



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

## FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD ESCUELA DE GASTRONOMÍA TECNOLOGÍA EN GASTRONOMÍA

### “UTILIZACIÓN DE LA UVILLA COMO ALTERNATIVA GASTRONÓMICA EN PREPARACIONES DE SALSAS, VINAGRETAS Y COULIS”

*Autora: Fernanda Maribel Fuelta*  
*Puentestar*

*Director de tesina: Lic. Galo Sánchez*

Ibarra - 2014



**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:	0401473814		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Fuellala Puentestar Fernanda Maribel		
DIRECCIÓN:	El Ángel José Benigno Grijalva y Bolívar.		
EMAIL:	Ffmary2010@hotmail.com		
TELÉFONO FIJO:	2977135	TELÉFONO MÓVIL	0980795920

DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	"UTILIZACIÓN DE LA UVILLA COMO ALTERNATIVA GASTRONÓMICA, EN PREPARACIONES DE SALSA, VINAGRETAS Y COULIS "
AUTOR (ES):	Fuellala Puentestar Fernanda Maribel
FECHA: AAAAMMDD	2014/07/13
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TÍTULO POR EL QUE OPTA:	Tecnología en Gastronomía
ASESOR /DIRECTOR:	Lcdó. Galo Alejandro Sánchez

## 2. AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, **Fueltala Puentestar Fernanda Maribel**, con cédula de identidad Nro. **0401473814**, 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 02 días del mes julio de 2014

EL AUTOR:

(Firma) 

Nombre: **Fueltala Puentestar Fernanda Maribel**  
C.C. **0401473814**



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

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

Yo, Fualta Puentestar Fernanda Maribel, con cédula de identidad Nro. 0401473814 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 titulado: **"UTILIZACIÓN DE LA UVILLA COMO ALTERNATIVA GASTRONÓMICA EN PREPARACIONES DE SALSAS, VINAGRETAS Y COULIS"** que ha sido desarrollada 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.

Ibarra, a los 02 días del mes de julio de 2014

(Firma) 

Nombre: Fualta Puentestar Fernanda Maribel  
Cédula: 0401473814

Ibarra, 30 de junio de 2014

Yo Lic. Galo Alejandro Sánchez con C.I. 1715542823, en calidad de tutor de la tesina titulada "UTILIZACIÓN DE LA UVILLA COMO ALTERNATIVA GASTRONÓMICA EN PREPARACIONES DE SALSAS, VINAGRETAS Y COULIS". De autoría de la señorita Fernanda Maribel Fuelleña Puentestar. Determino que una vez revisado y corregido está en condiciones de realizar su respectiva disertación y defensa.

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Galo Sánchez", written over a horizontal line.

Atentamente,

Lic. Galo Alejandro Sánchez

## **DEDICATORIA**

**A los seres más importantes de mi vida Anthony y Stephany que son como los angelitos de la guarda que siempre iluminan mi vida. A mi Mamita Lilian, que con su apoyo, constancia, perseverancia y siendo pilar fundamental tanto espiritual como profesional me ayudó a culminar mi carrera.**

**A mis hermanas Roxana y Sabrina, que me brindaron su confianza incondicional, que me supieron afirmar que cuando se persevera se alcanza.**

**A mi esposo Steven por su paciencia, su ayuda por comprenderme y entenderme que todo en esta vida pasa, que siempre la recompensa de la lucha llega, y la alegría más grande es culminar mi carrera profesional.**

**A todos ellos gracias. Los Quiero Mucho.**

## **Agradecimiento**

**Mi agradecimiento incondicional a Dios por estar conmigo siempre en cada paso que doy, por fortalecer mi corazón e iluminar mi mente, por haber puesto en mi camino a todas aquellas personas que han sido mi soporte, mi guía en este camino de estudio.**

**A la Universidad Técnica del Norte y su carrera de Gastronomía.**

**Al Lic. Galo Sánchez mi eterna gratitud, mi sincero agradecimiento por su valiosa dirección durante el desarrollo y culminación del presente trabajo de investigación.**

**A todas las personas que desinteresadamente ayudaron a que este trabajo llegue a su feliz término.**

## Índice

### CAPÍTULO I

Dedicatoria.....	I
Agradecimiento .....	II
Índice .....	III
Resumen .....	V
Summary.....	VI
Tema.....	1
Justificación.....	2
Objetivo General.....	3
Objetivos Específicos.....	3

### CAPÍTULO II

1. Marco Teórico	
1.1. Origen e historia de la uvilla .....	4
1.2. Características de la uvilla.....	6
1.3. Zonas del cultivo del fruto.....	9
1.3.1. Manejo del cultivo y cuidados culturales y sistemas de propagación.....	11
1.4. Propiedades y beneficios de la uvilla.....	13
2. EL FRUTO	
2.1. Variedades de la uvilla.....	17
2.2. Manipulación y conservación de la uvilla.....	19
2.2.1. La conservación de la uvilla.....	21
2.2.1.1. La conservación artesanal.....	22
2.3. Valor nutricional.....	25
2.4. Acción medicinal de la uvilla.....	27



2.5. Aplicaciones gastronómicas de la uvilla.....	28
2.5.1. El vino.....	28
2.5.1.1. Historia del vino.....	28
2.5.1.2. Edad media y moderna.....	28
2.5.2. Mermeladas.....	30
2.5.2.1. Modo de preparación.....	31
2.6. Calidad del fruto.....	34
2.7. Productos derivados de la uvilla.....	36
3. Salsas, Vinagres y Culis.....	37
3.1. Salsas.....	37
3.1.1. Historia Evolutiva.....	37
3.1.2. Clasificaciones .....	39
3.1.2.1. Salsas Calientes.....	40
3.2. Vinagretas.....	41
3.2.1. Forma de preparación.....	41
3.3. Coulis.....	42
3.4. Usos de salsas, vinagres y culis.....	44
3.4.1. Métodos de conservación .....	44
Recetas.....	45
Entradas .....	45
Recetas plato principal.....	49
Postres.....	57
Conclusiones	
Recomendaciones	
Glosario	
Bibliografía	
Linkografía	

## **Resumen**

La uvilla o conocida también científicamente como *Physalis peruviana*, es originaria de América del Sur, en los andes de Ecuador, Perú y Bolivia. En diferentes países varia su nombre es así que en el Ecuador se la conoce como uvilla, Venezuela – topotopo, Perú – cereza del Perú, Colombia – uchuva.

Esta fruta, los Incas la cultivaban en sus "jardines reales", pero luego de la conquista española, al igual que otros cultivos, desapareció. Desde los años ochenta hasta la presente fecha, el fruto de la uvilla empieza a tener importancia comercial por sus características de aroma, sabor en los mercados nacionales y extranjeros.

En Ecuador, el cultivo de la uvilla está generalizado como una producción extensiva a modo de huertas familiares para consumo local. En la Región Central del Ecuador es apta para su cultivo, sin embargo las zonas óptimas se encuentran en la Región Norte del Ecuador, especialmente en las provincias de Carchi, Imbabura, Pichincha.

En la provincia del Carchi tiene una especial importancia el cultivo de la uvilla en las comunidades de Tufiño, Cristóbal Colon, Los Andes, García Moreno y Bolívar, ya que por su gran contenido de vitamina C ayuda a la purificación de la sangre.

En la provincia del Carchi se usa esta fruta para preparar mermeladas, jaleas y vinos de forma ancestral, pero desconocen las nuevas innovaciones en el arte culinario a base de esta fruta exótica.

Se cree que la oferta de la uvilla se incrementará debido a la demanda externa. En el mercado nacional se está incrementando el consumo debido a que esta fruta se orienta a productos con alto valor agregado como mermeladas, jugos, néctares, entre otros; ya que se encuentra en los supermercados con buena presentación.

## **Summary**

The uvilla or also known scientifically as *Physalis peruviana*, is native to South America, in the Andes of Ecuador, Peru and Bolivia. In different countries varies his name is as well that in Ecuador is known as uvilla, Venezuela - topotopo, Peru - cherry of Peru, Colombia - cape gooseberry and in South Africa - Cape cherry

This fruit, the Incas cultivated in their "royal gardens", but after the Spanish conquest, as well as other crops, has disappeared. Since the eighties to the present date, the fruit of the uvilla begins to have commercial importance by their characteristics of aroma and flavor in domestic and foreign markets.

In Ecuador, the cultivation of the uvilla is widespread as extensive production by way of family gardens for local consumption. In the Central Region of Ecuador the uvilla is grown in the provinces of Cotopaxi, Tungurahua and Chimborazo; however the optimal locations for the cultivation of the uvilla are found in the Northern Region of Ecuador, especially in the provinces of Carchi, Imbabura in the cities of, Atuntaqui, Cotacachi, Otavalo and the north of Pichincha.

In the province of Carchi has a special importance is the cultivation of the uvilla in communities in TUFINO, Christopher Columbus, the Andes, García Moreno and Bolivar, because of its high content of vitamin C helps the blood purification.

In the province of Carchi is used to prepare this fruit jams, jellies and wines of ancestral form, but are not aware of the new innovations in the culinary art based on this exotic fruit.

It is believed that the supply of the uvilla will increase due to the external demand. In the domestic market is by increasing the consumption due to the fact that this fruit is oriented to products with high added value such as jams, juices, nectars, as found in supermarkets with good presentation.

**TEMA:**

UTILIZACIÓN DE LA UVILLA COMO ALTERNATIVA GASTRONÓMICA EN  
PREPARACIONES DE SALSAS, VINAGRETAS Y COULIS.

## **JUSTIFICACIÓN**

Actualmente en el Ecuador y en la Provincia de Imbabura no se ha dado a conocer a la uvilla en sus distintas preparaciones gastronómicas, siendo las más comunes; salsas, vinagretas y culis, para guarnición de platos principales o de postres, para ello se realiza una investigación para el conocimiento de sus múltiples tareas que se puede realizar con esta fruta.

Dicha propuesta gastronómica contribuirá para tener un menú diferente con una fruta propia del Ecuador y principalmente de la provincia. Con esto se trata de lograr que más personas consuman esta fruta por tener un contenido de vitamina C, y por sus diversos beneficios.

Comer no es sólo una necesidad para el cuerpo, puede y debe ser un placer, una actividad social que nos acompañe toda la vida. La base de una buena alimentación está en optar y ajustar aquellos alimentos que más se adaptan a nuestros gustos y necesidades tanto de vitaminas, minerales, fibra, entre otros.

Con la aportación de información nutricional y variedad de usos, la uvilla se puede transformar en parte primordial para la dieta diaria de las personas, por sus distintas características que posee dicha fruta.

Con indagación sobre el cultivo se contribuye un mejoramiento de calidad, por ende disponer de una fruta de eficacia, para que de ese modo se distinga los indistintos usos que se puede lograr con este fruto (uvilla).

El presente trabajo tiene como finalidad investigar los usos de la uvilla en la gastronomía ecuatoriana, especialmente en las preparaciones de salsas, vinagretas y culis; para el beneficio de las personas, sus respectivos conocimientos, valoración de la fruta como tal, entre otros.

## **1. OBJETIVOS.**

### **4.1. Objetivo General**

- Generar una alternativa gastronómica de la uvilla, mediante recopilación bibliográfica del tema, para aplicar en preparaciones de salsas, vinagretas y culis.

### **4.2. Objetivos Específicos**

- Investigar el origen, producción y las propiedades nutricionales de la uvilla.
- Conocer el valor nutricional y usos de la uvilla dentro del ámbito gastronómico.
- Investigar las técnicas gastronómicas de preparación de salsas, vinagretas y culis de la uvilla.
- Elaborar un recetario mediante las distintas preparaciones que se puede elaborar con la uvilla.

## 1.1 Origen e historia de la uvilla.

Según Legge (1974), su origen radica en los andes de América del Sur, especialmente en los países de Ecuador, Perú y Bolivia; pero de acuerdo a un estudio realizado por los países del Convenio <sup>1</sup>“Andrés Bello” en 1983, se determinó una zona más amplia para el origen de la Uvilla; incluyen a los Andes Ecuatorianos. Este fruto en la época incaica se lo cultivaba en los jardines reales, pero con la conquista española este al igual que otros cultivos desapareció.

El nombre proviene de la palabra indígena uchuva que significa fruta redonda. Esta planta silvestre se ha mejorado por selección natural y es muy resistente a las plagas, enfermedades entre otras.

Se comenta que los portugueses <sup>1</sup>en el siglo XVIII, introdujeron la planta a Sudáfrica hace más de 200 años; con el tiempo se trasladó a Kenia, Zimbabwe, Australia, Nueva Zelanda, Hawái, California, India y demás países productores.

Desde los años ochenta este fruto comienza a tener importancia comercial por sus inigualables características de aroma y sabor. <sup>2</sup>La uvilla es una fruta silvestre, redonda, dulce, pequeña, con una cubierta protectora, conocida como capacho o capuchón, puede ser consumida sola, en almíbar, mermelada, postres, acompañada con otras frutas.

La constante demanda por parte de mercados europeos y norteamericanos de ciertos productos ecuatorianos, incluida la uvilla, se viene impulsando la diversificación de exportaciones, mediante la promoción de cultivos no tradicionales, para lo cual se ha identificado una serie de productos llamados

---

<sup>1</sup> JUNTAMAY, R. (2010). Evaluación nutricional de la uvilla deshidratada, a tres temperaturas, mediante un deshidratador de Bandejas. Universidad Politécnica de Chimborazo. Riobamba

<sup>2</sup> OLAYA, C. (1991) Frutas de América tropical y subtropical. Colombia. Pág. 45

exóticos; es decir que su producto pueden comercializarse en otros lugares que no existe o no lo conocen, ya sea por su color, aroma, entre otros.

Esta planta casera, que se propaga desde hace tiempos remotos como una maleza se ha convertido en una fuente básica para nuestra nutrición. Con la invariable solicitud que ha generado a partir de épocas atrás, se la considera fuente de muchas propiedades nutricionales para nuestro cuerpo.

A nivel de país, desde hace una década la fruta ha cobrado interés en el mercado nacional e internacional, incentivando al cultivo, tanto en la serranía norte, como en las provincias de Tungurahua, Bolívar, principalmente en Pichincha, extendiendo su cultivo a las provincias de Azuay y Loja, que esto ha generado fuentes de trabajo para diferentes comunidades. (MAGAP 2006).

En el mundo a esta fruta de grandes bondades nutricionales, como rica en vitamina C, que goza de diferentes bondades las cuales ayudan a nuestro cuerpo; tiene <sup>3</sup> *un sinnúmero de nombres, de acuerdo a lo que manifiesta el SECAB (1983), entre los más principales tenemos*:

- *Capulí o Motojobobo embolsado (Bolivia).*
- *Uchuva, Uvilla, Guchuva (Colombia).*
- *Capulí, Guinda serrana, Aguaymanto (Perú).*
- *Topo-topo (Venezuela).*
- *Poha (Hawái).*

Por lo tanto la uvilla en cualquier parte del mundo y con el nombre que en cada país la conozcan, disfrutan de su exquisito sabor, calidad y sobre todo las diferentes características y propiedades que esta fruta posee.

---

<sup>3</sup> FUNDACIÓN ALIÑAMBI. (2002). Curso de producción de uvilla para exportación. Colombia



## 1.2 CARACTERÍSTICAS DE LA UVILLA

<sup>4</sup>Según Castañeda (1961), es una hierba de 1 metro de alto, muy velluda que prefiere los rastrojos y lugares más o menos sombreados. Pertenece a la familia de las Solanáceas.

Tienen hojas alternas muy pecioladas, pubescentes, ovaladas, de base obtusa o truncada y ápice acuminado; los bordes son enteros, tienen de 2 a 7 cm de longitud por 1.5 a 5.5 de ancho, con un peciolo que alcanza hasta 25 cm de longitud.

El cáliz es verde, veloso, con venas moradas prominentes; la porción soldada tiene forma cilíndrica y la libre es triangular. La corola está íntegramente soldada y es de color amarillo con 5 puntos morados en el fondo, glabra por dentro, con una línea de pelos por fuera, los bordes ciliados. Anteras oblongas, biloculares, con dehiscencia lateral; filamentos glabros, adheridos a la corola y tan largos como las anteras; el polen es amarillo. El ovario es globoso-ovoide, glabro, empotrado en un disco.

Su fruto es globoso u ovoide, de unos 2 cm de diámetro máximo, naranjado, de olor agradable; pulpa jugosa, de buen sabor, que contiene numerosas semillas pequeñas. Está encerrado en el cáliz acrescente que tiene forma de vejiga y es globoso-ovoide, de 2.5 a 4 cm de largo por 2-3cm de ancho.

<sup>5</sup>Según León (1987), es una hierba baja de menos de 50 cm de alto, que raras veces alcanza hasta un metro, de ramificación dicotómica, con tallos, hojas cubiertas de pubescencia fina y blancuzca que tiende a desaparecer conforme avanza la edad de la planta. Las hojas cordadas, pubescentes de

---

<sup>4</sup>Andrade, R. (2009). Tesis de Agro Forestal del Colegio Fiscomisional a Distancia Monseñor Leónidas Proaño Solanáceas: son plantas herbáceas con hojas alternas y sin estípulas.

Anteras: es la parte terminal del estambre de la flor.

Ciliados: son una clase de protozoos superiores, dotados de orgánulos diferenciados para realizar funciones diferentes.

<sup>5</sup>Altamirano, M. (2010). Estudio de la cadena productiva de la uvilla (*Physalis peruviana* L.) en la sierra norte del Ecuador. Quito. Universidad de San Francisco.

ambas caras, miden de dos a seis centímetros de largo por uno a cuatro centímetros de ancho.

Las flores son relativamente grandes hasta de dos centímetros de diámetro, el cáliz verdoso con manchas purpuras muy pubescentes; la corola amarilla claro, con una mancha morada en la base de los pétalos. Los frutos esféricos de un centímetro de diámetro, están rodeados por el cáliz, que se desarrolla conforme madura el fruto; llega a medir hasta cuatro centímetros de largo, quedando un espacio vacío entre el fruto y el cáliz. Los frutos, acidulados, son ricos en flavonoides.

La uvilla es de la familia de las solanáceas, es una baya carnosa de color amarillo, de exquisita aroma formada por carpelos soldados entre sí, su carne es jugosa con semillas amarillas pequeñas y suaves que se puede comer. Este fruto se encuentra envuelto en un carpacho o capuchón muy fino. El diámetro varía entre 0.8 a 2.0 cm.

Esta fruta tiene un sabor dulce, semiácidas y la corteza es ligeramente amarga. Es apreciado por su alto contenido en vitamina A y C. <sup>6</sup>Castañeda y León a través de su análisis de la uvilla, los dos coinciden que el color de la fruta es amarillo, tiene un buen aroma y su vaya es definitivamente carnosa envuelto en un carapacho, apto para el consumo humano.

Sin embargo la voluminocidad del arbusto es variado, en algunos casos este puede llegar a sobre pasar el metro de alto y los 50 cm de ancho, cabe recalcar que esta fruta es una planta ancestral como se menciona en su origen, no existe una medida exacta de cuanto puede llegar a crecer si no se la poda constantemente. Esta fruta casi silvestre, no necesariamente crece

---

<sup>6</sup> Altamirano, M. (2010). Estudio de la cadena productiva de la uvilla (*Physalis peruviana* L.) en la sierra norte del Ecuador. Quito. Universidad de San Francisco.

en el campo, también lo puede realizar en la ciudad pues ya vemos en los jardines de las casas que crece este arbusto con una fruta deliciosa y nutritiva.

**Tabla 1. Clasificación de la Uvilla**

CLASIFICACIÓN BOTÁNICA DE LA UVILLA	
NOMBRE CIENTÍFICO	Physalis peruviana L
CLASIFICACIÓN BOTÁNICA	DE LA UVILLA
Nombre Vulgar	Uchuva, uvilla
Reino	Vegetal
Tipo	Fanerógamas
Clase	Dicotiledóneas
Subclase	Mitaclamidae
Orden	Tubiflorales
Familia	Solaceas
Género	Physalis
Especie	Physalis peruviana L.

Fuente: [www.sica.gob.ec](http://www.sica.gob.ec). 30 de noviembre del 2011  
Elaborado por: Fernanda Fueltala

**Tabla 2. Nombre de la Uvilla de Acuerdo a su País**

NOMBRE	PAÍS
África del Sur	Pompelmoes
Alemania	Essbare Judaskirsche
Brasil	Manatí, Cucura, Puruma
Chile	Capulí o amor en bolsa
España	Alquequenje
Estados Unidos	Bell peppe, cape gooseberry
Francia	Coquerete du perou
Hawái	Poha, cape gooseberry
India	Teparee, makowi
México	Cereza del Perú

## 1.2 ZONAS DE CULTIVO DEL FRUTO

En Latinoamérica la uchuva prefiere sitios entre 1800 y 2800 m.s.n.m con el aumento de la altitud, se incrementa la radiación ultravioleta, la temperatura baja, ocasionando en la uchuva un tallo más bajo y las hojas más pequeñas y gruesas, aplazando el primer pico de la producción, situación que en combinación con los factores climáticos.

En casi toda la serranía ecuatoriana se vuelve apto para el cultivo de la uvilla, con buenas opciones de rendimiento y calidad. En algún caso los invernaderos son buena opción para el cultivo de esta fruta.

Las condiciones favorables del clima y las posibilidades que ofrecen los recursos naturales en el Ecuador, permiten la obtención de productos de óptima calidad para los mercados internacionales. Las zonas recomendables para el cultivo de la uvilla son todas aquellas que circundan los siguientes poblados:

**<sup>7</sup>REGIÓN NORTE:** Tufiño, Cristóbal Colón, Los Andes, García Moreno, Bolívar, Ibarra, Atuntaqui, Cotacachi, Otavalo, Cayambe, La Esperanza, Otón, Tabacundo, Pomasqui, Yaruqui, Pifo, Tumbaco, Nenegal, Machachi.

**REGIÓN CENTRAL:** Latacunga, Salcedo, Pastocalle, Pujilí, Pelileo, Huachi, Montalvo, Mocha, Patate, Penipe, Guano, Guamote, Pallatanga, Palmira, Alausí.

---

<sup>7</sup> Altamirano, M. (2010). Estudio de la cadena productiva de la uvilla (*phisalys peruviana* L.) en la sierra norte del Ecuador. Quito. Universidad de San Francisco.

**REGIÓN SUR:** Biblian, Bayas, Bulan, Ricaurte, El Valle, Santa Ana, Nabón, Gualaceo, Paute, Girón, Loja, Catamayo, Chiquiribamba, Vilcabamba.

Las principales provincias que son óptimas para el cultivo de esta fruta son Carchi, Imbabura, Pichincha y Tungurahua.

En cuanto a lo que a Parámetros agro ecológicos se refiere la uvilla se desarrolla de manera óptima bajo las siguientes condiciones:

**Tabla 3 Exigencias del Cultivo Agroecológicas**

<b>EXIGENCIAS DEL CULTIVO</b>	<b>AGROECOLÓGICAS</b>
CLIMA	Templado
TEMPERATURA	13° C a 17°C
HUMEDAD	80% a 90%
PLUVIOSIDAD PRECIPITACIÓN	600 a 1000 mm
ALTITUD	2000 a 2800 msnm
FORMACION ECOLÓGICA	Estepa espinosa (EE-MB) y bosque seco
BAJO (BS – MB)	
SUELO	Franco, franco arenoso y Franco arcilloso

Fuente: [WWW.SICA.GOB](http://WWW.SICA.GOB). 29 de Marzo del 2011.  
Elaborado por: Fernanda Fualtala

Este fruto tiene un período vegetativo de seis meses; ahí se inicia la cosecha, a lo largo de ocho meses más se recolecta dicha fruta todas las veces que lo amerite.

Después de la cosecha a la planta se le hace una poda radical, luego de cuatro meses continúa la producción por otro lapso de ocho meses hasta hacer su renovación.

### **1.3.1. MANEJO DEL CULTIVO Y CUIDADOS CULTURALES SISTEMAS DE PROPAGACIÓN**

La uvilla se puede propagar de formas sexual o asexual, pero el método más recomendado por ser más económico y de mejores resultados es la asexual.

*<sup>8</sup>La reproducción sexual se emplea cuando no se dispone de material vegetativo, la propagación por semillas es difícil tanto por el tamaño reducido de estas como por lo delicado de las plantitas en sus primeros días de emergencia. La propagación asexual emplea el procedimiento mediante la Estaca.*

A fin de obtener buenas plantas es imprescindible partir de las plantas madres sanas y de gran vitalidad que manifiesten buenas características de producción y de calidad del fruto. Es recomendable manejar ramas de las plantas que tengan brotes tiernos (yemas), ya que es aconsejable para su posterior fecundación. El fragmento o estaca debe ser tierna y fresca, a fin de que la savia elaborada que llevan sus tejidos nutra sin dificultad la yema de los nuevos.

Las estacas se cortan cuando el suelo este apto y dispuesto. Para que las estacas tengan un buen enraizamiento es necesario realizar las siguientes prácticas: En la sección superior se debe realizar un corte diagonal, con el objeto de que el agua de lluvia no pudra esta parte de la estaca, cuando se acumule la misma.

Otro método para la reproducción de esta planta es por medio del injerto, este permite mantener las cualidades de estas variedades y aumentar la resistencia del sistema radical en condiciones adversas, por lo tanto presenta resistencia en casos extremos como el de sequía, exceso de humedad; asegurando el desarrollo de la planta obteniendo así un fruto de calidad.

---

<sup>8</sup> Revista Tierra Adentro, 30 (10), 25-35.

**Tabla 4 Ventajas y Desventajas de la Reproducción Asexual**

<b>VENTAJAS</b>	<b>DESVENTAJAS</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Con este tipo de reproducción se produce una planta igual a la semilla de origen.</li><li>• Su forma de propagación es a gran escala.</li><li>• Su reproducción es por medio de esquejas (fresas), bulbos, y esporas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Posee la raíz muy débil.</li><li>• Tiene poca durabilidad en su ciclo de vida</li></ul>

Fuente: [WWW.SICA.GOV.EC](http://WWW.SICA.GOV.EC). 16 de febrero del 2011  
Elaborado por: Fernanda Fuentala

Según Klinic (1986), la propagación por esquejes es recomendable por la facilidad de cuidado, también se obtiene un buen material genético, su realización puede ser más fulminante y uniforme.

La propagación por injerto, su principal objetivo es debe mantener sus propias cualidades y variedades de esta fruta, y para que tenga más resistencia en época invernal o es la etapa de sequía.

#### **1.4 PROPIEDADES Y BENEFICIOS DE LA UVILLA**

La uvilla al igual que cualquier fruta ácida posee una diversidad de propiedades, las cuales nos ayudan al crecimiento de nuestro cuerpo humano y a tener una mejor defensa en nuestro organismo. Así mismo Lorena Proaño en su proyecto de Factibilidad para la Creación de una

Empresa Productora y Comercializadora de Uvilla, nos da a conocer sus principales propiedades, entre ellas obtenemos:

- <sup>9</sup> *Contiene provitamina A (3.000 I.U. de caroteno por 100 g).*
- *También es rica en vitamina C, complejo vitamínico B y proteína (0,3%) y fósforo (55%).*
- *Reconstruye y fortifica el nervio óptico.*
- *Elimina la albumina de los riñones*
- *Ayuda a la purificación de la sangre.*
- *Eficaz en el tratamiento de las afecciones de la garganta.*
- *Es ideal para el consumo de los diabéticos*
- *Favorece en el tratamiento de las personas que sufren de próstata, debido a sus propiedades diuréticas.*
- *Es un excelente calcificador, es decir que protegen los huesos de enfermedades degenerativas como: la artritis, reumatismo, artrosis y osteoporosis.*
- *Posee propiedades energéticas para el cerebro, debido a su contenido en fósforo y magnesio; ambos minerales contribuyen a mejorar la concentración y la actividad cerebral.*

Esto da a entender que la uvilla es fuente de magnificas propiedades que las personas la puedan consumir sin tener ningún temor, ya que aporta grandes beneficios para el cuerpo humano.

En el cuadro siguiente podemos observar la composición Bromatológica de la Uvilla en 100 g de fruto.

---

<sup>9</sup> Proaño, L. (2003), Proyecto de factibilidad para la creación de una Empresa Productora y Comercializadora de Uvilla. Latacunga. Universidad Politécnica del Ejercito Sede - Latacunga



**Tabla 5 Composición Bromatológica de la Uvilla**

CONTENIDO EN 100 gr DE PRODUCTO	PORCENTAJE (p/p)
Proteína	1.7
Grasa	1.1
Fibra	2.7
Humedad	83.1
Cenizas	1.1
Extracto de Nitrogenado	10.3
Calorías	52
Fósforo (mg como P)	46
Calcio (mg como Ca)	10
Magnesio (mg como Mg)	35
Hierro (mg como Fe)	3
Acido ascórbico (mg Vita C/ 100gr )	34.5
B- Caroteno (UI)	120
Vitamina A (UI)	550

Fuente: Fruit Garden, California Rare Fruit Growers, Inc. 22 de Marzo de 2011  
Recopilado por: Fernanda Fuentala

**Tabla 6 Propiedades Físico – Químico**

CONCEPTO	MEDIDA
Peso Uvilla sin Cáliz	2 – 10 gr
Diámetro	1.25 – 2.25 cm
PH	3.50
Acidez	1.66
<sup>10</sup> Brix	14.43
Color	Amarillo quemado
Calorías	62
Vitaminas	1730 IU

Fuente: [WWW.SICA.GOV.EC](http://WWW.SICA.GOV.EC). (Servicio de Información y Censo Agropecuario) 19 de febrero del 2011  
Recopilado por: Fernanda Fuentala

<sup>10</sup> Brix: miden el cociente total de sacarosa disuelta en un líquido.  
Fuente: [www.lagaceta.com.ec](http://www.lagaceta.com.ec). [www.interfrutal.com](http://www.interfrutal.com)

Además de tener excelentes propiedades que ayudan al organismo, los beneficios según de este fruto rico en vitamina C son:

- <sup>11</sup>*La uvilla por poseer ácido málico es beneficioso a la hora de comer alimentos grasosos, porque ayuda a su mejor digestión.*
- *Es aconsejable consumir esta fruta por ser muy bueno para adelgazar.*
- *Constituye un excelente tranquilizante debido al contenido de flavonoides.*
- *Ayuda a las mujeres con problemas de hemoglobina (en el periodo menstrual), ya que ayuda a la formación de los glóbulos rojos o hematíes.*

Igualmente esta fruta nos ayuda en todo el cuerpo ya que ayuda al control de enfermedades que puede ser perjudicial para el desenvolvimiento de la persona, por ejemplo tenemos los siguientes tipos de beneficios para el hombre:

- <sup>12</sup>*La piel y su lozanía: La uvilla es una fruta rica en vitamina A y C. Ambas vitaminas son esenciales para el mantenimiento y la buena calidad de la piel. La vitamina A junto con el colágeno ayuda a la conservación y lozanía de la piel, ya que es un antioxidante que combate los radicales libres los mismos que son los responsables del envejecimiento prematuro del organismo.*
- *La hemoglobina: La mayoría de las mujeres tienen problemas con la hemoglobina debido a sus periodos menstruales irregulares o excesivos. La uchuva es una respuesta eficaz para estos casos, ya que es una fruta rica en hierro mineral encargado de contribuir a la formación de los glóbulos rojos o hematíes.*
- *Sistema inmunológico: El organismo siempre está expuesto a múltiples ataques del medio ambiente que causan diversos problemas de salud como hongos, manchas en la piel, problemas de las vías respiratorias, catarros, entre otros la uvilla ayuda a mantener en buenas condiciones el sistema inmunológico*
- *El sistema óseo: En la mujer se presentan muchos cambios hormonales que ponen en peligro la salud de sus huesos y articulaciones y la propensión de adquirir enfermedades óseas es mayor que en los hombres. Es frecuente que en ellas se presenten enfermedades tales como: la artritis, reumatismo, artrosis y osteoporosis con mucha frecuencia. La uchuva posee propiedades calificadoras que protegen los huesos de estas enfermedades degenerativas.*

---

<sup>11</sup> Coello, Y. (2011, 10 de agosto). Beneficios de la uvilla. Últimas Noticias, Diario de Quito, 14-15

<sup>12</sup> www.lagaceta.com, 15 de agosto del 2011, Administrador

- *Los riñones: Las vías urinarias y los riñones son otros de los órganos más frecuentemente afectados en la mujer. Las infecciones vaginales, el parto, las menstruaciones, y los cólicos, etc. bombardean continuamente estos importantes órganos de excreción. Esta maravillosa fruta ha demostrado tener magníficos efectos purificadores de las vías urinarias ya que ayudan al riñón a eliminar la albúmina y otras sustancias perjudiciales para la salud.*
- *Los ojos: Ayuda al fortalecimiento del nervio óptico y a la prevención de las cataratas.*
- *El cerebro: La uvilla posee propiedades energéticas para el cerebro, debido a su contenido en fósforo y magnesio; ambos minerales que contribuyen a mejorar la concentración y la actividad cerebral.*
- *La diabetes: La uvilla ayuda a bajar los niveles de la glucosa sanguínea contribuyendo a prevenir esta enfermedad y a tener una mejor salud.*
- *Las vías respiratorias: Hábitos como el fumar, que se han incrementado en la actualidad, los cambios bruscos de temperatura y las inclemencias del tiempo hacen que órganos como los pulmones estén expuestos a múltiples enfermedades de las vías respiratorias. La uvilla, con ese delicioso sabor agridulce es rica en vitamina C, otro antioxidante encargado de conservar la salud de nuestros pulmones.*
- *Desintoxicación: La uvilla es excelente para limpiar, purificar y desintoxicar todo el organismo.*

Con la diversidad de apoyo que brinda la uvilla en el cuerpo del hombre, tanto para su cerebro, ojos, vías respiratorias, entre otras. Sabemos que esta fruta al igual que otras goza del fósforo que es uno de los minerales que posee la uvilla, este sirve para la formación de los huesos y dientes de la persona, igualmente produce energía para la creación de células, especialmente del bebé que está en el vientre de la madre.

Podemos ultimar que esta fruta además de contener nutrientes esenciales, aporta con un sin número de beneficios que ayuda al cuerpo humano, unos de estos comprobados y otros que están por comprobarse, pero esto no hace de menos a esta fruta, más bien impulsa a que aumente el consumo en las personas.

## 2. EL FRUTO

### 2.1 VARIEDADES DE LA UVILLA

<sup>13</sup> En el Ecuador la uvilla ha desarrollado distintas variedades. De acuerdo a diversos agricultores consultados por Montalvo, 2000, se ha establecido ciertos eco tipos que se desarrollan en nuestro país. Tenemos a continuación los siguientes:

- <sup>14</sup> **Colombiano:** Una uvilla que se caracteriza por tener el fruto grande de color amarillo intenso, su concentración de ácidos cítrico es menor que el del resto de materiales, sin embargo por su aspecto fenotípico, demanda para los mercados de exportación.
- **Ambateño:** Es la uvilla con fruto mediano de color entre verde y amarillo que tiene una alta cantidad de sustancias que le dan un sabor agri-dulce y aroma que destaca sobre el resto de eco tipos.
- **Ecuatoriana:** Es eco tipo más pequeño de color amarillo intenso, es de mayor concentración de sustancias vitamínicas, su aroma es agradable.

<sup>15</sup> Las formas más comunes para reproducir son por vía asexual que involucra la producción de nuevas plantas a partir de partes vegetativas y por vía sexual por semillas.

Igualmente existen diferentes clases de variedades a nivel internacional la cual ha significado su mayor crecimiento en el ámbito mundial, entre ellas tenemos:

**FRUTA AMARILLA ANARANJADA.-** es la tradicional uvilla que se la cosecha en forma ancestral, pertenece al grupo de frutas semiácidas, es

---

<sup>13</sup> SICA (Servicio de Información y Censo Agropecuario)

<sup>14</sup> JUNTAMAY, R. (2010). Evaluación nutricional de la uvilla deshidratada, a tres temperaturas, mediante un deshidratador de bandejas. Universidad Politécnica de Chimborazo. Riobamba

<sup>15</sup> Fischer, G y Almanza, P, (1993). Nuevas tecnologías en el cultivo de la uchuva (physalis peruviana). Bogotá. Editorial S.A.

redonda, amarilla, dulce y pequeña con una cáscara protectora. Se consume sola, en almíbar, postres o con otras frutas dulces. Para este tipo de uvilla su siembra se da 1.5m entre plantas y entre surcos.

<sup>16</sup> **KENIANA.-** es una especie de árbol frutal originario de la selva amazónica (norte de Bolivia, oeste de Brasil, sudeste de Colombia, este de Ecuador, este de Perú, sur de Venezuela). Que produce una fruta denominada caimarona o uva de monte. Tiene de 12 a 15 m (y no infrecuente 20 m) de altura. El tronco es cilíndrico, delgado, con copa, corteza gris provista de anillos. Sus hojas son, alternas, profundamente lobuladas, compuestas, con 9–11 folíolos de 10–20 cm x 2,5–4 cm, y un pecíolo de 2 dm de largo. Flores blancas, producidas 20 o más juntas en una inflorescencia de 1 dm de largo; al ser dioico tiene cada sexo en pies distintos: dos clases de flores, las pestiladas o hembras y las estaminadas o machos. Es recomendable sembrar este tipo de variedad <sup>17</sup>en cuadro de 2m entre surcos y de 2.5m entre plantas.

**LEJANA.-** esta a diferencia de las anteriores se cultiva en las zonas que sobrepasan los 3000 m.s.n.m, ya que es resistente a temperaturas muy elevadas, la flor es de color amarillo, su fruto es muy resistente y el sabor es más agrio.

Si bien es cierto la uvilla se la puede encontrar en tres variedades, pero en si las tres variedades tienen algo en común que su envoltura es en un carapacho y su fruto carnosos y de color anaranjado.

---

<sup>16</sup>Revista Tierra Adentro, 30 (10), 55-58.

INIAP (Instituto Nacional Autónomo de Investigaciones Agropecuarias).

**Eco tipo.** Es una subpoblación genéticamente diferenciada que está restringida a un hábitat específico, un ambiente particular o a un ecosistema definido. **Fuente.** <http://es.wikipedia.org/wiki/Ecotipo>

<sup>17</sup>Revista Tierra Adentro, 30 (10), 58-60.

## 2.2. MANIPULACIÓN Y CONSERVACIÓN DE LA UVILLA

La manipulación de alimentos viene desarrollándose desde hace tiempo atrás, debido a las muchas enfermedades que se presentaban en cada época.

La manipulación es muy importante en una relación directa por el manejo que existe entre el manipulador y los alimentos.

Veamos un poco de historia de cómo ha ido evolucionando la manipulación de alimentos.

**PRIMITIVA.-** tal vez fue la mujer de épocas primitivas la primera en realizar un control de los alimentos, tomando en cuenta la forma intuitiva los alimentos dañinos de los que no lo eran y creando una relación de causa-efecto entre la ingestión de un alimento determinado y el malestar digestivo producido al cabo de cierto tiempo.

<sup>18</sup>**RELIGIOSA.-** las influencias religiosas en las distintas civilizaciones jugaron un papel importante a la hora de practicar en condiciones higiénicas los sacrificios de aquellos animales que se ofrecían a los dioses y proceder tras ellos, al reconocimiento de las carnes (realizado por las castas sacerdotales).

**CLÁSICA.-** en la Grecia Clásica, conociéndose ya los efectos patógenos de algunos parásitos, se inició el desarrollo de normas higiénicas en la inspección de alimentos, especialmente la carne. Posteriormente, en la antigua Roma, se realizó el control de alimentos prescindiendo del aspecto religioso y comenzó a tener vigencia la práctica sistemática de la inspección legal de los alimentos, llevada a cabo por autoridades oficiales, e incluso se

---

<sup>18</sup> <http://www.monografias.com/trabajos43/manipulacion-alimentos/manipulacion-alimentos.shtml>

llegó incluso a penalizar económicamente la venta de carnes que no habían sido previamente inspeccionadas.

**EDAD MEDIA.-** durante la Edad Media, sólo en las grandes ciudades de Europa Central se regulaba las condiciones higiénicas esenciales para la obtención de la carne. Fue en 1276, en Augsburgo, cuando se dispuso que los sacrificios debieran llevarse a cabo en mataderos públicos.

**CIENTÍFICA.-** no es hasta el siglo XIX, cuando el Veterinario adquiere la debida importancia como Higienista e Inspector de Alimentos. Además se sucedieron una serie de circunstancias que identifican la relación entre la alimentación y el estado de salud.

<sup>19</sup>Para la manipulación general de las frutas o alimentos se debe considerar un sin número de prevenciones antes de ingerir alguna fruta, para lo cual según la página [www.fisterra.com](http://www.fisterra.com) invita a seguir los siguientes consejos:

- 1. Al llegar a casa, hay que liberar las frutas de cualquier bolsa o envoltorio de plástico para que puedan respirar.*
- 2. Se aconseja manipularlas con cuidado a fin de no causar roturas que aceleran su descomposición.*
- 3. Eliminar los ejemplares que estén deteriorados, por ejemplo, las frutas con inicios de putrefacción, para evitar que contagien al resto.*
- 4. Hay que lavarlas muy bien bajo un chorro de agua limpia, sobre todo cuando se vayan a comer crudas y no se pelan.*
- 5. Las más pequeñas y delicadas, como fresas, frambuesas, moras, etc., han de enjuagarse en un colador.*
- 6. Antes de trocear y servir las frutas crudas que tengan piel resistente como los melones y las sandías (cuando sirva estas frutas en un plato compuesto), lávelas a conciencia con un cepillo destinado exclusivamente a ese uso y con abundante agua.*

---

<sup>19</sup> <http://www.fisterra.com/salud/1infoConse/manipulación.Alimentos.asp>

7. *Lavarse bien las manos antes de tocar la fruta. Si se ha manipulado antes alimentos crudos, asegurémonos de que la superficie y los utensilios que se han utilizado y nuestras manos están perfectamente limpios antes de ponerlos en contacto con la fruta.*

8. *Cubrir cuidadosamente los recipientes que contengan fruta cortada. Guardar la macedonia de frutas o cualquier fruta cortada en el refrigerador hasta minutos antes de servirla.*

9. *Leer y seguir las indicaciones del envoltorio de las frutas envasadas, tales como "Consérvese en frío", "Consumir preferentemente antes de...", o "su caducidad".*

La manipulación de cualquier fruta es muy importante, ya que es el primer paso antes de ingerir frutas o alimentos que se consumen luego de una buena manipulación.

### **2.2.1. LA CONSERVACIÓN DE LA UVILLA**

La uchuva (uvilla) se conserva más, si se almacena con cáliz que sin él. Frutos con cáliz almacenados a una temperatura de 18°C y a una humedad relativa de 70% conservan su calidad aproximadamente por 20 días, mientras que los frutos sin cáliz a esas mismas condiciones solo conservan su calidad por 3 días. Lo mismo ocurre en condiciones de refrigeración a 6°C y con 70% de humedad relativa, ya que el fruto con cáliz se puede almacenar hasta por 30 días, mientras que el fruto sin cáliz solo se puede almacenar por 5 días.

<sup>20</sup>Una conserva es un producto que consiste en poner en un envase hermético un material sólido, semisólido o un sólido inmerso en un medio de empaque. De acuerdo a ello, el producto final será el resultado de la combinación de las características del material en sí, aquellas del medio de empaque.

---

<sup>20</sup>Recuperado el 15 de julio del 2010. <http://www.alimentacion-sana.com.ar/informaciones/novedades/conservacion.htm>



Su manipulación es Manual, depositando el fruto en recipientes que contengan en su interior acolchados de papel, viruta, entre otros.

La conservación debe localizar inmediatamente en un sitio seco y fresco, preferible aclimatado. Se recomiendan temperaturas de 8° C - 12° C, con una humedad relativa del 80% - 90%.

### **2.2.1.1 CONSERVACIÓN ARTESANAL.**

Las conservas en la época antigua servían para mantener los nutrientes de los alimentos durante la vida diaria de una persona. Algunos de estos métodos eran: <sup>21</sup>conservarlos en lugares secos u oscuros, envolverlos en sustancias protectoras como azúcar para conservar las frutas, vegetales; el vinagre se utilizaba para los vegetales, otros métodos eran el ahumado, el salarlos.

En el <sup>22</sup>siglo XIX Abraham Mariscal se encontraba en campañas en Rusia cuando una hambruna colapso las tropas debido que no podían hacer llegar los alimentos a zonas legadas, esto hizo que Abraham Mariscal de una recompensa para la persona que encuentre un método de conservación para mantener los alimentos a largo tiempo y en buen estado. El francés Víctor Racib halló en 1803 un método de conservación por calor en recipiente.

En 1810 José Casado sustituyendo al cristal, patentó el envase de hojalata que dotó a las conservas mayor resistencia, previno del efecto de la luz que deteriora las propiedades y vitaminas.

Además se conocen técnicas muy rudimentarias desarrolladas a veces por azar del tiempo o de casualidad, que tenían como principios el aire, el sol, la sal, el fuego y el hielo, que conseguían conservar por espacios más o menos prolongados la vida de los alimentos.

---

<sup>21</sup> Secretaría de agricultura, ganadería, desarrollo rural pesca y alimentación. (2008). México.

<sup>22</sup> Ruiz, S. (1990). Producción cacaera de dulces, jaleas y mermeladas. Ed. Olimpo. México

**TABLA 7. Métodos de Conservación**

<b>NOMBRE</b>	<b>DESCRIPCION</b>	<b>TEMPERATURA</b>	<b>CLASES DE ALIMENTOS</b>
Ahumado	Es un método más antiguo que servía para aprovechar los tiempos de abundancia.	30 °C a 60°C	Carnes y Mariscos
Congelación	Es la exposición de los alimentos bajo cero grados, esto evita cambios en la textura y su color.	0°C a -8°C	Carnes, Mariscos, Frutas, Vegetales
Deshidratación	Este método se basa en el hecho de microorganismos que contaminan a los alimentos no pueden crecer en los alimentos secos.	50 °C (Deshidratación por aire)	Frutas
Embotellado	Es utilizado para frutas y vegetales, es parecido al de enlatado.	20°C – 30 °C	Lácteos
Envasado	Consiste en calentar a los alimentos a una temperatura que destruya a los microorganismos presentes.	15°C - 20°C	Frutas y Vegetales
Enlatado	Al ser enlatados los alimentos son sellados en un recipiente después de hacerse el vacío.		Frutas y Vegetales
Escabeche	Se denomina así al bien de conservación de alimentos en vinagre.		Vegetales
Refrigeración	Consiste en conservar los alimentos en baja temperatura, pero superior a 0°C	0°C – 12°C	Carnes, Mariscos, Frutas, Vegetales

**Fuente:** <http://www.nutricion.pro/09-07-2008/alimentos/conservacion-de-alimentos-tipos-y-caracteristicas>  
**Elaborado por:** Fernanda Fuelta

La mejor forma de que la uvilla tenga una buena conservación según los métodos antes mencionados, es la congelación, deshidratación, enlatado, envasado, refrigeración, actualmente son los más aconsejables para este tipo de fruta.

La uvilla tiene una excelente durabilidad y resistencia. Las frutas frescas se almacenan en atmósfera seca y pueden durar varios meses. Para exportación es aconsejable transportar la fruta dentro de su capuchón. Las uvillas maduras pueden ser guardadas en el refrigerador por unas dos semanas. Luego de este tiempo pueden volverse ligeramente blandas.

Adicionalmente, por ser un fruto cítrico tiene mayor durabilidad y esto permite que sea opcional para que se conserve a temperatura ambiente (25°C.).

La conservación a temperaturas altas de las frutas es susceptible, ya que su principal función es destruir todos los microorganismos patógenos, creando un vacío parcial, previniendo que este se pueda reproducir posteriormente en el fruto.

El éxito de una eficiente conservación consiste en aplicar las técnicas necesarias para eliminar totalmente los microorganismos que en algunos casos como el <sup>23</sup>*Clostridium botulinum* comúnmente conocido como *botulismo puede llegar a ser mortal*. La mayoría de estos microorganismos se destruye con temperaturas que oscilan entre los 70°C y los 115°C.

---

<sup>23</sup> Benavides, P & Casqui, L, (2008). Estudio del comportamiento pos cosecha de la uvilla (*Physalis peruviana* L.) sin capuchón. Ibarra.

## 2.3 VALOR NUTRICIONAL

Como toda fruta rica en propiedades y beneficios, la uvilla posee el siguiente valor nutricional:

<sup>24</sup> **Tabla 8. Composición Nutricional de la Uvilla**

Componentes	Contenido de 100g. de la parte comestible	Valores diarios recomendados (basados en una dieta de 2000 cal.)
Humedad	78.90 %	
Carbohidratos	16 g.	300 g.
Fibra	4.90 g.	25 g.
Grasa total	0.16 g	66 g.
Proteína	0.05 g.	
Ácido ascórbico	43 mg.	60 mg.
Calcio	8 mg.	162 mg
Caroteno	1.61 mg.	5000 IU
Fósforo	55.30 mg.	125 mg.
Hierro	1.23 mg.	18 mg.
Niacina	1.73 mg.	20 mg.
Riboflavina	0.03 mg.	1.7 mg.

Fuente: Fruit Gardener, California Rare Fruit Growers. Inc 21 de abril del 2011  
Recopilado por: Fernanda Fuentala

**Características nutricionales:** Gracias a su alto contenido en vitamina A, calcio, fósforo, la uvilla es recomendada en dietas para el control de la diabetes, para purificación de la sangre. Sus propiedades diuréticas ayudan en el tratamiento de los problemas de próstata. Igualmente se cree que ayuda a preservar la visión fortaleciendo el nervio óptico.

<sup>24</sup>Recuperado el 16 de marzo del 2011. Fruit Garden, California Rare Fruit Growers. Inc

**Tabla 9. Características Nutricionales**

Descripción	% Valor Diario*
Total de Grasa: 0.98g.	2%
Grasa Saturada: 0g.	0%
Colesterol: 0mg.	0%
Sodio: 0mg.	0%
Total de Carbohidratos: 15.68g.	5%
Fibra Dietética: 0.6g.	0%
Proteínas: 2.66g.	
Vitamina C	26%
Vitamina A	20%
Calcio	1%
Hierro	8%

Fuente: Fruit Garden, California Rare Fruit Growers. In, 8 de mayo 2011  
Recopilado por: Fernanda Fuentala

Los anteriores datos esta en base a una dieta diaria de 2000 calorías. Dentro de las propiedades organolépticas la uvilla presenta cualidades agradables a los sentidos, tales como: sabor dulce - agridulce, color amarillo anaranjado, atractivo aroma, su inigualable apariencia. Por lo tanto esta fruta rica en vitaminas es apreciada por todas las personas por su inigualable sabor.

La uvilla, por ser rica en vitamina C, (un nutriente importante para el organismo), es otro antioxidante encargado de conservar la salud de los pulmones, ante los cambios bruscos de temperatura, las inclemencias del tiempo, entre otros factores, además es excelente para limpiar, purificar y desintoxicar todo el organismo.

## 2.4 ACCIÓN MEDICINAL DE LA UVILLA

Es ideal para quienes tienen problemas con la diabetes. A ellos se les recomiendan las infusiones de las hojas o el zumo de la uvilla. La ingesta del zumo ayuda a disminuir las inflamaciones y dolencias de la garganta

- <sup>25</sup> *También es utilizada como calmante natural por su contenido de flavonoides.*
- *El zumo de la uvilla ayuda a controlar el colesterol.*
- *Igualmente el zumo de la uvilla madura sirve para curar cataratas.*
- *Controla la presión arterial.*
- *Ayuda a la Litiasis Urinaria, porque <sup>26</sup>favorece a la disolución de cálculos de sales úricas, eliminación de arenillas, impide que los sedimentos urinarios se precipiten para formar nuevos cálculos.*
- *Para las personas que padecen la Gota y artritis úrica les facilita la eliminación del ácido úrico.*

<sup>27</sup> Según Bladimir Proaño un ingenioso de la medicina natural que busca la cura de la diabetes una de las enfermedades más populares del país, por medio de la uvilla. Se trata de un jarabe natural que tiene una fusión de plantas de la sierra y la costa, que baja el azúcar en la sangre y regula la glucosa para mejorar la cicatrización de heridas.

La composición medicinal de este brebaje contiene uvilla, las raíces de esta misma planta, además de ajeno y zorrilla que se la encuentra en la costa ecuatoriana. Hace tres años empezó una investigación en el campo, analizando las generosidades que brinda la uvilla, fruta producida potencialmente en Tungurahua.

---

<sup>25</sup> ESPOL (Escuela Superior Politécnica del Litoral), (2005), Proyecto de Desarrollo de Vino Elaborado a Base de Uvilla y su Comercialización en el Mercado Ecuatoriano.

<sup>27</sup> Diario La Hora, Lunes 16 de abril del 2012

## **2.5 APLICACIONES GASTRONÓMICAS DE LA UVILLA**

La Uvilla sirve en diferentes aplicaciones gastronómicas por ser rica en vitamina C y por tener gran variedad de beneficios para la salud del ser humano. Entre sus principales aplicaciones tenemos:

### **2.5.1. EL VINO**

#### **2.5.1.1. HISTORIA DEL VINO**

En la historia del vino se da con las primeras civilizaciones (4000 años A.C.) descubren su fermentación en Mesopotamia Turquía. En Sumeria (3500 años A.C.) Ya se elaboraba el vino. Egipto, China; en los años 2500 A.C. también lo elaboraban. Luego este descubrimiento es llevado a Grecia en los años 1000 A.C., se abre la viticultura, que es el cultivo de la uva, vinicultura nombre para la elaboración del vino. Se va propagando por Roma (300 A.C.), de allí llega a los Hispanos, Germanios, Galios y a toda Europa Antigua.

#### **2.5.1.2. EDAD MEDIA Y MODERNA**

Con el transcurso del tiempo en la <sup>28</sup>Edad Media por medio de la iglesia se difunde en Europa el cultivo de la Vid y su referente elaboración. Además van surgiendo los primeros viñedos, casa de vinícola en los países de Francia, Italia, España, Alemania, entre otros.

Con su llegada al nuevo mundo en el siglo XVI, los españoles trasladaban almas y la vid. Nace la enología en el siglo XIX (con los estudios científicos de Pausteur), a fines del siglo XIX y comienzos del XX aparece la Filoxera (que es un insecto que llegó a Europa y se comió todas las vides).

---

<sup>28</sup> ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DEL LITORAL 2005, Proyecto de Desarrollo de Vino Elaborado a Base de Uvilla y su Comercialización en el Mercado Ecuatoriano.

A partir de los años 50 la enología perfecciona el vino en la elaboración, crianza y calidad.

El término **vino** proviene de *Vitis Vinifera* que es una variedad de uva, de las cuales proceden la mayoría de la fruta para utilizarlas en su elaboración.

**Tabla 10. Clasificación Técnica de la Producción de Vino**

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	° DE ALCOHOL	TIPO
Vinos Calmos o Naturales	Son aquellos que se hacen desde el mosto y su fermentación es natural	10° a 15°	Lugar de origen
Vinos Fuertes o Fortificados	A este tipo de vinos se les agrega una dosis de alcohol.	16° a 26°	Lugar de Origen
Vinos Espumantes	Son los que tienen dos tipos de fermentación. La primera que es la fermentación natural y la segunda su fermentación es en botella.	5° a 10°	Lugar de Origen
Vino Tinto	El mosto es dejado en contacto con la piel de la uva hasta que alcance el color deseado.	10° a 15°	Colores
Vino Blanco	Son elaborados con uvas verdes y blancas	10° a 15°	Colores
Vinos Rosados	Se elabora dejando el mosto un poco tiempo con la piel de la uva.	10° a 15°	Colores
Vinos Secos o Vinos de Mesa	Son los que tienen poca azúcar residual.	10° a 15°	Manera de preparación
Vinos Dulces	Son aquellos que contiene azúcar residual mayor a 45g/l (grados / litro)	10° a 15°	Manera de Preparación



Fuente: PEYNAUD, Emile "Enología, Practica. Conocimiento y Elaboración del Vino". Editorial Mundi – Prensa, tercera edición. 1990. Madrid.  
Elaborado por Fernanda Fuentala P.

## **2.5.2. MERMELADAS**

Una mermelada es una conserva, el producto es preparado por cocción de frutas ya sean estas trozadas, enteras o tamizadas (en este caso la uvilla), con azúcar, hasta conseguir un producto espeso. Cuando su temperatura alcance los 140°, el ácido, la pectina de la fruta, reacciona con el azúcar, haciendo que al momento que se enfríe se ponga dura.

Su nombre proviene del portugués mermelada, que quiere decir, confitura de membrillo. La primera vez que se conoció de esta mermelada fue en Escocia.

El contenido de azúcar de la mermelada varía según gustos de quienes la preparan, sin embargo el rango es de 45-55 baja en calorías, y de 55-75° Bx (grados brix), se le considera una mermelada normal. De acuerdo con este contenido de azúcar las mermeladas se dividen en tres categorías (Manual de Industrias Alimentarias):

- Categoría extra.- el contenido de fruta es como mínimo 50% del peso del producto, color, sabor excelente, entre otros.
- Categoría primera.- el contenido de la fruta es como mínimo 40% del peso del producto, color y buen sabor.
- Categoría segunda.- contenido de fruta como mínimo de 30% del peso, color, sabor aceptable.

Un ingrediente primordial en la elaboración de mermeladas es la pectina, esta es una sustancia natural que contienen las frutas y que al momento de cocer se convierte en una gelatina, la cual hace que la mermelada se cuaje o espese. Esta sustancia se encuentra en la piel y pepitas de las frutas.

Este núcleo se lo adiciona mezclando con el azúcar que falta añadir a la mermelada, evitando la formación de grumos. La cocción debe finalizar cuando se haya obtenido el porcentaje de sólidos solubles requeridos, estos comprenden entre 65 – 68%.

Es importante que al momento de realizar la mermelada no se baje el nivel de la pectina, para lo cual no se debe espumar la mermelada constantemente mientras se cocina, sino solo al final de la preparación. No se debe cocinar mucho, ya que las cocciones demasiado extendidas destruyen la pectina.

*<sup>29</sup>La cocción puede ser realizada a presión atmosférica en pailas abiertas o al vacío en pailas cerradas. En el proceso de cocción al vacío se emplean pailas herméticamente cerradas que trabajan a presiones de vacío entre 700 a 740 mm Hg. (milímetro de mercurio), el producto se concentra a temperaturas entre 60 – 70°C, conservándose mejor las características organolépticas de la fruta.*

Otro agente importante al momento de la elaboración de la mermelada es el ácido cítrico, porque ayuda para la gelificación, para darle brillo, color, mejorar el sabor, al mismo tiempo ayuda a evitar la cristalización del azúcar y prolongar su tiempo de vida útil. El ácido se añade antes de cocer la fruta ya que ayuda a extraer la pectina de la fruta.

### **2.5.2.1. MODO DE PREPARACIÓN**

1. Deben lavar las uvillas, secarla sobre papel absorbente.

---

<sup>29</sup> Coronado, M y Hilario, R, (2001). Elaboración de Mermeladas, Procesamiento de Alimentos para Pequeñas Microempresas Agroindustriales. Editorial Lima, CEID. Lima  
e-mail: postmast@ciedperu.org

2. En una olla grande para confituras, poner la fruta alternándola a capas con el azúcar, la última capa debe ser de azúcar. Luego añadir el zumo de limón, cubrir con un paño limpio y dejar reposar durante varias horas o hasta que el azúcar se disuelva y la fruta haya soltado su jugo.
3. Colocar a fuego lento, dejar que hierva, mezclando de vez en cuando con una cuchara de madera. Cocer durante una hora aproximadamente, revolviendo de vez en cuando para que no se pegue.
4. Para verificar si el punto de la mermelada ya está, poner una pequeña cantidad en un plato, lo metemos en la refrigeradora de 10 a 15 minutos. Al cabo de este tiempo, empujar la mermelada con el dedo y si se "arruga", estará en su punto.
5. Poner la mermelada caliente en frascos, previamente esterilizados. Cerrar herméticamente y poner los frascos boca abajo hasta que se enfríen. De esta manera se consigue una especie de vacío que permite guardar la conserva durante 1 año.
6. Al cabo de 24 horas, comprobar que se ha hecho el vacío, intentando abrir los frascos, si se abren con facilidad, es que no se ha hecho el vacío, en cuyo caso conviene consumir la mermelada o guardar en la nevera. Si cuesta abrir, pueden etiquetarse y guardarse en un lugar fresco, oscuro y seco. Conviene vigilar el estado de los frascos de vez en cuando, para detectar cualquier alteración de la conserva.

No se puede olvidar tomar muestras periódicas hasta alcanzar la concentración correcta de azúcar y de esta manera obtener una buena <sup>30</sup>gelificación y obtengan una mermelada de calidad.

Para identificar el punto final de cocción se puede establecer mediante el uso de los siguientes métodos:

- **Prueba de la gota en el vaso con agua.-** consiste en colocar gotas de mermelada dentro de un vaso con agua. El indicador es que la gota de mermelada caiga al fondo del vaso sin desintegrarse.
- **Prueba del termómetro.-** se utiliza un termómetro de alcohol tipo caramelero, graduado hasta 110 °C. Para realizar el control se introduce la parte del bulbo hasta cubrirlo con la mermelada. Se espera que la columna de alcohol se estabilice y luego se hace la lectura. Deberá descansar sobre el fondo de la cacerola ya que así reflejaría la temperatura de la cacerola y no la correspondiente a la mermelada.

*El porcentaje de azúcar suele ser el correcto cuando la mermelada hierve a 104.5°C. Considerando que la mezcla contiene las proporciones correctas de ácido y de pectina ésta gelificará bien<sup>31</sup>. Este método se basa en el hecho que cuando una solución va concentrándose, incrementa su punto de ebullición.*

Se debe tener en cuenta principalmente, que para una igual concentración y la misma presión atmosférica, corresponde la misma temperatura de ebullición, por lo tanto distintas alturas sobre el nivel del mar, determinan

---

<sup>30</sup>Gelificación es un proceso donde los componentes se estabilizan a temperatura ambiente mediante la adición de diversos agentes. Fuente: Diccionario Español

<sup>31</sup> Coronado, M & Hilario, R. (2001). Elaboración de Mermeladas, Procesamiento de Alimentos para Pequeñas Microempresas Agroindustriales. Editorial Lima, CEID. Lima  
e-mail: postmast@ciedperu.org

distintos punto de ebullición para un mismo punto de concentración de la mermelada.

Otras alternativas gastronómicas en las que se puede utilizar la uvilla son:

- Para decoración de postres
- Se la utiliza también para realizar salsas.
- Esta fruta se la puede consumir sola o en almíbar, entre otras.
- Algunos restaurantes de peculiaridades gourmet manejan la uvilla, fresca o seca, como adorno.

## **2.6. CALIDAD DEL FRUTO**

La palabra calidad proviene del latín *qualitas*, que significa atributo, propiedad o naturaleza básica de un objeto. Sin embargo, en la actualidad en sentido abstracto su significado es “grado de excelencia o superioridad”. Aceptando esta definición, se puede decir que un producto es de mejor calidad cuando es superior en uno o varios atributos que son valorados objetiva o subjetivamente, es decir es lo que el consumidor está dispuesto a pagar por determinado producto.

Según la Norma ISO 8402, 1992, citado por Sielaff, la calidad real y objetiva se manifiesta en sus propiedades, características; o sea en su naturaleza. Según Hofman (citado por Sielaff) la calidad total de un alimento resulta del nivel de propiedades determinantes de su valor de uso, referente a los parámetros de valor nutritivo, valor culinario, madurez para el consumo, forma de presentación entre otros aspectos.

Los componentes de la calidad son:

- Apariencia
- Flavor
- Valor Nutritivo
- Seguridad

**APARIENCIA.-** es la primera expresión que tiene el consumidor, a su vez el componente más importante para la aceptación y para su posterior compra.

**FLAVOR.-** es la combinación de las sensaciones percibidas por la lengua (sabor o gusto) y por la nariz (aromas).

**VALOR NUTRICIONAL.-** es el grado de vitaminas o minerales que contenga una determinada fruta para su consumo.

**SEGURIDAD.-** las frutas, hortalizas no solamente deben ser atractivas en cuanto a su apariencia, frescura, presentación y valor nutritivo, sino también su consumo no debe poner en riesgo la salud. El consumidor no tiene forma de detectar la presencia de sustancias nocivas, depende enteramente de la seriedad, responsabilidad de todos los integrantes de la cadena de producción, distribución.

Diagrama 1. Calidad del Fruto<sup>32</sup>



Elaborado por: Fernanda Fuentala  
Fuente: Revista Fitotecnia Mexicana. Rendimiento y Calidad del fruto. 2006

La percepción de la calidad por el consumidor para elegir un fruto (uvilla) de calidad se debe tener en cuenta lo siguiente:

<sup>32</sup> Recuperado el 17 de mayo del 2001. [http://www.cosemarozono.es/pdf/equipo\\_31.pdf](http://www.cosemarozono.es/pdf/equipo_31.pdf)

1. La fruta tiene que estar bien coloreada, sin golpes, magulladuras, manchas o partes blandas. Por tanto, para comprobar estado es preferible adquirir aquellos ejemplares que estén a la vista y no empaquetados.
2. Cuando la fruta no vaya a consumirse de inmediato conviene comprarla ligeramente inmadura, para dejarla madurar en casa a temperatura ambiente. Sin embargo, la fruta madura deberá conservarse en lugares frescos o en la nevera, consumirse lo antes posible.





## 2.7. PRODUCTOS DERIVADOS DE LA UVILLA

La **uchuva** constituye también un ingrediente atractivo para ensaladas de vegetales, frutas; así como para platillos gourmet, cocktails, licores. Sirve de elemento decorativo para adornar tortas, pasteles, al igual que las guindas o cerezas. Procesada se le puede encontrar congelada, en puré, pulpa, mermeladas, conservas o deshidratada.

Otros diferentes usos (jugos, vino, además, se consume sola, en almíbar, postres y con otras frutas dulces).

La uvilla se puede consumir fresca cuando está totalmente madura. Esta fruta exótica se utiliza para preparar conservas, salsas, "chutneys", helados, glaseados y postres variados. Es un ingrediente muy atractivo para ensaladas de frutas y vegetales, diferentes platos gourmet, cocktails, licores. Los ingleses consumen la uvilla azucarada; servida en su capuchón. En Europa algunos restaurantes de especialidades gourmet utilizan la uvilla, fresca o seca, como adorno.

Las presentaciones de uvilla procesada más frecuentes son: fruta congelada, puré, pulpa, mermeladas, conservas, deshidratada (como pasas). El mayor valor de mercado está en la fruta fresca o en los elaborados que mantienen su forma intacta.

El alto contenido de pectina en la uvilla la hace especialmente apropiada para mermeladas y salsas. Dadas sus propiedades curativas, se utilizan tanto las hojas como el fruto en la industria química, farmacéutica.

### **3. SALSAS, VINAGRES Y CULIS**

#### **3.1. Salsas**

##### **3.1.1. Historia Evolutiva**

Los primeros indicios detallados de la existencia de salsas se remonta a los romanos, los cuales empleaban el garum (que es la salsa reina de la cocina romana), elaborada con intestinos de pescado (se señala a la caballa procedente de Cartagena) marinados en salmuera y fermentados al sol y aderezados con especias. De esta salsa da cuenta el gastrónomo romano Marcus Gavius Apicius en el siglo I en su libro *De re Coquinaria*, algunas de las denominaciones como liquanum (empleado como un término genérico a salmueras, marinadas, zumos, entre otras). Cuentan de esta misma época que el emperador Domiciano interrumpió varias veces las cuestiones políticas del senado romano para saber qué salsa iba mejor con el rodaballo que se iba a disponer esa noche en un banquete a sus invitados.

Es muy posible que la culinaria de la Edad Media en Europa tuviera una pobre existencia de salsas, que sus sabores fuesen muy picantes o agrídulces. Una de las más conocidas era el verjuice (una especie de mosto no fermentada), la dodine, el cameline. Se hace una distinción entre salsa y grané (caldo de carne esperado con granos) que dio origen al inglés Gravy. El escritor culinario medieval Taillevent menciona la elaboración de algunas salsas en su libro *Le Viandiaer*.

Ya en el siglo XVIII se comienza a refinar a tener un sabor más aromático, elaborado. El sistema de cocina francesa empieza a dar frutos en el terreno de la elaboración de salsas, de esta forma François Pierre de la Varennea (1618 – 1678) empieza a escribir los primeros libros de cocina sistematizados. Marie-Antoine Carême (1784-1833) ha sido uno de los principales investigadores, clasificadores de las diferentes salsas en cuatro familias: espagnole, velouté, allemande, y bechamel. Carême mostró cómo era posible a partir de estas cuatro salsas madre construir un sistema

jerárquico en la elaboración de salsas conocida como: el "sistema francés de salsas". Auguste Escoffier (1846-1935) promueve el arte culinario a rango profesional; revisa la clasificación de las salsas que anteriormente hizo su compatriota Carême en: espagnole, velouté, bechamel, hollandaise, tomate. El sistema de Escoffier es el que se ha enseñado a los cocineros del siglo XX.

En el siglo XX la nouvelle Cuisine se caracterizó por un rechazo a los platos complicados, a las salsas espesadas con harina, a las verduras sobrecocinadas. Se continúa inventando nuevas salsas como la salsa mil islas. Las salsas se empiezan a usar en los acompañamientos de la comida rápida. Ya a comienzos del XXI el cocinero español Ferrán Adriá inventa una salsa casi 'ingrúvida' que denomina aire por que aplica el concepto de deconstrucción a la alta cocina.

La palabra 'salsa' proviene del latín salsus, participio del verbo sallere (poner en sal), que viene a enseñar aquel alimento que es salado debido al empleo de condimentación con sal en su elaboración. En unos idiomas, tales como el inglés, el alemán, la palabra **salsa**, dentro del contexto culinario se refiere únicamente a las salsas de comienzo mexicano. La salsa compuesta, consiste en una salsa elaborada en la cocina, servida en un plato, al estilo de la culinaria francesa, difiere bastante de sus contrapartidas de la cocinas asiáticas en la que las salsas forman parte del plato en si, como es el caso de los diferentes currys.

### **3.1.2. Clasificaciones**

Las salsas se clasifican en salsas madres y salsas derivadas. Estas salsas madres que indudablemente son la base se dividen en salsas calientes, frías, dentro de estas se clasifican en emulsionadas o no, dentro de las no emulsionadas pueden ser cocidas o no, las emulsionadas pueden ser ligadas.

### 3.1.2.1. SALSAS CALIENTES

La cocina francesa divide en 5 salsas madres la cocina caliente, tres de ellas son oscuras: españolas, demiglase y de tomate; dos son claras: la bechamel y velouté. Cuatro de ellas parten de un fondo de cocina.

**Tabla 11. Clasificación de Salsas Calientes**

Tipo	Ingredientes	Variedad	Clase
Española	Fondo obscuro, roux(mantequilla clarificada, harina en partes iguales), mirepoix, tocino, laurel, tomillo, sal y pimienta.	Obscuras	Salsa madre oscura
Demiglase	Son los mismos ingredientes q se utiliza para la salsa española pero se le agrega vino tinto.	Obscuras	Salsa madre oscura
De tomate	Tomate, mirepoix, roux, azúcar, sal y pimienta.	Obscuras	Salsa madre oscura
Velouté	Fondo claro, roux, sal, pimienta blanca, nuez moscada.	Claras	Salsa emulsionada caliente
Bechamel	Leche, roux, sal, pimienta y nuez moscada.	Claras	Salsa Emulsionada caliente
Alemana o Parisina	Fondo claro, roux, sal, pimienta blanca, nuez moscada, yemas de huevo.	Obscuras	

Fuente. Los Maestros de la Cocina Europea Invitan a Comer. 2007 21 de mayo del 2011  
Elaborado por: Fernanda Fuentala

Se puede deducir que estos tipos de salsa son muy importantes ya que las pueden elaborar principalmente con una de estas por ser la base de cualquier salsa.

### **3.2. Vinagretas**

Las vinagretas son la última de las salsas emulsionadas, esta emulsión es la más frágil de todas. Su nombre proviene del francés vinaigrette, diminutivo vinaigre, "vinagre", que contiene como ingrediente principal cualquier líquido ácido como el vinagre (aunque a veces se tiene en cuenta el zumo de limón en su lugar), se acompaña mediante una mezcla de un medio graso como puede ser un aceite o una nata agria. Se emplea generalmente como aliño de ensaladas o acompañamiento para diferentes platos de carnes, pescados, mariscos, verduras, entre otros.

#### **3.2.1. Forma de Preparación**

Las proporciones para realizar una vinagreta son: 1 parte de vinagre por 3 – 4 partes de aceite. Si los ingredientes son más amargos aceptaran más vinagre. En cambio, si lo que predomina son los ingredientes ácidos, llevará menos.

Para consolidar un buen producto, se lo debe realizar con las cantidades que se detallan ya que es una receta con cantidades específicas y sus resultados son efectivos.

Igualmente esta receta es la más común, la más utilizada en el medio gastronómico, por lo tanto es una receta confiable.

### 3.3. Coulis

Un **coulis** es un tipo de salsa procedente de la cocina francesa. El **coulis** es por lo tanto el jugo obtenido después de triturar ciertos alimentos previamente preparados concentrando su sabor, una vez tamizado o colado (su significado deriva del verbo francés '*couler*' que significa colar), ofrece una densidad de jarabe, de crema o de puré ligero.<sup>33</sup> Actualmente los **coulis** más populares son los de frutas que se aplican en los postres, como el tradicional *coulis de fresa* o de frutos rojos que acompaña a la tarta de queso.

#### VENTAJAS:

1. Proporciona un sabor refrescante.
2. Dispone del poder de dar color al plato.
3. Su sabor que puede ser más o menos dulce, ácido, especiado, etc.

3.3.1. **Definición de coulis:** Puré o salsa espesa tamizada hecha a base de frutas mezcladas con un edulcorante, una pequeña cantidad de zumo de limón, sirven para aromatizar y dar color a los postres.

Para realizar un coulis, se necesita cocinar todos los componentes, normalmente se usan ingredientes con alta cantidad de agua, como jitomates, fresas, etc.

El coulis generalmente se lo utiliza en postres, ya que por su contextura dulce da diferentes sabores y colores en el plato. Adicionalmente de esto también puede ser una guarnición de un plato principal, este asimismo es utilizado para salsear carnes, pescados, vegetales, entre otros; si el coulis está hecho de vegetales.

---

<sup>33</sup>Recuperado el 30 de septiembre del 2012. [www.facilissima.com](http://www.facilissima.com)

### **Procedimiento para hacer un coulis.**

Es aconsejable que para realizar un coulis se debe de partir de un almíbar ligero, que es muy poco viscoso, por lo tanto cuando se reduce no espesa. Por lo cual el coulis será muy ligero. Este coulis es ideal para acompañar helados. Dulces, biscochos, tortas, entre otros.

El procedimiento básico para la elaboración del coulis es el siguiente:

- 1) <sup>34</sup> *Lavar, limpiar, desinfectar los ingredientes.*
- 2) *Cortar los ingredientes (en caso de tomates se debe pelar y quitar las semillas).*
- 3) *Cocina a fuego lento, tapado hasta que suelte toda el agua. (Para frutas siempre debe añadir azúcar)*
- 4) *Pasa los ingredientes a la licuadora y después en un tamiz*
- 5) *Servir.*

<sup>35</sup> Michel Roux, en su libro Salsas, nos convence del atractivo que los coulis de frutas ofrecen a los postres, además de proporcionar un sabor fresco, dispone del poder de dar color al plato, asimismo de su sabor que puede ser más o menos dulce, ácido, especiado.

Una buena recomendación al momento de elaborar un coulis es el de no mezclar o agregar ningún agente espesante, ya que la uvilla por tener la pectina (es un polisacárido ácido de origen natural), se la utiliza como estabilizador o agente espesante.

### **3.4. Usos de salsas, vinagres y culis**

En los diferentes usos que se puede dar con la uvilla se derivan las siguientes preparaciones:

---

<sup>34</sup> Recuperado el 22 de octubre del 2012. [www.Gastronomiaycia.com](http://www.Gastronomiaycia.com)

<sup>35</sup> Recuperado el 22 de octubre del 2012. [www.Gastronomia&Cia.com](http://www.Gastronomia&Cia.com) La Ciencia y Arte Culinario

**Salsas.-** se lo aplica principalmente en platos principales con carnes blancas, carnes rojas y mariscos (para marinar).

**Vinagres.-** estas vinagretas se usan como aderezo en ensaladas y vegetales.

**Culis.-** esto se utiliza en postres como decoración, para dar color al plato, para acompañar helados, rellenar biscochos y tortas.

### **3.4.1. Métodos de conservación**

Este tipo de frutas no necesariamente necesita condiciones especiales de conservación ya que esta es silvestre, basta con que este en lugares frescos, secos y protegidos de la luz solar, aunque también se las puede conservar en la nevera.

Esta fruta pertenece al grupo de los cítricos por eso puede durar hasta 10 días en su capuchón sin que altere su calidad.


Se debe tomar en cuenta que no es aconsejable guardar diferentes frutas con las que tienen larga conservación; ya que pueden producirse sabores extraños, esto puede generar que las frutas se deterioren más.


A esto se debe implementar la refrigeración para que su vida sea más duradera.

En China y otros países la colocan al sol las frutas y esta se mantenía por más tiempo para su consumo, a este proceso se lo conoce como deshidratación. Es otra manera de conservar a la uvilla.




## Recetas: Entradas

RECETA ESTÁNDAR					
NOMBRE DEL PLATO: CANAPÉ DE CAMARONES CON UVILLAS				CODIGO: 01	No-PAX: 4
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION
12	Gramos	Uvilla	5,00	0,06	
125	Gramos	camarones	8,00	1,00	
35	Gramos	cebolla	1,50	0,05	
5	Gramos	diente de ajo	0,15	0,00	
5	Gramos	sal			
15	Gramos	jugo de limón	0,50	0,01	
45	Gramos	mayonesa	1,5	0,07	
15	Gramos	salsa inglesa	1,50	0,02	
20	Gramos	perejil	0,25	0,01	
70	Gramos	galletas	1,50	0,11	
<b>COSTO TOTAL:</b>				1,32	
3% DE ESPECIAS				0,04	
30% COSTO POTENCIAL				0,3	elaborado por: Fernanda Fuelta
PRECIO DE VENTA SUGERIDO				4,53	
PRECIO POR PAX				1,13	
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>
1.- Colocar los camarones, la cebolla, y el ajo en una olla pequeña y colocar un poco de agua hasta que hierva y cambie de color, aproximadamente unos 3 min.					20 min.
2.- Colar cuando ya este de otro color, luego triturar en la licuadora y colocar sal al gusto hasta obtener una mezcla homogénea.					<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media</b> Alta
3.- En las galletas colocar la mezcla del camarón y colocar y camarón					<b>OBSERVACIONES</b>
4.- Poner perejil encima del camarón y decorar con uvillas cortadas por la mitad y servir					


RECETA ESTÁNDAR								
<b>NOMBRE DEL PLATO: CROQUETAS DE POLLO EN SALSA DE UVILLA</b>				<b>CODIGO: 02</b>	<b>No-PAX: 4</b>			
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACIÓN			
250	Gramos	pollo desmenuado	2,50	0,63				
170	Gramos	harina	1,50	0,26				
70	Gramos	leche	1,00	0,07				
5	Gramos	nuez moscada						
60	Gramos	huevo	2,50	0,15				
65	Gramos	mantequilla	1,50	0,10				
250	Gramos	pan rallado	1,25	0,31				
250	Gramos	aceite	2,50	0,63				
5	Gramos	sal						
5	Gramos	pimienta						
120	Gramos	jugo de uvilla	5,00	0,60				
25	Gramos	cebolla perla	1,50	0,04				
			<b>COSTO TOTAL:</b>	2,77				
			3% DE ESPECIAS	0,08			fuente: www.pequerecetas.com	
			30% COSTO POTENCIAL	0,3				
			PRECIO DE VENTA SUGERIDO	9,52				
			PRECIO POR PAX	2,38				
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>			
1.- Hacer un sofrito de cebolla, colocar mantequilla y el pollo.					45 min.			
Refreír colocando dos o tres cucharadas de harina sin dejar de mezclar.								
2.- Añadir la leche y fusionar, agregar sal y nuez moscada. Seguir moviendo, seguida					<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media</b>			
incorporar leche hasta que espese. Para saber si la masa ya esta se debe despegar					<b>Alta</b>			
del sartén al momento que pase la cuchara.								
3.- Poner en un recipiente y dejar que se enfríe.								
por el huevo batido y el pan rallado. Freír en								
abundante aceite hasta que se doren.								
4.- Para la salsa realizar un roux y dejar q espese sin dejar de remover.								
Luego incorporar el jugo de la uvilla y sazonamos al gusto.								
					<b>OBSERVACIONES</b>			


<b>RECETA ESTÁNDAR</b>								
<b>NOMBRE DEL PLATO: ENSALADA VEGETARIANA CON VINAGRETA DE UVILLA</b>				<b>CODIGO: 03</b>	<b>No-PAX: 4</b>			
<b>CANTIDAD</b>	<b>Unidad de Medida</b>	<b>PRODUCTO</b>	<b>Costo Uni.</b>	<b>Costo Total</b>	<b>ILUSTRACION</b>			
150	Gramos	Uvilla	5,00	0,75				
60	Gramos	Vinagre	2,50	0,15				
15	Gramos	sal						
15	Gramos	Azúcar	5,00	0,08				
15	Gramos	Miel de Abeja	2,50	0,04				
15	Gramos	Mostaza	0,75	0,01				
		Pimienta						
50	Gramos	Champiñones	3,00	0,15				
30	Gramos	Lechuga Cresenta	1,50	0,05				
50	Gramos	Zanahoria en juliana fina	1,50	0,08				
50	Gramos	Aceitunas	3,00	0,15				
<b>COSTO TOTAL:</b>				<b>1,44</b>				
<b>3% DE ESPECIAS</b>				<b>0,04</b>			<i>elaborado por: Fernanda Fuelta</i>	
<b>30% COSTO POTENCIAL</b>				<b>0,3</b>				
<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>				<b>4,96</b>				
<b>PRECIO POR PAX</b>				<b>1,24</b>				
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>			
1. Licuar todos los ingredientes menos los frutos secos, colar y reservar.					10 min.			
2. Cortar las aceitunas por la mitad y reservar.					<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media Alta</b>			
3. Lavar la lechuga cresenta y dejamos que se escurra el agua.					<b>OBSERVACIONES</b>			
4. Mezclar todos los ingredientes anteriores y colocar un poco de sal y la vinagreta de uvilla la colocar por encima.								

## Plato Principal

RECETA ESTÁNDAR						
NOMBRE DEL PLATO: CAMARONES APANADOS EN QUINUA EN SALSA DE UVILLA				CODIGO: 05	No-PAX: 4	
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION	
250	Gramos	Camarones Pelados y desvenados	15,00	3,75		
		Pimienta				
60	Gramos	Huevo	3,00	0,18		
65	Gramos	Quinua	1,55	0,10		
100	Gramos	Miga de pan	1,50	0,15		
150	Gramos	Uvillas	2,50	0,38		
5	Gramos	Laurel				
5	Gramos	Pimienta Dulce				
90	Gramos	Vino Blanco	7,90	0,71		
25	Gramos	Zanahoria rallada	0,50	0,01		
50	Gramos	Col Morada en juliana	1,00	0,05		
		sal				
200	Gramos	Coco Mediano para decorar	1,00	0,20		
<b>COSTO TOTAL:</b>				5,53		
3% DE ESPECIAS				0,17		
30% COSTO POTENCIAL				0,3		
<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>				18,98		
<b>PRECIO POR PAX</b>				4,75		
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>	
1. Cocine la quinua durante 10 minutos. Escorra el agua y extender en una toalla de papel para quitar el máximo contenido de agua. Reserve					25 min.	
2. Licuar las uvillas con dos tazas de agua y cernirlo, colocar en una olla y llevar a ebullición, añadir la hoja de laurel, el azúcar, la pimienta dulce, sal, pimienta. Remover constantemente y añadir el vino. Dejar que se reduzca y tenga consistencia.					<b>GRADO DE DIFICULTAD:</b> Baja X Media Alta	
3. Pasar por la miga de pan, huevo y quinua. Freír los camarones en aceite bien caliente.					<b>OBSERVACIONES</b>	
4. Colocar los camarones con la salsa de uvilla; acompañamos con zanahoria y col y servir.						

RECETA ESTÁNDAR								
NOMBRE DEL PLATO: LANGOSTINOS CROCANES CON COCO EN SALSA DE UVILLA				CODIGO: 10	No-PAX: 4			
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION			
500	Gramos	Langostinos	15,00	7,50				
150	Gramos	Uvilla	5,00	0,75				
70	Gramos	Mantequilla	2,63	0,18				
20	Gramos	Romero	1,00	0,02				
100	Gramos	Apanadura de Coco	2,50	0,25				
25	Gramos	Cebolla Perla	1,50	0,04				
5	Gramos	Hojas de Laurel	0,50	0,00				
10	Gramos	Zanahoria	1,50	0,02				
10	Gramos	Azúcar	5,00	0,05				
5	Gramos	Pimienta		0,00				
1000	Gramos	Agua		0,00				
5	Gramos	apio	0,50	0,00				
140	Gramos	Vino Blanco	7,90	1,11				
		Sal						
				<b>COSTO TOTAL:</b>			9,92	
				3% DE ESPECIAS			0,30	fuelle: <a href="http://www.gastronomia&amp;Cia.com">www.gastronomia&amp;Cia.com</a>
				30% COSTO POTENCIAL	0,3			
				PRECIO DE VENTA SUGERIDO	34,05			
				PRECIO POR PAX	8,51			
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>			
1. Pelar los langostinos y reserve su jugo.					30 min.			
2. Realizamos un bouquet garni								
3. Agregamos a la mezcla el pure de uvilla, dejamos reducir, luego licuar, cernir y reservar.					<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media Al ta</b>			
4. Apanar los langostinos con la apanadura de Coco y freir.					<b>OBSERVACIONES</b>			
5. Pele y cocine las papas y deles la forma de cuadrados. Saltee las papas con romero picado finamente y mantequilla.								
6. Coloque los langostinos con la salsa por encima, las papas y unas uvillas cortadas por la mitad y sirva.								

RECETA ESTÁNDAR							
NOMBRE DEL PLATO: POLLO RELLENO EN SALSA DE UVILLA				CODIGO: 07	No-PAX: 4		
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION		
200	Gramos	Pechuga de Pollo	8,00	1,60			
40	Gramos	Duraznos en almíbar	7,50	0,30			
100	Gramos	Papa Chola	5,00	0,50			
50	Gramos	Esparragos	3,50	0,18			
100	Gramos	Uvillas	5,00	0,50			
20	Gramos	Zuquini	4,86	0,10			
		Sal					
		Pimienta		0,00			
50	Gramos	Mantequilla	2,63	0,13			
80	Gramos	Vino Blanco	7,90	0,63			
10	Gramos	Azúcar	5,00	0,05			
				<b>COSTO TOTAL:</b>			3,99
				<b>3% DE ESPECIAS</b>			0,12
				<b>30% COSTO POTENCIAL</b>			0,30
				<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>	13,68		
				<b>PRECIO POR PAX</b>	3,42		
					fuente: <a href="http://www.gastronomia&amp;Cia.com">www.gastronomia&amp;Cia.com</a>		
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN 45 min.</b>		
1. Sazonar la pechuga con sal y pimienta. Dorar por ambos lados con mantequilla y flamear con vino blanco. Reservar.					<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media Alta</b>		
2. Para la salsa cocine la uvillas con agua y el azúcar, luego licuar y cernir. Cocer a fuego lento. Sal y pimienta al gusto.					<b>OBSERVACIONES</b>		
3. Pelar, cortar en cuadritos las papas y cocinar con un poco de sal. Saltear con mantequilla y perejil. Pelar los esparragos y cortar por la mitad. Cortar una rebanada de zuquini y hacer un hoyo para decorar.							
4. Blanquear las verduras y saltearlas con mantequilla y vino blanco.							
5. Colocar la pechuga de pollo con las papas y los esparragos y la salsa de uvilla. Servir bien Caliente							

RECETA ESTÁNDAR						
NOMBRE DEL PLATO: SALMON EN SALSA DE UVILLA				CODIGO: 08	No-PAX: 4	
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION	
250	Gramos	Salmon	20,00	5,00		
12	Gramos	Aceite de Girasol	5,20	0,06		
90	Gramos	Agua				
70	Gramos	Vinagre	2,50	0,18		
15	Gramos	Fécula de maíz	2,50	0,04		
150	Gramos	Uvilla	5,00	0,75		
25	Gramos	Cebolla perla	1,50	0,04		
		Pimienta				
		sal				
		Romero				
				<b>COSTO TOTAL:</b>	6,06	
				<b>3% DE ESPECIAS</b>	0,18	
				<b>30% COSTO POTENCIAL</b>	0,30	fuelle: <a href="http://www.gastronomia&amp;Cia.com">www.gastronomia&amp;Cia.com</a>
				<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>	20,81	
				<b>PRECIO POR PAX</b>	5,20	
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>	
1. Realice dos filetes de salmón y condimentelo con sal y pimienta.					30 min.	
2. Para la salsa coloque una sartén con aceite la cebolla cortada en brunoise, agregue la uvilla, la maicena; mezcle hasta que este consistente					<b>GRADO DE DIFICULTAD:</b> Baja X Media	
Verifique la sal.					Alta	
3. Dorar el salmón en aceite de oliva de los dos lados por 1 minuto y sacarlo.					<b>OBSERVACIONES</b>	
4. Servir con la Salsa de Uvilla y ramitas de romero.						

**RECETA ESTÁNDAR**

<b>NOMBRE DEL PLATO: TEMPURA DE CAMARONES Y UVILLA</b>				<b>CODIGO: 11</b>	<b>No-PAX: 4</b>
<b>CANTIDAD</b>	<b>Unidad de Medida</b>	<b>PRODUCTO</b>	<b>Costo Uni.</b>	<b>Costo Total</b>	<b>ILUSTRACION</b>
120	Gramos	Uvilla	5,00	0,60	
60	Gramos	huevo	2,50	0,15	
150	Gramos	harina	1,50	0,23	
5	Gramos	polvo de hornear	0,50	0,00	
1000	Gramos	camarones	8,50	8,50	
250	Gramos	aceite	2,00	0,50	
25	Gramos	pimiento verde	1,50	0,04	
25	Gramos	pimiento rojo	1,50	0,04	
			<b>COSTO TOTAL:</b>	10,05	
			3% DE ESPECIAS	0,30	
			30% COSTO POTENCIAL	0,3	
			<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>	34,51	
			<b>PRECIO POR PAX</b>	8,63	fuelle: <a href="http://www.utilisima.com">www.utilisima.com</a>
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>
1.- <b>PARA LA TEMPURA</b> , batir el huevo con el agua helada, agregar harina, polvo de hornear . Mezclar.					45 min.
2.- Sumergir los camarones limpios en la masa de la tempura y freir en el aceite que este hiviendo, hasta que se doren y estén crujientes					<b>GRADO DE DIFICULTAD:</b> Baja X Media Alta
3.- Saltear las uvillas con pimiento verde y rojo. Reservar					<b>OBSERVACIONES</b>
4.- Servir la tempura con la guarnicion de la uvilla y vegetales.					



## RECETA ESTÁNDAR

<b>NOMBRE DEL PLATO: BALLOTINE DE CARNE EN SALSA DE UVILLA</b>				<b>CODIGO: 12</b>	<b>No-PAX: 4</b>
<i>CANTIDAD</i>	<i>Unidad de Medida</i>	<i>PRODUCTO</i>	<i>Costo Uni.</i>	<i>Costo Total</i>	<i>ILUSTRACION</i>
500	Gramos	carne de res	5,00	2,50	
200	Gramos	pollo desmenuzado	2,50	0,50	
50	Gramos	pimiento rojo	1,50	0,08	
100	Gramos	brandy	2,50	0,25	
120	Gramos	huevo cocido	2,50	0,30	
50	Gramos	tomillo			
50	Gramos	laurel			
120	Gramos	tocino	2,50	0,30	
5	Gramos	sal			
5	Gramos	pimienta			
50	Gramos	mantequilla	1,25	0,06	
50	Gramos	harina	1,50	0,08	
120	Gramos	jugo de uvilla	5,00	0,60	
			<b>COSTO TOTAL:</b>	<b>4,66</b>	
			3% DE ESPECIAS	0,14	
			30% COSTO POTENCIAL	0,3	
			<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>	<b>16,01</b>	
			<b>PRECIO POR PAX</b>	<b>4,00</b>	
					fuente:www.elnuevodia.com
<b>Preparación:</b>				<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>	
1.- Filear un pedazo grande de carne, salpimentar y reservar en la refrigeradora por dos horas.				45 min.	
2.- Para realizar el relleno, saltear a los pimientos con el tocino, el pollo; agregar sal y pimienta.				<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media</b>	
3.- Para colocar el relleno en la carne abrir todo el pedazo y colocar poco el relleno relleno, enrollar y envolver con un hilo resistente. Cocinar en el horno a temperatura media durante 20 minutos. Los jugos q salen los reservar.				<b>OBSERVACIONES</b>	
4.- Para la salsa realizar un roux con harina y mantequilla; dejar que espede sin dejar de remover. Luego incorporar el jugo de la uvilla y sazonar al gusto.					
5.- Servir el Ballotine con la salsa de uvilla.					


## Postres


<b>RECETA ESTÁNDAR</b>						
<b>NOMBRE DEL PLATO: CUPCAKES DE VAINILLA Y CHOCOLATE RELLENO DE UVILLA</b>					<b>CODIGO: 13</b>	<b>No-PAX: 4</b>
<b>CANTIDAD</b>	<b>Unidad de Medida</b>	<b>PRODUCTO</b>	<b>Costo Uni.</b>	<b>Costo Total</b>	<b>ILUSTRACION</b>	
120	Gramos	Uvilla	5,00	0,60		
120	Gramos	mantequilla	1,50	0,18		
120	Gramos	azúcar	5,00	0,60		
120	Gramos	harina	1,50	0,18		
120	Gramos	huevos	2,50	0,30		
120	Gramos	chocolate	3,00	0,36		
30	Gramos	levadura	1,25	0,04		
50	Gramos	leche condensada	1,25	0,06		
		moldes para los cupcakes				
50	Gramos	frutillas	2,50	0,13		
100	Gramos	nata montada	2,50	0,25		
			<b>COSTO TOTAL:</b>	<b>2,70</b>		
			<b>3% DE ESPECIAS</b>	<b>0,08</b>		
			<b>30% COSTO POTENCIAL</b>	<b>0,3</b>		
			<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>	<b>9,25</b>		
			<b>PRECIO POR PAX</b>	<b>2,31</b>		
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>	
1.- Mezclar la mantequilla con el azúcar hasta obtener una masa homogénea, luego añadir los huevos, harina, levadura, sin dejar de mezclar. Batir hasta que la masa este homogénea nuevamente, van incorporando el zumo de las uvillas.					45 min.	
2.- Cuando la masa este lista van uniendo a los moldes con una capa de chocolate derretido.					<b>GRADO DE DIFICULTAD:</b> Baja X Media Alta	
3.- Hornear por 15 minutos a 180° C.					<b>OBSERVACIONES</b>	
4.- Para el recubrimiento hervir la nata montada con el zumo de la frutilla hasta que este consistente, luego esta mezcla colocar encima de los cupcakes						
5.- Decorar con una frutilla acaramelada y sevimos.						

RECETA ESTÁNDAR						
NOMBRE DEL PLATO: BAVAROIS DE VAINALLA Y UVILLA				CODIGO: 14	No-PAX: 4	
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION	
120	Gramos	Uvilla	2,50	0,30		
10	Gramos	Gelatina sin sabor	0,80	0,01		
45	Gramos	leche	1,50	0,07		
5	Gramos	esencia de Vainilla	0,50	0,00		
90	Gramos	Yema de Huevo	1,00	0,09		
25	Gramos	azúcar	1,00	0,03		
25	Gramos	crema de leche	1,5	0,04		
				<b>COSTO TOTAL:</b>	0,53	
				3% DE ESPECIAS	0,02	
				30% COSTO POTENCIAL	0,3	
				PRECIO DE VENTA SUGERIDO	1,82	www.solopostres.com
				PRECIO POR PAX	0,46	
<b>Preparación:</b>				<b>TIEMPO PREPARACION (minutos)</b>		
1.- Para la elaboración de la Crema Inglesa colocar leche, azúcar y las yemas del huevo. Calentar a fuego lento sin dejar de mezclar. Cuando empiece a espesar dejar sobre el fuego, hasta q logre el punto rosa ( al cual se llega una vez que				1 hora 45 min		
bañen la cuchara con la mezcla, soplar la parte posterior de la cuchara y ver que se forma una especie de flor). Retirar del fuego y dejar enfriar				<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media Alta</b>		
2.- Hidratar la gelatina en agua fría, luego derretir a baño maría y van incorporando la crema inglesa poco a poco cuando aún este tibia.				<b>OBSERVACIONES</b>		
3.- En otro recipiente colocar la vainilla, el jugo de la uvilla, mezclar y van a incorporar en forma envolvente a la mezcla de la crema inglesa con la gelatina.						
Colocar en moldes individuales y refrigerar por una hora.						

## RECETA ESTÁNDAR

<b>RECETA ESTÁNDAR</b>					
<b>NOMBRE DEL PLATO: BANANOS CALADOS EN PANELA CON CULIS DE UVILLA</b>				<b>CODIGO: 15</b>	<b>No-PAX: 4</b>
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION
50	Gramos	Uvillas	5,00	0,25	
10	Gramos	Zumo de Limón	1,50	0,02	
20	Gramos	Azúcar	5,00	0,10	
270	Gramos	Agua		0,00	
50	Gramos	Babanos maduros, pelados y tajados	2,00	0,10	
250	Gramos	panela rallada	1,50	0,38	
500	Gramos	leche	1,50	0,75	
		Clavo de Olor o Canela			
		Tiritas de corteza o ralladura de limón			
<b>COSTO TOTAL:</b>				1,59	
<b>3% DE ESPECIAS</b>				0,05	
<b>30% COSTO POTENCIAL</b>				0,3	
<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>				5,46	elaborado por: Fernanda Fuentala
<b>PRECIO POR PAX</b>				1,36	
<b>Preparación:</b>			<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>		
1. Para realizar el culis de uvilla lavar y colocar en una olla con el agua, el limon, el azúcar.			10 min.		
2. Dejar cocinar a fuego lento hasta que se redusca. Luego sacar, licuar, cernir, reservar.			<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media Alta</b>		
3. Colocar los bananos con la panela, el agua y la leche a fuego lento. Cuando estén acaramelados bajar el fuego.			<b>OBSERVACIONES</b>		
4. Servir los bananos colocando el culis de uvilla por encima.					

RECETA ESTÁNDAR						
NOMBRE DEL PLATO: FLAN DE ZANAHORIA BLANCA CON COULIS DE UVILLA				CODIGO: 16		No-PAX: 4
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION	
100	Gramos	Uvilla	5,00	0,50		
250	Gramos	leche	2,50	0,63		
120	Gramos	huevos	2,50	0,30		
50	Gramos	yema de huevo	1,25	0,06		
70	Gramos	zanahoria blanca	1,50	0,11		
100	Gramos	azúcar blanca	3,00	0,30		
10	Gramos	canela		0,00		
10	Gramos	esencia de vainilla	1,2	0,01		
60	Gramos	azucar	5,00	0,30		
				<b>COSTO TOTAL:</b>	2,20	
				3% DE ESPECIAS	0,07	
				30% COSTO POTENCIAL	0,3	
				PRECIO DE VENTA SUGERIDO	7,57	fuelle: <a href="http://www.solopostres.com">www.solopostres.com</a>
				PRECIO POR PAX	1,89	
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>	
1.- Cocinar la zanahoria blanca con la cascara hasta q este suave. Dejar enfriar					<b>GRADO DE DIFICULTAD:</b> Baja X Media Alta	
2.- En la Licuadora poner la leche, los huevos, las yemas de los huevos, la zanahoria cocinada y licuar hasta obtener una consistencia homogénea						
3.- Colocar en una olla la mezcla; cocinar a baño maría, agregar la esencia de vainilla y la ramita de canela. Dejar cocinar durante una hora, luego sacar en un molde previamente enharinado y dejar enfriar.						
4.- Para el coulis separar las uvillas, una parte licuamos, cernir las uvillas . Luego en una olla colocar la pulpa de la uvilla con el azúcar y dejar reducir a fuego lento. Desmoldar el flan y colocar por encima el coulis de uvilla y decorar con las uvillas cortadas por la mitad.						
					<b>OBSERVACIONES</b>	

RECETA ESTÁNDAR						
NOMBRE DEL PLATO: SOUFFLE DE CHOCOLATE RELLENO DE UVILLA				CODIGO: 17	No-PAX:	4
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION	
120	Gramos	Uvilla	5,00	0,60		
100	Gramos	Azúcar	5,00	0,50		
50	Gramos	cacao	2,00	0,10		
25	Gramos	nata líquida	1,50	0,04		
240	Gramos	huevos	2,50	0,60		
100	Gramos	chocolate negro	1,50	0,15		
60	Gramos	mantequilla	1,2	0,07		
30	Gramos	cacao en polvo	2,3	0,07		
100	Gramos	Azúcar glas	1,52	0,15		
<b>COSTO TOTAL:</b>				2,28		
3% DE ESPECIAS				0,07		
30% COSTO POTENCIAL				0,3		
PRECIO DE VENTA SUGERIDO				7,83	fuente: www.solopostres.com	
PRECIO POR PAX				1,96		
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>	
1.- Para la salsa de chocolate, colocar en una olla el azúcar, chocolate y la nata líquida poco a poco sin dejar de remover.					30 min.	
2.- Cocinar durante 5 minutos hasta q la mezcla se redusca.			<b>GRADO DE DIFICULTAD:</b>		Baja X Media Alta	
3.- Para realizar el soufflé primero poner a pre calantar el horno a 190° C			<b>OBSERVACIONES</b>			
4.- En una olla derretir el chocolate a baño maría, añadir la mantequilla, las yemas de huevo. Aparte montar las claras a punto de nieve y añadir el azúcar						
5.- Enmantequillamos cuatro moldes individuales y colocamos las tres cuartas parte con la preparación y lo llevamos al horno por ocho a diez minutos.						
6.- Sacamos del horno y decoramos con moras, frutillas, uvillas y colocamos azúcar glas y servimos.						


RECETA ESTÁNDAR					
<b>NOMBRE DEL PLATO: FLAN DE UVILLAS</b>				<b>CODIGO: 18</b>	<b>No-PAX: 4</b>
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION
500	gramos	Jugo de uvilla	5,00	2,50	
70	gramos	azúcar	5,00	0,35	
250	gramos	leche condensada	2,50	0,63	
480	gramos	huevos	2,50	1,20	
				<b>COSTO TOTAL:</b>	4,68
				<b>3% DE ESPECIAS</b>	0,14
				<b>30% COSTO POTENCIAL</b>	0,3
				<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>	16,05
				<b>PRECIO POR PAX</b>	4,01
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>
1. Poner 50 gr. de azúcar al fuego hasta obtener un caramelo y colocar en el molde previamente enmantecado como base.					10 min.
2. Aparte batir los huevos con el resto de azúcar y agregar la leche condensada ir agregando poco a poco el zumo de las uvillas, mezclar todo y verter en el molde que tiene como base el caramelo.			<b>GRADO DE DIFICULTAD:</b> Baja X Media Alta		
3. Llevar al horno y en baño maría a 180° y cuando ya este listo dejar enfriar y llevar al refrigerador.			<b>OBSERVACIONES</b>		

RECETA ESTÁNDAR						
NOMBRE DEL PLATO: TRUFAS DE UVILLA				CODIGO: 19	No-PAX:	4
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION	
36	gramos	yema de huevo	2,50	0,09		
15	gramos	azúcar	5,00	0,08		
150	gramos	zum de uvilla	2,50	0,38		
40	gramos	mantequilla sin sal	1,20	0,05		
400	gramos	chocolate blanco	3,20	1,28		
120	gramos	azúcar pulverizada	1,69	0,20		
				<b>COSTO TOTAL:</b>	2,07	
				3% DE ESPECIAS	0,06	
				30% COSTO POTENCIAL	0,3	
				PRECIO DE VENTA SUGERIDO	7,11	
				PRECIO POR PAX	1,78	fuelle: <a href="http://www.utilisima.com">www.utilisima.com</a>
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>	
1. Bata la azúcar con la yema hasta formar una preparación cremosa.					20 min.	
2. Agregue el zumo de uvilla, la mantequilla y el chocolate blanco picado.						
3. Agregue esta mezcla por 40 minutos en el microonda. Sacar y mezclar fuertemente con una cuchara de madera hasta que todos los ingredientes se mezclen bien.					<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media Alta</b>	
4. Llevar esta preparación al refrigerador hasta que se endurezcan.						
5. Con la mezcla ya fría forme trufas (bolitas) y luego páselas por azúcar impalpable y colóquelas en las pirutinas.						



RECETA ESTÁNDAR					
<b>NOMBRE DEL PLATO: DULCE DE UCHUVAS</b>				<b>CODIGO: 20</b>	<b>No-PAX: 4</b>
<i>CANTIDAD</i>	<i>Unidad de Medida</i>	<i>PRODUCTO</i>	<i>Costo Uni.</i>	<i>Costo Total</i>	<i>ILUSTRACION</i>
250	Gramos	Uchuvas o Uvillas	5,00	1,25	
90	Gramos	Azúcar	5,00	0,45	
70	Gramos	Agua			
				<b>COSTO TOTAL:</b>	1,70
				<b>3% DE ESPECIAS</b>	0,05
				<b>30% COSTO POTENCIAL</b>	0,3
				<b>PRECIO DE VENTA SUGERIDO</b>	5,84
				<b>PRECIO POR PAX</b>	1,46
<b>Preparación:</b>					<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>
1. Lavar y secar las Uchuvas. En una olla hervir a fuego medio el azúcar combinando con el agua.					25 min.
2. Cuando hierva el líquido y el azúcar esté bien disuelto, colocar en la olla las uchuvas, reducir el fuego y cocinar lentamente durante 15 minutos.			<b>GRADO DE DIFICULTAD:</b> Baja X Media		Alta
3. Retirar del fuego, verter en un recipiente de vidrio y dejar que se enfríe.			<b>OBSERVACIONES</b>		

Otros

RECETA ESTÁNDAR					
NOMBRE DEL PLATO: VINAGRETA MADRE DE UVILLA				CODIGO: 06	No-PAX: 4
CANTIDAD	Unidad de Medida	PRODUCTO	Costo Uni.	Costo Total	ILUSTRACION
150	Gramos	Uvilla	5,00	0,75	
150	Gramos	Vinagre	2,50	0,38	
c/ n	Gramos	sal			
7	Gramos	Azúcar	0,50	0,00	
7	Gramos	Miel de Abeja	2,50	0,02	
7	Gramos	Mostaza	0,75	0,01	
		Pimienta			
				<b>COSTO TOTAL:</b>	1,15
				3% DE ESPECIAS	0,03
				30% COSTO POTENCIAL	0,3
				PRECIO DE VENTA SUGERIDO	3,95
				PRECIO POR PAX	0,99
<b>Preparación:</b>			<b>TIEMPO PREPARACIÓN (minutos)</b>		
1. Licuar todos los ingredientes, colar y reservar.			25 Minutos		
			<b>GRADO DE DIFICULTAD: Baja X Media Alta</b>		
			<b>OBSERVACIONES</b>		

## CONCLUSIONES

- Las provincias que tienen más factibilidad de que la uvilla se desarrolle son las de Carchi, Imbabura, Cotopaxi, por cumplir los requerimientos climatológicos y la buena calidad de suelo que esta necesita.
- La uvilla por tener un alto contenido de vitaminas nos ayuda a mantener una nutrición equilibrada, dándole a nuestro cuerpo la facultad de un buen metabolismo.
- Para una mejor conservación de la uvilla se debe utilizar la refrigeración ya que esta le ayudará a mantener sus valores nutricionales y su forma natural hasta el momento de su utilización.
- La uvilla es una de las frutas de las cuales se puede aprovechar en su totalidad sus propiedades dentro del ámbito gastronómico siendo estas bebidas, ensaladas, postres, entre otros.

## RECOMENDACIONES

- Realizar más difusión de esta fruta valiosa, mediante medios de comunicación, carteleras informativas, entre otros; porque contiene un aporte primordial para el desempeño del ser humano en su vida diaria.
- Fomentar a los pequeños productores que sigan sembrando esta fruta, para que luego puedan realizar exportaciones de calidad de la uvilla, y así tener más fuentes de trabajo.
- Proponer una visión al futuro sobre la Uvilla para la producción y previa introducción a sectores nacionales que no la conozcan y aprovechar para que puedan realizar diferentes preparaciones con ella.
- Difundir sus propiedades, valor nutricional que nos ayude a mantener una buena salud. Para lo cual se debe promocionar e incentivar a los estudiantes de Gastronomía para que realicen exposiciones en una casa abierta sobre los diversos beneficios que posee.

## GLOSARIO

Como menciona [www.decocina.com](http://www.decocina.com), los términos gastronómicos es una herramienta importante para las personas, por su valiosa información de algunos términos desconocidos que son usados por los chef profesionales. He aquí un resumen de los términos que se ha utilizado en esta tesina para la elaboración de las distintas recetas.

<sup>36</sup> **A FUEGO LENTO.**- *Cocinar lentamente con poca llama.*

**ADEREZO.**- *Conjunto de ingredientes con que se sazonan las ensaladas u otras comidas.*

**AFRECHO.**- *La cáscara o cubierta exterior del grano del trigo; se le quita en la molienda.*

**AL DENTE.**- *Expresión italiana para indicar el punto perfecto de cocimiento de la pasta, cocida pero que se sienta firme al morderla. Por extensión puede aplicarse a otros ingredientes: el arroz en el risotto, el maíz pilado cocido para hacer masa, etc.*

**ALIÑO.**- *Mezcla de especias, y otros aromatizantes, con el fin de realzar o potenciar el sabor de algún producto, como una ensalada o unas carnes o pescados.*

**APANADO.**- *Empanado en Perú, Panamá y Puerto Rico, rebozado con pan rallado.*

**BALLOTINE:** *preparación rellena de carne, ave o pescado, cortado en finas lonchas y pocheada. Se sirve caliente o frío, cubierto con una gelatina.*

**BRUNOISE.**- *es un corte utilizado principalmente para lograr cubos o dados, lo más pequeños posibles para preparar aderezos o salsas, como la cebolla para rehogar o salsas con apio, puerro, zanahorias y cebolla. El tamaño de los cubos oscilan entre 0,1 a 0,3 cm de lado.*

**BOUQUET-GARNI.**- *Ramillete compuesto de puerro, laurel, tomillo y perejil*

---

<sup>36</sup> <https://www.decocinayrecetas.com>

que sirve para aromatizar los caldos, sopas y guisos.

**CALDO.-** Alimento líquido, más o menos concentrado, que se obtiene por cocción en agua de carnes o huesos, con hortalizas y aromático.

**CALADO.-** Penetrar a un líquido en un cuerpo poroso o permeable

**CONDIMENTAR O SAZÓN.-** añadir condimentos a un género para darle sabor.

**CONFITAR.-** Cocer lentamente en aceite un género.

**COULIS.-** Voz francesa que significa zumo concentrado de tomate. Si se trata de otro fruto se complementa la voz con el nombre del mismo, ej.: Coulis de frambuesa.

**CRÊPE:** Torta fina a base de harina, huevos y leche, que puede llevar rellenos dulces o salados.

**ENHARINAR.-** cubrir de harina las superficies de un género.

**ENVEJECER.-** dar tiempo a una carne (generalmente caza) para que logre cierto punto de pasada.

**ESCABECHAR.-** poner un género cocinado en un preparado líquido llamado escabeche para su conservación y toma de sabor característico.

**ESCALDAR.-** sumergir un género brevemente en agua hirviendo.

**ESCALFAR.-** cocción de pocos minutos. Mantener en un punto próximo a la ebullición del líquido, un género sumergido en él. Cocer en líquido graso y corto un género.

**ESPUMAR O DESESPUMAR.-** retirar de un preparado, con la espumadera, las impurezas que en forma de espuma floten en él.

**FARSA.-** relleno con que se guarnece el interior de determinados alimentos antes de su cocción.

**FILETEAR.-** cortar un género en lonjas delgadas y alargadas.

**FLAMEAR O LLAMEAR.-** pasar por una llama, sin humo, un género para quemarle las plumas o pelos que hayan quedado al desplumar o limpiar.

**FONDO.-** salsa o caldo que se realiza con carnes y verduras, y que sirve de base para la preparación de diferentes platos.

**FREÍR.-** introducir en una sartén con grasa caliente un género para su cocinado, debiendo formar costra dorada.

**GUARNECER.-** acompañar un género principal de otros géneros menores, sólidos que reciben el nombre de guarnición.

**HERVIR.-** cocer un género por inmersión en un líquido en ebullición. Hacer que un líquido entre en ebullición por la acción del calor.

**JULIANA.-** tipo de corte que se realiza preferentemente a las verduras, con objeto de darles forma en tiras muy finas.

**LIGAR.-** espesar un preparado por la acción de un elemento de ligazón, fécula, harina.

**MACERAR.-** poner frutas peladas y generalmente cortadas en compañía de azúcar, vinos, licores, para que tome el sabor de éstos. Por extensión se aplica también a las carnes en adobo o en marinado.

**MARINAR O ENMARINAR.-** poner géneros, generalmente carnes, en compañía de vino, legumbres, hierbas aromáticas, para conservar, aromatizar o ablandarlos.

**MIREPOIX.-** tipo de corte en dados pequeños irregulares.

**NAPAR.-** cubrir totalmente un preparado con un líquido espeso que permanezca.

**PASAR O COLAR.-** despojar un preparado de sustancias innecesarias por medio de colador o extremeña. Tamizar.

**PICAR.-** mechar superficialmente un preparado. Cortar finamente un género, como las verduras.

**PUESTA A PUNTO O MISSE EN PLACE.-** preparación y acercamiento de todo lo necesario para empezar a trabajar.

**RALLAR.-** desmenuzar un género por medio de una máquina ralladora o rallador manual.

**REBOZAR.-** cubrir un género de una ligera capa de harina y otra posterior de huevo batido, antes de freírlo.

**RECTIFICAR.-** poner a punto el sazonamiento o color de un preparado.

**REDUCIR.-** disminuir el volumen de un preparado líquido por evaporación al hervir, para que resulte más sustancioso o espeso.

**REHOGAR.-** cocinar total o parcialmente un género, poniéndolo a fuego lento con poca grasa, sin que tome color.

**RELLENAR.-** operación de guarnecer el interior de determinados alimentos antes de su cocción con un relleno también llamado farsa.

**REMOJAR.-** poner un género desecado, para que recupere la humedad, dentro de un líquido frío.

**RISOLAR.-** dorar a fuego vivo, con grasa, un género que resultará totalmente cocinado.

**ROUX.-** voz francesa que se le da a un compuesto de harina y grasa, cocido al fuego. Se emplea para espesar salsas, sopas u otros guisos. Según éstos, la cocción será más o menos prolongada. Para las salsas blancas se utiliza antes de que adquiera color.

**SABAYONES.-** salsas que se realizan emulsionando yemas de huevo con un fondo, fumet o vino. Aceptan el salado o endulzado para acompañar platos apropiados.

**SALMUERA:** solución de agua, sal común, sal de nitro y aromáticos, que se utiliza para la salazón de carnes y pescados. Con frecuencia se pone también azúcar moreno.

**SALPIMENTAR.-** echar sal y pimienta a un género o un preparado.



**SALTEAR.-** cocinar total o parcialmente, con grasa y a fuego violento, para que no pierda su jugo un preparado que debe salir dorado.

**TAMIZAR.-** convertir un género sólido acompañado de un líquido en un puré utilizando un tamiz o pasapurés.

**TEMPURA.-** Fritura japonesa. Puede ser de pescado o verduras y se sirve con salsa teriyaki.

## BIBLIOGRAFÍA

- Delgado, C. (2005), Diccionario de Gastronomía, Editorial Alianza, Pág.: 27, 39, 44, 49, 76, 89, 96, 100, 102, 142, 194, 203
- Medrano, C. (2002) “Proyecto para la producción y comercialización de uvilla para el mercado Alemán”, Tesis UTE. pág.: 5, 57
- Álvarez J, Campoverde G, Espinosa M. (2005) Manual Técnico para el cultivo de la Uvilla en Loja. Loja. Pág.: 7,8
- INEC, VI Censo De Población 2001, Tomo1, Pichincha, Pág.: 53
- Ramírez C. (1994). Un acercamiento a la microbiología del suelo. Riobamba. Cuarta edición.
- Sánchez M, De La Torre F, García G. (1991) El cultivo de la piña y la uchuva. Lima.
- OLAYA, C. (1991) Frutas de América tropical y subtropical. Pág. 45
- PAHLOW, M. (1983) Remedios Caseros. Riobamba.
- PAHLOW, M. (1991) El gran libro de las plantas medicinales. Tercera edición.
- Los Maestros de la Cocina Europea Invitan a Comer. 2007
- JUNTAMAY, R. (2010). Evaluación nutricional de la uvilla deshidratada, a tres temperaturas, mediante un deshidratador de Bandejas. Universidad Politécnica de Chimborazo. Riobamba
- FUNDACIÓN ALIÑAMBI. (2002). Curso de producción de uvilla para exportación. Colombia.
- Andrade, R. (2009). Tesis de Agro Forestal del Colegio Fiscomisional a Distancia Monseñor Leónidas Proaño
- Altamirano, M. (2010). Estudio de la cadena productiva de la uvilla (*phisalys peruviana* L.) en la sierra norte del Ecuador. Quito. Universidad de San Francisco.
- *Revista Tierra Adentro*, 30 (10), 25-35.

- Proaño, L. (2003), Proyecto de factibilidad para la creación de una Empresa Productora y Comercializadora de Uvilla. Latacunga. Universidad Politécnica del Ejército Sede – Latacunga
- Fischer, G y Almanza, P, (1993). Nuevas tecnologías en el cultivo de la uchuva (*physalis peruviana*). Bogotá. Editorial S.A.
- *Revista Tierra Adentro*, 30 (10), 55-58.
- *Revista Tierra Adentro*, 30 (10), 58-60.
- Recuperado el 16 de marzo del 2011. Fruit Garden, California Rare Fruit Growers. Inc
- ESPOLE (Escuela Superior Politécnica del Litoral), (2005), Proyecto de Desarrollo de Vino Elaborado a Base de Uvilla y su Comercialización en el Mercado Ecuatoriano.
- Diario La Hora, Lunes 16 de abril del 2012
- ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA DEL LITORAL 2005, Proyecto de Desarrollo de Vino Elaborado a Base de Uvilla y su Comercialización en el Mercado Ecuatoriano.
- Coronado, M y Hilario, R, (2001). Elaboración de Mermeladas, Procesamiento de Alimentos para Pequeñas Microempresas Agroindustriales. Editorial Lima, CEID. Lima.

## **LINKOGRAFÍA**

- [http://www.sica.gov.ec/agronegocios/Biblioteca/Convenio%20MAG%20OICA/productos/uvilla\\_mag.pdf](http://www.sica.gov.ec/agronegocios/Biblioteca/Convenio%20MAG%20OICA/productos/uvilla_mag.pdf)
- <http://es.wikipedia.org/wiki/Ecotipo>
- <http://www.monografias.com/trabajos43/manipulacion-alimentos/manipulacion-alimentos.shtml>
- Recuperado el 17 de mayo del 2001.  
[http://www.cosemarozono.es/pdf/equipo\\_31.pdf](http://www.cosemarozono.es/pdf/equipo_31.pdf)
- Recuperado el 30 de septiembre del 2012. [www.facilissima.com](http://www.facilissima.com)
- Recuperado el 22 de octubre del 2012. [www.Gastronomiaycia.com](http://www.Gastronomiaycia.com)
- Recuperado el 22 de octubre del 2012. [www.Gastronomia&Cia.com](http://www.Gastronomia&Cia.com)