

INSTITUTO TECNOLÓGICO

“MARIA CRISTINA”

COCHABAMBA-BOLIVIA



PROYECTO DE GRADO

**ELABORACIÓN DE TERRINA DE HÍGADO CON RELLENO
TRICOLOR Y SALSA DE QUIRQUÍÑA**

POSTULANTE: APODACA AGUILAR ROGER EINAR

Proyecto de Grado

Presentado como requisito

Parcial para optar al título de

Técnico Superior en

Gastronomía

DOCENTE: CHEF, LUIS ALBERTO ROQUE COLQUE

COCHABAMBA – 2020

DEDICATORIA

Dedico este trabajo principalmente a Dios por, haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

A mi padre y a mi madre, por ser los pilares más importantes y por demostrarme siempre su amor, cariño y apoyo incondicional sin importar la diferencia de opiniones también a mi novia a mis hermanos que siempre han estado junto a mí y brindándome su apoyo incondicional.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por proteger mi camino y darme, fuerzas para poder superar los obstáculos y dificultades a lo largo de mi juventud y por culminar esta etapa estudiantil.

A mis padres que con la demostración de padres ejemplares me enseñaron a no rendirme ante nada y siempre, perseverar a través de sus sabios consejos, su apoyo y confianza a mi novia, hermana que me apoyo en cada reto que se me presento en mi camino también agradecer a los docentes del Instituto Tecnológico María Cristina, por su valiosa guía y asesoramiento a la realización de este proyecto, agradecer al Chef Luis Alberto Roque Colque, por guiarme a la realización de este proyecto.

INDICE

1. CAPITULO I.....	Pag.10.
1.1 Tema.....	Pag.10.
1.2 Diagnostico y justificación.....	Pag.11.
1.2.1 Diagnostico.....	Pag.11.
1.2.2 Justificación.....	Pag.11.
1.2.2.1 Justificación técnica.....	Pag.11.
1.2.2.2 Justificación social.....	Pag.12.
1.2.2.3 justificación económica.....	Pag.12.
1.3 Planteamiento y formulación del problema técnico /tecnológico... Pag.13.	
1.4 Objetivos.....	Pag.14.
1.4.1 Objetivo General.....	Pag.14.
1.42 Objetivo Específico.....	Pag.14.
1.5 Enfoque Metodológico.....	Pag.15.
2. Capitulo II Marco Teórico.....	Pag.16.
2.1 definición de la terina.....	pag.19.
2.1.2 historia de la terrina.....	pag.19.
2.13Definición de sifflets.....	Pag.20.
2.1.4Usos.....	Pag.20.

2.2 ¿Qué son las salsas madres?.....	Pag.21.
2.2.1 Española.....	Pag.21.
2.2.2 Veolute.....	Pag.21.
2.2.3 Pomo doro o de jitomate.....	Pag.21.
2.2.4 Bechamel.....	Pag.22.
2.2.5 Holandesa.....	Pag.22.
2.2.6 Mayonesa.....	Pag.22.
2.2.7 Veolute, derivadas.....	Pag.22.
2.2.8 Suprema.....	Pag.23.
2.2.9 Ivo iré.....	Pag.23.
2.2.10 Albufera.....	Pag.23.
2.2.11 Aurora.....	Pag.23.
2.2.12 Húngara.....	Pag.23.
2.2.13 Al Vino blanco.....	Pag.24.
2.2.14 Bercy.....	Pag.24.
2.2.15 Breval.....	Pag.24.
2.2.16 Cardinal.....	Pag.24.
2.2.17 Normanda.....	Pag.24.
2.2.18 Bombay.....	Pag.25.

2.2.19 Alemana.....	Pag.25.
2.2.20 Poulette.....	Pag.25.
2.2.21 Al curry.....	Pag.25.
2.3 Historia del hígado.....	Pag.26.
2.3.1 Aporte nutricional del hígado.....	Pag.26.
2.3.2 Conservación del hígado.....	Pag.27.
2.3.3 Desventajas de consumir hígado en exceso.....	Pag.27.
2.4 Importancia de consumir el hígado.....	pág. 28.
2. 4.4 Platos que son elaborados con hígado.....	Pag.28.
2.6 Que es la quirquiña.....	Pag.29.
2.6.1 Estado de conservación.....	Pag.30.
2. 5.2 Características de la quirquiña.....	Pag.30.
3. CAPITULO III Propuesta de innovación o solución del problema...	Pag.32.
3.1 Propuesta de innovación técnica/ tecnológica.....	Pag.32.
3.2 Instrumentos y técnicas.....	Pag.32.
3.2.1 Instrumentos (equipos, herramientas, insumos).....	Pag.32.
3.2.1.1 Equipo.....	Pag.32.
3.2.1.2 Herramienta.....	Pag.32.
3.2.1.3 Insumos.....	Pag.33.

3.2.2 Técnicas.....	Pag.35.
3.2.3 Presupuesto.....	Pag.36.
3.2.4 Proceso/ procedimiento.....	Pag.37.
3.2.4.1 Procedimientos.....	Pag.37.
4. CAPITULO IV.....	Pag.39.
4.1 Resultados esperados.....	Pag.40.
4.1.1 Primera prueba 28/05/2020.....	Pag.40.
4.1.2 Resultado.....	Pag.40.
4.1.3 Segunda prueba 26/09/2020.....	Pag.41.
4.1.4 Resultado.....	Pag.41.
4.1.5 Tercera prueba.....	Pag.41.
4.1.6 Resultado.....	Pag.42.
5. Conclusiones.....	Pag.43.
5.1 Conclusión 1.....	Pag.43.
5.2 Conclusión 2.....	Pag.43.
5.3 Conclusión 3.....	Pag.44.
6. Recomendaciones.....	Pag.48.
7. Bibliografía.....	Pag.49.
8. Anexos.....	Pag.51.

INTRODUCCION

En la provincia de Quillacollo ciudad de Cochabamba, en muchos restaurantes, locales, mercados los cuales ofrecen platillos, elaborados de productos ecológicos, pero no se utilizan nuevas técnicas y métodos de cocción. En el Presente proyecto se elabora la “Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña” que tenga como ingrediente principal el hígado, quirquiña se emplea el hígado, la quirquiña para obtener la salsa veolute el producto está destinado para el consumo de la población en general la elaboración del producto; será atractivo para la vista por el color, textura suave, crocante además aporta con muchas vitaminas para el consumidor. Se eligió esta visera y la hierba por ser económica muy fácil de adquirir en los mercados, supermercados además que cuenta con vitaminas, minerales. Se realizará varias pruebas de elaboración partiendo de un Método de cocción hasta obtener el producto reemplazando las carnes por una visera de res que sea agradable y de buena presentación. Para mostrar una forma diferente de consumo del mismo manteniendo su valor nutricional, un producto innovador en el área de cocina, implementando, un valor de importancia al hígado, Sé destaca que el hígado está incorporado en la cocina culinaria su utilización suele ser, horneado, asado, frito, salteado.

La quirquiña esta planta es muy apreciada en medicina tradicional por sus propiedades digestivas, y es recomendada para regular la presión arterial y para el tratamiento de infecciones. Su producción en mercados suelen ser año redondo, en este proyecto se desarrolla la elaboración de “Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña”, dando una opción diferente de consumo del mismo, el proceso de su elaboración implica tener nuevas técnicas de cocción, que son adecuadas en su procedimiento hasta obtener el producto.

La salsa veolute que acompaña en el producto está compuesta por materia grasa, especias, harina, fondo blanco, se implementa en el producto un color verdoso de textura densa con deijos picantes.

CAPITULO I

1. CAPITLO I

1.1TEMA

El preparado de Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña. Se elabora en la provincia Quillacollo Municipio, Cota Oeste Gestión 2020.

La terrina de hígado se prepara en el área de Cocina Francesa, por ser un alimento común que está. Al alcance de todos los mercados, utilizando materias primas tradicionales de nuestro país, es un plato balanceado en sabores de textura suave, color marrón.

El “hígado crudo” parte de un procesado “triturado”, la terrina está envuelta en papel film y papel estañado con un relleno tricolor “previamente” salteados en aceite de oliva la cocción al vapor de la terrina de hígado tiene una duración de 10 minutos.

Las hojas de quirquiña es des hojeada, que entera en una salsa velouté a cocción a la sartén.

Lo que resaltara del producto es el sabor, el color, su textura y la presentación hacia los comensales como un plato fuerte de la provincia de Quillacollo municipio Cota Oeste.

1.2 DIAGNOSTICO Y JUSTIFICACION

1.2.1 DIAGNOSTICO

El hígado de res se obtiene de los mataderos los cuales, comercializan a los vendedores y supermercados, los usos que se pueden hacer al hígado varían, se lo efectúa, frito, horneado, salteado, entre otros. Se obtiene una pasta de hígado para ser comercializada como enlatados o conservas. Para incrementar su consumo del hígado se elabora la “Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña dando una opción diferente para el consumo del mismo.

1.2.2 JUSTIFICACION

Como resultado obtenemos la terrina de hígado con relleno tricolor con salsa de quirquiña, implementando una técnica nueva que es “Cocción al vapor” en la terrina de hígado este tipo de cocción es la más recomendada por que el calor penetra desde el exterior hasta el núcleo sin destruir sus proteínas , dejando libre de grasas , manteniendo casi todas sus propiedades, su forma y color a su vez manteniendo, el valor nutricional del hígado, con un relleno de verduras ya que ornamenta, aportan muchas vitaminas en la innovación, haciendo que el producto tenga un color, sabor, textura, agradable a su vez elaborar una salsa de quirquiña, porque aporta un sabor y olor agradable de un acompañante en el producto, así incorporando en la alimentación y el consumo diario de la población de la provincia de Quillacollo Municipio Cota Oeste gestión 2020.

1.2.2.1 JUSTIFICACION TECNICA

En el presente proyecto de “Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña, se hace el uso del método por “Concentración” para la elaboración de la terrina, aplicando las técnicas como ser: procesado “triturado” para el hígado, incorporando huevo para obtener un agente espesante, “añadiendo” los ajos en “Corte brunoise” llevando a “Sofreír” expandiendo el triturado en papel estañado y papel film añadiendo, el relleno de verduras previamente salteadas; para la salsa se utiliza las técnicas como ser: clarificar, la mantequilla en fuego lento, diluir para que no existan grumos, Disolver los ingredientes hasta que estén bien incorporados.

1.2.2.2 JUSTIFICACION SOCIAL

En el municipio de Cota Oeste provincia Quillacollo se elabora el platillo de “Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña”, dando al municipio un platillo innovador para el área de cocina a su vez mostrando que este platillo hace resaltar el nuevo emplatado tradicional que se hace a la terrina de hígado, innovando con una salsa de quirquiña conajos picantes, aromatizado en quirquiña. Asíendo que este platillo sea atractivo a la vista de los comensales de la provincia de Quillacollo Cota Oeste. El beneficio para el municipio es mostrar el nuevo emplatado que se hace con el hígado a su vez mostrando que la quirquiña, se la puede usar en una salsa haciendo que los comensales consuman el hígado, la quirquiña siendo estas de textura suave y sabor gustoso para el paladar.

1.2.2.3 JUSTIFICACION ECONOMICA

En el municipio de Cota Oeste se elabora la terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña, este platillo siendo atractivo a la vista e innovador para los comensales de la provincia de Quillacollo, es un platillo económico siendo que la materia prima es una visera que se lo encuentra en los mercados y súper mercados a su vez se observa que la materia prima es económica teniendo como costo de 20 bs el kilo y se encuentra en los mataderos con un precio de 50Bs. 6 kilos es económica al alcance de la población en general, teniendo una comparación con la carne de “res” que 1 kilo tiene como precio 35Bs. A si se puede observar que nuestra materia prima, es económica para la población en general, la quirquiña es una hierba aromática que es producida año redondo con un precio económico de 2 bs 10 ramitos, por mayor se obtiene en 10 bs un ramillete se lo adquiere en todos los mercados y súper mercados.

1.3 PLANTAMIENTO Y FORMULACION DEL PROBLEMA TECNICO/TECNOLOGICO

En los últimos años se observa que en el municipio de Cota Oeste provincia Quillacollo ciudad de Cochabamba gestión 2020. El hígado es accesible en los mercados por el precio que tiene, pero también se observa que no lo consumen a diario así, ocasionando como un desaprovechamiento de los beneficios del hígado, a su vez observamos que no se implementa nuevas técnicas y métodos de cocción en el hígado, ocasionando que el uso del hígado se base en lo común.

¿Cómo incrementar el consumo del hígado en la población que llame la atención de los comensales del municipio de Cota Oeste provincia Quillacollo?

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 OBJETIVO GENERAL

Elaborar Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña, aplicando métodos y técnicas de cocción, para incrementar el consumo del hígado en la población en general del municipio de Cota Oeste de la provincia de Quillacollo en la ciudad de Cochabamba de la gestión 2020.

1.4.2 OBJETIVO ESPECIFICO

- Desarrollar la terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña.
- Describir las características organolépticas del producto culminado.
- Realizar una ficha técnica de costos y gramajes del emplatado final.

1.5 ENFOQUE METODOLOGICO

Se utilizará los enfoques metodológicos cualitativo y descriptivo, a partir de Observaciones del procedimiento y producto final.

Enfoque cualitativo

El enfoque cualitativo, busca una realidad que descubrir “comprender e Interpretar”, busca un hecho social para identificar el problema y a partir de ello. Tener un conocimiento general, así como para descubrirlas preguntas de

Investigación para el diagnóstico.

El investigador cualitativo, describe y compren de los hechos a partir de percepciones o significados que son producidos por los mismos participantes en base a sus experiencias.

Es decir, los datos son valorados antes y después de los estudios realizados, y a que se construye a partir de datos empíricos y neutrales. A medida que se investiga, se define y se interpreta la realidad.

(Hernández Sampieri, Fernández baptista, 2014; 7).

Enfoque descriptivo

Los estudios descriptivos llevan a la simple identificación y catalogación de una realidad, mediante la definición de categorías o clases. Se relaciona con prácticas y opiniones de las personas, puntos de vista. Se centran en medir, en este caso, el investigador debe definir qué va medir ya quienes va involucrar en esta medición.

(Hernández Sampieri, Fernández y baptista, 2014; 92)

CAPITULO II

2. CAPITULO II MARCO TEORICO

Mousseline de Ave

Autor: Maximiliano Ramírez

Lugar: Paraná, Entre Ríos, Argentina

Fecha: 19 de mayo 2019

El objetivo del proyecto es la sustitución de los productos o de los procesos anticuados se lo desarrolla aplicando la materia prima utilizando los métodos y técnicas de cocina, y se llega a la conclusión que este producto innovador fue aceptado por los pobladores de la región de Paraná Entre, Ríos, Argentina.

Mousseline de Pollo con Salsa de Palta

Autor: Claudia Reggina

Lugar: Argentina

Fecha: 21 de agosto 2018

El objetivo de este proyecto es agregar un nuevo elemento al menú cada mes como una forma de fomentar la creatividad la emoción entre el personal de la cocina el presente proyecto se logra desarrollar utilizando la materia prima aplicando métodos y técnicas de cocina, se llega a la conclusión se llega a la conclusión que este proyecto agrega nuevos elementos en el menú de su restaurante haciendo que incremente la creatividad entre el personal de la cocina.

Lomo relleno de queso mousseline de ajo

Autor: Bruno Oteiza

Lugar: España

Fecha: 09/09/2013

El presente proyecto de lomo relleno de queso con mousseline de ajo tiene como objetivo aplicar un nuevo sabor en la receta madre del lomo el proyecto se logra obtener con la utilización de la materia prima a base de una receta madre aplicando métodos y técnicas de cocina, se llega a la conclusión de este proyecto que la aplicación de un nuevo sabor en una receta madre es aceptada en la población de España.

2.1 DEFINICION DE LA TERRINA:

Una terrina es una preparación salada hecha con un compuesto de carne, pescado o verduras picadas, aromatizado y cocinado en el horno en un molde tapado. (También la cazuela de barro utilizada para confeccionar y servir paté). Los cuidados son los de cualquier receta. El uso de buenas materias primas, las medidas higiénicas pertinentes, cuidar los tiempos y mimar la presentación.

2.1.2 HISTORIA DE LA TERRINA:

El origen de la terrina se remonta a los banquetes del Imperio Romano donde se realizan ya combinaciones de alimentos como la terrina de queso, higos y castañas. A partir de allí la terrina ha ido evolucionando de acuerdo con los gustos y variedad de alimentos de cada lugar. Las más conocidas, las terrinas de paté.

Lo que existía en Francia era la terrina y de la terrina deriva el Foi gras o Paté, en base al Lauros se de Gastronomía se dice que en 1780 cuando la agitación en el reino, hizo que María Antonieta y Luis XVI comprendieran que la fiesta en Versalles estaba llegando a su fin, el Márquez de Contades otro desubicado personaje, dio una gran fiesta en su castillo en la Alsacia, y ordenó para su cocinero, Jean Pierre Cause, que criase un plato especial para sus invitados importantes.

Jean Pierre que contaba con un importante criadero de gansos en su propiedad, pensó en usar el hígado de estas aves de una nueva manera. Hasta entonces solo se lo freía en mantequilla o condimentado con sal y vino Sautores , para luego ser dispuesto en capas en una vasija estrecha y larga llamada terrina, (de cerámica) que se llevaba al horno para asar el hígado, que desmoldado y frío era cortado en rebanadas, fue entonces que cause imagino una masa de pan donde pudiese acomodar los hígados condimentados hasta que estuvieran cocidos y la masa dorada, y lo bautizó como Foie gras en croûte , o sea Hígado en Costra, pero fue conocido como Paté de Contades y tuvo mucho éxito.

Nueve años después de la revolución francesa, que hizo que los nobles y sus cocineros desocupados buscasen ocupación en otros lugares. Cuando estos profesionales de la cocina

se organizaban y abrían las casas, hicieron que décadas después estas se transformasen en restaurantes de fama.

Cause encontró un colega bastante conocido por sus habilidades culinarias: Nicolás François Doven, ex cocinero de un magistrado del parlamento de Bordeaux cuya cabeza rodó al filo de la guillotina.

Desempleados ambos se asociaron y comenzaron a trabajar en un Hotel de la región de Saint Germain. A la invención de Clause, Doven aumentó las trufas negras de la región de Perigord. Vivían de hacer el Fois en Croûte que derivó en Paté en Croûte, algo deliciosos que los amigos degustaban pasándolo en tostadas.

Bueno con el tiempo el Paté fue democratizándose y ganando nuevos ingredientes. La antigua base fue siendo substituida por hígados de gallina, luego aparecieron los jamones, la ricota, los quesos suaves, las mayonesas y una serie de ingredientes condimentados con especias, reunidos con alguna materia grasa. Lo esencial es que sean ingredientes muy frescos e inmediatamente refrigerados para una firme textura, los Patés vegetales además de saludables son muy apreciados al igual que los de frutos de mar y pescados en general.

2.2 DEFINICION DE SIFFLETS:

El corte en sifflets o biaux es un tipo de corte con el que se obtienen rodajas oblicuas de unos 2 mm de grosor.

Este corte está relacionado con el corte en rondelle, con el que también se obtienen rodajas finas, pero rectas.

2.2.1 Usos

Se suele utilizar principalmente para cortar verduras y hortalizas alargadas y cilíndricas (como zanahorias, puerros, ajos tiernos o espárragos verdes), en platos en las que éstas deben aportar vistosidad además de sabor, como por ejemplo guisos y asados; o simplemente para servir como guarnición.

2.2.1 ¿Qué son las salsas madres?

La gastronomía francesa es el referente de las enseñanzas culinarias en occidente. Sus reglas, métodos de cocción y recetas son el primer aprendizaje de quienes aspiran a dominar el amplio mundo de la cocina internacional. Y las salsas aparecen entre las primeras lecciones.

Las salsas son preparaciones líquidas, frías o calientes, que están destinadas a cubrir o acompañar un platillo. Éstas existen desde tiempos muy antiguos, sin embargo, fue el francés Antonino Caréme quien las clasificó por primera vez. Él propuso 4 salsas madres de las que se desprendían, con variantes muchas otras. Y en 1934, Escoffier publicó su libro “Mi cocina”, donde se describe cómo realizar correctamente un sinnúmero de salsas, entre las que destacan las 6 salsas madre que todo cocinero debe aprender a realizar:

2.2.2 Española:

Para elaborarla, se requiere una roux (una mezcla de harina y mantequilla a partes más o menos iguales, que se cocina a fuego bajo. Se utiliza para espesar.), un fondo oscuro de res, un poco de tocino, cebolla, zanahoria laurel y perejil. La salsa se cocina durante 3 horas y se sirve luego de pasarla por un colador fino. Se utiliza para bañar cortes de carne y purés, es espesa y de sabor intenso.

2.2.3 Veolute:

Como su nombre (en francés) lo indica, esta salsa es suave y aterciopelada. Es de color claro y para elaborarla se utiliza también una roux, pero a diferencia de la salsa española, para esta se emplean fondos claros, que pueden ser de ave o pescado y no se utilizan vegetales ni especias. El objetivo es que el resultado final tenga una consistencia algo traslúcida. Ésta se sirve generalmente acompañando diferentes platillos, dependiendo el tipo de fondo con el que se elaboró.

2.2.4 Pomo doro o de jitomate:

Para que esta salsa quede perfecta, es importante seleccionar frutos maduros. Escoffier indica que se deben despepitar y cocinar con mantequilla o aceite de oliva. Para sazonar, se

ocupa ajo, sal, pimienta y un poco de perejil. Una prolongada cocción a fuego bajo es la clave para que esta salsa desarrolle su delicioso sabor. Se presenta principalmente bañando todo tipo de pastas, como espagueti o ñoquis.

2.2.5 Bechamel

Consta de una roux disuelto en leche hirviendo. Se sazona con un poco de nuez moscada recién rallada y Escoffier recomienda infusionarla, hirviéndola durante una hora con clavo, perejil laurel y tomillo. Claro, que antes de servir, se debe pasar por un colador y recomendablemente no reservarla durante mucho tiempo, pues en la superficie se suele formar una nata desagradable. Se acompaña principalmente de aves y pescados, aunque también se utiliza para otro tipo de preparaciones como la lasaña y algunas variantes de pizza.

2.2.6 Holandesa

Esta salsa se debe realizar a baño María. En un tazón se colocan yemas de huevo, un poco de agua, sal y pimienta. Y poco a poco se añaden trozos de mantequilla que deben emulsionarse a medida que el huevo se cocina. El toque final lo brindan unas gotas de jugo de limón recién exprimido. Untuosa y delicada, la salsa holandesa va muy bien con jugosos cortes de carne roja.

2.2.7 Mayonesa

Para esta emulsión se utilizan casi los mismos ingredientes que para la salsa holandesa. La diferencia es que se trata de una salsa fría, que se ocupa principalmente para entrantes. La elaboración consiste en ligar yemas de huevo con aceite, que se incorpora en forma de hilo hasta obtener la textura deseada. Se sazonar con sal, pimienta y un toque de jugo de limón. Según se desee, se puede agregar todo tipo de ingrediente. El sabor de la mayonesa hecha en casa es incomparable al de la salsa comercial.

2.2.8 Veolute, derivadas

Estas son las derivadas más conocidas, pero las posibilidades de añadir ingredientes o aromas van casi hasta el infinito (¡y más allá!). La veolute es una salsa sencilla que admite

muchísimas variaciones, que vienen marcadas por el tipo de fondo (ave, marisco, caza, vegetal, fumet) que se haya elegido.

2.2.9 Suprema

Veolute de ave reducida, incorporar nata líquida o creme fraîche y cocer 10 minutos o hasta que nape una cuchara. Retirar del fuego y añadir mantequilla fresca que aporta cremosidad y brillo.

Aplicaciones: aves, huevos pochados, espárragos. Es muy versátil y es a su vez, base de otras salsas.

2.2.10 Ivo iré

Salsa Suprema + gelatina de carne blanca (Demiglace) + sal y pimienta. Para 500 ml de Suprema, utilizar 150 ml de Demiglace

Aplicaciones: ternera, aves, huevos pochados

2.2.11 Albufera

Salsa Ivo iré + mantequilla de pimentón + yemas de huevo + crema de leche + sal y pimienta... Hay otras versiones con jugo de trufa.

Aplicaciones: aves braseadas

2.2.12 Aurora

Veolute reducida + puré de tomate y montar con mantequilla.

Aplicaciones: carnes blancas, aves, huevos poché, braseados.

2.2.13 Húngara

Veolute de ave + cebollas finamente picadas y sudadas en mantequilla + tocineta + páprika + crema agria + zumo de limón + sal y pimienta.

Aplicaciones: carnes blancas, aves, huevos poché, braseados.

Con veolute de fumet

2.2.14 Al Vino blanco

Se basa en una elaboración en la que se pocha pescado con vino blanco o cava, aunque puede realizarse únicamente con la base de una veolute de pescado o marisco.

Veolute de pescado + vino blanco seco + reducción fonda pescado (opcional) + yemas de huevo + mantequilla + cebolla blanca picada brunoise.

Aplicaciones: todo tipo de pescados pochados, glaseado. Elaboración de salsas derivadas.

2.2.15 Bercy

Salsa al Vino blanco + chalota picada sudada en mantequilla + vino blanco seco + mantequilla + perejil picado + sal y pimienta.

Aplicaciones: pescados cocidos, pescados pochados.

2.2.16 Breval

Bonne Femme + tomate concassé.

Duglere

Salsa Vino Blanco + escalonia + perejil picado + tomate concassé.

2.2.17 Cardinal

Veolute de pescado + fondo de pescado + mantequilla de langosta + crema de leche + pimienta de cayena

Aplicaciones: platos de pescado y crustáceos.

2.2.18 Normanda

Veolute de lenguado + esencia de champiñones + jugo de ostras + yemas de huevo + crema de leche + mantequilla. + Limón.

Aplicaciones: pescados cocidos

Riche o Diplomática

Normanda + mantequilla de langosta + coñac (o brandy) + pimienta cayena y sal

2.2.19 Bombay

Veolute de pescado + mantequilla + cebolla finamente picada + laurel + tomillo + polvo de curry + leche de coco

Aplicaciones: pescados al horno

Con veolute de ternera

2.2.20 Alemanas

Equivale a la salsa Suprema, pero con veolute de ternera en lugar de ave.

Veolute de ternera + yemas de huevo + crema de leche. Terminada con mantequilla

Aplicaciones: carne ternera.

Blanca: alemana + gelatina de carne (Demiglace) + crema de leche

Se elabora de otros colores sustituyendo la nata por otro ingrediente (rojo con tomate, verde con caldo espinacas) o con colorantes.

2.2.21 Poulette

Alemana + jugo champiñones + yemas + crema de leche + zumo de limón + perejil picado

Aplicaciones: ternera, cordero, verduras.

2.2.22 Al curry

Veolute de ternera + mantequilla + cebolla picada brunoise + manzana + cáscara naranja + ajo + leche de coco + puré de tomate + polvo curry + sal

Aplicaciones: ternera, huevos, verduras

2.3 HISTORIA DEL HIGADO

En la edad media la carne no era como podemos suponer, un alimento que consumieran con frecuencia las clases bajas. El consumo de cerdo era lo más común, no así la vaca o la ternera. La carne era abundante en las comidas de las clases altas, se les consideraba de mayor alcurnia que los platillos a base de cereales o verduras.

Era signo de poder y dominación de los territorios ofrecer en los banquetes animales de la caza. Los animales eran troceados y cocinados para luego ser presentados "armados" y adornados, si eran aves, con sus propios plumajes. Las clases bajas comían los hígados, vísceras, patas, orejas y la sangre de los cerdos. En España ya era común la morcilla con piñones y pasas. El pescado se comía, aunque en muchos casos en salazón, sobre todo en lugares lejanos a los mares. En países mediterráneos se acostumbraba comer moluscos como ostras y mejillones.

2.3.1 APORTE NUTRICIONAL DEL HIGADO

El hígado es una víscera, un órgano glandular, de gran tamaño y figura irregular y de color rojo oscuro. Está situado en el hipocardio derecho y en él tiene lugar la secreción de la bilis. En la cocina la carne de hígado es muy apreciada debido a la gran cantidad de nutrientes que aporta, en especial el mineral del hierro. Este alimento está disponible en el mercado a lo largo de todo el año. Porción comestible 100 g por 100 g de producto fresco.

El hígado tiene un valor nutricional similar a la carne magra en algunos aspectos. Tiene, de forma general, más agua, menos grasa (alrededor de un 5%) pero mucho más colesterol, lo que limita su consumo en el contexto de dietas hipocolesterolemias. Este constituye un alimento excelente y útil en las situaciones que requieren dietas con alta densidad de nutrientes, como puede ser la infancia o la edad avanzada. Por su elevado contenido en hierro, su inclusión con una determinada frecuencia en la dieta puede ser una buena herramienta para la prevención de la aparición de anemias.

2.3.2 CONSERVACION DEL HIGADO

Puede conservar asados, bistecs, chuletas y costillas de carne de res fresca en el refrigerador de 3 a 4 días, o congelada (a 0 grados F [-17.7 °C] o menos) de 3 a 6 meses. Refrigere hígado o carnes de variedad de res de 1 a 2 días, o congele de 3 a 4 meses.

2.3.3 DESVENTAJAS DE CONSUMIR EL HIGADO EN EXESO

El hígado es el responsable por la producción de colesterol en el cuerpo, y por esto posee aproximadamente 6 veces más de colesterol que cualquier otro tipo de corte. Por esto, el consumo excesivo de hígado puede causar problemas como colesterol elevado, problemas cardíacos y exceso de peso. Por lo que lo ideal, apenas 1 vez por semana para evitar estas complicaciones.

Puede perjudicar el embarazo El hígado también contiene grandes cantidades de vitamina A, que puede causar malformaciones en el feto cuando se consume en exceso, principalmente en el primer trimestre de embarazo. Por lo que las mujeres embarazadas deben consumir hígado y otros órganos de animales, en pequeñas cantidades en caso quieran ingerirlo. Puede empeorar la gota Por ser rico en proteínas que contienen purinas, la sustancia responsable por el aumento del ácido úrico en el organismo, por lo que empeora los síntomas de la gota. En estos casos, se aconseja evitar totalmente el consumo de hígado, aunque sea en pequeñas cantidades. Vea más sobre la dieta para el ácido úrico. Exceso de toxinas Por ser el órgano donde son metabolizadas y filtradas las toxinas del organismo, el hígado acaba por almacenar gran parte de estas sustancias que forman parte de los productos de la alimentación o cría de los animales como granos procesados, antibióticos, vacunas, pesticidas, agua contaminada y hormonas.

Para evitar este problema, se debe consumir hígado 1 vez por semana, preferiblemente de animales que no hayan sido tratados con antibióticos u hormonas. Contiene metales pesados; Además de las toxinas, el hígado también acumula metales pesados que pueden contaminar y perjudicar el organismo como mercurio, plomo, arsénico y cadmio. Estos metales perjudican el funcionamiento de los órganos como pulmones y articulaciones, y están presentes principalmente en animales que crecen cerca de las fábricas de metal o de productos químicos

2.4 IMPORTANCIA DE CONSUMIR HÍGADO:

El hígado contiene vitamina A y, por esa razón, el consumo de esta carne mejora la visión y fortalece nuestro sistema inmunológico. El hígado de res es el indicado para gestantes puesto que su contribución genética ayuda a prevenir enfermedades en los recién nacidos. Es una fuente de vitamina del complejo B12. Este tipo de vitaminas aumentan la salud de la piel, la salud del sistema nervioso y protegen, asimismo, los glóbulos rojos.

Previene inflamaciones y ayuda en problemas como el asma y la artritis. Es un excelente aliado en la las dietas de adelgazamiento puesto que cada 25 gramos de esta carne tienen apenas 149 calorías.

2.5 PLATILLOS QUE SON ELABORADOS CON HÍGADO:

2.5.1 HÍGADO ENCEBOLLADO

Un platillo clásico de las cantinas mexicanas, que hoy ha caído en desgracia, junto con otros platillos de vísceras, que ya no están ni de moda, ni del placer del paladar de las nuevas generaciones. Las mollejas, los machitos, los sesos, eran los platillos estrellas de las cantinas hasta finales de los años 80.

Sin embargo, este platillo tiene una larga historia. Sus orígenes están en España, y cuenta la historia que en plaza Pola de Siero (España) se mataban reses para todas las casas nobles de Oviedo; como la carne era para los nobles y las vísceras eran “desperdicios” para el “pueblo”, en las posadas se servían mollejas, hígados, sesos... Esta plaza recibió el permiso de libertad de comercio en el 1270, con la Carta Puebla. Aquí, de manera tradicional, el hígado de res se prepara con ajito picado menudo, perejil y cebolla, todo aromatizado con un poco de laurel y un chorrito de sidra. Aquí puedes encontrar la receta tradicional española: Hígado encebollado receta española

El hígado encebollado se encuentra entre los platillos populares de España, Alemania, Gran Bretaña, Francia... En Francia se prepara con mantequilla y tocino, en España se le pone pimentón, dulce y picante y ajos; en Cataluña, se le añade, además de la cebolla, ajo frito. En América Latina también se encuentra entre los clásicos de la comida casera, sobre todo en México, Venezuela, Colombia y Perú. En Perú, se macera en una mezcla de vinagre y

chiles; aquí puedes encontrar una receta de hígado encebollado a la peruana: Hígado encebollado receta peruana

2.5.2 CHANFAINA:

El origen de este plato lo encontramos en los antiguos señoríos, cuando los señores encargaban al pastor que sacrificara algún cordero para comerlo, asado en la manera tradicional. El pastor entregaba las “partes nobles” del animal a los señores, tras separarlas de las entrañas. Entonces, con las "partes innobles" del cordero, preparaba la chanfaina en la forma en que hoy conocemos. En Fuente de Cantos (Badajoz) hay un fin de semana

Se debe hacer mención a la relación de este plato con el pastor trashumante que hace que pertenezca también a la cocina tradicional de puntos del norte de la montaña oriental leonesa como Priora, cuna de pastores trashumantes, que en sus viajes a Extremadura se hicieron eco de la receta y la acercaron al norte de León, aunque lo más probable es que fuera al revés, puesto que durante mucho tiempo, los pastores trashumantes iban al sur, que era una zona despoblada, por el peligro de invasiones de los musulmanes.

2.5.3 ASADO DE HÍGADO:

Es una receta a base de hígado previamente marinado, jugoso acompañados de patatas fritas, cebolla. Se lo elabora en restaurantes familiares a un precio considerable siendo un platillo que se lo consume comúnmente en el país de Bolivia.

2.6 QUE ES LA QUIRQUIÑA:

La quirquiña (*Porophyllum ruderale*), también conocida como, killkiña, quirquiña, cilantro boliviano, pápalo o pápaloqulite, erva fresca o cravo de urubo, es una planta herbácea de pie leñoso, de la familia de las Asteráceas. Originaria de los valles interandinos de Bolivia y Perú, puede ser encontrada en Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Paraguay, Perú, Uruguay y países de Centro y Norteamérica (México y sur de Estados Unidos).

La quirquiña es una planta rústica que resiste la humedad, pero no la sequía. Es muy poco exigente y se puede desarrollar en suelos pedregosos, suelos arenosos y lugares escarpados,

pero crece mejor en suelos profundos con buen contenido de materia orgánica, humedad moderada y buen drenaje para lograr rendimientos óptimos.

Alcanza hasta 30 cm de altura y tiene hojas de color verde azulado con unos pequeños poros por los cuales segrega el aceite que contiene un delicioso aroma y sabor (entre cilantro, rúcala y ruda) por lo que es muy apreciado en gastronomía, siendo un ingrediente principal en la famosa llajwa boliviana. También es usada para la obtención de aceites esenciales utilizados en la elaboración de perfumes, cosméticos, dentífricos, licores, bebidas, repostería, condimentos, medicamentos.

2.6.1 ESTADO DE CONSERVACION

La quirquiña Lavar bien las hojas y las guardamos en bolsas bien cerradas. También podemos picarlas antes, aunque que las hojas de laurel, tomillo y romero debemos congelarlas enteras. Picamos bien las hojas y las colocamos en una bandeja de cubitos de hielo. Después la rellenamos con agua y la congelamos.

2.6.2 CARACTERISTICAS DE LA QUIRQUIÑA

Una de las características de las plantas que pertenecen a la familia de las asteráceas es que muchas especies son cosmopolitas. No es el caso del papal quelite, pero actualmente tiene una gran distribución en prácticamente todo el continente americano. Situación por la cual no es una planta que se encuentre en peligro de extinción.

Ambiente Habita en climas cálido, semi cálido y templado entre los 50 y los 2700. Cultivada en huertos familiares y en ocasiones asociada a bosques tropicales caducifolios, su caducifolio, su perennifolio, perennifolio, bosque espinoso, bosque mesó filo de montaña, bosques de encino y de pino. Se le encuentra en áreas perturbadas en pastizal, matorral su montano y bosque tropical caducifolio y en ocasiones como maleza rural.

CAPITULO III

3. CAPITULO III PROPUESTA DE INNOVACION O SOLUCION DEL PROBLEMA

3.1 PROPUESTA DE INNOVACION

En el presente proyecto se desarrolla el plato de “Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña” aplicando Métodos y Técnicas de cocción para poder, obtener un producto final con las características organolépticas como ser: El color marrón del hígado con una textura suave y compacta de sabor agradable, para el paladar, como resultado final de la salsa obtenemos un preparado a base de una salsa madre con textura densa de color verdoso con dejos picantes, agradable para el público en general para la realización del preparado se hace uso de los siguientes Métodos y Técnicas de cocción al vapor, corté sifflets, procesar o triturar, desleír o diluir, disolver, con las cuales se obtiene el producto final. Para la población de Quillacollo Municipio Cota Oeste de la gestión 2020.

3.2 INSTRUMENTOS Y TECNICAS

3.2.1 INSTRUMENTOS (EQUIPOS, HERRAMIENTAS, INSUMOS)

3.2.1.1 EQUIPOS

BALANZA: Se usa en la elaboración del producto para tener los gramajes de cada materia prima.

MIXER: Se da el uso para procesar los alimentos como; el hígado, la quirquiña.

COCINA: Se da el uso del equipo para lograr una cocción de cada alimentó.

3.2.1.2 HERRAMIENTAS

TABLA DE COCINA: El material es útil para poner los alimentos.

CUCHILLO FRANCES: Es muy útil se da el uso para dar cortes a nuestra materia prima.

BOLS: Es el material donde pondré las verduras, las materias primas.

OLLA: Se da el uso de 3 ollas para la cocción del sifflets de hígado, el fondo blanco, cocción de las verduras.

PAPEL FIL: Es útil para enrollar y dar forma a el sifflets de hígado

SARTEN: Se da el uso a la materia para dar la cocción a la salsa de quirquiña.

ESPATULA DE MADERA: El uso de este material lo usamos para batir, remover la salsa veolute.

BATIDOR GLOBO: Se da el uso para en la salsa veolute para remover asiendo que la salsa no tenga grumos.

3.2.1.3 INSUMOS

HIGADO: El hígado es una víscera, un órgano glandular, de gran tamaño y figura irregular y de color rojo oscuro. Está situado en el hipocardio derecho y en él tiene lugar la secreción de la bilis. En la cocina la carne de hígado es muy apreciada, debido a la gran cantidad de nutrientes que aporta, en especial el mineral del hierro. Este alimento está disponible en el mercado a lo largo de todo el año. Porción comestible 100 g por 100 g de producto fresco.

HUEVO: El huevo es un alimento de origen animal con grandes propiedades nutricionales y culinarias. Cuando no se cita la especie, nos referiremos al huevo de gallina.

Éste se forma a partir de un óvulo de gallina (la yema), que se recubre de material nutritivo y de protección (clara y cáscara) antes de la puesta.

CEBOLLA MORADA: La cebolla es un bulbo tunicado, lo que quiere decir que está formado por varias capas, como se puede observar al cortar una. Estas capas son hojas que se disponen unas sobre otras, que se engrosan y vuelven carnosas. Pueden ser de distintas formas, tamaños y colores, variando entre el blanco, amarillo y rojo.

PIMENTON: Morrón entre una multitud de localismo, es la especie más conocida, y cultivada del género capsicum de la familia solanaceae los pimientos o morrones son como el tomate nativo de México, América, norte de Sudamérica.

ZANAHORIA: La zanahoria es una de las hortalizas más cultivadas en el mundo. Su consumo se ha extendido ampliamente, ya que actualmente se encuentra disponible en los mercados durante todo el año. La parte consumida de la zanahoria es su raíz, de la que existen múltiples formas y sabores. Destaca por su contenido en caroteno y vitaminas A, B y C.

HARINA: La harina es el polvo fino que se obtiene del cereal molido y de otros alimentos ricos en almidón se puede obtener harina de distintos cereales.

MATEQUILLA CON SAL: Grasa comestible que se obtiene agitando o batiendo la crema de leche de vaca y es de consistencia blanda, color amarillento y sabor suave.

FONDO BLANCO: Es un caldo básico realizado con los huesos y verduras diversas finamente picadas suele tener muy poco color o incluso un aspecto lechoso.

QUIRQUIÑA: La quirquiña es una planta rústica que resiste la humedad, pero no la sequía. Es muy poco exigente y se puede desarrollar en suelos pedregosos, suelos arenosos y lugares escarpados, pero crece mejor en suelos profundos con buen contenido de materia orgánica, humedad moderada y buen drenaje para lograr rendimientos óptimos.

GUINDILLA: También se lo conoce como chile o ají, y es una variedad de pimiento originaria de centro américa y sud América se trata de un ingrediente muy presente en la gastronomía típica de la zona.

AJO: Planta herbácea de hojas largas en forma de espada, flores pequeñas y blancuzcas y fruto en capsula. Que encierra unas semillas negras y arriñonadas.

SAL: Es un tipo de, sal nominada cloruro sódico existen 3 tipos de sal común sal marina, sal manantial, y la sal vegetal proporciona a los alimentos un sabor básico, el salado.

PIMIENTA NEGRA: Fruto del pimentero, pequeño, redondo, y rojo, que toma color negro cuando se seca se arruga un poco y contiene una semilla esférica, blanca y aromática de un sabor muy picante.

COMINO MOLIDO: Es una planta herbácea cuya semilla aromática se usa como especie originaria de la cuenca del mediterráneo.

3.2.2 TECNICAS:

TECNICAS DE CORTE:

CORTE SIFFLETS: Se da este corte a la Terrina de Hígado para su emplatado.

CORTE BASTON: Se utiliza este corte para las verduras, que irán como relleno.

TECNICAS DE COCCIÓN:

COCCION AL VAPOR: Se utiliza este método de cocción, para la Terrina de Hígado con el relleno tricolor.

TECNICAS DE ELABORACION:

SOFREIR: Se utiliza esta técnica, para aromatizar el ajo con la cebolla.

SALTEAR: Se saltea el relleno (pimentón rojo, zanahoria, pimentón verde) para que sea añadido en la Terrina.

TRITURADO: Se tritura el hígado con, el huevo, el relleno, y el ajo, cebolla previamente salteada.

EXTENDER: La Terrina en el papel film para que cubra espacio, y sea más fácil el enrollado.

AÑADIR: El relleno a la Terrina de Hígado.

ENVOLVER: Se envuelve la terrina en papel film, después en el papel estañado. Para ser llevada a cocción al vapor.

CLARIFICAR: La mantequilla para convertirla en líquida. Para que se añada las guindillas y deje su picante, para ser retirada posterior, reservada.

MESCLAR: La harina con la mantequilla clarificada, y formar un roux claro.

DISOLVER: El fondo blanco en el roux.

AROMATIZAR: Con las hojas de quirquiña para que aporte el color verdoso.

3.2.3 PRESUPUESTO

Para la Terrina de hígado con relleno de tricolor y salsa de quirquiña picante se toma en cuenta las cantidades de los insumos:

3.2.3.1 PRESUPUESTO PROPIO DEL PRODUCTO (para 2 pax)

INGREDIENTES	CANTIDAD DE COMPRA	COMPRA DE MERCADO	CANTIDAD REQUERIDA	COSTO DE INSUMOS
Hígado	1000gr	20bs	150gr	6bs
Pimentón Rojo	720gr	5bs	35gr	1.25bs
Zanahoria	1000gr	2bs	40gr	0.89bs
Sal	1000gr	2bs	2gr	0.8bs
Comino	7gr	1bs	1gr	0.33bs
Pimienta	7gr	1bs	1gr	0.33bs
Huevo	350gr	3.50bs	15gr	0.88bs
Harina	1000gr	4bs	20gr	2bs
Mantequilla	500gr	6bs	20gr	3bs
Quirquiña	250gr	5bs	5gr	2.14bs
Guindilla	460gr	6bs	5gr	1.07bs
Pimentón Verde	720gr	5bs	35gr	1.25bs
Ajo	20gr	2.50bs	0.2	0.05
Cebolla	2875	8bs	0.5	0.04
				19.18bs

COSTO ADICIONAL:

botellón de agua	12bs
Papel film	5bs
Papel estañado	5bs

3.2.4 PROCESO/PROCEDIMIENTO

Mice en place.

Paso 1-Lavar nuestros ingredientes.

Paso 2-Cortar en bastones nuestras verduras (pimentón rojo, zanahoria, pimentón verde) retirando la piel.

Paso 3-Corta el ajo en brunoise, junto con la cebolla.

Proceso:

Paso 1-En una sartén añadir un chorro de aceite, llevar a sofreír el ajo y la cebolla, retiramos y reservamos.

Paso 2-Saltear el relleno (pimentón rojo, zanahoria, pimentón verde), retiramos y reservamos.

Paso 3-Triturar el hígado incorporando el huevo, junto con los condimentos y el ajo, cebolla previamente sofrito.

Paso 4-Expandir el hígado triturado en un papel film y papel estañado, añadiendo el relleno de verduras salteadas.

Paso 5-Envolver el hígado dando una forma cilíndrica, amarrar bien para que no exista aberturas.

Paso 6- Llevar a una “Cocción al vapor” el hígado, durante 10 minutos, retiramos, reservarlo a temperatura ambiente.

Paso 7- Clarificar la mantequilla en un sartén añadiendo las guindillas, saltear hasta que desprenda los dejes picantes, retirar las guindillas.

Paso 8- Añadir la harina a la mantequilla, remover hasta obtener un roux claro.

Paso 9- Incorporar el fondo blanco o caldo, disolver hasta que todo este incorporado y no exista grumos.

Paso 10-Añadir las hojas de quirquiña para aportar aroma y sabor a la salsa veolute, una vez obtenida el punto “nape” retirarlo y reservarlo

Pasó 11- Dar un corte sifflets de 1cm.a la terrina de hígado sin quitar la envoltura (papel film, papel estañado).

Paso 12- Quitar el papel estañado y papel film cuidadosamente.

Pasó 13- Emplatar de forma creativa terrina de hígado y la salsa de quirquiña.

CAPITULO IV

4. CAPITULO IV RESULTADOS ESPERADOS

4.1 RESULTADOS ESPERADOS

Para la elaboración del proyecto de Terrina de Hígado con relleno Tricolor y salsa de quirquiña, se realiza las siguientes pruebas para obtener un platillo innovador para la población de Cota Oeste provincia Quillacollo de la ciudad de Cochabamba gestión 2020.

4.1.1 Primera prueba 28/05/2020.

Para la elaboración del producto se utiliza hígado 76 gramos, se usa zapallo 70 gramos, se usa pimentón 50 gramos, se usa ajo 6 gramos, se usa condimentos pisca, se usa sal pisca Para la salsa, se usa harina 10 gramos, se usa mantequilla 7 gramos, se usa quirquiña 15 gramos, aplicando métodos y técnicas de cocina utilizando los materiales como ser: una olla , papel film , pinzas, cuchara de madera, plato , tamizador , para hacer poder realizar el preparado de Terrina de Hígado, triturando la materia prima junto con los condimentos, expandiendo en un papel film para incorporar nuestras verduras pre cocidas a cocción al vapor, enrollando para que el relleno este centrado una vez envuelta llevar a cocción al vapor en una olla durante 15 a 20 minutos retiramos para darle un corte sifflets al hígado, reservamos, para la elaboración de la salsa partimos de un receta madre, diluimos la mantequilla incorporando la harina removiendo constantemente para que no se hagan grumos incorporamos el fondo blanco poco a poco una vez que esté un poco ya espesa incorporamos sal y condimentos rectificamos el sabor, para añadir el triturado de la quirquiña removemos previamente para luego retirarlo, empezamos con el emplatado.

4.1.2 Resultado

Esta primera prueba del emplatado de Terrina de Hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña no resulto exitoso, porque el hígado no obtuvo la consistencia deseada, el sabor era picante por tener demasiado contenido del ajo, en el preparado de la salsa no se obtuvo el sabor y la textura deseada la causa se debe al exceso de harina, siendo que la materia prima que es la quirquiña, en el procesado obtuvo un sabor desagradable a materia grasa, pero, los insumos que fueron comprados para la elaboración del producto fueron económicos.

4.1.3 Segunda prueba 26/09/2020

Para la elaboración del producto se utilizó hígado 76 gramos, se usa zapallo 70 gramos, se usa pimentón 50 gramos, se usa ajo 4 gramos, se usa condimentos pisca, se usa sal pisca. Para la salsa, se usa harina 6 gramos, se usa mantequilla 5 gramos, se usa quirquiña 10 gramos, aplicando los métodos y técnicas de cocina utilizando los materiales como ser: una olla, papel film, pinzas, cuchara de madera, plato, tamizador, mixer realizamos el preparado del Terrina de Hígado se tritura la materia prima junto con los condimentos, añadiendo un poco de harina para que el contenido líquido del hígado sea reducido expandiendo en un papel film para incorporar nuestras verduras pre cocidas a cocción al vapor, enrollando para que el relleno este centrado una vez envuelta llevar a cocción al vapor en una olla durante 15 a 20 minutos retiramos ,reservándolo dando un corte sifflets al hígado, para la elaboración de la salsa diluimos la mantequilla, añadiendo la harina removemos en fuego lento , incorporando el fondo blanco, condimentamos, rectificamos, añadimos la quirquiña dese ojeada, removemos previamente durante 8 a 15 minutos retiramos y reservamos en un plato emplatamos

4.1.4 Resultado

En esta segunda prueba no se obtuvo la consistencia deseada en el hígado, en el preparado de la salsa de quirquiña se logra obtener una salsa de sabor agradable al paladar se pierde el sabor desagradable a “materia grasa” que tenía en la primera prueba.

4.1.5 tercera prueba 26/11/2020

Para la elaboración se implementó el huevo para dar consistencia a la terrina, se tritura el hígado añadiendo los ajos salteados, la cebolla en aceite de oliva, condimentos una vez triturado lo expandimos en papel film y papel estañado, para el relleno (pimentón verde, pimentón rojo, zanahoria) se añade en el hígado triturado previamente salteados en aceite de oliva, envolverlo dando una forma cilíndrica, llevar a cocción al vapor durante 10 minutos retirar y dejar a temperatura ambiente, para la salsa clarificar o diluir la mantequilla incorporando las guindillas de corte vichí gross, para que aporten el dejo picante, se retira las guindillas, se disuelve la mantequilla y la harina hasta obtener un roux

claro, añadiendo el fondo blanco, añadir las hojas de quirquiña para que aporte color verdoso, sabor agradable y aroma a quirquiña con dejes picantes, una vez terminado la salsa verter en un pocillo, dar un corte a la terrina de sifflets de 1cm. Emplatar de forma creativa.

4.1.6 Resultado

En esta tercera prueba obtenemos una consistencia firme pero, falta dar una envoltura más firme para que este aún más consistente y con un corte deseado, para la salsa, se obtuvo un sabor agradable, con una textura “nape”.

5. CAPITULO V CONCLUSIONES

5.1 Conclusión 1

La terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña se desarrolla utilizando como materia prima el hígado se tritura el hígado crudo añadiendo un agente estabilizante que es el huevo para que tome consistencia y estabilidad, añadiendo el relleno (pimentón rojo, zanahoria, pimentón verde) que es salteado previamente en aceite de oliva, se lleva a envolver en papel film y papel estañado para que tenga una forma cilíndrica, llevar la Terrina una cocción al vapor durante 10 minutos, retirar, reservar dejando templar a temperatura ambiente , para la salsa se utiliza el clarificar la mantequilla añadiendo las guindilla o locoto, se retira las guindillas, para añadir la harina, hasta obtener un roux claro, se añade el fondo o caldo, remover hasta que tenga una textura densa, añadir las hojas de quirquiña para que aporte color verdoso, y sabor una vez terminado todo , emplatar de forma tradicional.



5.2 Conclusión 2

Se llega a la conclusión de la terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña, las características organolépticas son: de una textura suave, crocante, de color atractivo a la vista y de sabor exquisito al paladar, de un aroma minucioso a especies puestas en el producto, acompañado con una salsa veolute con un aroma suave, de color atrayente a la vista y de un sabor gustoso hacia el paladar.

5.3 Conclusión 3

Se alcanza a evidenciar que el producto tiene un costo bastante accesible, considerando la materia prima básica de la región. Por tal motivo se realiza una Ficha de Costos, evidenciando lo argumentado en el municipio de Cota Oeste, Provincia Quillacollo de la ciudad de Cochabamba gestión 2020.

FICHA DE GRAMAJE Y COSTO					
INGREDIENTES	CANTIDAD DE COMPRA	PESO UTIL	COMPRA DE MERCADO	CANTIDAD REQUERIDA	COSTO DE INSUMOS
Hígado	1000gr	500gr	20bs	150gr	6bs
Pimentón Rojo	720gr	140gr	5bs	35gr	1.25bs
Zanahoria	1000gr	90gr	2bs	40gr	0.89bs
Sal	1000gr	5gr	2bs	2gr	0.8bs
Comino	7gr	3gr	1bs	1gr	0.33bs
Pimienta	7gr	3gr	1bs	1gr	0.33bs
Huevo	350gr	60gr	3.50bs	15gr	0.88bs
Harina	1000gr	40gr	4bs	20gr	2bs
Mantequilla	500gr	40gr	6bs	20gr	3bs
Quirquiña	250gr	7gr	5bs	5gr	2.14bs
Guindilla	460gr	28gr	6bs	5gr	1.07bs
Pimentón Verde	720gr	140gr	5bs	35gr	1.25bs
Ajo	20gr	1gr	2.50bs	0.2	0.05
Cebolla	2875	90	8bs	5	0.44
					19.18bs

SEMESTRE: SEXTO SEMESTRE		
MATERIA: COCINA		
DOCENTE: CHEF LUIS ALBERTO ROQUE COLQUE		
ESTUDIANTES: APODACA AGUILAR ROGER EINAR		FECHA: 02 / 12 / 2020
NOMBRE DE LA RECETA: TERRINA DE HÍGADO CON RELLENO TRICOLOR Y SALSA DE QUIRQUIÑA		MISE EN PLACE: Lavar nuestros ingredientes. Cortar en bastones nuestras verduras (pimentón rojo, zanahoria, pimentón verde) retirando la piel. Corta el ajo en brunoise, junto con la cebolla.
EXPLICACION COMERCIAL: se trata de elaborar un platillo innovador, utilizando la terrina de hígado con un relleno tricolor con una salsa de quirquiña.		
INGREDIENTES:	GRAMAJE:	PROCERIMIENTO:
Hígado	150gr	Paso 1-En una sartén añadir un chorro de aceite, llevar a sofreír el ajo y la cebolla, retiramos y reservamos. Paso 2-Saltear el relleno (pimentón rojo, zanahoria, pimentón verde), retiramos y reservamos. Paso 3-Triturar el hígado incorporando el huevo, junto con los condimentos y el ajo, cebolla previamente sofrito. Paso 4-Expandir el terrino hígado triturado en un papel film y papel estañado, añadiendo el relleno de verduras salteadas. Paso 5-Envolver la terrina de hígado dando una forma cilíndrica, amarrar bien para que no exista aberturas. Paso 6- llevar a una “Cocción al vapor” la terrina de hígado, durante 10 minutos, retiramos, reservarlo a temperatura ambiente. Paso 7- Clarificar la mantequilla en un sartén añadiendo las guindillas, saltear hasta que desprenda los dejos picantes, retirar las guindillas. Paso 8- añadir la harina a la mantequilla, remover hasta obtener un roux claro. Paso 9- incorporar el fondo blanco o caldo, disolver hasta que todo este incorporado y no exista grumos. Paso 10-añadir las hojas de quirquiña para aportar aroma y color verdoso, a la salsa veolute, una vez obtenida la textura densa retirarlo. Pasó 11- desenvolver la terrina de hígado, para dar un corte sifflets de 1cm. Pasó 12- emplatar de forma creativa la terrina de hígado y la salsa de quirquiña.
Pimentón rojo	10gr	
pimentón verde	10gr	
Zanahoria	15gr	
Sal	2gr	
Comino	1gr	
Pimienta	1gr	
Huevo	15gr	
Harina	20gr	
Mantequilla	20gr	
Quirquiña	5gr	
Guindilla	5gr	
ajo	1gr	
cebolla	5gr	
aceite de oliva	5 ml	
METODOS Y TECNICAS DE BASE:		
Método: concentración Técnica: técnica de corte sifflets, corte bastón técnicas de cocción: cocción al vapor técnicas de elaboración: sofreír, saltear, triturar, extender, añadir, envolver, clarificar, mesclar, disolver, aromatizar		

ESTUDIANTE: Apodaca Aguilar Roger Einar					
NOMBRE DE LA RECETA: TERRINA DE HÍGADO CON RELLENO TRICOLOR Y SALSA DE QUIRQUIÑA					
INGREDIENTES	CANTIDAD	KILO CALORIAS (100gr)	PROTEINA (100gr)	LIPIDO (100gr) grasa	CARBOHIDRATO (100gr)
Hígado	150 gr	135	20.36	3.63	3.89
Pimentón rojo	10gr	26	0.99	0.30	6.03
Pimentón verde	10gr	20	0.86	0.17	4.64
Zanahoria	15gr	41	0.93	0.24	9.58
Sal	2	0	0.00	0.00	0.00
Comino	1	375	17.81	22.27	44.24
Pimienta	1	255	10.95	3.26	64.81
Huevo	15	322	15.86	26.54	3.59
Harina	20	361	11.98	1.66	72.53
Mantequilla	20	717	0.85	81.11	0.06
Quirquiña	5	279	21.93	4.78	52.10
Guindilla	5	38	1.90	0.60	8.00
ajo	1	134	5.30	0.20	29.30
cebolla	5	45	1.40	0.20	9.70
aceite de oliva	5	862	0.00	100.00	0.00
TOTAL	265 gr	3610gr	111.12gr	244.96	308.47gr
Características fundamentales de los macronutrientes .	este dato indica la cantidad energía que puede lograr para las personas	Son vitales para la formación o reparación de los músculos, huesos u otros tejidos.	Son de crucial importancia para el almacenamiento de energía y el desarrollo de la membrana celular.	Es la principal fuente de energía para las células, tejidos y órganos del cuerpo.	

ESTUDIANTE: APODACA AGUILAR ROGER INAR

Superficie suave, esponjosa, de color café suave, con un relleno tricolor, acompañado con una salsa verdosa, con dejos picantes, con un aroma a quirquiña, para la realización de este platillo se utiliza el “hígado” como materia prima.



COSTO MATERIA PRIMA					
TIPS:	INSUMOS	CANTIDAD	COSTO DE PROVEEDOR		COSTO TOTAL
se recomienda que al elaborar la terrina de hígado no exceder con la cantidad del relleno Para que, al cortar la terrina esta pueda cortarse sin que esta se desmenuce.	Hígado	1000gr	500gr	20bs	6bs
	Pimentón	720gr	140gr	5bs	1.25bs
	Zanahoria	1000gr	90gr	2bs	0.89bs
	Sal	1000gr	5gr	2bs	0.8bs
	Comino	7gr	3gr	1bs	0.33bs
	Pimienta	7gr	3gr	1bs	0.33bs
	Huevo	350gr	60gr	3.50bs	0.88bs
	Harina	1000gr	40gr	4bs	2bs
	Mantequilla	500gr	40gr	6bs	3bs
	Quirquiña	250gr	7gr	5bs	2.14bs
Métodos, Técnicas, etc. de Elaboración Método: concentración Técnica: técnica de corte sifflets, corte bastón técnicas de cocción: cocción al vapor técnicas de elaboración: sofreír, saltear, triturar, extender, añadir, envolver, clarificar, mesclar, disolver, aromatizar	Guindilla	460gr	28gr	6bs	1.07bs
	Cebolla	5gr	2875gr	8bs	0.44bs
	Ajo	0.2	20gr	5bs	0.05bs
	Costo de la materia prima para 2 pax				19.18bs
	Costo parcial por unidad				9.59
Margen de error (15%)				1.43	
Costo materia prima unitario 1 pax				9.59	
COSTO TOTAL				20.61	

6. RECOMENDACIONES

-Se para la elaboración de la Terrina de hígado con relleno tricolor y salsa de quirquiña tener en cuenta las siguientes recomendaciones.

-Se recomienda utilizar un agente estabilizante para el triturado del hígado.

-Se recomienda envolver primero el papel film con la Terrina, después envolver con el papel estañado

-Se recomienda no añadir mucho relleno porque no se podrá dar un corte perfecto.

-Se recomienda, templar la terrina antes de desenvolver.

-Se recomienda para la salsa no dejar que la roux se vuelva oscuro, porque no se podrá obtener el color deseado verdoso.

7. BIBLIOGRAFIA

<https://www.laverdad.es/gastronomia/preguntas-respuestas/de-donde-originaria-terrina-historia--20070130000000-nt.html#:~>

<https://www.laverdad.es/gastronomia/preguntas-respuestas/que-son-terrinas-me-urge-mucho-20070228000000-nt.html>

<https://gastronomiaycia.republica.com/2016/01/13/tipos-de-corte-sifflets/amp/>

<https://www.butterandqueen.com/corte-en-sifflets-o-biaus/#Usos>

<http://estudioagil.com/comeresunplacer/que-es-el-sifflet/>

<http://surfeandoenlacocina.blogspot.com/2017/01/tipo-de-corte-sifflets.html?m=1>

<https://www.elclaustro.edu.mx/claustromia/index.php/mundo-foodie/item/399-que-son-las-salsas-madres>

<https://salsashot34.wordpress.com/category/salsas-derivadas/>

<http://gastrolaboratorio.es/blog/2017/11/02/tipos-de-salsas/>

<http://www.recetasalsas.com/HistoriaSalsas/HistoriaSalsas.html>

<https://www.google.com/amp/s/www.tuasaude.com/es/higado-de-res/amp/>

<https://www.supergutierrez.com/comunidad-details.php?id=68>

https://www.elmundo.com/portal/vida/gastronomia/las_visceras_alimentacion_economica.php#.X52C-1OCUwA

<https://es.m.wikipedia.org/wiki/Casquer%C3%ADa>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Chanfaina>

<https://www.lacarnedepasto.com/2017/02/14/higado-superalimento-olvidado/>

<http://blog.gustu.bo/?p=572>

<https://archivo.infojardin.com/tema/quiquina-cultivo-y-reproduccion.199113/>

[https://www.magicgardenseeds.es/Es-bueno-saber.../Quilqui%20a-P%20papalo-\(Porophyllum-ruderae-ssp.-macrocephalum\)-A.POR01-](https://www.magicgardenseeds.es/Es-bueno-saber.../Quilqui%20a-P%20papalo-(Porophyllum-ruderae-ssp.-macrocephalum)-A.POR01-)

<https://alimentoscon.com/papalo/>

ANEXOS

8. ANEXOS

Mice emplace.



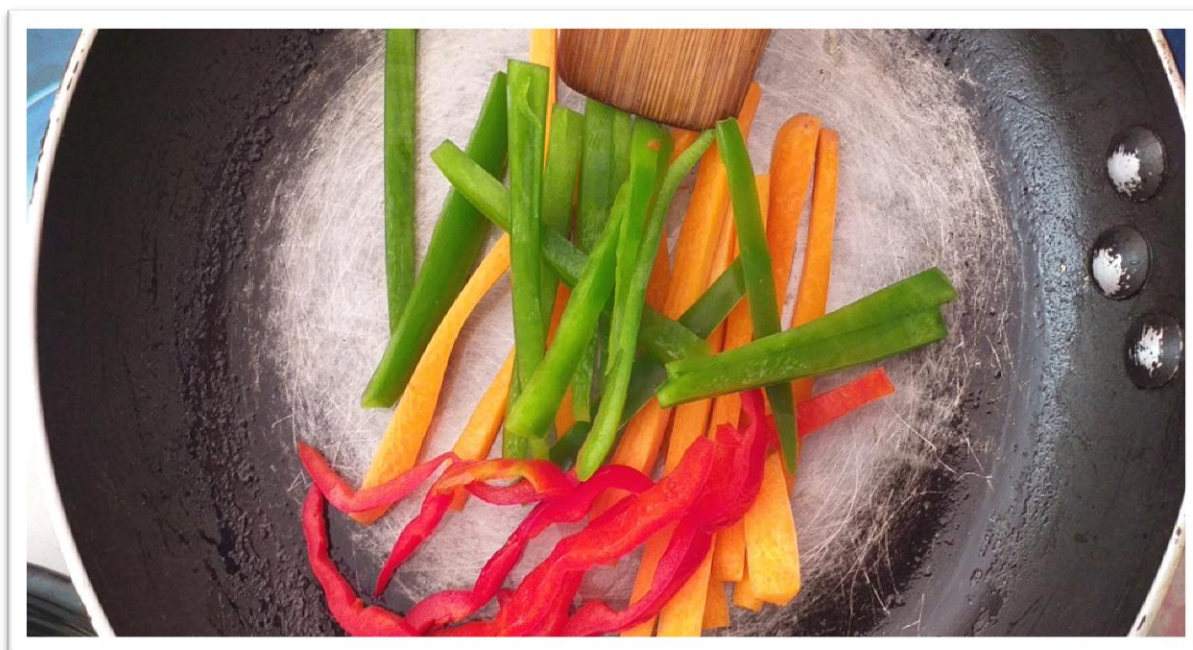
En un chorro de aceite llevar a sofreír el ajo.



En un chorro de aceite sofreír la cebolla y el ajo.



En un chorro de aceite sofreír el relleno (pimentón rojo, zanahoria, pimentón verde).



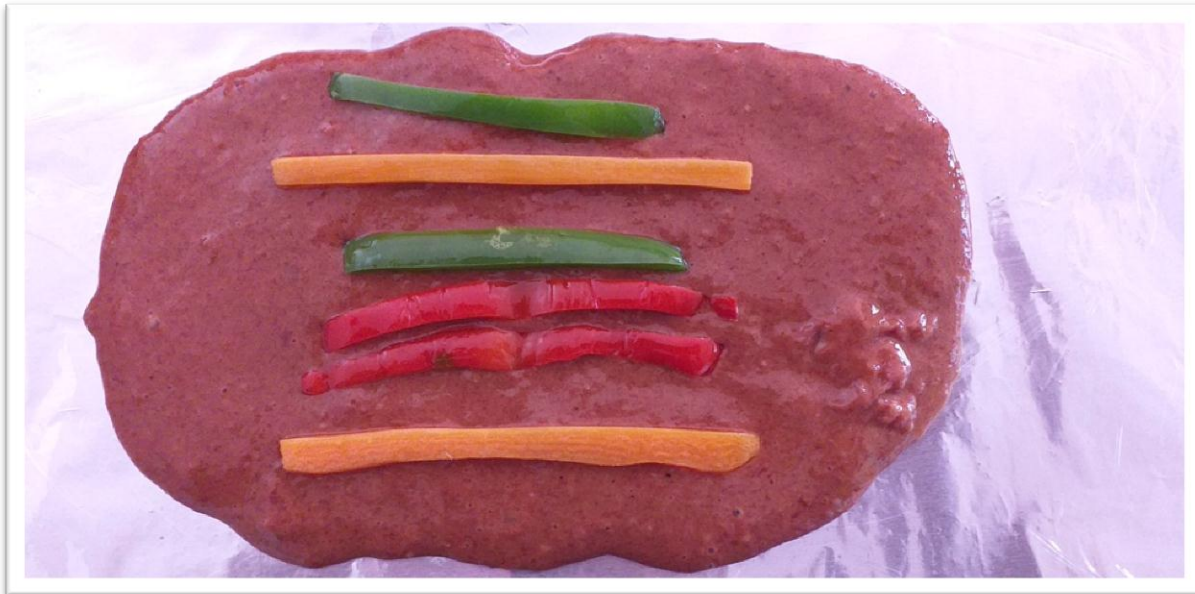
Llevar a triturar “el hígado junto con (el ajo, cebolla, yema, condimentos y sal).



Expandir el hígado triturado en papel film.



Añadir el relleno en el hígado triturado.



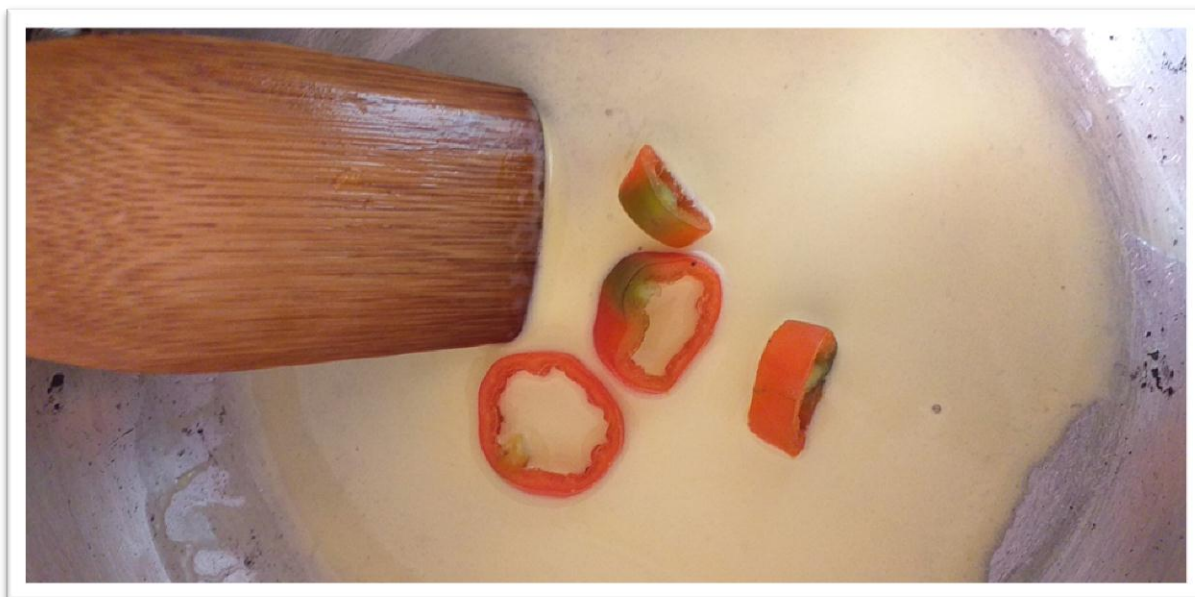
Envolver en papel film, el hígado triturado dando una forma cilíndrica.



Envolver en papel estañado, el hígado triturado, llevando a cocción al vapor durante 10 minutos, retiramos, reservando a temperatura ambiente.



Clarificar la mantequilla, añadiendo las guindillas para que desprenda sus dejes picantes, retiramos, las guindillas.



Añadir la harina a la mantequilla clarificada, para ser disuelta, removiendo hasta obtener un roux claro.



Remover hasta obtener un roux claro añadir el fondo blando y los condimentos.



Añadir las hojas de quirquiña para que aporte color verdoso, aroma y sabor gustoso para el paladar.



Verter en recipiente la salsa de quirquiña



Desenvolver la terrina de hígado cuidadosamente.



Dar un corte sifflets de 1cm.



Emplatar de forma creativa.

