes (llamados ojos); durante mucho tiempo la producción de queso Emmenthal, era distribuida bajo el nombre genérico de Gruyere) es originario de Suiza y en su cultivo iniciador le agregan *Propionibacterium shermanii* que durante su desarrollo produce grandes cantidades de dióxido de carbono, que origina estos ojos (como su nombre indica también produce ácido propiónico (C₂H₅COOH), responsable de un sabor bien definido).³⁸

³⁷MADRID. Antonio (2008) "Tecnología quesera". Editorial Mundiprensa y AMV Ediciones. Madrid, España. 436 pág. (233)

³⁸VEISSEYRE. Roger. (2008) "Lactología técnica" Editorial Acribia. Zaragoza. España pág 213.

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES

5.1 El queso ha sido parte de la cultura y de la gastronomía en la humanidad por siglos. Este alimento descubierto casi por accidente posee regulaciones para su proceso de fabricación y embasamiento que le proporcionan los cuidados necesarios para que llegue a nuestras mesas de una manera óptima.

5.2 El queso fue producto de la casualidad, y de la curiosidad de las personas, durante los primeros años de la existencia del queso se elaboraron distintas variedades de este que fueron completamente naturales, sin embargo en nuestros días la alta comercialización del queso forja a que estos lleven muchos aditivos para su conservación y esto hace que el queso pierda muchas de sus cualidades y su valor proteico, sin embargo este insumo nos abre la mente a experimentar nuevos sabores y sensaciones que son realmente agradables.

5.3 Muchas de las gastronomías del mundo emplean los quesos bien sea como ingrediente o como acompañamiento de platos principales. Sin embargo siempre se ha utilizado para aderezar otros platos dependiendo de sus características, consistencia, aroma y sabor.

5.4 Aunque pensados para ser comidos en su estado original, los quesos desarrollan un sabor más intenso al ser cocinados, así como en muchos casos una textura cremosa de lo más notable. Para calentarlo hay que tomar alguna precaución, ya que un calentamiento demasiado rápido o excesivo puede cortarlo; se separa la grasa de las proteínas quedando una masa correosa y grasienta.

5.5 Dada la enorme variedad de quesos, su utilización en la cocina es amplísima.

5.6 Servido tal cual, se usa como aperitivo o postre, bien presentado individualmente bien en forma de tabla. Para aperitivos o meriendas pueden presentarse en canapés o como relleno de tartaletas. Si son blandos pueden mezclarse con otros ingredientes como hierbas aromáticas, o especias, frutos secos e incluso conservas de pescado (quesos frescos). Los quesos fuertes pueden mezclarse con mantequilla o nata para suavizarlos. También les van bien los frutos secos e incluso se les puede añadir en ocasiones vino blanco siempre teniendo en cuenta que los respectivos aromas armonicen bien.

5.7 Elegir una variedad de queso determinada depende en gran medida de los gustos y preferencias personales. La mayor parte de las veces, nos dejamos guiar por el aspecto externo y olor del queso, por ser éstas las características más fácilmente apreciables a simple vista. Sin embargo, no siempre lo que vemos es realmente lo que parece.

5.8 El queso es un elemento vivo que evoluciona con el tiempo y que, dependiendo del momento de fabricación y de cómo se conserve, puede variar su sabor y textura.

5.9 Saber degustar un queso es más importante de lo que parece y de lo que generalmente se piensa, y hay que tener en cuenta detalles como la forma en que se corta, cómo se conserva e incluso con qué se acompaña.

CAPITULO VI

RECOMENDACIONES

6.1 Para valorar adecuadamente la calidad de un queso, debemos conocer determinadas características (cualidades organolépticas óptimas), que nos sirven de referencia para emitir un juicio. La cata del queso, pasa por distintas fases: visual, olfativa y gustativa, además de una fase táctil, en la que se aprecia el tacto con los dedos primero, y la textura en boca después.

6.2 Los quesos deben guardarse en lugares frescos, entre 6 y 8 grados. Lo mejor es conservar los quesos en el frigorífico, la zona recomendable es la parte baja, pero conviene que se atemperen un par de horas antes de consumirlos para apreciar todos los aromas y su sabor.

6.3 Cuanto más dura sea la pasta y más grande el queso, con más tiempo de antelación habrá que atemperarlo. La temperatura de servicio oscila entre 18-20 grados para las pastas blandas y 22-24 grados para los de pasta semidura y dura.

6.4 Los quesos frescos, son ideales para ser batidos y triturados a la hora de formar pastas y cremas, para dar cuerpo a un flan, soufflés, o unos huevos batidos.

6.5 Los quesos duros resultan adecuados para rallar, para elaborar gratinados y salsas. Se deben rallar en el mismo momento de su utilización.

6.6 Los quesos grasos, son una buena opción para trocear en taquitos y lonchas, y tomarse crudos en ensaladas o calentarse a fuego suave. Cuanto más llamativa y original sea la forma de presentar un queso, mayor éxito tendrá entre los comensales.

6.7 A la hora de degustar un queso, los panes son buenos maestros de ceremonias, sirven como soporte físico del mismo y complementan su sabor agradable para continuar la palatabilidad. Uvas, manzanas ácidas y dulces, peras, higos frescos, la oferta es variada y succulenta.

6.8 Los frutos secos (almendras, avellanas, nueces), los orejones de melocotón y albaricoque así como otras frutas desecadas cortejan estupendamente a todo tipo de quesos. No olvidar toda la gama de vinos generosos, con los que podemos obtener increíbles armonías. Los finos, amontillados y palos cortados son vinos a considerar en el acompañamiento de los quesos de cabra y oveja de larga maduración.

6.9 El consumo de queso ha vivido su particular despegue en los últimos años. Y no sólo el consumo ha crecido, también lo ha hecho la oferta y la variedad, y sobre todo la cultura del queso. Cada día son más las personas que además de consumidoras son conocedoras.

BIBLIOGRAFIA:

- 1) BATTISTOTTI. Bruno. Quesos del Mundo. Chile. Ediciones Elfos. 2007. 182 Pág.
- 2) BECKETT. Fiona. Queso de la Fondue. Argentina. Grupo Editorial Ceac. 2007. 157 Pág.
- 3) CANUT. Enric. Los 100 Quesos Españoles. España. Ediciones Salvat. 2005. 205 Pág.
- 4) CANUT. Enric. Manual de Quesos. Barcelona – España. Ediciones Temas de Hoy. 2008. 260 Pág.
- 5) CARR. Samdy. Guía de los Quesos. Barcelona – España. Editorial Folio. 2004. 310 Pág.
- 6) DILANJAN. Andrés. Fundamentos de la Elaboración de Quesos. Argentina. Editorial Acribia. 2005. 255 Pág.
- 7) GARCIA. Carlos. Quesos Magistrales. Madrid – España. Editorial Alianza. 2008. 315 Pág.
- 8) GONZALEZ. Carlos. Guía Práctica de los Quesos. México. Ediciones Club. 2007. 287 Pág.
- 9) GONZALEZ. Manuel (2005). “Tecnología para la Elaboración de Queso Blanco”. Soná – Panamá. 304 Pág.
- 10) INEN (Instituto Ecuatoriano de Normalización) (2009) “Norma INEN NTE 0012:73.- Leche – Determinación del contenido de grasa”. INEN. Quito- Ecuador. 15 pág.
- 11) INEN (Instituto Ecuatoriano de Normalización) (2009) “Norma INEN NTE 0062:73.- Quesos clasificación y designaciones”. INEN. Quito- Ecuador. 18 pág.
- 12) INEN (Instituto Ecuatoriano de Normalización) (2009) “Norma INEN NTE 0067:74.- Quesos maduros y semiduros”. INEN. Quito- Ecuador. 23 pág.
- 13) MADRID. Antonio (2008) “Tecnología quesera”. Editorial Mundiprensa y AMV Ediciones. Madrid, España. 436 pág.
- 14) MADRID. Vicente. El Libro de los Quesos. Madrid – España. Ediciones del Castillo Rio. 2008. 294 Pág.

- 15) MATISSEK. Frank (2006) "Análisis de los alimentos – Quesos- Métodos- Aplicaciones" 2da ed. Editorial Acribia. Alemania. 234 pág.
- 16) NASON. Alvin (2006) "Quesos una sensación en el paladar" Ed. IMUSA. México D., F México. 326 pág.
- 17) ORTEGA. Simone. Quesos Descripción y Recetas. Argentina. Editorial Alianza. 2009. 267 Pág.
- 18) O'CONNOR, Charles (2005) "Elaboración de Productos Lácteos" Editorial. Trillas. 1ra ed. Adeba. Etiopia pág 63-80, 97-108.
- 19) TETRAPACK S.A (2003) "Manual de Industrias Lácteas) Tetra pack S.A Madrid, España pág 18-187.
- 20) VEISSEYRE. Roger. (2008) "Lactología técnica" Editorial Acribia. Zaragoza. España pág 213.

NETGRAFÍA:

1. Food Standards Agency, Science and Research section. Dietary surveys: <http://www.food.gov.uk/science/dietarysurveys/dietsurveys/>, accedido el 20 de noviembre de 2009.
2. Johnson ME, Kapoor R, McMahon DJ, McCoy DR, Narasimmon RG (2009). Reduction of sodium and fat levels in natural and processed cheeses: scientific and technological aspects. Comprehensive Reviews in Food Science and Food.
3. EUFIC Food Today n° 66 (2009). Un análisis detallado de las grasas saturadas. Disponible en: www.eufic.org/article/es/page/FTARCHIVE/artid/Analisis-grasas-saturadas/
4. EUFIC Review (2009). Directrices dietéticas basadas en alimentos. Disponible en: www.eufic.org/article/es/page/RARCHIVE/expid/directrices-dieteticas-basadas-alimentos-Europa/
5. <http://www.hoy.com.ec/noticias-ecuador/madura-la-industria-del-queso-267511-267511.html>

6. [http://www.infogranja.com.ar/fabricacion_de_quesos.htm#CONDICIONES HI GI%C3%89NICO - SANITARIAS](http://www.infogranja.com.ar/fabricacion_de_quesos.htm#CONDICIONES_HI GI%C3%89NICO - SANITARIAS)
7. <http://www.elcomercio.com.ec/noticias-ecuador/analisis-enla-industria-del-queso-K-2361166.html>
8. <http://secocina.com/alimentos/quesoentodassusvariedades/aplicadoenlacocin amoderna>
9. <http://www.mundoquesos.com/p/breve-historia-del-queso.html>
10. [http://www.bedri.es/Comer_y_beber/Queso/Historia del queso.htm](http://www.bedri.es/Comer_y_beber/Queso/Historia_del_queso.htm)
11. <http://www.zonadiet.com/comida/queso.htm>
12. <http://ecosensibilizacion.blogspot.com/2007/08/la-fabricacin-del-queso-explicaciones.html>
13. <http://quesosdemadrid.es/2006100818/tipos-de-queso.html>
14. <http://elgourmeturbano.blogspot.com/2010/07/quesos-generalidades-dietetica-tecnica.html>
15. <http://www.tomassanchezcocina.com/template.php?idnews=470¬icia=el-queso:-ventajas-y-desventajas>
16. <http://www.recetin.com/aperitivos-de-queso-originales-ii.html>
17. <http://www.biencocina.com/quesos/>
18. <http://www.recetario-cocina.com/receta/aperitivos-de-philadelphia/>
19. [http://www.mgt.co.il/process Packaging s.asp](http://www.mgt.co.il/process_Packaging_s.asp)
20. <http://www.enfemenino.com/w/recettes-cuisine-ingredient-180/queso/2.html>
recetas
21. <http://www.enfemenino.com/w/recettes-cuisine-ingredient-180/queso/2.html>
22. <http://sabores.com/info/queso/>
23. <http://www.demujeres.cl/tendencias/el-queso-un-mundo-de-sensaciones>
24. <http://www.femeninas.com.ar/cocina-molecular.asp>

ANEXO

ANEXO 1 FOTOGRAFIAS

1.- ORDEÑO



2.- EXTRACCION



3.- TAMIZADO



4.- VACIADO



5.- MEZCLA



6.- ANALISIS



7.- COAGULACION



8.- MOLDEADO



9.- PRENSADO



10.- SALADO



11.- CORTE



12.- ALMACENADO



13.- MADURACION



14.- EXIBICION



15.- PRESENTACION



16.- DEGUSTACION



17.- FONDUE



18.- SALSAS DE QUESO



ANEXO 2

DICCIONARIO DE QUESOS

Quesos

El queso forma parte central de la dieta de la mayor parte de personas en países desarrollados. Conocer sobre el nombre de los quesos en este recetario nos ayudara aprender más sobre las propiedades, el origen y posibles recetas de cada queso.

Los distintos tipos de quesos:

En primer lugar y tal como apuntábamos anteriormente, deberíamos diferenciar entre Fabricación Industrial y Fabricación Artesanal. Y como no, la diferencia en los quesos aparece con la alteración de los elementos en la fabricación de los mismos.

Hoy en día las únicas diferencias que hay entre los dos procedimientos son: que los artesanos utilizan la leche del ganado criado por ellos, fabrican queso con un máximo de 500 litros. (Contra 2000 L. en la industria) diarios de leche y la elaboración se hace a mano (frente a las máquinas), con procedimientos naturales y ellos se responsabilizan personalmente del resultado final. A partir de aquí como en todo, los abra buenos y malos, tanto en los industriales como en los artesanales.

Clasificaciones en los Quesos:

- Grasos: si tienen mínimo un 45% de materia grasa, nunca más del 60%.
- Semi-grasos: si tienen mínimo 25% de materia grasa, nunca más de 45%.
- Desnatados: si no tienen nada de materia grasa o como mucho un 10%.
- Semi-desnatados: si tienen menos del 25% y mínimo 10%.
- Extra-grasos: si tiene un 60% o más.

Los distintos tipos de quesos

Según el proceso de elaboración:

- ✓ Frescos: son los que sólo han seguido una fermentación láctica y llegan al consumidor inmediatamente de ser fabricados.
- ✓ Madurados: son los que pasan por la fermentación láctica, más otras transformaciones, afín de conseguir un mayor afinado o pasta prensada.
- ✓ Fundidos: son los que mediante procedimientos térmicos, molturación y mezcla de quesos, se obtiene una pasta.

Según la textura de la pasta:

- ✓ Dura: son los quesos más consistentes, difíciles de cortar y teniéndolos que raspar algunas veces. Es imposible cortarlos en lonchas enteras porque se rompen, son muy fuertes de sabor y deliciosos.
- ✓ Semi-dura: la mayoría de los quesos pertenecen a este grupo, son consistentes, pero se pueden cortar en lonchas sin romperse.
- ✓ Blanda: son los del tipo cremoso.
- ✓ Semi-blanda: a veces se dejan untar y otras quebradizos, y son veteados o azules.
- ✓ Muy blanda: son los quesos frescos.

Según su corteza:

- ✓ Sin corteza: quesos frescos.
- ✓ Corteza seca: son los que hacen ellos mismos su corteza de forma natural al secarse. Cuanto más tiempo, más secado y más o menos corteza. Luego hay que lavarlos e incluso cepillarlos.
- ✓ Corteza enmohecida: en su proceso se les hace una corteza por moho que se deposita en su exterior y dicha corteza puede comerse si se quiere.
- ✓ Corteza artificial: son los que se les coloca voluntariamente una corteza exterior para protegerles: como hojas, carbón vegetal, cera, extractos vegetales.




Variedades de quesos


- ❖ **Quesos frescos.-** Las siguientes variedades ofrecen diferentes texturas. La mayoría son lo bastante blandos para comerlos con una cuchara, sin embargo, algunos se secan y al evaporarse la humedad se espesan. El contenido de materia grasa varia, puesto que pueden estar hechos con leche entera o descremada o incluso crema de leche.
- ❖ **Queso de cabra fresco.-** está elaborado solamente con leche de cabra.
- ❖ **Requesón granulado.-** se hace con leche entera o desnatada coagulada.
- ❖ **Mascarpone.-** es un queso cremoso italiano, muy graso y de suave textura.
- ❖ **Ricota.-** es un queso de suero sin madurar con un sabor suave, casi insípido.
- ❖ **Queso fresco.-** es un requesón suave y ligeramente ácido muchas veces enriquecido con crema de leche.
- ❖ **Quesos que se derriten.-** Hay varios quesos muy apreciados por su capacidad para conseguir una consistencia determinada al calentarlos. Los quesos blandos como, por ejemplo la Mozzarella, se derriten con facilidad simplemente cortada a rodajas. Un queso duro como el gruyere se derrite mejor rallado.
- ❖ **Queso mozzarella.-** se utiliza para las pizzas. Se derrite uniformemente y produce unos buenos hilos.
- ❖ **Fontina.-** es un queso de buena consistencia, con sabor a nueces que soporta altas temperaturas. Incluso puede rebozar y freír.
- ❖ **Gruyere.-** el queso preferido en Francia para gratinar, queda mejor rallado para que se derrita uniformemente. Para la fondue utilice Gruyere bien curado.

- ❖ **Queso de cabra.-** mantiene su forma cuando está caliente y tiene apetecible color dorado. Es delicioso sobre tostaditas.
- ❖ **Cheddar.-** se derrite y dora bien. Es un queso excelente para asar a la parrilla.
- ❖ **Quesos Franceses.-** Brie, Bleu, Camembert, Cantal, Chamboury, Chèvre, Colombière, Coulommiersfermiers, Comte, Crottin de Chavignol, Emmental, La Bouille, Livarot, Mimolette, Munster, Pont l'Evêque, Reblochon, Roquefort, Saint Nectaire.
- ❖ **Quesos Españoles.-** Burgos, Cabrales, Cebreiro, Idiazabal, Manchego, Mató, Quesaillas, Roncal, Tetilla, Torta del Cassar.
- ❖ **Quesos Italianos.-** Feta, Fontina, Gorgonzola, Incanestrato, Mascarpone, Mozzarella, Parmesano, Pecorino, Provolone, Ricotta.
- ❖ **Quesos Holandeses.-** Bola o Edam, Gouda, Leiden.
- ❖ **Quesos Suizos.-** Appenzel, Bagnes, Bellelay o Tête de Moine, Gruyère, Vacherin.
- ❖ **Quesos Ingleses.-** Cheddar, Cheshire, Stilton.


Quesos Franceses

BRIE	
	
Origen:	Se empezó a fabricar en el siglo XIII en la región de l'Ile de Francia, entre la zona del río Sena y el Marne.
Forma:	Cilíndrica
Tamaño:	Tiene diversos tamaños: 33-42-54 ctrs. De diámetro.
Peso:	1 kg
Recetas:	Croute al Brie

	Tostadas con Brie y Camembert Canapés de queso Brie con almendras
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca 45% materia grasa, de pasta blanda, no cocida sino prensada, corteza enmohecida. Tiene diversos tamaños. La corteza es enmohecida, comestible, huele a moho o champiñones. Si huele un poco a amoníaco es que ya está pasado. Para estar al punto debe estar muy blando y amarillo, si al cortarlo aparece duro en el centro y blanco, aún "no está hecho", como dicen los franceses "tiene yeso" y hay que esperar un poco.

BLEU	
	
Origen:	Es una D.O. (denominación de origen), aunque se fabrica en muchos pueblos de Francia y coge su nombre de cada una de esas poblaciones, así hablamos de Bleu de Auvernia.
Forma:	Cilíndrica
Tamaño:	Tiene diversos tamaños: 45 - 54 ctrs. De diámetro.
Peso:	4'5-6 Kgrs.
Recetas:	Soufflé al Bleu CordonBleu Pechuga CordonBleu
Propiedades :	Está elaborado con leche de vaca 45% materia grasa. Son los llamados quesos veteados, de manchas verdes o azules (más

	verdes que azules). Está elaborado con leche de vaca. Su pasta es semi-blanda. Sus vetas de color verde se deben a la presencia del bacilo de la penicilina que se instala en él en su proceso de maduración. Su corteza es natural tipo costra de color rojizo.
--	--

CAMEMBERT	
	
Origen:	(Francia): Su origen es de la región de Normandía en el siglo XI, aunque se dio a conocer en el XVIII, en la ciudad de Camembert en la comarca del Orne. No tiene D.O. y es imitado en todo el mundo.
Forma:	Cilíndrica y plana
Tamaño:	Es de: 10 ctrs. De diámetro.
Peso:	280 Grs.
Recetas:	Ensalada de queso camembert y berenjena Queso de Camembert frito con mermelada de Frambuesa Tostaditas de Camembert y Brie.
Propiedades :	Está elaborado con leche de vaca grasa (45 à 50% mat. grasa), de pasta blanda no cocida, su corteza enmohecida (igual que el Brie). Dicen los entendidos, que estos quesos sólo están realmente buenos los artesanos y fabricados con leche no pasteurizada. Se venden en caja de madera para su mejor conservación.

CANTAL



Origen:	(Francia): Procede de la región de Auvernia hace 2000 años. Se cree que es el queso más antiguo que existe.
Forma:	Cilíndrica
Tamaño:	Es de: 35 ctrs. De diámetro.
Peso:	25 - 50 Kgrs.
Recetas:	Bolas de queso y nueces Barquetas al queso de Cantal Pechugas de pavo al queso cantal
Propiedades :	Su aroma es perfumado y rico. Está elaborado con leche de vaca, graso (45% de materia grasa), de pasta semi-dura y prensada no cocida, amarillenta y lisa, corteza seca, llenos de hoyos y cráteres. Los queso artesanales van envueltos en hojas de haya y atados con tiras como de paja alrededor. El Cantalón es más pequeño y se hace con el resto de la leche. Pesa de 4-6 Kgrs.

CHAMBOURCY



Origen:	(Francia): Está elaborado en la región de Ile-de-France.
---------	--

Forma:	Cilíndrica
Tamaño:	Es de: 25 ctrs. De diámetro.
Peso:	Sus pesos varían de acuerdo a quien los fabrique: 10 - 15 Kgrs.
Recetas:	Papas en salsa de queso Chambourcy Pizza pan de tres pisos con queso Chambourcy Gratin de espinacas en queso Chambourcy
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca. Es exclusivamente industrial. Es un queso fresco y de sabor muy suave. Y se vende en porciones.

CHEVRE



Origen:	(Francia): En todos los pueblos de Francia se fabrican quesos de cabra y cada uno llevan su nombre. P.O
Forma:	Su forma también varía: unos tienen forma como de flanes, otros de barra o tronco, pero siempre pequeños.
Tamaño:	Es de: 15- 25- 45-55 ctrs. De diámetro.
Peso:	1 – 1.5 Kgrs.
Recetas:	Queso de cabra al horno Ensalada con queso de cabra Ensalada con queso de cabra nueces y picatostes
Propiedades:	Estos quesos llevan mínimo 45% materia grasa y son hecho exclusivamente con leche de cabra. Suelen

	<p>hacerse y envolverse en hojas de plátano o de castaño y en su período de maduración se van bañando en vino blanco. Su corteza es enmohecida. Algunos les recubren de ceniza al final. Son de pasta semi-dura, pueden ser frescos y secos.</p>
<p>COLOMBIERE</p>	
	
Origen:	(Francia): Proviene de la región de Saboya.
Forma:	Cilíndrica, otros de barra o tronco.
Tamaño:	Es de: 10- 15 ctrs. De diámetro.
Peso:	800 Grs.
Recetas:	<p>Tarta de queso Colombyère y plátano</p> <p>Cauche de queso</p> <p>Canapé de queso Colombyère y kiwi</p>
Propiedades:	<p>Está elaborado con leche de vaca. Es muy parecido al Reblochón, solo que más grande 800 grs. Posee un 50% materia grasa. Su pasta es blanda no cocida, cremoso, madurado y prensado, salado y tienen algunos agujeros muy pequeños. Su corteza es seca, lavada y cepillada, de un color amarillo azafrán.</p>

COULOMMIERS FERMIER



Origen:	(Francia): Proviene de la región de Ile-de- France.
Forma:	Cilíndrica.
Tamaño:	Mide 13 ctms. De diámetro.
Peso:	Viene a ser como el Brie, pero más pequeño, alrededor de ½ Kgrs.
Recetas:	Delicias de jamón y queso. Aperitivo de queso, piña y guindas Croquetas de queso CoulommiersFermier
Propiedades:	Hasta hace poco eran sólo fermier (artesanales) y se notaba la calidad, desprenden un aroma a almendras. Está elaborado con leche de vaca grasa (45 a 50% materia grasa), de pasta blanda no cocida, prensada y de corteza enmohecida. Se vende también en caja de madera.

COMTE



Origen:	(Francia):Es de la región del Franche-Comté (aparecido en la época de los romanos y se elabora desde el siglo XIII).
---------	--

Forma:	Es cilíndrica como una rueda
Tamaño:	Mide 70 ctms. De diámetro.
Peso:	38 a 40 ½ Kgrs.
Recetas:	Croque-Monsieur Curnonski Croque-Monsieur Pizza vegetal con queso Comté
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, de pasta dura con algunos agujeros y prensada, la leche cuajada y cocida. Su corteza es oscura y es seca.

CROTTIN DE CHAVIGNOL



Origen:	(Francia): Proviene de la región de Berry, más concretamente del pueblo del que surgió Chavignol.
Forma:	Su forma es cilíndrica, como un flan.
Tamaño:	Mide 3 a 5 ctms. De diámetro.
Peso:	Son pequeños pesan 70 grs.
Recetas:	Bocado de pan, rajilla de queso Crottin de Chavignol con ensalada de rábanos Cerdo con ravioles de Crottin de Chavignol
Propiedades:	Está elaborado con leche de cabra y elaborado con la ayuda y del vino de Sancerre, el cual se cultiva por esas tierras, y con el que se baña a los quesos de cabra durante unos días. Son muy, muy conocidos y apreciados.

EMMENTAL



Origen:	(Suiza): Proviene de la región de Oberland, en el valle del Emme.
Forma:	Su forma es ovalada.
Tamaño:	Mide 40 a 50 ctms. De diámetro.
Peso:	Son de 4.5 a 5 Kgrs.
Recetas:	Bacalao con Bechamel Endibias en Hojaldre Ovnis de Huevo
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, de pasta cocida, semi-dura, prensada y con grandes agujeros. La corteza es seca, está lavada y cepillada, de color amarillo dorado. Tiene un 45% materia grasa, se hace con leche entera. También se fabrican con mucho éxito en Francia en el Franche.-Comté y en Alemania donde lo denominan Allgäu.

LA BOUILLE




Origen:	Proviene de la región de Normandía, del pueblo que le da el nombre, cerca de Rouen. Como detalle, los bidones que sirven para transportar la leche, en esa región, se llaman bouille.
Forma:	Su forma es cilíndrica.
Tamaño:	Mide 10 ctms. De diámetro.
Peso:	Es de 0.5 Kgrs.
Recetas:	Revuelto de Setas Tamales Tortilla Francesa
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, de pasta blanda, muy graso (60% materia grasa), madurado, con corteza enmohecida y pigmentada. Tiene un sabor muy fuerte. Se toma con Sidra y los grandes vinos.

LIVAROT




Origen:	(Francia): Procede de la región de Normandía., de la zona del Auge.
Forma:	Tiene forma cilíndrica.
Tamaño:	Mide unos 12 ctms.
Peso:	Su peso oscila entre 600-700 grs.
Recetas:	Soufflé de queso

	Ensalada de Pasta Huevos a la Americana
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca entera, graso. Su pasta es blanda y dorada. Su corteza lavada es de color naranja - amarronado y brillante, ligeramente húmedo. Embazado en cajas de madera y rodeados de 5 aros que lo sujetan. Debido a este detalle y a su sabor fuerte y tan exquisito, dicen que sólo puede ofrecerse a verdaderos conocedores de los quesos (lo mismo dicen del Camenbert). Su sabor es fuerte y exquisito. Existen unos Livarot minis y se les llama PetitsLisieux.

MIMOLETTE	
	
Origen:	(Francia): Es la versión francesa del Edam o bola. Se fabrica con mucho éxito en la región de Bretaña y en el norte.
Forma:	Tiene forma cilíndrica.
Tamaño:	Mide unos 20 ctms. De diámetro
Peso:	Pesa de 2'5-4 Kgrs.
Recetas:	Codorniz salvaje de las landas a la plancha con verduritas y mimolette Mini tomates rellenos Pepinos a la crema
Propiedades:	Es una bola naranja y la corteza de color gris. Está

	elaborado con leche de vaca grasa (40% materia grasa). Su pasta es dura, prensada, con colorante. Se vende en 3 niveles de maduración: tierno, semi-curado y curado o viejo.
--	--

MUNSTER	
	
Origen:	(Francia): Proviene de la zona de Alsacia (siglo VII), del valle de Munster. D.O.1953. Su origen se debe a unos frailes que empezaron a hacerlos. Su zona de producción se extiende desde ese valle a los Vosges, a Remiremont y a Gérardmer y se elabora artesanalmente.
Forma:	Tiene forma cilíndrica.
Tamaño:	Su tamaño es de 15-18 ctms de diámetro x 3-6 ctms. De alto.
Peso:	Va de 500 grs. los artesanales, entre 800-1000 grs. los pasteurizados. Hoy los hay de 125 y 250 grs. pasteurizados.
Recetas:	Filete de dorado en ajonjolí y reducción de soya, miel y jengibre Quesadilla de Champiñones y Queso Tarta de frambuesa con queso Munster
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca entera grasa (mín. 45% mat. grasa). Su pasta es blanda y cremosa. Es de corteza es fina, anaranjada y tiene un sabor muy fuerte. Dicen los entendidos que debe tomarse en invierno, con patatas y un buen vino tinto.

PONT L'EVEQUE



Origen:	(Francia): Proviene de la región de Normandía en siglo XII y fue creado por los frailes en un monasterio.
Forma:	Su forma es cuadrada.
Tamaño:	Es de 40 a 45 ctms. De diámetro.
Peso:	Su peso va de 325-400 grs.
Recetas:	Lomo de ciervo ahumado con Pont l'Évêque y jugo de su marinado. Patata, zanahoria, puerros y Pont L'Évêque. Pont l'Évêque con mermelada de frambuesa.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca muy fresca, todavía templada y entera (50% mat. grasa). Su pasta es blanda, amarilla y untuosa. Su corteza seca, lavada de color amarillo al gris oscuro, debido a su proceso de elaboración huele mucho a humedad. Su sabor recuerda un poco a las avellanas. Se dice que la particularidad de su sabor se debe a los champiñones que crecen en los campos de Normandia y que dan a la hierba y a esa tierra ese particular sabor.

REBLOCHON



Origen:	(Francia): Procede de la región de Saboya, en la cañada de Reposoir en el valle de Thônes, del Grand-Bornand, de la Clusaz.
Forma:	Su forma es redonda.
Tamaño:	Mide 14 x 3'5 ctms. Le Petit Reblochon mide 9 x 3 ctms.
Peso:	Pesa unos 500grs.
Recetas:	Canapés de queso Reblochon Patatas con queso Reblochon Tartiflette, una delicia francesa con queso Reblochón.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca grasa, se utiliza la leche del segundo ordeño (de ahí re-blocher, re-ordeñar) (mínimo 45%-60% mat. grasa). Su pasta es blanda no cocida, cremoso, madurado y prensado, salado y tienen algunos agujeros muy pequeños. Su corteza es seca, lavada y cepillada, de un color amarillo azafrán.

ROQUEFORT



Origen:	(Francia): Proviene de la provincia del Aveyron, en la meseta de Causses, del pueblo de Rochefort-sur-Soulzon. Es quizás el queso más conocido y más caro.
Forma:	Redondo y se corta en forma triangular.
Tamaño:	Su tamaño es de 20 ctrs. De diámetro x 9 ctrs. Alto.
Peso:	Pesan 2.5 Kgrs.
Recetas:	Crema de Calabaza al Roquefort Roquefort con nueces Salsa Roquefort
Propiedades:	Está elaborado con leche de oveja, graso (45% mat. grasa). Su pasta es semi-blanda, vetada, muy blanca, con manchas de color verde por los hongos. Su corteza es enmohecida, la parte final de su elaboración se hace en cuevas. Van envueltos en papel de aluminio. Su sabor es muy fuerte y picante, y cuando está en su punto debe poder untarse. Los vinos más aconsejables para este queso dependerán del gusto del consumidor.

SAINT NECTAIRE



Origen:	(Francia): Proviene de la región de Auvernia, en la comarca de Dore. Cogió el nombre de un mariscal (Seneterre), que se lo dió a conocer al Rey Sol y se hizo famoso.
Forma:	Cilíndrica y plana.
Tamaño:	Su tamaño es de 25 ctrs. De diámetro x 10 ctrs. Alto.
Peso:	Pesan 1.5 Kgrs.
Recetas:	Saint Nectaire con nueces Roulade de Salmón y Saint Nectaire Revoltillo de setas y Saint Nectaire.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca fresca, es graso (45% mat. grasa), semi-dura, untuosa y tiene un sabor delicioso a avellana. Su corteza es fina, enmohecida de color gris y el moho blanco, amarillo y rojo, llamados flores y en su centro una marca ovalada hecha con caseína, que es su prueba de autenticidad. Casi toda su producción es artesanal, pero la industrializada se hace lo más parecida a la artesanal, sobre todo el afinamiento que se hace en cuevas naturales.

Quesos españoles

BURGOS	
	
Origen:	(España): También se le llama "Villalón" o "pata de mulo", su origen es castellano. Concretamente de la ciudad que lleva su nombre.
Forma:	Cilíndricos y su forma es variable.
Tamaño:	Su tamaño es de 35 ctrs. De diámetro x 40 ctrs. Alto.
Peso:	Pesan 4.5 Kgrs.
Recetas:	Ensalada de lechuga, pimiento rojo y naranja. Ensalada con Frutos Secos. Helado de Queso.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca y/o oveja desnatada, es un queso fresco, no es graso. Con este queso se aconseja un vino rosado o blanco. Este queso por su bajo contenido en grasa y por su textura es ideal para elaborar ricos platos, tanto de ensaladas como de postres. Es ideal para las dietas, por bajo contenido en grasas e ideal para los niños y mayores por su alto contenido en calcio.

CABRALES



Origen:	Es un queso asturiano (España). Se elabora exclusivamente en el pueblo de Cabrales.
Forma:	Su forma es cilíndrica y plana.
Tamaño:	Su tamaño es de 22 X 12 ctrs.
Peso:	Pesan 1 a 1.5 Kgrs.
Recetas:	Bocaditos de queso cabrales Quiche de queso de Cabrales Hamburguesas al cabrales
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, cabra y oveja mezcladas, que pasan por 2 o 3 afinamientos. Es un queso muy graso (mín 45% mat.grasa). Es del tipo azul. Está madurado en cuevas para fomentar su enmohecimiento, por lo tanto es veteado, de pasta semi-blanda, cremosa, compacta y sin ojos, con corteza blanda está enmohecida, de color rojizo, verde-gris. Se suelen envolver en hojas, para su mejor conservación. Su sabor es muy fuerte, ácido y un poco picante. Su embazado final está perfectamente definido: envuelto en papel de aluminio verde, luego cada artesano le pone su etiqueta.

CEBREIRO



Origen:	Es un queso asturiano (España). Se elabora exclusivamente en el pueblo de Cabrales.
Forma:	Tiene forma de gorro de cocinero.
Tamaño:	Su tamaño es de 30 X 18 ctrs.
Peso:	Pesan 2 a 3 Kgrs.
Recetas:	Pan con Hierbas Pincho de morcilla y Cebreiro Solomillo al Cebreiro
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, algunas veces mezclado con leche de cabra. Se puede tomar fresco o curado. Su sabor y su aroma son excepcionales. Es un queso natural, un poco ácido, sin aditivos. Su aroma es leche y hierba.

IDIAZABAL



Origen:	(España): Proviene de la región vasco-navarra. D.O. 1987
Forma:	Su forma es cilíndrica.

Tamaño:	Su tamaño es de 12 ctrs. De diámetro.
Peso:	Pesan 1 a 3 Kgrs.
Recetas:	Pastel de queso de Idiazábal Ñoquis rellenos de Idiazabal y aliñados de aceite con finas hierbas Carpaccio de Champiñones con Idiazábal
Propiedades:	Está elaborado con leche de oveja del tipo latxa, salado, madurado, de pasta prensada, lisa con poquísimos agujeros e irregulares. Su color va del marfil al amarillo intenso. Algunas veces son ahumados. Tiene un sabor intenso, aunque delicado a hierbas y montaña. Es un poco picante. Su corteza es dura, lisa y tiene la marca del paño con el que se hace el prensado gravada en su piel.

MANCHEGO



Origen:	(España): Proviene de la región de la Mancha (tierra de Don Quijote), actualmente se elabora en toda España debido a su gran consumo y aceptación.
Forma:	Cilíndrica, como tambor.
Tamaño:	Varía bastante puede ir de 9-25 ctms. De diámetro x 7-12 de alto.
Peso:	Pesan 1 a 3 Kgrs.


Recetas:	Carne picada con queso Salsa de Pesto San Jacobos de Berenjenas
Propiedades:	Está elaborado con leche de oveja de la raza Manchega. Su pasta es semi-dura o dura (depende de su grado de maduración), su color va del blanco marfil al amarillo, está prensada y con algunos agujeros muy pequeños. Distintos grados de maduración y de secado (puede ser fresco, semi-curado, curado, viejo). Su corteza es dura, rayada, y su color también varía: puede ser blanca en los tiernos, ocre en los semi-curados y negra-grisácea en los curados. Las estrías tan características de su piel se deben a las tablillas que usan para el prensado. Su sabor puede ser más o menos fuerte, pero un buen queso curado tiene el sabor fuerte, picante, ácido y salado.

MATO



Origen:	(España): Proviene de la región de Cataluña.
Forma:	Su forma es cilíndrica.
Tamaño:	Tiene distintos tamaños, desde tamaño flan a un poco mayor.
Peso:	De 100 a 1000 grs.
Recetas:	Miel y Mató Canapés de queso fresco con cerezas. Endibias en Soufflé.
Propiedades:	Está elaborado con leche de oveja o cabra, es un queso fresco y se come en el día. Es muy blando y poco consistente. No tiene corteza y tradicionalmente se come con miel, azúcar y frutos

	<p>secos.</p> <p>Su textura es granulosa y su sabor es un poco agrio. Se toma acompañado de una copita de vino moscatel o vino rancio (vinos de postre).</p>
--	--

<p>QUESADILLAS</p>	
	
Origen:	(España): Originario de Extremadura, concretamente de la provincia de Badajoz.
Forma:	Su forma es cilíndrica y plana.
Tamaño:	Varía bastante puede ir de 12-15 ctms. De diámetro.
Peso:	De 1 a 1.5 Kgrs.
Recetas:	<p>Chuletas de Cerdo empanadas</p> <p>Dulce de Membrillo</p> <p>Espaguetis con Guisantes y Setas</p>
Propiedades:	Está elaborado con leche de cabra. Su pasta es blanda, prensada y madurada. Su corteza es artificial, se le pone aceite para su acabado final. Se toma con vinos blancos de Rueda y del Penedés.

RONCAL



Origen:	(España): Proviene de Navarra. Su nombre surge del valle navarro donde está ubicado, Valle del Roncal.
Forma:	Es de forma cilíndrica y plana, con los bordes bien definidos. Corteza: dura, gruesa, áspera al tacto, grasa y de color pardo o pajizo.
Tamaño:	Mide 20 ctms. De diámetro x 9 a 12 ctms. De alto.
Peso:	Pesa unos 3 Kgrs.
Recetas:	Patatas gratinadas al roncal Patatas gratinadas con queso de oveja Ensalada con queso Roncal
Propiedades:	Está elaborado con leche de oveja, de las razas Rasa, Su pasta es semi-dura o dura y compacta, porosa (pero sin ojos), prensada y madurada. El color de la pasta va del blanco marfil al amarillo pálido. Es un queso graso, con una maduración mínima de 4 meses, contados a partir del salado. Su corteza es dura y gruesa, de color gris brillante. Tiene un sabor muy fuerte, intenso y picante. Su textura es mantecosa al paladar y de color blanco o amarillento al corte. Su aroma es muy definido a leche de oveja, un poco picante. El Roncal tiene un 45% de materia grasa, con una composición equilibrada entre grasas y proteínas.

TETILLA



Origen:	Su origen está en Galicia. Se elabora en toda la Comunidad.
Forma:	Como bien indica su nombre tiene forma de tetilla.
Tamaño:	Mide 8 ctms. De diámetro x 10 a 12 ctms. De alto.
Peso:	Su peso oscila entre los 500 a los 1500 grs.
Recetas:	Fondue de Queso Endivias con queso, pavo y remolacha Endivia envuelta en jamón crujiente
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca de la raza frisona, Pardo Alpina y Rubia gallega. Su pasta es blanda, cremosa, uniforme, con pocos ojos, color blanco amarillento. De sabor suave a leche. Es un queso mantecoso, un poco ácido y un poco salado. El aspecto exterior es de una corteza dura de color amarillo paja. La pasta interior del queso es blanda. Es un queso de textura pastosa que debe conservarse en un sitio fresco, pero que debe ser sacado unas horas antes de ser consumido. Puede ser comido tal cual o, debido a su textura, untado en unas tostadas.

TORTA DEL CASAR



Origen:	(España): Proceden de Extremadura, provincia de Cáceres, de la comarca de la Serena. El pueblo de Casar le da su nombre.
Forma:	Tienen forma cilíndrica grande y abombada.
Tamaño:	Mide 18 a 25 ctms. De diámetro x 12 a 15 ctms. De alto.
Peso:	Su peso es de 500 a 1.100 grs.
Recetas:	Soufflé de queso Solomillo de ternera a la Torta del Casar Solomillo ibérico y Torta del Casar.
Propiedades:	Es un queso artesanal y 100% natural. Está elaborado con leche de oveja cruda de la raza Merina, es graso. Su pasta es blanda y untuosa. Son madurados y prensados. Es un queso curado. Su color de su pasta es amarillo. Forma parte de un grupo de quesos llamados "Torta", es decir, quesos que al madurar se licuan en el interior de su corteza dura, que al secarse se forma unas grietas en su corteza por donde rezuma el queso. Su corteza es dura y amarilla. Su sabor tiene mucha personalidad, es fuerte y un poco amargo, aunque ni salado ni ácido. Su sabor tan peculiar y ese amargor se lo da el hecho de cuajarlo con la flor de cardo. Su sabor es muy fuerte y delicioso.

Quesos italianos

FETA



Origen:	(Grecia): Proviene de Atenas y alrededores.
Forma:	Tiene forma de barra y se venden en lonchas gruesas. Y plastificadas.
Tamaño:	Mide 16 a 18 ctms. De diámetro x 10 a 12 ctms. De alto.
Peso:	Su peso es variado de 0.5 a 1.5 Kgrs.
Recetas:	Lomo con tomate, ajo y queso feta Verduras gratinadas con Queso Feta Ensalada de guisantes, menta y queso feta.
Propiedades:	Está elaborado con leche de oveja, sólo algunas veces con leche de cabra. Es queso fresco blanco de pasta blanda y especiada. Tiene un bajo nivel en grasas y un buen aporte en calcio.

FONTINA



Origen:	(Italia): Procede de la zona alpina de Aosta.
Forma:	Su forma es redonda y plana.
Tamaño:	Mide 45 a 50 ctms. De diámetro x 30 a 32 ctms. De alto.
Peso:	Suele pesar unos 15-20 Kgrs.
Recetas:	Matambre de pollo con panceta, fontina y pasas de ciruelas Sándwich de champiñones y queso fontina a la plancha Frittata con bacón, espinaca y queso fontina.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca y algunas veces de cabra. Su pasta en cocida semi-dura, lisa, con algunos agujeros. A veces lo utilizan para hacer fondues cuando está tierno o para rallar cuando se ha secado. Su sabor recuerda a las avellanas. Se fabrica en EEUU, pero es una variedad más pequeña y le llaman MidgetFontina. También se fabrica en Suecia.

GORGONZOLA



Origen:	(Italia): Procede del valle del Pô, cerca de Milán. Pero hoy en día han construido cuevas de maduración en Lombardía y Leco en los Alpes y casi todo se elabora allí.
Forma:	Su forma es cilíndrica.
Tamaño:	Mide de 21 a 27 ctms. De Diámetro x 16 a 20 ctms. De alto.
Peso:	Pesa entre 6-11 Kgrs.
Recetas:	Espaguetis al Gorgonzola Fondue de queso

	Tomates rellenos de Cabrales.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca o de oveja o de las dos mezcladas, entera o grasa (entre 30%-48% mat.grasa), fresca, de pasta semi-blanda y veteada, pastosa (es un queso azul). Es madurado y prensado. Su corteza es rojizo-grisácea y pica un poco cuando madura. Es el queso azul más cremoso.

INCANESTRATO	
	
Origen:	(Italia): Proviene de la isla de Sicilia. Su nombre viene de la forma en que se elabora metido en cestos =incanestrato.
Forma:	Es de un cesto.
Tamaño:	Mide de 34 a 40 ctms. De Diámetro x 45 a 50 ctms. De alto.
Peso:	Pesa entre 8-10 Kgrs.
Recetas:	Calabaza gratinada Aguacates rellenos de queso Incanestrato Risotto de tomate, alcachofas y queso.
Propiedades:	Está elaborado con la mezcla de leche de oveja y de vaca. Su pasta es semi-dura, prensada, madurada. Algunas veces lleva pimienta y por eso en Italia se le llama petato. Sus moldes son de cestería, por lo que dejan las huellas en la corteza del queso. Cuando está hecho sólo de leche de oveja, toma el nombre de Pecorino Incanestrato. En EEUU se fabrica solamente con leche de vaca.

MASCARPONE




Origen:	(Italia): Proviene de Lombardía.
Forma:	Su forma es cilíndrica.
Tamaño:	Mide 5-6 cmts. De diámetro x 5'5 cmts. De alto.
Peso:	Pesa unos 254 Grs.
Recetas:	Tiramisú Nube de chocolate con helado de cacao amargo Helado de queso con cerezas
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca. Es un queso fresco. Su pasta es blanda. Su sabor es dulce y un poco ácido que recuerda a la mantequilla. Su textura es parecida al del Ricota fresco. A los italianos les gusta comérselo con azúcar, con café o con agua ardiente. Y lo compran envuelto en su muselina.


PARMESANO




Origen:	(Italia): Proviene de la región de Parma (siglo XIII).
Forma:	Tiene diferentes formas y tamaños.
Tamaño:	Tienen diferentes formas y tamaños. El Parmesano, en

	concreto, mide 32-45 ctms. Diámetro x 18-23 de alto.
Peso:	El Parmesano pesa 22 a 36 Kgrs.
Recetas:	AjÍ de Gallina Arroz con Setas Canelones con Bechamel
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca desnatada o semi-desnatada. De pasta dura, cocida y prensada. No tiene agujeros. Tiene color paja. Si se come cuando todavía es joven también está bueno, pero como se le conoce es muy seco y se le utiliza mucho rallado. Pertenece al grupo de los quesos denominados Grana (varios quesos italianas de las mismas características). Se guarda en salas de afinamiento, donde se les reviste de tierra oscura o ceniza o se les mete en vino o en aceite de uvas.
PECORINO	
	
Origen:	(Italia): Proviene de la región del Lacio y de la isla de Cerdeña (es el queso más antiguo de Italia).
Forma:	Es de forma cilíndrica.
Tamaño:	Mide 15-22 ctms. De alto.
Peso:	Pesa entre 6-22 Kgrs.
Recetas:	Ensalada Afrodisiaca Bollos Pelones Doña Carmen

	Maccu
Propiedades:	<p>Está elaborado con leche (entera o grasa, fresca) de oveja D.O. Pécora (oveja). Su pasta es cocida, prensada, blanca y compacta.</p> <p>Su corteza es blanca, lisa, pasada por aceite o por sebo. Su sabor es picante.</p>

PROVOLONE	
	
Origen:	(Italia): Proviene inicialmente del sur de Italia, aunque actualmente se fabrica por todo el país.
Forma:	Tiene muchas formas distintitas. Inicialmente se le daba forma de pera, pero los hay de forma de salchichón y se les llama "Salami" (salchichón en italiano).
Tamaño:	Varía mucho.
Peso:	Su peso varía muchísimo también: puede ir de 450 grs.-90 Kgrs. Los más grandes. Los de forma de "Salami" (salchichón en italiano) pesan 4'5-5'5 kgrs.
Recetas:	<p>Aperitivo de Provolone</p> <p>Chorizo, morcilla, salchicha parrillera y queso a la parrilla</p> <p>Soufflé de queso a la brasileña.</p>
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca con un 40% de materia grasa. Su pasta es dura, de maduración y secado. Se puede tomar como queso de mesa o cuando está muy seco como queso rallado. Su corteza es artificial, se ahúman y se pasan

	por parafina o por aceite. EEUU fabrica y consume muchísimo.
--	--

RICOTTA	
	
Origen:	(Italia): Proviene de Italia. Se elabora en las comarcas de: Lacio, Sicilia, Venecia. Aunque hoy en día se fabrica en toda Europa y sobre todo en EEUU.
Forma:	Redonda, con la marca de los cestillos en su superficie.
Tamaño:	15 cm. Diámetro x 10 altura.
Peso:	2.7 Kgr.
Recetas:	Canelones de pollo Canelones de ricota y verduraS Pasta con Gambas.
Propiedades:	Está elaborado con el suero de la leche de vaca, de oveja o de búfala. El elaborado con leche de vaca tiene un 35% de grasa, el de oveja tiene un 70% MG y el de búfala es más graso, pero es escaso, porque es muy caro y difícil de encontrar. Es un queso de pasta fresca, sin corteza. Se fabrica con el suero lácteo, que sale de la elaboración de los quesos Cheddar, Mozzarella, Pecorino y Provolone. El fresco, que es como más se conoce y se consume, no tiene corteza. Es de color blanco, sabor suave y textura blanda y granulosa. En su superficie está gravada la forma del cesto en los que los ponen, para que suelten el excedente del suero y adquieran su forma redonda. Tiene distintos grados de materia grasa dependiendo si se trata de queso fresco (leche entera) o curado (leche descremada).

Quesos holandeses

BOLA O EDAM



Origen:	Recibe su nombre del primer pueblo que lo fabricó en el siglo XIV en Suiza, al norte del país, aunque también se le llama de bola por su forma redonda.
Forma:	Redondo.
Tamaño:	Según su tamaño: Edam bebé, Edad normal, doble o triple Edam.
Peso:	Su peso va de los 0.8 a 6.5 Kgrs.
Recetas:	Canapés de Edam Quiche de Cebolla Tarta de Fiambres
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, 40% materia grasa, pasta semi-dura, prensada, lisa. Es de color amarillo. Su corteza es artificial, se les baña en aceite de lino y se le pone una capa de cera roja para protegerles. Se consume tierno, semi, y curado.

GOUDA



Origen:	(Holanda): Es del sur del país. Se empezó a comercializar allá por el siglo XIII desde el puerto de Róterdam.
Forma:	Es de forma de disco.
Tamaño:	Mide 35 cmts. De diámetro x 12 cmts de alto.
Peso:	Pesa entre 15- 20 Kgrs.
Recetas:	Soufflé de queso a la brasileña Bolas de queso y nueces Sándwich de frijoles y queso
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, su pasta en semi-dura o dura, prensada y con agujeros pequeños. Se hace con leche entera o grasa (50% materia Grasa) y tiene un sabor a avellanas. Su corteza es artificial revestido con cera roja y celofán.

LEIDEN



Origen:	Holanda: Procede del pueblo de Leide (ciudad natal de Rembrandt), Holanda meridional.
---------	---

Forma:	Es redondo y plano como el Gouda, aunque más pequeño.
Tamaño:	Mide 20 cmts. De diámetro x 14 cmts De alto.
Peso:	Pesa de 3,6-9 Kgrs.
Recetas:	Canelones de Vigilia Ensalada de Canónigos Ensalada de Champiñones
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca semi-desnatada y se le añade un colorante. Su pasta es dura, sin agujeros, de color amarillo pálido o verde. Su corteza es dura. En su corteza suelen poner granos de comino, de anís, canela o clavos. Lleva gravadas las dos llaves cruzadas, símbolo de la universidad de Leiden. Este queso casa muy bien con el vino tinto, el oporto, el jerez, los dulces y los frutos rojos.


Quesos suizos

APPENZELL



Origen:	Es originario del cantón suizo de Appenzel, en Saint Gall. Ya se consumía en el siglo VIII.
Forma:	Es de forma cilíndrica.
Tamaño:	Mide 24 cmts. De diámetro x 16 cmts De alto.
Peso:	Suelen pesar de 7 hasta 12 Kgrs.
Recetas:	Solomillos encapotados Canelones de Pollo

	Appenzell marinado con ensalada.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, en general semi-desnatada y algunas veces grasa. Su pasta es semi-dura con ojos y en un momento dado de su elaboración se le sumerge varios días en vino blanco o sidra especiados. Su corteza es dorada. Su sabor es acre y concentrado.

BAGNES	
	
Origen:	Es originario de la comarca suiza de la Valais, del pueblo de Bagnes.
Forma:	Rueda, es de forma cilíndrica con un agujero en el centro.
Tamaño:	Mide 35 a 40 cmts. De diámetro x 7 a 10 cmts De alto.
Peso:	Suelen pesar 7 a 9 Kgrs.
Recetas:	Raclette Barcas de Bagnes Consomé Vienés al Bagnes.
Propiedades:	Es un queso elaborado con leche de vaca, muy grasa. Su pasta es dura y prensada, de aroma florido y cremoso en el fondo. Su corteza es seca. Su sabor es indescriptible y tiene mucha aceptación por los comensales. El costo de este queso es muy alto por su particular forma de maduración.

BELLELAY O TETE DE MOINE



Origen:	Su origen está en el cantón suizo de Berna y cuentan que el prior del convento acordó con los granjeros que recibiría un queso de cada uno por cada fraile del convento y de ahí viene su nombre "cabeza de fraile", que es por el nombre que más se le conoce.
Forma:	Cilíndricos.
Tamaño:	Tienen 18 ctms. De diámetro.
Peso:	Su peso oscila entre los 4 a 6 Kgrs.
Recetas:	Aperitivo de Rosas de Tête de Moine Pastel de Avellanas y Patatas Sincronizadas vegetarianas.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca fabricado con leche entera o sea es graso, de pasta blanda, veteadado, no se puede cortar, sino untar. Como se unta se les corta la corteza de la parte superior y cogiendo con un cuchillo se unta en el pan. La corteza sirve de tapadera. O sino se suele cortar con un utensilio muy especial llamado Girole, es una especie de cuchillo con un eje central y giratorio, que a medida que va girando y raspando el queso le va dando forma de rosa. Los suizos lo suelen comer con pimienta y comino.

GRUYERE




Origen:	(Suiza): Proviene del pueblo de Gruyère y se elabora desde el siglo XIV.
Forma:	Tiene forma rectangular.
Tamaño:	Mide 50 cmts. De diámetro.
Peso:	Suelen pesar de 20-40 Kgrs.
Recetas:	Fondue Sopa de Cebolla a la francesa Ensalada con Gruyère.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, de pasta cocida, semi-dura o dura, prensada y son pequeños ojos y pocos, su sabor es dulce-picante. Su corteza es seca, lavada y cepillada, pero ligeramente húmeda. Tiene la misma forma de elaboración que el queso Emmental. Con él se hace la fondue. Es un queso cada vez más consumido y apreciado, es de presencia obligada en todas las bandejas de queso, que se sirven como postre en los restaurantes.

VACHERIN



Origen:	(Suiza): Proviene de Helvecia.
Forma:	Es cilíndrica.
Tamaño:	Mide 40 cmts. De diámetro.
Peso:	Tres tipos diferentes para fondue: pesan 7-12 Kgrs.; Vacherin Montd'Or: unos 300 grs.-3 Kgrs; Vacherin a mano: pesan 7-12 Kgrs.
Recetas:	Fondue de queso Patatas rellenas Quilaquiles.
Propiedades:	Viene presentado de 3 formas: Vacherin para fondue de pasta dura, hecho con leche grasa y semi-desnatada y se hacen Friburgo; Vacherin a mano es de pasta blanda y cremosa, se elaboran en los Alpes y pesan lo mismo; y Vacherin Montd'Or una especialidad de invierno de pasta grasa, cremosa, blanda, con la corteza es rojiza y aterciopelada. Algunos lo toman en cuchara. Se elaboran en el valle de Joux y Jura. También se hace el Vacherin en Francia en la región de Saboya, concretamente el Montd'Or, es graso (45% mat. grasa), su corteza es una costra lleva unos aros alrededor de pino. También se elabora en otros pueblos.

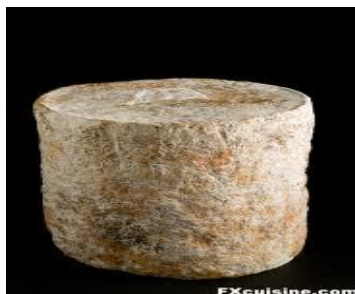
Quesos ingleses

CHEDDAR	
	
Origen:	(Inglaterra): Proviene del pueblo de Cheddar, en el condado de Somersetshire y se cree que apareció en el siglo XVI, a finales.
Forma:	Tiene forma de bloque cilíndrico.
Tamaño:	Su tamaño 36 ctms. De diámetro x 27 ctms. De alto.
Peso:	Pesan 5 A 20 Kgrs.
Recetas:	Chilaquiles de Pollo Quesadillas Tostadas con queso fundido.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca. Es un queso de pasta dura o semi-dura de color blanca o amarilla, prensada con leche semigrasa sin hervir o pasteurizada. La corteza puede ser o igual que el interior o puede estar teñida de anaranjado o con una capa de cera roja. Se fabrica mucho tanto en EEUU (desde 1865) como en Canadá. Es muy aceptado y consumido por los comensales.

CHESHIRE	
	
Origen:	(Inglaterra): También llamado Chester. Proviene del condado de Chester en el noroeste. Es uno de los mejores y el más

	antiguo queso inglés (siglo XI quizás antes).
Forma:	Su forma es cilíndrica.
Tamaño:	Su tamaño es de 35.5 ctms. De diámetro.
Peso:	Suele pesar unos 30 Kgrs.
Recetas:	Erizos al queso de Cheshire Berenjenas con queso Rollo de queso y cebolla.
Propiedades:	Está elaborado con leche de vaca, es de pasta prensada blanca o roja. Es de sabor salado. Existen 3 tipos de maduración: maduración rápida, se toma tierno al principio de primavera en el mismo condado; maduración mediana: fabricado en mayo, junio, es el más común; maduración tardía: fabricado en verano y se vende a lugares más lejanos.

STILTON



Origen:	(Inglaterra): Proviene del condado Leicestershire (siglo XVIII), aunque empezó a conocerse en el centro de Inglaterra en Huntingdonshire. Su nombre se lo da el pueblo de Stilton (D.O.1936), que era un sitio de posta entre Londres y Escocia.
Forma:	Su forma es cilíndrica.
Tamaño:	Miden 20 cmts. De diámetro x 20-30 de alto.
Peso:	Pesan de 2-8 Kgrs.
Recetas:	Pastel de pollo con Stilton Solomillo al Roquefort Roquefort con nueces

Propiedades:	Es un queso azul. Está elaborado con leche de vaca (35'5% mat. grasa). Su corteza es enmohecida. Se toma en distintos grados de maduración: tierno, semi-curado, curado. Su pasta puede ser de color blanco o naranja. Es el queso azul con más calorías. Se come con cuchara. En el caso de los tiernos, cuando va a comerse se agujerea la corteza y se introduce oporto o jerez y se come con cuchara. Es el único queso que se come de ese modo.
--------------	--

ANEXO 3

RECETARIO DE QUESOS

Aperitivos de queso:

- Brie frito
- Queso con anchoas
- Queso de cabra al horno
- Bolas de queso y nueces
- Canapés de queso Brie con almendras
- Canapés de queso fresco con cerezas
- Canapés de queso Reblochon
- Croutes al queso Brie
- Rollo de queso y cebolla
- Rollos de pollo con jamón y queso
- Rollos de jamón y queso
- Rollitos de parmesano y puerros
- Camembert frito con mermelada de frambuesa
- Roquefort con nueces
- Caprice des Dieux con mermelada de tomate
- Aperitivo de Provolone
- Rosas de Tête de Moine-Bellelay
- Tostaditas de Camembert y Brie
- Erizos al queso Cheshire

Bocadillos y sandwiches de queso:

- ✓ Cheeseburger
- ✓ Croque-Monsieur
- ✓ Croque-Monsieur Curnonski
- ✓ Sándwiches de jamón y queso
- ✓ Sándwich de patatas y cebollas con queso
- ✓ Tostada con queso fundido

- ✓ Sincronizadas (los sándwiches mixtos mexicanos)
- ✓ Sincronizadas vegetarianas con queso

Salsas de quesos:

- Salsa Carbonara
- Salsa Roquefort

Recetas pastas con quesos:

- Pasta cuatro quesos
- Espaguetis con salsa gorgonzola

Platos de queso:

- ❖ Raclette
- ❖ Soufflé de queso de Cabrales
- ❖ Fondue de queso
- ❖ Fondue de Hamburguesas

Sopas con queso y entradas de quesos:

- Arroz a la parmesana
- Aguacates rellenos de queso Idiazábal
- Barcas de Gruyere
- Carpaccio de champiñones con Idiazábal
- Consomé Vienés al Gruyere
- Crema de Calabacín
- Ensalada de pasta y queso
- Ensalada de champiñones y queso parmesano
- Ensalada de endivias con roquefort
- Ensalada con cabrales
- Ensalada con Gruyere
- Ensalada de escarola al roquefort
- Sopa de calabacines con queso
- Sopa de Cebolla

- Sopa de cebolla francesa
- Berenjenas con queso
- Crema de queso con crudités
- Crema de calabaza con roquefort
- Quesadillas
- Ovnis de huevo y queso (receta para niños)
- Quiche de cebolla y queso
- Patatas gratinadas al Roncal
- Patatas rellenas de queso
- Puré de calabacín
- Endibias en suflé
- San Jacobo de Berenjenas
- Berenjenas parmesanas
- Tarta de queso y aceitunas
- Tomates rellenos de Cabrales
- Verduras gratinadas con queso Feta
- Terrina de verduras con queso de Ibores
- Pastel de avellanas y patatas al gruyere
- Espaguetis con guisantes y setas
- Ensalada de Garbanzos y queso Mozzarella
- Ensalada de Tomates y Aguacates.
- Macarrones con bechamel

Recetas Carnes con quesos:

- ✗ Lomo con tomate ajo y queso feta
- ✗ Carne picada con queso
- ✗ Solomillo al roquefort
- ✗ Chilaquiles de pollo con queso
- ✗ Pastel de pollo con Stilton
- ✗ Chuletas de cerdo empanadas (Manchego)
- ✗ Milanesas a la Napolitana

Postres de quesos: tartas, helados:

- ✦ Helado de Queso
- ✦ Tarta de Queso manchega
- ✦ Tarta de queso con aceitunas
- ✦ Tarta de queso
- ✦ Queso Americano
- ✦ Dulce de membrillo

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE

ESCUELA DE GASTRONOMÍA

receta estándar

Nombre del plato: Brie Frito

Código	001
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso brie	500	gr	500	\$ 4,75	\$ 4,75
2	Pan rallado	15	gr	250	\$ 0,90	\$ 0,05
3	Huevo	10	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,02
4	Mermelada	20	gr	150	\$ 0,70	\$ 0,09
5	Aceite de oliva	10	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,03
					costo total	\$ 4,95
					iva	12% \$ 0,59
					servicio	10% \$ 0,50
					P.V.P	P.V.P \$ 6,04



PREPARACION

1. Coger el queso brie y frío de la nevera se corta en triángulos. Se envuelve en film de plástico, cada triángulo y se semi-congela (2 horas).
2. Sacar. Se pasa por el huevo, luego por el pan rallado y se fríe en aceite muy caliente.
3. Se sirve así caliente con un cuenquito de la mermelada elegida.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Queso Mozzarella con anchoas

Código	002
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Pan tajado	320	gr	500	\$ 2,50	\$ 1,60
2	Anchoas	160	gr	225	\$ 5,80	\$ 4,12
3	Mozzarella	250	gr	1000	\$ 5,00	\$ 1,25
4	Leche	250	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,20
5	Harina	80	gr	500	\$ 0,50	\$ 0,08
6	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,28
7	Aceite de oliva	30	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,10



	costo total	\$ 7,63
iva	12%	\$ 0,92
servicio	10%	\$ 0,76
P.V.P	P.V.P	\$ 9,31

PREPARACION

1. Colocar sobre el pan los filetes de anchoas y la mozzarella, tratando de ajustar su tamaño al del pan y cubrir con otra rebanada de pan.
2. Mojar los emparedados con la leche, escurrirlos y rebozarlos en harina, el huevo, bien batido con una pizca de sal.
3. En un sartén con un poco de aceite de oliva caliente freír hasta dorar los emparedados.
4. Colocar en papel absorbente para que absorba el exceso de aceite.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Queso de cabra al horno

Código	003
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso feta	250	gr	250	\$ 4,50	\$ 4,50
2	Tomillo	15	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,08
3	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
4	Romero	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,10
5	Aceite de oliva	10	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,03
					costo total	\$ 4,76
					iva	12%
						\$ 0,57
					servicio	10%
						\$ 0,48
					P.V.P	P.V.P
						\$ 5,80



PREPARACION

1. Precalentar el horno al máximo.
2. Cortar un pedazo de papel de aluminio para envolver el queso holgadamente y colocarlo, extendido, sobre la bandeja del horno.
3. Colocar el queso en medio del papel y rociar con el aceite de modo que toda la superficie del queso quede impregnado. Esparcir las hierbas y la pimienta de igual manera y plegar el papel de aluminio sobre el queso, cerrando completamente el envoltorio.
4. Hornear a temperatura máxima durante 5-7 minutos.
5. Servir, al momento, con pan de barra tostado, panecillos tostados suecos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Bolas de queso y nueces

Código	004
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso cheedar	200	gr	500	\$ 4,75	\$ 1,90
2	Nueces	50	gr	250	\$ 2,80	\$ 0,56
3	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,28
4	Perejil	20	gr	150	\$ 0,70	\$ 0,09
5	Aceite	10	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,03
6	Guindas	20	gr	220	\$ 2,50	\$ 0,23
					costo total	\$ 3,09
					iva	12% \$ 0,37
					servicio	10% \$ 0,31
					P.V.P	P.V.P \$ 3,77



PREPARACION

1. Mezclar bien, el queso, las nueces, la guindilla, el perejil y las yemas de los huevos.
2. Montar las claras de huevo a punto de nieve y mezclar cuidadosamente con la mezcla de queso. Salpimentar y hacer bolitas con la masa.
3. Freír en abundante aceite, hasta dorarlas (unos 3-4 minutos).
4. Sacar en papel de cocina para quitar el exceso de aceite. Servir al momento.

**UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

receta estándar

Nombre del plato: Canapés de queso brie con almendras

Código	005
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso brie	200	gr	500	\$ 4,75	\$ 1,90
2	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,15
3	Pan de barra	600	gr	1000	\$ 2,50	\$ 1,50
4	Almendras	100	gr	250	\$ 3,80	\$ 1,52
5	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
					costo total	\$ 5,12
					iva	12%
					servicio	10%
					P.V.P	P.V.P
						\$ 6,25



PREPARACION

1. Limpiar la corteza del queso.
2. Crear el queso con la mantequilla hasta conseguir una mezcla homogénea y cremosa. Salpimentar al gusto.
3. Tostar el pan de barra, para extender la mezcla de queso sobre las tostadas.
4. Colocar en una fuente para servir.
5. Filetear las almendras tostadas y esparcir sobre los canapés.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA

receta estándar

Nombre del plato: Canapés de queso fresco con cerezas

Código	006
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso fresco	200	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,72
2	Nata	100	gr	250	\$ 1,50	\$ 0,60
3	Cerezas	100	gr	250	\$ 3,25	\$ 1,30
4	Azúcar	50	gr	500	\$ 0,45	\$ 0,05
5	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,15
6	Pan de barra	400	gr	1000	\$ 2,50	\$ 1,00
					costo total	\$ 3,82
					iva	12%
						\$ 0,46
					servicio	10%
						\$ 0,38
					P.V.P	P.V.P
						\$ 4,65



PREPARACION

1. Cremar el queso con la nata. Salpimentar al gusto y reservar en la nevera o el congelador.
2. Deshuesar las cerezas y glasearlas en la mantequilla, derretida en una sartén, durante un par de minutos a fuego moderado.
3. Añadir el azúcar y una pizca de sal a las cerezas en la sartén y apartarlas del fuego cuando el jugo empiece a tomar un color acaramelado.
4. Tostar el pan de barra y extender la mezcla de queso sobre las tostadas.
5. Guarnecer las tostadas con las cerezas todavía calientes.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA

receta estándar

Nombre del plato: Canapés de queso reblochón

Código	007
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso reblochón	200	gr	600	\$ 6,80	\$ 2,27
2	Estragón	10	gr	100	\$ 0,80	\$,08
3	Limón	20	gr	50	\$ 0,15	\$ 0,06
4	Cebollín	30	gr	100	\$ 0,80	\$ 0,24
5	Mantequilla	150	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,45
6	Chalote	50	gr	80	\$ 0,40	\$ 0,25
7	Pan de barra	400	gr	1000	\$ 2,50	\$ 1,00
					costo total	\$ 4,35
					iva	12%
					servicio	10%
					P.V.P	P.V.P
						\$ 5,30



PREPARACION

1. Picar en brunoise el cebollino, chalote y perejil.
2. Templar la mantequilla, cremar con los ingredientes picados más el estragón y salpimentar.
3. Tostar el pan de barra y extender la mantequilla sobre las tostadas.
4. Colocar en una fuente para servir.
5. Esparcir el reblochon laminado muy finamente sobre las tostadas.
6. Espolvorear ligeramente la ralladura de limón sobre los canapés.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Croutes al queso brie

Código	008
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso brie	125	gr	500	\$ 4,75	\$ 1,19
2	Mantequilla	100	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,15
3	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,35
4	Pan de barra	400	gr	1000	\$ 2,50	\$ 1,00
					costo total	\$ 2,69
					iva	\$ 0,32
					servicio	\$ 0,27
					P.V.P	\$ 3,28



PREPARACION

1. Mezclar muy bien el queso brie sin la corteza, la mantequilla, la sal, la pimienta.
2. Untar dos rebanadas de pan de molde con esta pasta.
3. Untar en el exterior de las rebanadas con mantequilla y gratinar, durante 5 minutos.
4. Servir calientes.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Rollo de queso y cebolla

Código	009
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso cheedar	175	gr	500	\$ 4,75	\$ 1,66
2	Pasta quebrada	225	gr	500	\$ 3,65	\$ 1,64
3	Cebolla	240	gr	80	\$ 0,20	\$ 0,60
4	Cayena	10	gr	100	\$ 0,80	\$ 0,08
5	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
6	Sal	10	gr	1000	\$ 0,70	\$ 0,01
					costo total	\$ 4,04
					iva	12% \$ 0,49
					servicio	10% \$ 0,40
					P.V.P	P.V.P \$ 4,93



PREPARACION

1. Pelar, trocear y blanquear a fuego lento, hasta que estén tiernas, durante unos 10 minutos.
2. Colar las cebollas y reservar el caldo.
3. Amasar la pasta quebrada con un rodillo hasta formar. Esparcir sobre el queso rallado, mezclado con las cebollas, la cayena y salpimentado.
4. Formar un rollo.
5. Hornear a 220° durante 15 minutos.
6. Servir con salsa al curry, tomates al grill.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Rollo de pollo con jamón y queso

Código	010
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso mozzarella	600	gr	1000	\$ 4,80	\$ 2,88
2	Jamón york	400	gr	1000	\$ 4,50	\$ 1,80
3	Pollo	1000	gr	500	\$ 1,20	\$ 2,40
4	Romero	10	gr	100	\$ 0,80	\$ 0,08
5	Tomillo	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
6	Sal	10	gr	1000	\$ 0,70	\$ 0,01
					costo total	\$ 7,22
					iva	12% \$ 0,87
					servicio	10% \$ 0,72
					P.V.P	P.V.P \$ 8,80



PREPARACION

1. Colocar un filete de pollo sobre una hoja de papel aluminio untando con un poco de aceite de oliva y sal o mantequilla y sal. Luego poner encima una loncha de jamón, unas hierbas provenzales y una loncha de queso.
2. Enrollar en un tubo el filete y luego enrollar todo dentro del papel aluminio.
3. Colocar en el agua hirviendo y dejar durante media hora.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Rollo de jamón y queso

Código	011
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.me d.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	200	gr	1000	\$ 7,40	\$ 1,48
2	Jamón york	250	gr	1000	\$ 4,50	\$ 1,13
3	Mantequilla	100	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,30



	costo total	\$ 2,91
	iva	12%
	servicio	10%
	P.V.P	P.V.P
		\$ 3,54

PREPARACION

1. Untar de mantequilla una fuente para llevar al horno.
2. Extender las lonchas de jamón y agregar en cada una el queso gruyere ya rallado.
3. Enrollar y espolvorear con el resto de queso, colocar encima unas bolitas de mantequilla.
4. Gratinar en el horno de 5-7 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA

receta estándar

Nombre del plato: Rollitos de parmesano y puerros

Código	012
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso parmesano	100	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,57
2	Puerros	720	gr	720	\$ 3,10	\$ 3,10
3	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,15
4	Sal	10	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01
					costo total	\$ 3,82
					iva	12% \$ 0,46
					servicio	10% \$,38
					P.V.P	P.V.P \$ 4,67



PREPARACION

1. Lavar bien los puerros y cortar la parte verde. Blanquear con agua con sal.
2. Precalentar el horno a temperatura suave.
3. Engrasar una fuente y colocar en ella los puerros, cuando estén tiernos pero no deshechos.
4. Rallar el queso parmesano sobre los puerros.
5. Colocar un poco de mantequilla sobre cada puerro.
6. Hornear 15 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Camemberth frito con mermelada de frambuesa

Código	013
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso camemberth	300	gr	500	\$ 5,20	\$ 3,12
2	Mermelada de frambuesa50	150	gr	150	\$ 0,70	\$ 0,70
3	Huevo	60	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,14
4	Aceite de oliva	400	gr	1000	\$ 3,25	\$ 1,30
5	Pan rallado	200	gr	250	\$ 0,90	\$ 0,15
6	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,35
					costo total	\$ 5,76
					iva	12% \$ 0,69
					servicio	10% \$ 0,58
					P.V.P	P.V.P \$ 7,03



PREPARACION

1. Batir el huevo y sumergir el queso en él por ambos lados de manera que toda la superficie quede impregnado.
2. Rebozar en el pan rallado.
3. Freír el queso hasta que el pan rallado se dore en fritura por inmersión.
4. Dejar en papel absorbente de cocina
5. Servir caliente.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Roquefort con nueces

Código	014
Porción	6
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso roquefort	100	gr	300	\$ 5,70	\$ 1,90
2	Nueces	100	gr	250	\$ 2,80	\$ 1,12
3	Nata	200	gr	250	\$ 1,50	\$ 1,20
4	Nuez moscada	10	gr	50	\$ 1,70	\$ 0,34
5	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,15
6	Aceite de oliva	200	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,75
7	Endivias	240	gr	80	\$ 0,60	\$ 0,35



	costo total	\$ 5,81
iva	12%	\$ 0,70
servicio	10%	\$ 2,32
P.V.P	P.V.P	\$ 8,83

PREPARACION

- 1.- Colocar el queso en un cuenco y, con un tenedor, amasar enérgicamente hasta hacerlo maleable.
- 2.- Añadir la nata y mezclar en lo posible.
- 3.- Añadir un poco de aceite y seguir amasando. Seguir añadiendo aceite en pequeñas cantidades mientras se sigue mezclando hasta que la masa se pueda batir.
- 4.- Añadir las nueces peladas y troceadas, la nuez moscada y la pimienta al gusto.
- 5.- Verter en un cuenco para servir y refrigerar al menos 1 hora.
- 6.- Lavar y secar las endivias.
- 7.- Para servir, colocar el cuenco del queso dentro de una fuente tipo ensaladera o de otro cuenco mayor y colocar las hojas de las endivias en el espacio entre ambos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Capricedex Diux con mermelada de tomate

Código	015
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso capricedex Diux	300	gr	500	\$ 14,75	\$ 8,85
2	Mermelada de tomate	100	gr	150	\$ 0,70	\$ 0,47
					costo total	\$ 9,32
					iva	\$ 1,72
					servicio	\$ 2,73
					P.V.P	\$ 14,16



PREPARACION

- 1.- Precalentar el horno al máximo.
- 2.- Colocar el queso, sin envoltorio, en el centro de un plato que resista el calor del horno y hacer una hendidura profunda, de arriba abajo, en la parte superior. Alrededor del queso, verter la mermelada de tomate.
- 3.- Cubrir con papel de plata, plegando bien los bordes bajo el contorno del plato y meter en el horno a temperatura máxima durante 5-7 minutos.
- 4.- Servir, al momento, para untar con pan de barra tostado, tostadas melva, panecillos tostados suecos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Aperitivo de provolone

Código	016
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Provolone	200	gr	400	\$ 6,30	\$ 3,15
2	Orégano	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
					costo total	\$ 3,20
					iva	12% \$ 0,38
					servicio	10% \$ 0,32
					P.V.P	P.V.P \$ 3,90



PREPARACION

- 1.- Se coge una sartén antiadherente y se coloca en ella una rodaja de Provolone espolvoreándole de orégano.
- 2.- Se pasa por las dos caras para que se caliente.
- 3.- Cuando empiece a dorarse y fundirse se saca y se sirve así caliente.
- 4.- Se sirve así tal cual como entrante o aperitivo.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Rosas de tete de Moine -Bellelay

Código	017
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso Bellalay	125	gr	250	\$ 9,45	\$ 4,73
2	Pimentón dulce	20	gr	100	\$ 0,60	\$ 0,12
3	Comino	10	gr	100	\$ 0,60	\$ 0,06
4	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
					costo total	\$ 4,96
					iva	12% \$ 0,59
					servicio	10% \$ 0,50
					P.V.P	P.V.P \$ 6,05



PREPARACION

1. Cortar en láminas y formar en rosas de queso.
2. Colocar en una fuente de aperitivos y espolvorear de pimentón dulce, pimienta y un poco de comino y se sirven.
3. Se puede mojar las puntas de los pétalos por un platito con las especias.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Tostaditas de camembert y brie

Código	018
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso camembert	150	gr	500	\$ 5,20	\$ 1,56
2	Queso brie	150	gr	500	\$ 4,75	\$ 1,43
3	Pan de molde	400	gr	1000	\$ 2,50	\$ 1,00
4	Mantequilla	500	gr	500	\$ 1,50	\$ 1,50
5	Nueces	250	gr	250	\$ 2,80	\$ 2,80
6	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
7	Sal	10	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01
					costo total	\$ 8,34
					iva	12% \$ 1,00
					servicio	10% \$ 0,83
					P.V.P	P.V.P \$ 10,18



PREPARACION

1. Cremar la mantequilla y las nueces, previamente picadas en un mortero o en una picadora. Agregar la sal y la cayena.
2. Tostar el pan y cortar de la forma que se desee.
3. Untar con la mantequilla y un trozo de queso.
4. Servir.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Erizos al queso de cheshire

Código	019
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso de cheshire	150	gr	400	\$ 5,20	\$ 1,95
2	Queso de burgos	150	gr	400	\$ 5,20	\$ 1,95
3	Vino oporto	100	gr	1000	\$ 6,45	\$ 0,65
4	Mantequilla	200	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,60
5	Apio	30	gr	100	\$ 0,70	\$ 0,21
					costo total	\$ 5,36
					iva	12% \$ 0,64
					servicio	10% \$ 0,54
					P.V.P	P.V.P \$ 6,53



PREPARACION

1. Cortar el apio en juliana y reservar.
2. Crear los quesos y la mantequilla, hasta obtener una pasta homogénea.
3. Formar en bolas. Combinar con el apio y formar en erizos.
4. Servir en una fuente sobre lecho de apio.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Cheeseburger

Código	020
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso cheedar	250	gr	500	\$ 4,75	\$ 2,38
2	Carne molida	1000	gr	500	\$ 1,80	\$ 3,60
3	Cebolla perla	160	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,20
4	Perejil	30	gr	100	\$ 0,60	\$ 0,18
5	Huevo	60	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,14
6	Lechuga	1	gr	150	\$ 0,60	\$ 0,00
7	Pan de hamburguesa	8	gr	120	\$ 0,30	\$ 0,02
8	Tomates	2	gr	160	\$ 0,15	\$ 0,00
9	Mostaza	30	gr	150	\$ 0,50	\$ 0,10
10	Cebolla colorada	160	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,20



	costo total	\$ 6,82
iva	12%	\$ 0,82
servicio	10%	\$ 0,68
P.V.P	P.V.P	\$ 8,32

PREPARACION

1. Condimentar la carne picada con sal y *pimienta*, incorporar la *cebolla* y el perejil picados. Añadir la clara y amasar durante unos minutos hasta que este toda integrada.
2. Armar las hamburguesas y dorar en una sartén de teflón o grill. Al voltear añadir el queso magro por encima y derretir.
3. Untar el humectar el pan y armar la hamburguesa.
4. Servir acompañado de papas fritas y ensalada variada.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Croque Monsieur

Código	021
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso emental	150	gr	300	\$ 3,90	\$ 1,95
2	Pan de molde	600	gr	1000	\$ 2,50	\$ 1,50
3	Jamón york	160	gr	1000	\$ 4,50	\$ 0,72
4	Harina	30	gr	500	\$ 0,50	\$ 0,03
5	Mantequilla	30	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,09
6	Lechuga	1	gr	150	\$ 0,60	\$ 0,00
7	Sal	10	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01
8	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
9	Nuez moscada	10	gr	50	\$ 1,70	\$ 0,34



	costo total	\$ 4,69
iva	12%	\$ 0,56
servicio	10%	\$ 0,47
P.V.P	P.V.P	\$ 5,72

PREPARACION

1. Hacer una bechamel y reservar.
2. Untar las rebanadas de pan con esta salsa. Hacer sándwiches con una rebanada de jamón york y otra de queso.
3. Colocar en un recipiente amplio. Poner un poco de queso arriba del croque monsieur y ponerlo en el horno a 200°C durante 20 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Croque Monsieur Curnonski

Código	022
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	160	gr	1000	\$ 7,40	\$ 1,18
2	Jamón serrano	100	gr	100	\$ 3,80	\$ 3,80
3	Queso Roquefort	160	gr	300	\$ 5,70	\$ 3,04
4	Pan de molde	600	gr	1000	\$ 2,50	\$ 1,50
5	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,15
					costo total	\$ 9,67
					iva	12% \$ 1,16
					servicio	10% \$ 0,97
					P.V.P	P.V.P \$ 11,80



PREPARACION

1. Cremar la mantequilla y el queso roquefort.
2. Formar un sanduche con pan de molde, jamón serrano y queso.
3. Untar de mantequilla roquefort por el exterior.
4. Freír en una sartén, con mantequilla.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Sándwiches de jamón y queso

Código	023
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso mozzarella	160	gr	1000	\$ 4,80	\$ 0,77
2	Jamón york	160	gr	1000	\$ 4,50	\$ 0,72
3	Pan de molde	400	gr	1000	\$ 2,50	\$ 1,00
4	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,15
					costo total	\$ 2,64
					iva	12% \$ 0,32
					servicio	10% \$ 0,26
					P.V.P	P.V.P \$ 3,22



PREPARACION

1. Untar el pan de molde con la mantequilla, hornear hasta que se derrita la mantequilla.
2. Colocar el jamón y el queso. Meter al horno fuerte durante 10 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Sándwich de patatas y cebollas con queso

Código	024
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso emental	150	gr	300	\$ 3,90	\$ 1,95
2	Patatas fritas	400	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,32
3	Cebollas	320	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,40
4	Perejil	30	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,15
5	Mantequilla	30	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,09
7	Sal	10	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01
8	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05



	costo total	\$ 2,97
	iva	\$ 0,36
	servicio	\$ 0,30
	P.V.P	\$ 3,62

PREPARACION

1. Cortar la cebollas y las patatas. Reservar.
2. Armar los sandwiches con los ingredientes disponibles.
3. Envolver el sándwich en una hoja de aluminio y hornear a 180° C durante 1 hora aproximadamente. Puede gratinarse un poco por arriba.

**UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

receta estándar

Nombre del plato: Tostada con queso fundido

Código	025
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso mozzarella	40	gr	1000	\$ 4,80	\$ 0,19
2	Tomate	40	gr	40	\$ 0,10	\$ 0,10
3	Pan de molde	100	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,25
4	Pimienta	3	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,02
					costo total	\$ 0,56
					iva	\$ 0,07
					servicio	\$ 0,06
					P.V.P	\$ 0,68



PREPARACION

1. Tostar el pan y reservar.
2. Untar con mantequilla y se poner unas lonchas de queso encima.
3. Cortar el tomate en rodajas y se colocar encima del queso.
4. Añadir sal y pimienta al gusto y grillar hasta que el queso esté completamente fundido debajo del tomate.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Sincronizadas

Código	026
Porción	8
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso cheedar	350	gr	500	\$ 4,75	\$ 3,33
2	Tortillas de harina de trigo	400	gr	500	\$ 2,70	\$ 2,16
3	Jamón york	200	gr	1000	\$ 4,50	\$ 0,90
4	Salsa de tomate	200	gr	400	\$ 1,30	\$ 0,65
5	Crema agria	100	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,44
6	Hierbas aromáticas	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,10
7	Aceite	30	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,08
					costo total	\$ 7,65
					iva	\$ 0,92
					servicio	\$ 0,77
					P.V.P	\$ 9,33



PREPARACION

1. Rallar el queso y cortar el jamón en juliana. Calentar una sartén a fuego medio y colocar una tortilla en ella. Cubrir con queso y jamón. Sazonar al gusto. Napar con una cucharada. Montar una tortilla.
2. Tostar hasta que el queso se haya fundido y dar vuelta. Cortar en 4 trozos y servir apiladas. Servir con crema agria montada con hierbas aromáticas.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA

receta estándar

Nombre del plato: Sincronizadas Vegetarianas

Código	027
Porción	8
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso cheedar	350	gr	500	\$ 4,75	\$ 3,33
2	Tortillas de harina de trigo	400	gr	500	\$ 2,70	\$ 2,16
3	Champiñones	250	gr	1000	\$ 4,50	\$ 0,90
4	Salsa de tomate	200	gr	400	\$ 1,30	\$ 0,65
5	Crema agria	100	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,44
6	Hierbas aromáticas	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,10
7	Ajo	5	gr	50	\$ 0,50	\$ 0,05
8	Aceite	30	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,08
					costo total	\$ 7,71
					iva	12% \$ 0,92
					servicio	10% \$ 0,77
					P.V.P	\$ 9,40



PREPARACION

1.- Ralle el queso y reserve. Pele y pique los ajos muy finitos, y lave y filetee los champiñones. En una sartén con un poco de aceite, rehogue los ajos y, cuando estén blandos, añada los champiñones. Déjelos cocinarse hasta que reduzcan su líquido y sazone.

2.- Engrase otra sartén con un poquito de aceite y una servilleta de papel. Caliente la sartén a fuego medio y coloque una tortilla en ella. Cubra la tortilla con queso y champiñones. Tome otra tortilla y extienda una cucharada de salsa sobre ella. Pegue la tortilla con salsa por esta parte de la salsa con la que está en la sartén.

3.- Déjela tostarse hasta que el queso se haya fundido. Ponga un plato sobre la tortilla y dele la vuelta para que se dore la otra cara. Realice la misma operación con todas las tortillas. Cuando haya terminado con todas, córtelas en 4 trozos y sirva apiladas. Sívalas con crema agria con hierbas aromáticas picaditas.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Salsa carbonara

Código	028
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Nata	500	gr	250	\$ 1,10	\$ 2,20
2	Champiñones frescos	250	gr	500	\$,50	\$ 1,25
3	Pimiento	150	gr	50	\$ 0,10	\$ 0,30
4	Cebolla	80	gr	80	\$,10	\$ 0,10
5	Sal	10	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,05
6	Aceite de oliva	30	gr	1000	\$,25	\$ 0,30



	costo total	\$ 4,20
iva	12%	\$ 0,50
servicio	10%	\$ 0,42
P.V.P	P.V.P	\$ 5,12

PREPARACION

1. Cortar las cebollas en julianas.
2. Sofreír la cebolla a fuego medio y añadir el bacón cortado en tiritas y se continua cociendo hasta que la cebolla y el bacón estén dorados.
3. A parte saltear champiñones previamente lavados y troceados.
4. Añadir la cebolla y al bacón removiéndolo todo para que quede bien ligado.
5. Finalmente se incorpora la nata. Se deja cocer todo, removiendo de vez en cuando para que no se queme.
6. Se sirve bien caliente como acompañamiento de todo tipo de pastas e incluso pizzas.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Salsa roquefort

Código	029
Porción	4
peso porción	100

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso roquefort	250	gr	300	\$ 5,70	\$ 4,75
2	Vinagre	20	gr	400	\$ 2,50	\$ 0,13
3	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
4	Yogurt	150	gr	500	\$ 2,25	\$ 0,68
5	Sal	10	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,05
6	Aceite de oliva	30	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,30
					costo total	\$ 5,95
					iva	12% \$ 0,71
					servicio	10% \$ 0,60
					P.V.P	P.V.P \$ 7,26



PREPARACION

1. Disolver una ración de queso roquefort con aceite.
2. Añadir un poco de vinagre y sal.
3. Batirlo, mejor en la batidora.
4. Añadir crema o nata líquida en el momento de usar, dejar al frío como mínimo una media hora.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Pasta cuatro quesos

Código	030
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso roquefort	50	gr	300	\$ 5,70	\$ 0,95
2	Pasta	240	gr	400	\$ 0,80	\$ 0,48
3	Champiñones frescos	100	gr	500	\$ 2,50	\$ 0,50
4	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,15
5	Crema agria	40	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,18
6	Queso Cheedar	50	gr	500	\$ 4,75	\$ 0,48
7	Orégano	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
8	Queso emental	100	gr	300	\$ 3,90	\$ 1,30
9	Queso parmesano	30	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,17



	costo total	\$ 4,25
iva	12%	\$ 0,51
servicio	10%	\$ 0,43
P.V.P	P.V.P	\$ 5,19


PREPARACION

1. Calentar en una olla agua, sal y unas gotitas de aceite de oliva y poner al fuego.
2. Una vez hirviendo el agua, echar la pasta. Dejar unos 10 minutos. Escurrir la pasta y poner en una fuente. Reservar.
3. Cortar los champiñones en rodajas y freír en un poco de mantequilla.
4. Añadir la nata a los champiñones. Añadir el queso roquefort, cheddar y elemental rallado a fuego muy lento. Remover muy bien para hasta que se funde y se haga una salsa espesa.
5. En la pasta napar con la salsa y remover. Poner encima el queso parmesano rallado, y meter al horno a 210º durante 5-10 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Espaguetis con salsa Gorgonzola

Código	031
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso Gorgonzola	250	gr	300	\$ 4,00	\$ 3,33	
2	Vino blanco	250	gr	1000	\$ 3,75	\$ 0,94	
3	Salvia	20	gr	100	\$ 0,80	\$ 0,16	
4	Pasta	450	gr	400	\$ 0,80	\$ 0,90	
5	Crema agria	250	gr	250	\$ 1,10	\$ 1,10	
6	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,15	
7	Maicena	40	gr	300	\$ 0,60	\$ 0,08	
8	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
9	Sal	15	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01	
					costo total	\$ 6,72	
					iva	12%	\$ 0,81
					servicio	10%	\$ 0,67
					P.V.P	P.V.P	\$ 8,20

PREPARACION

1. Trocear el queso en migas.
2. Derretir 1 nuez de mantequilla en una cazuela de fondo grueso y añadir una parte de queso.
3. Fundir a fuego muy lento, durante 3 minutos. Añadir la nata, el vermut y la maicena, batiendo bien para que emulsione.
4. Añadir la salvia picada y, cuando la salsa haya espesado, apartar del fuego y reservar.
5. Cocinar la pasta en abundante agua hirviendo, escurrir bien y mezclar con la mantequilla restante, de modo que la pasta quede bien engrasada.
6. Calentar y servir calientes. Espolvorear encima el Gorgonzola reservado.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Receta Raclette

Código	032
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso Bagnes	250	gr	300	\$ 4,50	\$ 3,75
2	Patatas	400	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,32
3	Pepinillos en vinagre	100	gr	250	\$ 3,50	\$ 1,40
4	Cebollitas en vinagre	100	gr	250	\$ 2,80	\$ 1,12
5	Vino tinto	250	gr	1000	\$ 3,75	\$ 0,14
6	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
					costo total	\$ 6,78
					iva	12% \$ 0,81
					servicio	10% \$ 0,67
					P.V.P	P.V.P \$ 8,26



PREPARACION

- 1.- Se hierven las patatas con piel. Se tienen preparados unos bolls con los pepinillos, las cebollitas.
- 2.- Los platos deben de mantenerse calientes, para que cuando vayamos fundiendo el queso y lo depositemos en el plato no se enfríe demasiado deprisa.
- 3.- Cada comensal coge una patata con piel, se la abre en su plato, le pone pimienta, pepinillos y las cebolleta, y al queso fundido se deja caer sobre la patata rellena o en un lado si se prefiere.

**UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

receta estándar

Nombre del plato: Soufflé de queso cabrales

Código	033
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Mantequilla	30	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,09
2	Harina	40	gr	500	\$ 0,50	\$ 0,04
3	Leche	250	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,20
4	Sal	15	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01
5	Nuez moscada	10	gr	50	\$ 1,70	\$ 0,34
6	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
7	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,28
8	Queso feta	125	gr	250	\$ 4,50	\$ 2,25
9	Mantequilla	30	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,09
					costo total	\$ 3,35
					iva	12% \$ 0,40
					servicio	10% \$ 0,34
					P.V.P	P.V.P \$ 4,09



PREPARACION

1. Untar de mantequilla los moldes. Reservar.
2. Hacer una bechamel.
3. Soufflé: Montar las claras a punto de nieve. Mezclar las yemas con la bechamel, queso azul y cremar.
4. Mezclar a las claras montadas y seguidamente se llenan los moldes (sólo $\frac{3}{4}$ partes del molde).
5. Hornear por 20 minutos, a 200°. El soufflé tiene que estar dorado y tiene que haber subido. Se sirven inmediatamente.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Fondue de queso

Código	034
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	400	gr	1000	\$ 7,40	\$ 2,96
2	Queso emmental	200	gr	300	\$ 3,90	\$ 2,60
3	Queso fontina	100	gr	300	\$ 3,50	\$ 1,17
4	Vino blanco	400	gr	1000	\$ 3,75	\$ 1,50
5	Nuez moscada	10	gr	50	\$ 1,70	\$ 0,34
6	Ajo	10	gr	50	\$ 0,50	\$ 0,10
7	Aguardiente de cerezas	30	gr	500	\$ 2,00	\$ 0,12
8	Maicena	15	gr	300	\$ 0,60	\$ 0,03
9	Pan francés	300	gr	500	\$ 1,30	\$ 0,78
					costo total	\$ 9,60
					iva	\$ 1,15
					servicio	\$ 0,96
					P.V.P	\$ 11,71



PREPARACION

1. Frotar el interior de un cuenco con el diente de ajo, incorporar los quesos picados en cubos pequeños junto con el vino.
2. Revolver continuamente con cuchara de madera hasta que la preparación esté homogénea.
3. Incorporar el aguardiente de cerezas, si fuera necesario darle una consistencia más espesa, se puede agregar el almidón de maíz.
4. Cortar el pan francés en cubos y con un pincho remojarlo en la preparación.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Fondue de hamburguesa

Código	035
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	400	gr	1000	\$ 7,40	\$ 2,96
2	Queso emmental	200	gr	300	\$ 3,90	\$ 2,60
3	Queso fontina	100	gr	300	\$ 3,50	\$ 1,17
4	Vino blanco	400	gr	1000	\$ 3,75	\$ 1,50
5	Nuez moscada	10	gr	50	\$ 1,70	\$ 0,34
6	Ajo	10	gr	50	\$ 0,50	\$ 0,10
7	Aguardiente de cerezas	30	gr	500	\$ 2,00	\$ 0,12
8	Maicena	15	gr	300	\$ 0,60	\$ 0,03
9	Pan francés	300	gr	500	\$ 0,75	\$ 0,45
10	Carne molida	200	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,72
11	Harina	100	gr	500	\$ 0,50	\$ 0,10
12	Huevo	60	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,14



	costo total	\$ 10,23
iva	12%	\$ 1,23
servicio	10%	\$ 1,02
P.V.P	P.V.P	\$ 12,48

PREPARACION

1. Se hace la fondue de queso y una vez esté hecha, se prepara la carne.
2. Formar la hamburguesa en bolitas en un peso de 40gr.
3. Freír en abundante aceite.
4. Se utilizarán las bolas de carne en lugar del pan mojándolas en el queso.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Arroz a la pamesana

Código	036
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso parmesano	150	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,85
2	Arroz	450	gr	500	\$ 0,45	\$ 0,41
3	Jamón	100	gr	1000	\$ 3,50	\$ 0,35
4	Cebolla	0,8	gr	0,8	\$ 0,10	\$ 0,10
5	Pasta de tomate	60	gr	100	\$ 0,70	\$ 0,42
6	Pimentón dulce	10	gr	50	\$ 0,50	\$ 0,10
7	Caldo de carne	30	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,15
8	Sal	15	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01



	costo total	\$ 2,39
iva	12%	\$ 0,29
servicio	10%	\$ 0,24
P.V.P	P.V.P	\$ 2,91

PREPARACION

1. Picar los ingredientes en brunoise. Sofreír en aceite hasta dorar e incorporar el arroz hasta secar.
2. Añadir el caldo y dejar cocer todo junto por un espacio de 10 minutos a fuego fuerte.
3. Añadir ½ del queso y revolver bien y cocina a fuego medio 15 minutos más.
4. Espolvorear la otra mitad del queso y se gratinar.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Aguacates rellenos de queso Idiazábal

Código	037
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso idiazábal	125	gr	500	\$ 6,10	\$ 1,53
2	Aguacates	400	gr	100	\$ 0,30	\$ 1,20
3	Atún en aceite	200	gr	300	\$ 2,25	\$ 1,50
4	Lechuga	150	gr	200	\$ 0,60	\$ 0,45
5	Pimiento verde	40	gr	60	\$ 0,10	\$ 0,07
6	Vinagre	60	gr	1000	\$ 2,70	\$ 0,16
7	Aguardiente de cerezas	30	gr	500	\$ 2,00	\$ 0,12
8	Aceite de oliva	15	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,05
9	Sal	15	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01
					costo total	\$ 5,08
					iva	12% \$ 0,61
					servicio	10% \$ 0,51
					P.V.P	P.V.P \$ 6,20




PREPARACION

1. Vaciar el aguacate y reservar su corteza.
2. Picar los vegetales en brunoise y reservar.
3. Crear la pulpa del aguacate con el queso Idiazábal y mezclar bien.
4. Hacer una vinagreta con aceite de oliva, vinagre, sal y los vegetales picados.
5. Montar en la corteza del aguacate se pone un pequeño lecho de lechuga, encima una capa la crema de aguacate.
6. Una vez montado, se rocían con la salsa vinagreta preparada anteriormente.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Barcas de gruyere

Código	038
Porción	4
peso porción	

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso Gruyere	300	gr	1000	\$ 7,40	\$ 2,22	
2	Leche	400	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,32	
3	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,28	
4	Harina	150	gr	500	\$ 0,50	\$ 0,15	
5	Perejil	50	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,25	
6	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
7	Sal	15	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01	
					costo total	\$ 3,28	
					iva	12%	\$ 0,39
					servicio	10%	\$ 0,33
					P.V.P	P.V.P	\$ 4,00

PREPARACION

1. Cortar el queso gruye en juliana.
2. Macerar en leche fría por espacio de 2 horas.
3. Pasado ese tiempo se sacar, pasar por harina, por huevo y se fríen con aceite muy caliente.
4. Picar el perejil y espolvorear en las barcas.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Carpaccio de champiñones con Idiazábal

Código	039
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso Idiazábal	200	gr	500	\$ 6,10	\$ 2,44	
2	Champiñones	400	gr	500	\$ 2,50	\$ 2,00	
3	Pimiento	60	gr	60	\$ 0,10	\$ 0,10	
4	Ron	150	gr	1000	\$ 7,00	\$ 1,05	
5	Limón	50	gr	100	\$ 0,10	\$ 0,05	
6	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
7	Sal	15	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01	
					costo total	\$ 5,70	
					iva	12%	\$ 0,68
					servicio	10%	\$ 0,57
					P.V.P	P.V.P	\$ 6,96

PREPARACION

1. Cortar los champiñones en láminas, salpimentar, macerar con el zumo de limón por encima, el ron; en la nevera una ½ hora.
2. Cortar el bacón en julianas y dorar en una sartén con un poco aceite de oliva. Reserva.
3. Sacar de la nevera los champiñones y mezclar con el bacón, espolvorear el queso rallado o en laminillas muy finas y se sirve.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Consomé vienés al gruyere

Código	040
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	200	gr	1000	\$ 7,40	\$ 1,48
2	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,28
3	Harina	60	gr	500	\$ 0,50	\$ 0,06
4	Leche	100	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,08
5	Caldo de carne	50	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,25
6	Sal	15	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01
					costo total	\$ 2,16
					iva	12% \$ 0,26
					servicio	10% \$ 0,22
					P.V.P	P.V.P \$ 2,64



PREPARACION

1. Batir los huevos y añadiendo la leche y la harina, luego el queso rallado mezclando bien, para que no se hagan grumos. Dejar reposar.
2. Freír las tortillas finitas y dejar enfriar. Una vez frías, se cortan en julianas.
3. Poner en cada consomera y añadir el caldo caliente.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Crema de calabacines

Código	041
Porción	4
peso porción	200

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso fresco	250	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,90
2	Calabacines	240	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,48
3	Leche	200	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,16
4	Cebolla	0,8	gr	0,8	\$ 0,10	\$ 0,10
5	Pimiento verde	40	gr	60	\$ 0,10	\$ 0,07
6	Nuez moscada	60	gr	50	\$ 1,70	\$ 2,04
7	Caldo de carne	15	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,08
8	Sal	15	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,01
					costo total	\$ 3,83
					iva	12% \$ 0,46
					servicio	10% \$ 0,38
					P.V.P	P.V.P \$ 4,68



PREPARACION

1. Trocear el calabacín. Sofreímos en aceite junto con la cebolla hasta quedar blandita.
2. Añadir la leche, el agua, sal y una pizca de nuez moscada, y cocinar a fuego suave unos 10 minutos o hasta que el calabacín esté blandito.
3. Finalmente añadir los quesos, reposamos un poco para que se ablanden y lo batimos todo en la batidora. Servimos bien caliente.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Ensalada de pasta con queso

Código	042
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso emmental	200	gr	300	\$ 3,90	\$ 2,60
2	Macarrones	500	gr	500	\$ 0,90	\$ 0,90
3	Atún en aceite	300	gr	300	\$ 2,25	\$ 2,25
4	Tomates	300	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,38
5	Huevos	240	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,56
6	Aceite	40	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,10
7	Pimienta	15	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,08
8	Sal	5	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,00



	costo total	\$ 6,86
	iva	12% \$ 0,82
	servicio	10% \$ 0,69
	P.V.P	P.V.P \$ 8,37

PREPARACION

1. Cocinar los huevos, pelar y cortar en media luna.
2. Lavar, pelar y cortar los tomates en rodajas.
3. Escurrir bien el atún y partirlo en trozos. Cortar el queso en finas lonchas.
4. Cocer la pasta en agua hirviendo con sal, escurrir y enfriar.
5. Mezclar todos los ingredientes en una ensaladera grande, sazonar con aceite, sal y pimienta molida. Servir frío.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Ensalada de champiñones y queso parmesano

Código	043
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso parmesano	100	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,57
2	Champiñones	300	gr	500	\$ 2,50	\$ 1,50
3	Apio	50	gr	150	\$ 0,60	\$ 0,20
4	Albahaca	30	gr	100	\$ 1,20	\$ 0,36
5	Limón	50	gr	100	\$ 0,10	\$ 0,05
6	Aceite de oliva	30	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,10
7	Pimienta	15	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,08
8	Sal	5	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,00
					costo total	\$ 2,85
					iva	12%
					servicio	10%
					P.V.P	P.V.P
						\$ 3,48



PREPARACION

1. Lavar los tallos de apio, limpiar y cortar en rodajas finas. Lavar las hojas de albahaca y cortar en juliana.
2. Cortar el queso parmesano en láminas finas. Exprimir el zumo de limón y reservar.
3. Lavar y cortar en rodajas los champiñones, rociar con la mitad del zumo de limón para que no se oxiden.
4. Preparar la vinagreta, mezclando en un bol el resto del zumo de limón, las 4 cucharadas de aceite de oliva, la sal y la pimienta.
5. En una ensaladera, colocar los champiñones, el apio y la albahaca, luego rociar con la vinagreta y mezclar la ensalada. Por último, añadir las láminas de queso parmesano y decorar con unas hojas de albahaca.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Ensalada de endivias con roquefort

Código	044
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso roquefort	100	gr	300	\$ 5,70	\$ 1,90
2	Endivias	200	gr	400	\$ 1,00	\$ 0,50
3	Pechugas de pollo	1000	gr	500	\$ 1,20	\$ 2,40
4	Albahaca	30	gr	100	\$ 1,20	\$ 0,36
5	Tomate	80	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,10
6	Aceite de oliva	50	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,10
7	Pimienta	15	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,08
8	Puerros	100	gr	400	\$ 0,70	\$ 0,18
9	Huevo	60	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,14
10	Vinagre	30	gr	1000	\$ 2,70	\$ 0,28
11	Alcaparras	40	gr	220	\$ 4,10	\$ 0,80
12	Sal	5	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,05
					costo total	\$ 6,89
					iva	12% \$ 0,82
					servicio	10% \$ 0,68
					P.V.P	P.V.P \$ 8,39



PREPARACION

1. Cocemos las pechugas de pollo (previamente salpimentadas) en una cacerola con agua caliente y un poco de sal. También se pondrán las verduras (tomate, puerros y ramita de perejil).
2. Luego limpiamos las verduras y colocamos las hojas de endivia en un lado de una fuente. Por el otro, las hojas de lechuga. Disponemos el tomate en el centro cortado en rodajas.
3. Para la vinagreta, incorporamos un bol aceite, vinagre, sal y las alcaparras. Seguidamente trituramos el roquefort con un tenedor hasta obtener una pasta; lo incorporamos al bol. Batimos la vinagreta hasta que ligue.
4. Cortamos las pechugas en juliana y distribuimos a los lados de las rodajas de tomate.
5. Cortamos el huevo cocido en cuatro y ponemos por encima del tomate. Condimentamos con la vinagreta la ensalada con la vinagreta y servimos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Ensalada con cabrales

Código	045
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso cabrales	100	gr	250	\$ 4,50	\$ 1,80	
2	Lechuga	200	gr	200	\$ 0,60	\$ 0,60	
3	Pepino	80	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,10	
4	Mostaza	30	gr	150	\$ 0,50	\$ 0,10	
5	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
6	Anchoas	40	gr	225	\$ 5,80	\$ 1,03	
7	Aceite de oliva	40	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,13	
8	Orégano	40	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,20	
9	Huevo	60	gr	60	\$ 0,10	\$ 0,10	
10	Albahaca	40	gr	100	\$ 1,10	\$ 0,44	
11	Pan	300	gr	100	\$ 0,15	\$ 0,45	
					costo total	\$ 5,00	
					iva	12%	\$ 0,60
					servicio	10%	\$ 0,50
					P.V.P	P.V.P	\$ 6,10

PREPARACION

1. Pelar las verduras y vegetales, trabajar cortes regulares para su presentación.
2. Cocinar el huevo hasta estar duro, pelar y cortar en media luna.
3. Tostar rebanadas de pan y se cortar en dados.
4. Hacer vinagreta: con una cucharada de mostaza, la sal, la albahaca, que se liga con bastante aceite y por último se añade el vinagre. Se echa por encima, se remueve bien y se sirve.
5. Se mezcla en una ensaladera. Se monta en los platos, decorar con los huevos, anchoas y pan.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Ensalada con gruyere

Código	046
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	150	gr	1000	\$ 7,40	\$ 1,11
2	Lechuga	200	gr	200	\$ 0,60	\$ 0,60
3	Pepino	80	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,10
4	Mostaza	30	gr	150	\$ 0,50	\$ 0,10
5	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,14
6	Papas	200	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,18
7	Aceite de oliva	30	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,05
8	Orégano	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,20
9	Vinagre	20	gr	1000	\$ 2,70	\$ 0,28
10	Albahaca	20	gr	100	\$ 1,10	\$ 0,80



	costo total	\$ 3,56
	iva	12% \$ 0,43
	servicio	10% \$ 0,35
	P.V.P	P.V.P \$ 4,34

PREPARACION

1. Limpiar bien la piel de las patatas, poner a hervir con agua y sal. Cuando ya estén cocidas, se les quita la piel y se corta la patata a trozos no muy pequeños.
2. Se limpia la ensalada y se prepara en una ensaladera.
3. Lo mismo se hace con la cebolla, que se corta con láminas finas.
4. Se le añaden la patata.
5. El gruyere se corta a dados y se echa sobre ésta.
6. Se prepara una salsa: con una cucharada de mostaza, la sal, que se liga un poquito con el aceite y por último se añade el vinagre y una pizca de pimienta. Se echa por encima, se remueve bien y se sirve.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Ensalada de escarola al roquefort	Código	047
	Porción	4
	peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso roquefort	150	gr	300	\$ 5,70	\$ 2,85
2	Lechuga escarola	200	gr	200	\$ 0,60	\$ 0,60
3	Cebolla	80	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,10
4	Mostaza de Dijon	30	gr	350	\$ 3,80	\$ 0,33
5	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,14
6	Aceite de oliva	20	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,05
7	Vinagre	20	gr	1000	\$ 2,70	\$ 0,28
8	Albahaca	20	gr	100	\$ 1,10	\$ 0,80



	costo total	\$ 5,15
iva	12%	\$ 0,61
servicio	10%	\$ 0,51
P.V.P	P.V.P	\$ 6,27

PREPARACION

1. Se limpia la escarola y se prepara en una ensaladera.
2. Lo mismo se hace con la cebolla, que se corta con láminas finas.
3. El roquefort se desmiga con los dedos sobre ésta.
4. Se prepara una salsa con una cucharada de mostaza, la sal, la pimienta, la albahaca, que se liga un poquito con el aceite y por último se añade el vinagre. Se echa por encima, se remueve bien y se sirve.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Sopa de calabacines con queso

Código	048
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso fresco	200	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,72	
2	Calabacines	300	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,60	
3	Caldo de carne	25	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,13	
4	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,14	
5	Sal	12	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,08	
					costo total	\$ 1,67	
					iva	12%	\$ 0,20
					servicio	10%	\$ 0,16
					P.V.P	P.V.P	\$ 2,03

PREPARACION

1. Se limpian y se pelan los calabacines. Se cortan a rodajas muy finas.
2. Se ponen a hervir los calabacines con agua y la pastilla de caldo y sal (poca) durante 20 minutos.
3. Se pasan por la batidora añadiendo los quesitos o la porción de queso mezclándolos bien en las tandas que sean necesarias.
4. Se añade pimienta y unas hojas de perejil.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Sopa de cebolla

Código	049
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso fresco	200	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,72
2	Mantequilla	300	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,90
3	Tomillo	25	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,13
4	Jerez	20	gr	1000	\$ 6,50	\$ 0,14
5	Cebolla	160	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,20
6	Sal	10	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,08



	costo total	\$ 2,17
	iva	12% \$ 0,26
	servicio	10% \$ 0,21
	P.V.P	P.V.P \$ 2,64

PREPARACION

1. En una olla ponemos el aceite de oliva y la mantequilla, calentamos un poco. Cortamos las cebollas en rodajas y las añadimos a la olla.
2. Dejamos que doren hasta que las cebollas tengan un dorado suave, movemos para que no se quemen, unos 20 minutos así.
3. Añadimos sal, pimienta y un poco de tomillo, y luego añadir aproximadamente 1 / 2 taza de jerez seco, dejamos que el jerez desglase y que se evapore.
4. Agregamos unas 6 tazas de caldo de carne. Llevamos a ebullición, y se apagará, dejamos reposar más o menos una hora antes de servir, si se enfría volvemos a calentar, pero es importante el reposo.
5. Mientras reposa vamos preparando los crotones, ponemos en horno una bandeja con pan de molde cortado, y con un chorro de aceite de oliva encima, dejamos que dore y reservamos.
6. Al momento de servir, ponemos encima los crotones, espolvoreamos con queso gruyere rallado y hojitas de tomillo, y esperamos que el queso se derrita.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Sopa de cebolla a la francesa

Código	050
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso gruyere	100	gr	1000	\$ 7,40	\$ 0,74	
2	Cebolla	160	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,20	
3	Caldo de carne	25	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,13	
4	Brandy	50	gr	1000	\$ 6,00	\$ 0,30	
5	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,14	
6	Pan	400	gr	100	\$ 0,15	\$ 0,18	
7	Aceite de oliva	30	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,05	
8	Orégano	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,20	
9	Mostaza	20	gr	150	\$ 0,50	\$ 0,28	
					costo total	\$ 2,22	
					iva	12%	\$ 0,27
					servicio	10%	\$ 0,22
					P.V.P	P.V.P	\$ 2,71

PREPARACION

1. Pelar y laminar las cebollas en finísimas rodajas.
2. Calentar el aceite en una sartén y saltear las cebollas hasta dorarlas.
3. Añadir el caldo, las hierbas, la levadura, el brandy y la mostaza, salpimentar y llevar a ebullición. Tapar y dejar cocinar a fuego lento durante 15 minutos.
4. Servir en cuencos con el pan o los picatostes y el queso esparcido sobre la superficie. Meter en el horno con el grill encendido unos minutos para que se derrita bien el queso.
5. Se coloca en un gran bol o en la sopera que vayamos a sacar a la mesa.
6. Se añaden las uvas por encima.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Berenjenas con queso

Código	051
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso mozzarella	200	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,72
2	Berenjenas	300	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,90
3	Espinaca	1000	gr	250	\$ 0,50	\$ 2,00
4	Aceite de oliva	20	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,14
5	Sal	12	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,08
					costo total	\$ 3,84
					iva	12% \$ 0,46
					servicio	10% \$ 0,38
					P.V.P	P.V.P \$ 4,68



PREPARACION

1. Se ponen las berenjenas fileteadas en una fuente, con sal y un poco de aceite de oliva.
2. Encima se ponen unas lonchas de queso.
3. Encima puedes poner la hortaliza, que más guste como pueden ser espinacas, ensalada o bien seitan o tofu y volver a poner una loncha de queso.
4. Si se ponen espinacas, primero tiene que hervirse apenas un par de minutos y escurrirlas bien.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Crema de queso con Cruditès

Código	052
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso crema	250	gr	250	\$ 2,40	\$ 2,40	
2	Crema	150	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,66	
3	Cebollas	160	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,20	
4	Zanahorias	150	gr	150	\$ 0,10	\$ 0,10	
5	Pepino	360	gr	120	\$ 0,90	\$ 0,14	
6	Apio	10	gr	150	\$ 0,60	\$ 0,18	
7	Limón	60	gr	60	\$ 0,10	\$ 0,05	
8	Pimienta	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,20	
					costo total	\$ 3,93	
					iva	12%	\$ 0,47
					servicio	10%	\$ 0,39
					P.V.P	P.V.P	\$ 4,79

PREPARACION

1. Picar la cebolleta muy finita y mezclar bien todos los ingredientes.
2. Salpimentar y servir bien frío.
3. Pelar y cortar los vegetales en palitos para tomar la crema sumergiéndolos en ella.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Crema de calabaza con roquefort

Código	053
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso roquefort	50	gr	300	\$ 5,70	\$ 0,95	
2	Calabaza	500	gr	1500	\$ 2,50	\$ 0,83	
3	Cebolla	80	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,10	
4	Leche	250	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,20	
5	Mantequilla	40	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,14	
6	Papas	200	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,18	
7	Caldo de vegetales	25	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,05	
8	Crema	125	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,20	
9	Pimienta	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,28	
					costo total	\$ 2,93	
					iva	12%	\$ 0,35
					servicio	10%	\$ 0,29
					P.V.P	P.V.P	\$ 3,57


PREPARACION

1. Pelar y trocear las verduras. Si la calabaza está muy dura puede cocerse con piel y quitársela antes de triturar el guiso.
2. Derretir la mantequilla en una sartén y saltear la cebolla a fuego lento hasta que quede transparente.
3. Añadir la calabaza, la patata, la leche y el caldo. Llevar a ebullición.
4. Bajar el fuego, tapar y dejar cocinar 20 minutos.
5. Dejar enfriar ligeramente antes de pasar la mezcla por el pasapurés o la batidora.
6. Devolver a la cazuela y, a fuego muy lento, añadir la nata y el roquefort troceado, removiendo hasta que éste se derrita. Rectificar de sal y pimienta.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Quesadillas

Código	054
Porción	12
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso cheddar	200	gr	500	\$ 4,75	\$ 1,91	
2	Tortillas mexicanas	200	gr	500	\$ 2,70	\$ 1,08	
3	Guindillas	50	gr	240	\$ 3,20	\$ 0,67	
					costo total	\$ 3,65	
					iva	12%	\$ 0,44
					servicio	10%	\$ 0,36
					P.V.P	P.V.P	\$ 4,45

PREPARACION

1. Mientras pones a calentar en una sartén con apenas aceite, tomas cada tortilla mexicana, le colocas algo de queso dentro y le añades un poco de guindillas. Recuerda bien de quitarle las semillas para que no queden picantes.
2. Paso siguiente tendrás que ir friéndolas una por una. Lo ideal es hacerla como la imagen lo muestra, es decir, dobladas al medio y presionando bien en los bordes para evitar que el queso se escape. Cuando esté el queso derretido y las tortillas doradas, pues será el momento de retirar del fuego.
3. Por supuesto, esta es la receta básica de las quesadillas. Puedes añadirle infinidad de variantes sobre estos mismos ingredientes. Frijoles, judías, pollo y cualquier tipo de vegetal que creas que puede combinar tienen lugar en una buena quesadilla.
4. Y para acompañar, nada como guacamole, además de unos buenos frijoles negros.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Ovnis de huevo y queso

Código	055
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso mozzarella	100	gr	1000	\$ 4,80	\$ 0,48	
2	Huevos	240	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,56	
3	Maicena	30	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,04	
4	Leche	250	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,20	
5	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,14	
6	Harina	40	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,18	
7	Perejil	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
8	Nuez moscada	10	gr	50	\$ 1,70	\$ 0,20	
9	Aceite	150	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,38	
					costo total	\$ 2,23	
					iva	12%	\$ 0,26
					servicio	10%	\$ 0,22
					P.V.P	P.V.P	\$ 2,71

PREPARACION

1. Derretir la mantequilla en una sartén y espolvorear la maicena removiendo hasta disolverla en la mantequilla.
2. Apartar del fuego y añadir, muy poco a poco, la leche, sin dejar de remover, hasta conseguir una textura espesa y uniforme.
3. Añadir el queso rallado, esperar a que se derrita y añadir entonces la nuez moscada, el perejil y los huevos picados. Apartar del fuego y dejar enfriar ligeramente.
4. Cuando la mezcla se haya enfriado un poco, hacer con la masa pequeñas formas redondas y achatadas.
5. Rebozar los discos en la harina y freír en aceite a fuego fuerte hasta que se doren.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Quiche de cebolla

Código	056
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso fresco	150	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,54
2	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,28
3	Cebollas	240	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,30
4	Queso parmesano	75	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,43
5	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,14
6	Pasta quebrada	800	gr	800	\$ 4,20	\$ 4,20
7	Pimienta	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,10
					costo total	\$ 5,99
					iva	12% \$ 0,72
					servicio	10% \$ 0,59
					P.V.P	P.V.P \$ 7,30



PREPARACION

1. Pelar las cebollas y cortarlas en rodajas muy finas. Derretir la mantequilla y rehogar las cebollas sin que se doren. Apartar del fuego.
2. En un cuenco, mezclar las cebollas con los huevos bien batidos, el queso rallado, la nata, la sal y la pimienta blanca.
3. Precalentar el horno a temperatura media. Extender la pasta quebrada con un rodillo, sobre una superficie enharinada.
4. Tapizar con ella un molde de horno y pinchar repetidamente con un tenedor. Meter en el horno unos 7 minutos, hasta que la pasta comience a tomar color.
5. Sacar del horno y verter la preparación en el molde con un poquito de mantequilla esparcida por encima.
6. Hornear 20 minutos más, hasta que la superficie quede dorada y abultada.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Patatas rellenas de pategraz

Código	057
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso pategraz	200	gr	500	\$ 6,00	\$ 2,40
2	Crema	100	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,44
3	Patatas	1000	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,80
4	Leche	500	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,40
5	Mantequilla	25	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,14
6	Aceite de oliva	40	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,18
7	Perejil	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05



	costo total	\$ 4,41
	iva	12%
	servicio	10%
	P.V.P	P.V.P
		\$ 5,38

PREPARACION

1. Pelar las patatas y cortar en ruedas, poniéndoles sal.
2. Poner en una sartén a freírse sólo un poquito.
3. Luego se coge una fuente de horno, se unta con un poco de mantequilla y se instalan las patatas en el fondo.
4. Se espolvorea con queso por encima, un poquito de pimienta y el perejil. Se ponen tantas capas como sea necesario
5. Al final se echa por encima la leche y la nata. Se ponen trocitos de mantequilla en la superficie y se pone a gratinar hasta que se dore.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Patatas rellenas de queso

Código	058
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso gouda	80	gr	300	\$ 6,50	\$ 1,73	
2	Crema	250	gr	250	\$ 1,10	\$ 1,10	
3	Patatas	500	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,40	
4	Cebollas	160	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,20	
5	Mantequilla	40	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,14	
6	Pimienta	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,18	
					costo total	\$ 3,75	
					iva	12%	\$ 0,45
					servicio	10%	\$ 0,37
					P.V.P	P.V.P	\$ 4,57

PREPARACION

1. Cocer las patatas enteras y con piel hasta que estén hechas. Pelarlas y con una cucharita, hacer un agujero en la parte superior y vaciarlas, dejando un dedo de grosor.
2. Moler bien la pulpa de la patata mezclándola con la nata, el cebollino y la mitad de la mantequilla, debe quedar suave y lisa. Sazonar con sal y pimienta.
3. Poner una tajada de queso gouda en el fondo de cada patata y rellenarlas con la mezcla anterior, poner encima otras rebanadas de queso.
4. Introducir las papas en una fuente, pintar los bordes con el resto de la mantequilla y meter en el horno moderado hasta que estén calientes y el queso derretido.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Puré de calabacín

Código	059
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso roquefort	120	gr	500	\$ 6,00	\$ 1,44
2	Cebolla	80	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,35
3	Patatas	250	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,20
4	Crema	50	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,22
5	Calabacines	500	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,14
6	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,18
7	Caldo de carne	25	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,05



	costo total	\$ 2,58
	iva	12% \$ 0,31
	servicio	10% \$ 0,25
	P.V.P	\$ 3,14

PREPARACION

1. Poner a hervir en agua, sal y dos pastillas de caldo de carne, los calabacines pelados y cortados en trozos grandes, las patatas peladas y partidas en 4, la cebolla cortada por la mitad.
2. Cuando se estén cocidos, se pasan por la batidora o por el pasapurés, con el espesor que cada uno desee.
3. Se echa en una cazuela, se rectifica de sal, se pone un poco de pimienta y se le añade el queso y la nata. Se remueve hasta que quede un puré homogéneo.
4. Se sirve así o con picatostes de pan frito, según el gusto de cada casa.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Endivias en suflé

Código	060
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso fresco	100	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,36
2	Queso parmesano	75	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,43
3	Mantequilla	75	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,23
4	Huevos	240	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,56
5	Crema	250	gr	250	\$ 1,10	\$ 1,10
6	Limón	80	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,18
7	Endivias	240	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,40



	costo total	\$ 3,25
	iva	12% \$ 0,39
	servicio	10% \$ 0,32
	P.V.P	P.V.P \$ 3,96

PREPARACION

1. Lavar las endivias y cortar la base, secarlas bien y cortar longitudinalmente.
2. Colocar en una cacerola con sal, mantequilla y el zumo de limón.
3. Tapar en una olla hermética y cocer media hora.
4. En un cuenco, mezclar los huevos con el queso fresco y el parmesano rallado.
5. Batir bien la masa, añadir la nata, batir de nuevo y salpimentar.
6. Precalentar el horno a temperatura fuerte. Colocar las endivias en una fuente de horno y verter la crema sobre ellas.
7. Hornear 10 minutos.
8. Bajar la temperatura y dejar cocinarse 15 minutos más hasta que se doren.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: San Jacobo de berenjenas

Código	061
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso mozzarella	200	gr	1000	\$ 4,80	\$ 0,96
2	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,28
3	Berenjenas	300	gr	100	\$ 0,20	\$ 0,60
4	Jamón york	200	gr	1000	\$ 4,50	\$ 0,90
5	Pan rallado	200	gr	250	\$ 0,90	\$ 0,14
6	Harina	100	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,18
7	Aceite	200	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,38



	costo total	\$ 3,44
	iva	12%
	servicio	10%
	P.V.P	P.V.P
		\$ 4,19

PREPARACION

1. Pelar y cortar la berenjena en lámina finas y poner a remojar en agua con sal unos cinco o diez minutos. Escurrir en papel de cocina
2. Montar el san Jacobo, alternando berenjena, jamón, queso y berenjena.
3. Batir los huevos.
4. Pasar el san Jacobo por harina, huevo y pan rallado.
5. Freír en aceite y listo.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Berenjenas parmesanas

Código	062
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso parmesano	50	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,28
2	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,28
3	Pan	200	gr	100	\$ 0,15	\$ 0,30
4	Leche	125	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,10
5	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,14
6	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,18
7	Berenjena	400	gr	100	\$ 0,20	\$ 0,80
8	Aceite	150	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,38



	costo total	\$ 2,46
iva	12%	\$ 0,30
servicio	10%	\$ 0,24
P.V.P	P.V.P	\$ 3,00

PREPARACION

1. En una olla con abundante agua hirviendo, cocer las berenjenas enteras.
2. Cortar longitudinalmente y, con una cucharilla, sacar la pulpa de las berenjenas.
3. Picar y sofreír la carne de las berenjenas con un poquito de aceite.
4. En la taza de leche, remojar el pan duro y, luego, escurrirlo bien.
5. Fuera del fuego, añadir el pan remojado, el queso rallado y los huevos a la carne de berenjena, y mezclar bien. Salpimentar bien la mezcla y rellenar con ella las berenjenas.
6. Colocar las mitades rellenas de berenjena en una fuente de horno, espolvorear el pan rallado sobre ellas y poner un poquito de mantequilla sobre cada mitad.
7. Meter en el horno precalentado a temperatura media unos 20 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Tarta de queso y aceitunas

Código	063
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	200	gr	1000	\$ 7,40	\$ 1,48
2	Huevos	240	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,56
3	Pasta quebrada	400	gr	800	\$ 4,50	\$ 2,25
4	Leche	250	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,20
5	Mantequilla	50	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,14
6	Aceituna verde	120	gr	450	\$ 3,80	\$ 1,05
7	Pimienta	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05



costo total		\$ 5,73
iva	12%	\$ 0,69
servicio	10%	\$ 0,57
P.V.P	P.V.P	\$ 6,99

PREPARACION

1. Coger un molde para quiche se unta de mantequilla y se extiende el film de pasta quebrada por encima apretándolo bien con los dedos.
2. Se ponen dados de queso en el fondo, bolitas de mantequilla y las aceitunas.
3. Se baten los 4 huevos y se mezclan con un poco de leche. Se les hecha un poco de sal y pimienta.
4. Se cubre todo el relleno del molde con los huevos. Se espolvorea de queso rallado y se ponen trocitos de mantequilla.
5. Se coloca en el horno a 240°, previamente calentado, durante ½ hora más o menos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Tomates rellenos de feta

Código	064
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso feta	200	gr	250	\$ 4,50	\$ 3,60	
2	Huevos	60	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,14	
3	Tomates	480	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,60	
4	Arroz	250	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,20	
5	Pimienta	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
					costo total	\$ 4,59	
					iva	12%	\$ 0,55
					servicio	10%	\$ 0,45
					P.V.P	P.V.P	\$ 5,59

PREPARACION

1. Se hierva el arroz con agua, sal y unas gotas de aceite, por un espacio de 10 minutos.
2. Se parten los tomates por la mitad y se vacían.
3. Se hace una pasta con el huevo batido, el queso machacado, sal, pimienta.
4. Esta pasta se mezcla con el arroz.
5. Se rellenan los tomates, se colocan en una fuente untada de aceite y se gratinan.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Verduras gratinadas con queso feta

Código	065
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso feta	100	gr	250	\$ 4,50	\$ 1,80
2	Tomates	160	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,20
3	Berenjena	100	gr	100	\$ 0,20	\$ 0,20
4	Calabacín	100	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,20
5	Espárragos	150	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,14
6	Alcachofas	100	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,18
7	Orégano	15	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,80
8	Aceite	10	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,38



	costo total	\$ 3,90
iva	12%	\$ 0,47
servicio	10%	\$ 0,39
P.V.P	P.V.P	\$ 4,76

PREPARACION

1. Calentar el horno (la posición horno más grill).
2. Se limpian las verduras, se cortan en tiras y se colocan en una fuente para el horno. Se les echan sal y pimienta, el aceite, trocitos de queso por encima y por último se espolvorea por encima con orégano.
3. Se pone en el horno a 240° durante ½ hora (dependerá un poco de cada horno), cuando empiece a dorarse, ya estará listo para servir.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA

receta estándar

Nombre del plato: Terrina de verduras y queso dambo

Código	066
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso dambo	300	gr	400	\$ 5,50	\$ 4,13	
2	Tomates	400	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,50	
3	Berenjena	200	gr	100	\$ 0,20	\$ 0,40	
4	Calabacín	200	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,40	
5	Pimiento	150	gr	70	\$ 1,00	\$ 0,14	
6	Alcachofas	100	gr	500	\$ 1,00	\$ 0,18	
7	Espinacas	150	gr	300	\$ 0,50	\$ 0,25	
8	Mantequilla	80	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,40	
9	Orégano	15	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,80	
10	Crema	50	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,30	
11	Pimienta	15	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
12	Aceite	10	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,38	
					costo total	\$ 7,93	
					iva	12%	\$ 0,95
					servicio	10%	\$ 0,79
					P.V.P	P.V.P	\$ 9,67

PREPARACION

1. Cortar las berenjenas, el calabacín y los pimientos en tiras longitudinales y dejarlos reposar en el aceite con las hierbas aromáticas 10 minutos.
2. Saltear estas verduras, con un poco de su aceite y dejar escurrir en un colador.
3. Blanquear, pelar, quitar las semillas, cortar en brunois los tomates y escurrir.
4. Triturar en la thermomixel queso y mantequilla a temperatura ambiente y añadir la crema montada, sal pimentar y pasarlo por una manga pastelera. Revestir un molde con las hojas de espinaca blanqueadas, repartir una capa de crema de queso alternando con otra de verduras hasta llenar la tarrina. Ponerla en el frigorífico cuatro horas. Aliñar con aceite, vinagre balsámico y hierbas aromáticas.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Pastel de avellanas y patatas al gruyere

Código	067
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	300	gr	1000	\$ 7,40	\$ 2,22
2	Patatas	320	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,32
3	Cebollas	160	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,20
4	Avellanas	250	gr	250	\$ 3,10	\$ 3,10
5	Limón	40	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,14
6	Leche	125	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,18
7	Cereal	50	gr	200	\$ 0,50	\$ 0,25
8	Mantequilla	30	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,40
9	Ajo	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
10	Guindilla	40	gr	240	\$ 3,20	\$ 0,20
11	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05



	costo total	\$ 7,21
iva	12%	\$ 0,87
servicio	10%	\$ 0,72
P.V.P	P.V.P	\$ 8,80

PREPARACION

1. Cocer las patatas hasta que estén tiernas, machacarlas con un poco de mantequilla y salpimentar.
2. Trocear las cebollas y los ajos y cocinar en el resto de la mantequilla hasta que estén tiernos pero sin que se doren las cebollas, unos 10 minutos.
3. Añadir las patatas, la guindilla, la raspadura y el zumo de limón, las avellanas picadas y la leche. Salpimentar.
4. Verter en una fuente de horno engrasada, tapar con los cereales, salpicar con margarina y queso rallado y cocinar en el horno a 150° durante 20 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Espaguetis con guisantes y setas

Código	068
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso fresco	200	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,72
2	Espaguetis	200	gr	400	\$ 0,80	\$ 0,40
3	Arvejas	100	gr	500	\$ 0,50	\$ 0,10
4	Zanahoria	50	gr	100	\$ 0,10	\$ 3,10
5	Orégano	30	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,14
6	Mantequilla	20	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,40
7	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05



	costo total	\$ 4,91
	iva	12%
	servicio	10%
	P.V.P	P.V.P
		\$ 5,99

PREPARACION

1. Se cuecen los espaguetis con abundante agua y con sal. Se incorporan los espaguetis una vez hierva el agua. Una vez que empiecen a hervir de nuevo se ponen a fuego medio unos 10 minutos. Cuando este al dente o al gusto, separa la cocción escurriéndolos y pasándolos por agua fría.
2. En un cazo se pone la mantequilla derretir, los espaguetis, los guisantes, las setas y el queso rallado al gusto (50 gramos, por ejemplo). Se mezcla todo. Rectificar la sal y añadir un poco de orégano.
3. Servir.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Ensalada de garbanzos y queso mozzarella

Código	069
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso mozzarella	200	gr	1000	\$ 4,80	\$ 0,96
2	Garbanzos	500	gr	500	\$ 0,80	\$ 0,80
3	Escarola	100	gr	200	\$ 0,60	\$ 0,30
4	Atún	150	gr	300	\$ 2,25	\$ 1,10
5	Tomate	320	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,14
6	Menta	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,18
7	Vinagre	40	gr	1000	\$ 2,70	\$ 0,25
8	Aceite de oliva	30	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,40
9	Pimienta	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05



	costo total	\$ 4,18
	iva	12% \$ 0,50
	servicio	10% \$ 0,41
	P.V.P	P.V.P \$ 5,09

PREPARACION

1. Poner a macerar unos 15 minutos el queso mozzarella con el aceite de oliva y algunas hojas de menta.
2. Lavar y preparar la escarola (o lechuga) y los tomates.
3. Añadir a los garbanzos ya cocidos un poco de aceite de oliva y vinagre, sal y pimienta (también puede añadirse un poco de perejil). Escurrir los garbanzos y mezclarlos con atún.
4. En cada plato distribuir: una porción de garbanzos, tomates troceados, la escarola o lechuga, el queso si es posible en forma redondita o cuadraditos. Añadir aceite de oliva a todo y dejar algunas hojas de menta por encima.

**UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

receta estándar

Nombre del plato: Ensalada de tomates con aguacate

Código	070
Porción	6
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso mozzarella	250	gr	1000	\$ 4,80	\$ 1,20	
2	Aguacates	200	gr	100	\$ 0,40	\$ 0,80	
3	Albahaca	30	gr	100	\$ 1,10	\$ 0,33	
4	Tomates	500	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,14	
5	Vinagres	40	gr	1000	\$ 2,70	\$ 0,25	
6	Aceite de oliva	30	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,40	
					costo total	\$ 3,12	
					iva	12%	\$ 0,37
					servicio	10%	\$ 0,31
					P.V.P	P.V.P	\$ 3,80

PREPARACION

1. Cortar los tomates en rodajas en lonchas finas, retirando la parte central.
2. Partir los aguacates por la mitad, retirar la piel y el hueso y cortar la pulpa en lonchas.
3. Colocar alternativamente rodajas de tomate, aguacate y queso mozzarella. Sazonar con sal y pimienta negra, trocear la albahaca y espolvorear convenientemente sobre la ensalada.
4. Mezclar el aceite y el vinagre y añadirlo.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Macarrones con bechamel

Código	071
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso fresco	50	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,18	
2	Macarrones	400	gr	400	\$ 0,80	\$ 0,80	
3	Carne molida	250	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,90	
4	Salchicha de pollo	250	gr	300	\$ 1,75	\$ 1,10	
5	Tomate	100	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,14	
6	Leche	125	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,18	
7	Harina	30	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,25	
8	Aceite	50	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,40	
9	Mantequilla	30	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,05	
					costo total	\$ 4,00	
					iva	12%	\$ 0,48
					servicio	10%	\$ 0,40
					P.V.P	P.V.P	\$ 4,88

PREPARACION

1. Cocer los macarrones con abundante agua sal y una cucharada de aceite.
2. Mientras freír la cebolla picada, cuando coja color añadir la carne y las salchichas picadas dejar rehogar 15 o 20 minutos. Pelar y triturar los tomates añadirlos y dejar a fuego vivo 10 minutos ir reduciendo hasta que acabe de refreír.
3. Derretir la mantequilla al fuego en otra sartén, agregar la harina y remover continuamente. Verter poco a poco la leche y remover con sal y pimienta.
4. Escurrir los macarrones, pasarlos unos segundos por agua fría, escurrir y poner en una fuente para horno, añadir la salsa de tomate y la carne, remover incorporar la bechamel continuar removiendo. Espolvorear con el queso introducir en el horno a 180º unos 25 o 30 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Lomo con tomate, ajo y queso feta

Código	072
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso feta	120	gr	250	\$ 4,50	\$ 2,16	
2	Ajo	30	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,15	
3	Carne de choncho	250	gr	500	\$ 2,20	\$ 1,10	
4	Cebolla	100	gr	100	\$ 0,10	\$ 1,10	
5	Tomate	500	gr	80	\$ 0,10	\$ 0,40	
6	Vinagre Balsámico	40	gr	1000	\$ 2,70	\$ 0,18	
7	Albahaca	30	gr	100	\$ 1,10	\$ 0,25	
8	Aceite de oliva	50	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,40	
					costo total	\$ 5,74	
					iva	12%	\$ 0,69
					servicio	10%	\$ 0,57
					P.V.P	P.V.P	\$ 7,00

PREPARACION

1. Calentar una cucharada de aceite sobre fuego medio. Añadir la cebolla y sofreír. Apartar. Calentar 1/2 cucharada de aceite en el mismo sartén. Añadir los trozos de lomo y freír. Colocar en una fuente en el horno a 100° para que no se enfríen.
2. Añadir otra 1/2 cuchara de aceite en el mismo sartén añadir la cebolla sofrida con los tomates, los ajos picados y albahaca (si es de bote, una cucharadita, si es fresca, unas cuantas hojas picadas). Remover a fuego medio-alto hasta que los tomates estén blandos. Añadir una cucharada de vinagre balsámico (o jerez), sal y pimienta.
3. Colocar el lomo en una fuente y poner la mezcla encima. Picar el queso feta y esparcir por encima de todo. Poner debajo del grill durante 2 minutos y servir.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Carne picada con queso

Código	073
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso pategraz	120	gr	500	\$ 6,00	\$ 1,44
2	Ajo	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,10
3	Carne de ternera	500	gr	500	\$ 2,10	\$ 2,10
4	Leche	150	gr	1000	\$ 0,80	\$ 1,10
5	Pan de molde	200	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,40
6	Arveja	150	gr	500	\$ 0,80	\$ 0,18
7	Huevos	120	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,25
8	Harina	100	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,10
9	Caldo de carne	25	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,12
10	Aceite de oliva	50	gr	1000	\$ 3,25	\$ 0,40



	costo total	\$ 6,19
	iva	12% \$ 0,74
	servicio	10% \$ 0,61
	P.V.P	P.V.P \$ 7,54

PREPARACION

1. Mezclar la carne picada, el bacón cortado bien picado también, la sal, la pimienta negra molida, los dos huevos y las rebanadas de pan mojadas en leche. También puedes añadir alguna hierba aromática, perejil, orégano, tomillo.
2. Por otro lado cortamos el queso semicurado en trocitos.
3. Cogemos una porción de carne picada y la aplastamos. Ponemos el queso en trocitos y cerramos con otro poco de carne picada. Apretamos bien y pasamos por harina, para hacer nuestros filetes rellenos.
4. Los freímos para cerrarlos y que no se escape su propio jugo ni el queso al cocinarlos.
5. Finalmente añadimos el fondo oscuro y una cucharadita de glasé para reforzar el sabor y el color. Cocemos durante unos 30 a 45 minutos.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Solomillo al roquefort

Código	074
Porción	2
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso roquefort	25	gr	500	\$ 6,0	\$ 0,30
2	Solomillo	300	gr	1000	\$ 5,00	\$ 1,50
3	Crema de leche	40	gr	250	\$ 1,10	\$ 0,18
4	Pimienta	5	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,01
					costo total	\$ 1,98
					iva	12% \$ 0,24
					servicio	10% \$ 0,19
					P.V.P	P.V.P \$ 2,41



PREPARACION

1. Se deja el solomillo con la sal y la pimienta unos minutos (lo ideal es dejarlo el día anterior con la pimienta).
2. Dorar la mantequilla en la sartén.
3. Colocar el solomillo.
4. En un caso aparte colocamos el queso roquefort, la nata líquida, mezclándola de forma homogénea mientras se remueve a fuego suave. Se deja espesar.
5. Se cubre el solomillo con esta salsa y se sirve.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Chilaquiles de pollo con queso

Código	075
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso cheedar	300	gr	500	\$ 4,75	\$ 2,85
2	Ajo	30	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,15
3	Tortillas de maíz	500	gr	500	\$ 2,70	\$ 2,70
4	Crema	250	gr	250	\$ 1,10	\$ 1,10
5	Pollo	2500	gr	500	\$ 1,40	\$ 7,00
6	Queso parmesano	100	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,56
7	Cebollas	300	gr	100	\$ 0,10	\$ 0,25
8	Ají	40	gr	250	\$ 0,50	\$ 0,10
9	Cilantro	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
10	Caldo de pollo	25	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,12
11	Orégano	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
12	Aceite	50	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,40



	costo total	\$ 15,33
	iva	12% \$ 1,84
	servicio	10% \$ 1,53
	P.V.P	\$ 18,70

PREPARACION

1. Corte las tortillas en tiras, colóquelas en la bandeja de horno y hornee a 200° en horno precalentado durante 25 minutos. Disponga las tiras de pollo en una fuente de barro mediana. Machaque los ajos y pique el cilantro.
2. Espolvoree los ajos y el cilantro sobre la carne junto con el comino, el orégano, la mitad de la salsa y una capa de queso Cheddar rallado. Monte otra capa igual hasta que se le acaben los ingredientes. Cubra la fuente con las tiras de tortilla.
3. Vierta el caldo sobre la fuente. Termine de rallar el queso Cheddar sobre las tortillas y añada el parmesano rallado. Meta en el horno precalentado a 200° unos 20 minutos, hasta que se dore el queso.

**UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA**

receta estándar

Nombre del plato: Pastel de pollo con dambo

Código	076
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso dambo	150	gr	400	\$ 5,50	\$ 2,06	
2	Ajo	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
3	Nuez moscada	10	gr	50	\$ 1,70	\$ 0,34	
4	Crema	150	gr	250	\$ 1,15	\$ 1,10	
5	Pollo	1500	gr	500	\$ 1,40	\$ 4,20	
6	Levadura	30	gr	100	\$ 0,70	\$ 0,25	
7	Cebollas	100	gr	100	\$ 0,10	\$ 0,10	
8	Harina	250	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,10	
9	Cilantro	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
10	Caldo de pollo	25	gr	50	\$ 0,25	\$ 0,12	
11	Orégano	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
12	Romero	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,01	
					costo total	\$ 8,43	
					iva	12%	\$ 1,01
					servicio	10%	\$ 0,84
					P.V.P	P.V.P	\$ 10,28

PREPARACION

1. Hacer un sofrito con la cebolla, el ajo. Cortar las pechugas de pollo en juliana, sal pimentar y se doran en la misma sartén que el sofrito.
2. Se colocan en un molde para horno. Se cubre con la nata o el yogurt.
3. A parte, se coge la harina, la margarina, la levadura, se le agrega sal, la nuez moscada y se mezcla muy bien con las manos. Luego se hacen como churrillos con las manos, hasta conseguir que toda la masa esté de ese modo.
4. Se esparcen todos esos churrillos sobre el pollo, el sofrito y la nata. Y por último se coge el queso y se reparte por encima del pastel.
5. Se pone en horno precalentado, durante 45-60 minutos a 170 °.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Chuletas de cerdo empanadas

Código	077
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso parmesano	150	gr	300	\$ 1,70	\$ 0,85	
2	Ajo	10	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
3	Carne de choncho	500	gr	500	\$ 2,20	\$ 2,20	
4	Huevo	60	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,14	
5	Pan	100	gr	100	\$ 0,15	\$ 0,15	
6	Harina	150	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,10	
7	Perejil	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
8	Aceite	10	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,01	
					costo total	\$ 3,55	
					iva	12%	\$ 0,43
					servicio	10%	\$ 0,35
					P.V.P	P.V.P	\$ 4,33

PREPARACION

1. Cortamos los solomillos a lo largo y ponemos cada trozo entre dos hojas de papel film y golpearlo con un mortero para aplanarlos. Sal pimentar.
2. Tostar los piñones y triturarlos en el robot, al mismo tiempo que el pan rallado y el diente de ajo.
3. Mezclar el pan rallado, los piñones y el ajo con algo de perejil picado y ponerlo en un plato llano.
4. Batir el huevo en un plato hondo, sazonarlo con sal; y poner en otro plato llano harina. Pasar por harina, sacudirlos y mojarlos en el huevo batido.
5. Por último rebozar en la mezcla de pan rallado y piñones.
6. Se calienta aceite en un sartén y se fríen los filetes de cerdo rebozados unos dos minutos por cada lado a fuego lento.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
receta estándar

Nombre del plato: Milanesa napolitana

Código	078
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso mozzarella	200	gr	1000	\$ 4,80	\$ 0,96	
2	Jamón	250	gr	1000	\$ 4,50	\$ 1,13	
3	Carne de ternera	250	gr	500	\$ 2,10	\$ 1,05	
4	Huevos	180	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,42	
5	Salsa de tomate	250	gr	250	\$ 0,80	\$ 0,80	
6	Pan rallado	100	gr	250	\$ 0,80	\$ 0,35	
7	Perejil	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
8	Aceite	250	gr	1000	\$ 2,50	\$ 0,70	
9	Pimienta	20	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05	
					costo total	\$ 5,51	
					iva	12%	\$ 0,66
					servicio	10%	\$ 0,55
					P.V.P	P.V.P	\$ 6,72

PREPARACION

1. Batir los huevos en un plato hondo y mezclar con el perejil picado.
2. Salpimentar los filetes y pasar los por el pan rallado, después por el huevo y otra vez por el pan rallado.
3. En una sartén, con aceite bien caliente, freír los milanesas.
4. Colocar las milanesas en una bandeja de horno y precaliente.
5. Sobre cada filete, colocar un poco de salsa de tomate, una loncha de jamón y una loncha de mozzarella.
6. Meter en el horno precalentado a temperatura muy fuerte hasta que se doren.
7. Colocar apiladas en una fuente.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Helado de queso

Código	079
Porción	3
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso crema	200	gr	250	\$ 4,25	\$ 3,53
2	Leche	300	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,25
3	Azúcar glas	50	gr	500	\$ 2,20	\$ 0,22
4	Huevo	180	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,42
5	Esencia de vainilla	5	gr	100	\$ 1,80	\$ 0,15
6	Azúcar	100	gr	450	\$ 0,40	\$ 0,10
					costo total	\$ 4,67
					iva	12% \$ 0,56
					servicio	10% \$ 0,46
					P.V.P	P.V.P \$ 5,69




PREPARACION

1. Prepara una crema inglesa con la leche, las yemas, el azúcar y la esencia de vainilla.
2. Vierta la crema inglesa en un cuenco y enfriar sobre otro cuenco más grande con hielo, así evitarás que continúe la cocción.
3. En caso de hacerla en un cazo, pon la leche a calentar con la esencia de vainilla y la mitad del azúcar. Bate las yemas con el resto del azúcar y vierte sobre ellas la leche cuando entre en ebullición. Batir vigorosamente con unas varillas y vuelve a introducir la mezcla en el cazo. Cuece a fuego lento moviendo continuamente hasta obtener una textura ligeramente espesa.
4. Cuando la crema inglesa este fría, agrega el queso fresco y mezcla bien con las varillas, añade también el azúcar invertido y vuelve a mezclar. Vierte la crema obtenida en un recipiente con tapa hermética e introduce en el congelador.
5. Retira cada media hora para batir el helado hasta que tenga la textura adecuada.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Tarta de queso manchega

Código	080
Porción	6
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso crema	250	gr	250	\$ 3,75	\$ 3,75	
2	Queso manchego	300	gr	400	\$ 5,50	\$ 4,13	
3	Azúcar	200	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,20	
4	Huevo	300	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,84	
					costo total	\$ 8,92	
					iva	12%	\$ 1,07
					servicio	10%	\$ 0,89
					P.V.P	P.V.P	\$ 10,88

PREPARACION

1. En un cazo, poner la mitad del azúcar, añadir algo de agua y dejar cocer a fuego lento, removiendo de vez en cuando, hasta conseguir un caramelo líquido y dorado.
2. Verter éste, en el fondo de un molde tarta circular, reservar.
3. Batir los huevos en un bol con el resto del azúcar, añadir el queso rallado y la nata, mezclar bien y verter en el molde.
4. Poner en el horno, precalentado, a 180 grados, a baño maría y hornear durante unos 35 minutos.
5. Sacar del horno y dejar enfriar. Desmoldar.
6. Servirla bien fría.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Tarta de queso y aceitunas

Código	081
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso gruyere	200	gr	1000	\$ 7,40	\$ 1,48
2	Leche	250	gr	1000	\$ 0,80	\$ 0,20
3	Pasta quebrada	500	gr	800	\$ 4,60	\$ 2,88
4	Huevo	240	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,84
5	Mantequilla	150	gr	500	\$ 1,50	\$ 0,40
6	Pimienta	5	gr	100	\$ 0,50	\$ 0,05
7	Aceitunas	250	gr	450	\$ 3,80	\$ 1,90



	costo total	\$ 7,75
	iva	12%
	servicio	10%
	P.V.P	P.V.P
		\$ 9,45

PREPARACION

1. Coger un molde para quiche untar de mantequilla y extender el film de pasta quebrada por encima apretándolo bien con los dedos.
2. Poner dados de queso en el fondo, bolitas de mantequilla y las aceitunas.
3. Batir los 4 huevos y mezclar con un poco de leche. Agregar un poco de sal y pimienta.
4. Cubrir todo el relleno del molde con los huevos. Espolvorear de queso rallado y poner trocitos de mantequilla.
5. Colocar en el horno a 240°, previamente calentado, durante ½ hora (más o menos).

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Tarta de queso

Código	082
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso crema	250	gr	250	\$ 3,75	\$ 3,75
2	Yogurt natural	600	gr	1000	\$ 2,80	\$ 1,68
3	Huevos	180	gr	60	\$ 0,14	\$ 0,42
4	Harina	60	gr	400	\$ 0,40	\$ 0,06
5	Azúcar	250	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,20



	costo total	\$ 6,11
iva	12%	\$ 0,73
servicio	10%	\$ 0,61
P.V.P	P.V.P	\$ 7,45

PREPARACION

1. En un bol mezcla todos los ingredientes y bátelos hasta que quede bien disuelto y sin ningún grumo.
2. Unta el molde con mantequilla y vierte la mezcla. Ya puedes meterlo al horno y bajar la temperatura a 170° para su cocción.
3. En 20 o 25 minutos estará lista, utiliza el truco del palillo, pincha en la tarta y si sale limpio, (es importante que esté bien hecha, o quedaría grumosa) apaga el horno y déjala dos minutos más.
4. A continuación, déjala enfriar un poco fuera del horno, llevándola después al frigorífico.
5. Puedes decorar la tarta de queso con mermelada de frambuesa.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Queso americano

Código	083
Porción	4
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total	
1	Queso crema	100	gr	250	\$ 3,75	\$ 1,50	
2	Huevos	720	gr	60	\$ 0,14	\$ 1,68	
3	Almendras	115	gr	250	\$ 3,20	\$ 1,47	
4	Azúcar	230	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,20	
					costo total	\$ 4,85	
					iva	12%	\$ 0,68
					servicio	10%	\$ 0,48
					P.V.P	P.V.P	\$ 6,01

PREPARACION

1. Poner en un bol el agua con el azúcar para que se haga un almíbar algo fuerte, una vez hecho se retira del fuego dejándolo enfriar.
2. Batir las yemas muy bien, se le incorporan las almendras, se juntan con el almíbar, se mueve muy bien primero se echa un poco de almíbar en el molde para que resulte mejor.
3. Una vez hecho esto se unta el molde de manteca o mantequilla, se echa el batido y se pone a baño maría poco más de media hora.
4. Se pincha con un molde y si este al sacarlo sale limpio se retira y se deja enfriar dentro del molde.

UNIVERSIDAD TECNICA DEL NORTE
ESCUELA DE GASTRONOMÍA
 receta estándar

Nombre del plato: Dulce de membrillo

Código	084
Porción	10
peso porción	150

Nº	Ingredientes	Cant.	U.med.	U. compra	Valor unit	Valor total
1	Queso fresco	50	gr	500	\$ 1,80	\$ 0,18
2	Membrillos	1000	gr	500	\$ 1,00	\$ 2,00
3	Azúcar	1000	gr	500	\$ 0,40	\$ 0,80
					costo total	\$ 2,98
					iva	12% \$ 0,36
					servicio	10% \$ 0,29
					P.V.P	P.V.P \$ 3,63



PREPARACION

1. Lavar los membrillos y cocerlos en agua abundante hasta que estén tiernos y la piel empiece a agrietarse.
2. Escurrirlos, pelarlos y cortarlos en trozos. Pasarlos por un pasapurés o la batidora.
3. Pesar la pulpa obtenida y mezclarla con el mismo peso de azúcar.
4. Cocer a fuego suave durante unos 25 minutos, removiendo la mezcla continuamente para evitar que se pegue. La prueba de que la cocción está en su punto es que, al verter una pequeña porción sobre un plato, ésta cuaja de inmediato.
5. Retirar del fuego, verter en un molde grande o en varios pequeños y refrigerar.