



Estado Plurinacional de Bolivia  
Ministerio de Educación



## **CENTRO DE EDUCACION ALTERNATIVA “RENACER”**



**MONOGRAFÍA**

# **EL CAFÉ EN LA ELABORACIÓN DEL HELADO CAPUCHINO**

**DOCENTE GUÍA: Prof. Mariana Mamani Ramos**

**ESPECIALIDAD: Gastronomía y Alimentación**

**NIVEL DE FORMACIÓN: Técnico Auxiliar**

**INTEGRANTES:**

➤ **Casandra Casanova Gonzales**

**Coroico-Bolivia**

**2022**

## ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN .....	1
2. OBJETIVOS.....	1
2.1. OBJETIVO GENERAL.....	1
2.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS.....	1
3. JUSTIFICACIÓN .....	2
4. DESARROLLO .....	2
4.1. DEFINICION DE HELADO.....	2
4.2. HISTORIA DE LOS HELADOS .....	3
4.3. PRIMERA HELADERA AUTOMATICA.....	3
4.4. HISTORIA DEL CAFÉ EN BOLIVIA .....	4
4.5. BENEFICIOS DEL CAFÉ .....	5
4.6. ELABORACION DEL HELADO DE CAFÉ .....	5
4.6.1. INGREDIENTES.....	5
4.6.2. ENVASADO DEL CAPUCHINO.....	6
4.6.3. PREPARACIÓN Y DECORACIÓN.....	6
4.7. COSTOS PRODUCTIVOS.....	6
5. CONCLUSIONES .....	7
6. BIBLIOGRAFÍA.....	8
7. ANEXOS:.....	9

## 1. INTRODUCCIÓN

Pero el café no sólo lo consumimos como una bebida sino que es un ingrediente ideal en la cocina. Es un buen potenciador del sabor por lo que lo podemos usar tanto en recetas dulces como saladas. Aunque es más común usarlo en dulces y repostería.

Seguro que todos conocéis dulces elaborados con café, podemos encontrar desde natillas o flanes a cualquier bizcocho, tarta, rellenos, helados, sorbetes, licores.

Para usar el café en platos salados debemos hacerlo usando café concentrado en muy pequeñas cantidades. Por ejemplo para oscurecer y dar ciertos matices de sabor en una salsa para carnes.

Aunque el café siempre ha estado en la cocina, todavía sorprende y deja margen a la innovación. Desde que la gastronomía ha cobrado relevancia internacional y está documentada por innumerables autores, resulta más sencillo acceder a un amplio recetario y preparaciones con este ingrediente. Donde su avance ha sido más radical es en las nuevas texturas: espumas, cremas gelificadas en perlas, cremas aliñadas con aceite y espesadas... Ellas son, entre otras, el toque indispensable de las creaciones más variopintas y vanguardistas.

## 2. OBJETIVOS

### 2.1. OBJETIVO GENERAL.

- Identificar las propiedades del café en la elaboración de postres en el área de gastronomía y alimentación.

### 2.2. OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Recopilar información sobre las propiedades nutritivas del café.
- Conocer las vitaminas del café y aplicarlas en la alimentación, de acuerdo a nuestra región.

- Elaborar postres nutritivos a base del café, de manera que se incentive el consumo dentro de las familias en la localidad de Coroico.

### 3. JUSTIFICACIÓN

El municipio de Coroico considerado el primer municipio Turístico de Bolivia además de ser un municipio multiproductivo debido a la variedad de productos agrícolas que se producen tales como el café, racacha, locoto, zapallo, y una variedad de hortalizas.

Sin embargo, el café es uno de los productos que más caracteriza a este municipio por la antigüedad de este producto además de la calidad en sabores que esta tiene es en este sentido que en esta última época el café es uno de los productos que anda llevando el nombre del municipio de Coroico en alto por este motivo es muy importante realizar este tipo de preparaciones que realzan mas además que por ser turístico el turista llega a Coroico y quiere degustar este producto en todas sus presentaciones y como dejarlo pasar por alto ya que puede de ser una buena alternativa como sustento económico debido también al clima cálido con el que contamos durante gran parte del año por lo que existe una gran afluencia de personas turistas del distintos departamentos es decir turistas nacionales sin dejar a lado la visita de los turistas internacionales.

### 4. DESARROLLO

#### 4.1. DEFINICION DE HELADO.

El helado es un alimento universal que se prepara a partir unos pocos ingredientes básicos: crema batida, agua, azúcar y edulcorantes para darle un sabor determinado. Una vez mezclados estos ingredientes, se procede a su pasteurización y a una fase de enfriamiento final.

Es un producto refrescante, cremoso e ideal para consumirlo durante el verano. Presenta tamaños, formas y sabores muy distintos y los hay de agua o sorbetes, de leche y de crema. Desde un punto de vista alimenticio, tiene un alto nivel calórico.

El listado de sabores es prácticamente interminable, pero los más populares son de limón, chocolate, fresa y vainilla.

En cuanto a su preparación, existen dos modalidades, la casera o utilizando una máquina heladora. La disciplina gastronómica que se encarga de su elaboración es la heladería y el artesano que los fabrica es el heladero.

Al ser un producto muy refrescante, dulce y con todo tipo de sabores, el helado es muy atractivo para el público infantil. De hecho, las heladerías están decoradas con colores intensos y con una ambientación que conecta con los gustos de los más pequeños.

Desde un punto de vista científico, el éxito de los helados entre los niños tiene una explicación: su consumo activa exorfinas en el cerebro y esto genera una sensación de bienestar y placer.

#### 4.2. HISTORIA DE LOS HELADOS

Su origen exacto es desconocido, pero es muy probable que el primer helado fuera el resultado de bebidas enfriadas con hielo o nieve que se traían de las montañas. Las bebidas congeladas son el antecedente gastronómico de los helados. Se cree que en China apareció la primera receta y posteriormente se difundió en la India, Persia, Grecia y Roma. En sus orígenes era un alimento destinado a las altas esferas, pues las clases populares no tenían medios a su alcance para su enfriado.

Cuando Marco Polo regresó de sus viajes por Asia trajo recetas milenarias que pronto se hicieron muy populares en las cortes italianas. Con posterioridad, los maestros heladeros italianos del siglo XVII empezaron a vender "gelato" de manera ambulante y en poco tiempo este producto fue conocido en toda Europa y América.

#### 4.3. PRIMERA HELADERA AUTOMATICA

A finales del siglo XIX aparecieron en Francia las primeras máquinas para homogeneizar los helados y a partir de entonces se inició la historia de la heladería industrial. En la actualidad hay dos grandes modalidades de este producto: la

americana y la europea. Los helados americanos son normalmente más grasos y densos. Estados Unidos, Canadá y Nueva Zelanda son los países que más los consumen.

#### 4.4. HISTORIA DEL CAFÉ EN BOLIVIA

Los cafés de Bolivia son espectaculares: siempre son increíblemente dulces y limpios. Son el tipo de cafés que puedes beber, taza tras taza, y seguir volviendo a por más. Otros son más complejos y vinosos, con encantadoras notas de bayas y caramelo que estallan en la taza.

La producción de café en Bolivia se remonta a la década de 1880. Durante muchos años, la mayoría de las explotaciones cafeteras fueron propiedad de ricos terratenientes, hasta que una reforma impulsada por el gobierno en 1991 hizo que se redistribuyeran pequeñas parcelas de tierra.

Bolivia tiene las condiciones perfectas para producir un gran café, pero durante muchos años la calidad fue muy pobre. Esto se debía en gran medida a la combinación de la falta de infraestructuras y la difícil geografía del país. En el pasado, los productores despulpaban el café en sus fincas y lo transportaban a estaciones de procesamiento centralizadas, situadas lejos de las zonas productoras. A menudo, el café (que aún estaba húmedo) quedaba expuesto a temperaturas extremas y cambiantes mientras se transportaba a través de diferentes altitudes y condiciones climáticas en su largo y sinuoso viaje a través de las montañas.

No fue hasta hace poco más de una década que se empezó a producir café de calidad en Bolivia. Esto fue impulsado por programas financiados por Estados Unidos (curiosamente, como parte de su campaña antidroga), que incluían la construcción de estaciones de lavado de café y el acceso de los agricultores a instalaciones de formación y asistencia financiera. La llegada del programa Taza de la Excelencia en 2004 también contribuyó en gran medida a impulsar la industria y

a elevar el perfil del café boliviano. Gracias a estas iniciativas, empezaron a surgir productores preocupados por la calidad y, con ellos, algunos cafés espectaculares.

#### 4.5. BENEFICIOS DEL CAFÉ

- Es un antidepresivo natural.
- Protege tu hígado de padecer cirrosis.
- Ayuda a combatir el envejecimiento prematuro.
- Te ayuda a bajar de peso.
- Disminuye tu riesgo de padecer diabetes.
- Reduce el riesgo de sufrir un infarto.
- El café puede mejorar tu memoria.
- Disminuye tu riesgo de padecer diabetes.
- Ayuda a mejorar la circulación sanguínea

#### 4.6. ELABORACION DEL HELADO DE CAFÉ

##### 4.6.1. INGREDIENTES

- 2 cucharadas de café
- 250 ml de leche
- Hielo picado 5 cubitos
- 1 cucharada de azúcar
- 1 pisca Canela molida
- crema pastelera para decorar
- Grageas de colores al gusto
- 1 unidad Galleta wafer

#### 4.6.2. ENVASADO DEL CAPUCHINO

- 2 unidades Vaso desechable.
- 2 unidades de Bombilla

#### 4.6.3. PREPARACIÓN Y DECORACIÓN

- En una licuadora echamos la leche y los hielos picados menudos.
- Echamos el café la cocoa y la azúcar.
- Dejamos licuar durante 5 minutos a velocidad máxima y listo a envasar al gusto.
- Para decorar: Batimos la crema pastelera y decoramos el capuchino y encima echamos la canela molida y las grageas de colores y ponemos la bombilla y listo a disfrutar.

#### 4.7. COSTOS PRODUCTIVOS

<b>Nº</b>	<b>DETALLE</b>	<b>CANTIDADES</b>	<b>VALOR EN Bs</b>
1	Café	2 cucharadas	70 ctvs.
2	Leche	250 ml	3,20 ctvs.
3	Hielo	5 cubitos	50 ctvs.
4	Cocoa	1 cucharada	20 ctvs.
5	Azúcar	1 cucharada	30 ctvs.

6	Canela	1 pisca	10 ctvs.
7	Crema pastelera	Al gusto	10 Bs.
8	Gragea de color	Al gusto	50 ctvs.
9	Galleta Wafer	1 unidad	1Bs.
10	Vaso	2 unidades	1 Bs.
11	Bombilla	2 unidades	10 ctvs.
<b>TOTAL</b>			16,52 Bs.
M.D.O.			3 Bs.
Utensilios			2 Bs.
<b>TOTAL</b>			21 Bs.
Cantidad		3 vasos	
Salido a 10 Bs. Seria 30 y su ganancia es 9 Bs.			

Fuente: Elaboración Propia (2022).

## 5. CONCLUSIONES

- Pudimos evidenciar de cuál es la importancia de realizar productos como el

helado de café capuchino, debido a que es un producto de gran importancia, además es uno de los alimentos nativos de la región de los Yungas y que es importante para el municipio de Coroico, por otro lado pudimos mencionar todos los ingredientes necesarios para la elaboración de este helado los cuales son fáciles de conseguir además de ser económicos y disponibles en el mercado.

- En cuanto a la preparación, no es complejo, es de fácil preparación y rápida, por lo que facilita la producción y venta de los mismos.
- Por otro lado, en cuanto a lo económico sus ganancias son de importancia por lo que podemos considerar que es un producto realmente rentable en el tiempo y que debido al calor también es requerido para contrarrestar el calor.

## 6. BIBLIOGRAFÍA

- <https://diariodepasteleria.wordpress.com/2016/11/15/que-es-el-cmc/>
- <https://www.cocina-boliviana.com/articulos/breve-historia-del-cafe-en-bolivia>
- <https://recetas.com/helado-de-cafe-casero/>
- <https://www.consumer.es/alimentacion/el-cafe-como-ingrediente-en-la-cocina.html>

7. ANEXOS:



**GRANOS DE CAFÉ**



**PRESENTACIÓN DEL HELADO DE CAFÉ**



**PRESENTACIÓN DEL HELADO DE CAFÉ**