

Postres y dulces Milenarios

Tomo I



autores
l.cdo. andrés al tamirano
tnlgo. david conrado

Copyright © Instituto Superior Tecnológico Japón.

Primera edición 2020

Datos de catalogación en publicación de la ISTJ

Lcdo. Andrés Alonso Altamirano Espinosa

Tnlgo. David Fabrissio Conrado Carvajal

POSTRES Y DULCES MILENARIOS

Tomo 1

(Primera edición)

Número de Registro autor

ISBN 978-9942-838-08-7

Instituto Superior Tecnológico Japón.

Prohibida la reproducción o transmisión parcial o total del contenido de esta obra, por cualquier medio, sin consentimiento previo y por escrito del autor-editor. Para obtener los derechos de Tecnológico Superior Japón, Barrio Marieta de Veintimilla- Pomasqui, 022356368/0987712882. Las solicitudes serán bien acogidas.

Diseño gráfico: Sebastián Gallardo Ramírez

Impreso en Quito: Imprenta JKIMPRIMA

La importancia del saber de los postres y dulces milenarios de la Parroquia de Santa Clara y Rosa de Pomasqui y su conservación como pertenencia palpable de la Zona

DEDICATORIA

Dedicado primeramente a Dios por la sabiduría y fortaleza en cada momento de nuestras vidas. Este libro va a cada persona que dio su granito de arena en la investigación y personas que abrieron sus puertas para darnos sus mensajes y consejos Dedicado a mi familia Adriana, Kely, Melisa y Alexander es el hogar que Dios me dio para cuidar, velar y que son la más bella compañía y comprensión, mi madre que hizo que salga adelante en los momentos más difíciles de mi vida Delia María Carvajal Peñaherrera.

Mi hermana Mónica quien sin ella no sería nadie, ella lo entenderá y a las familias que tras muchos años de historia se niegan a morir y se busca preservar cada una de sus recetas en el saber del pueblo.
Al Instituto Superior Tecnológico “Japón”.

Amor al Conocimiento, quien es precursor del avance académico y rescate de compendios gastronómicos para ser aporte a la comunidad y con criterios

DEDICATORIA

El presente libro está dedicado a cada persona que sea apasionada por la cultura, la gastronomía y desee viajar a antaño por medio del arte culinario y con ello conservando el patrimonio gastronómico tangible de Pomasqui, también al Instituto Superior Tecnológico “Japón” que ha hecho posible este rescate de tradiciones con la publicación de este libro y también dedicado a las personas que fueron pilar fundamental en la investigación y desarrollo del mismo.

A la familia, como son nuestra esposas, hijas e hijos que nos brindan su apoyo, su amor, su comprensión y su tiempo en el trabajo de este maravilloso libro.

A Nuestra familia Japón que brinda educación superior con amor al conocimiento.

INTRODUCCIÓN

La Parroquia Rural Santa Clara y Rosa de Pomasqui es una tierra predilecta, sus habitantes son muy cordiales, nos ayudan en brindar ayuda si es necesario, su tierra en tiempos de tribus y valles de verdes campos.

Se levanta los PUMASIQUI que nacen de la tierra, de la siembra y cosecha, que la naturaleza les brindaba.

El agave (penco) como planta milenaria, se extraía la salvia del centro que se conocía como CHAGUARMISHQUE, bebida dulce que antes de tomarla se realizaba el ritual que se agradecía a la PACHAMAMA por lo que brindaba la tierra, pasar el tiempo con el descontrol de la minería su suelo se hace semiárido pero aún muy fértil y se utiliza para el cultivo de muchos productos, su patrimonio gastronómico es muy diverso como es en todo Quito.

En tiempo de la iglesia el ingreso del catolicismo en las zonas noroccidentales de Quito, se fusionan las recetas e ingredientes nativos con ingredientes que traían los religiosos y sus recetas.

En su momento los padres Franciscanos se asentaron en el valle de Pomasqui.

Lugar que bajaban los padres que tenían edades muy avanzadas, presidentes que desterrados llegaron a pernoctar en este sitio, generales que por su salud terminaban sus días en este lugar de reposos, lugar que se lo llamo "CONVALENCIA". Es importante recalcar que sus aguas termales y sus preparaciones que fabricaban como vinos, cervezas, mistelas y dulces que aromatizaban el lugar y agradaban al paladar del visitante de este monasterio que se ubicaba en el sector Villa María.

La investigación fue basada en libros, entrevistas a personas entendidas en el tema, a ciudadanos oriundos de Pomasqui para que puedan compartir sus conocimientos sobre sus sabores dulces de la zona, se hizo un trabajo de campo para poder obtener las mejores preparaciones de los platos típicos.

CONTENIDO

Prólogo.....	7
Tablas y equivalentes.....	8
Postres y dulces.....	13
Torta de tocte.....	14
Alfajor pomasqueño.....	15
Bizcocho embebido.....	16
Bizcochuelos blancos.....	17
Bombones de chocolate.....	18
Choclotanda.....	19
Cocada serrana.....	20
Espumilla.....	21
Costras de pera y manzana.....	22
Dedos de dama.....	23
Dulce de cidra.....	24
Naranjilla rellena.....	25
Empanadas de mollete.....	26
Gelatina de leche.....	28
Huevo hilado.....	29
Leche a la crema.....	30
Glosario.....	31

PRÓLOGO

En esta investigación el Instituto Superior Tecnológico Japón realizado por docentes investigadores de la carrera de gastronomía que se centra en aromas, dulces, sabores, colores y olores, los amantes a los postres y dulces encontrarán un fascinante compendio de recetas que en su tiempo marcaron un sin número de alegrías a personas que degustaban estos deliciosos manjares. Que guía van para grandes propuestas de negocio y de familias muy nombradas.

En las primeras páginas se puede observar muy claramente como podemos realizar una gran variedad de postres que con una metodología marcaban en escrito de herencias que paso de familia en familia, dando una verdadera creación de la repostería de su época y auge en cada preparación realizada.

En el trascurso de este bello libro se van uniendo varias técnicas que marcaron hasta su actualidad. De hermanitas religiosas iban en su afán de hacer el arte de crear y de inventar postres y dulces con productos de nuestras zonas, exportadas de convento en convento y esto a su vez a familias nobles que llegaron a entregar su legado máspreciado que fueron sus recetas.

Como Chefs Reposteros analizamos lo importante de mantener nuestras recetas de postres y dulces milenarios en la mente de nuestros estudiantes, comunidad y profesionales de la rama gastronómica, porque así brindamos el aporte de rescatar nuestra repostería ecuatoriana.

Que este libro es el marco para empezar a resaltar nuestra cultura, nuestras tradiciones, nuestras raíces que demostraron que entre postres finos y dulces aromáticos hacen visualizar la importancia de seguir abantes con lo nuestro, con lo que este libro les quiere brindar en cada una de sus deliciosas recetas.

Tnlgo. David Fabrissio Conrado Carvajal
Lcdo. Andrés Alonso Altamirano Espinosa

TABLAS Y EQUIVALENTES

LIBRAS – ONZAS – GRAMOS		
1 Lb	16 onz	454 gr
2 Lb	32 onz	908 gr
4 Lb	64 onz	1814 gr

TAZAS A MILITROS	
1/4 taza	60 ml
1/3 taza	80 ml
1/2 taza	120 ml
2/3 taza	160 ml
3/4 taza	180 ml
1 taza	240 ml

TEMPERATURAS DEL HORNO	
250°F	121°C muy lento
300°F	150°C lento
350°F	180°C moderado
375°F	191°C moderado
400°F	205°C caliente
450 a 500°F	232 a 260°C muy caliente

EQUIVALENCIAS GENERALES		
MEDIDAS COMUNES		
1 pizca	=	¼ de cucharadita
3 cucharadas	=	1 cucharada
2 cucharadas	=	30 gramos = 1 onza
4 cucharadas	=	¼ taza
8 cucharadas	=	½ taza
12 cucharadas	=	¾ taza
16 cucharadas	=	1 taza

MEDIDAS LÍQUIDAS		
8 cucharadas	=	½ taza
1 taza	=	16 cucharadas = 8 onzas líquidas
1 taza	=	¼ litro
2 tazas	=	½ litro
3 tazas	=	1 botella = 750 c.c.
4 tazas	=	1 litro = 1.000 c.c.
5 tazas	=	1 ¼ litro = 1.250 c.c.

EQUIVALENCIAS PARA INGREDIENTES SECOS				
AZÚCAR GRANULADA				
	GRAMO	ONZA	TAZA	LIBRA
1 cucharadita	5	1/6	-	-
1 cucharada	15	½	-	-
4 cucharadas	60	1 y ¾	¼	-
5 cucharadas	75	2 y ¼	1/3	-
½ taza	125	-	-	¼
1 taza	250	-	-	½
2 tazas	500	-	-	1

HARINA DE TRIGO				
	GRAMO	ONZA	TAZA	LIBRA
4 cucharadita	35	-	¼	-
5 cucharada	42	-	1/3	-
8 cucharadas	70	-	½	-
16 cucharadas	125	4	1	¼
2 taza	250	8	-	½
4 taza	500	16	-	1

MANTEQUILLA				
	GRAMO	ONZA	TAZA	LIBRA
1 cucharadita	15	-	-	-
2 cucharada	30	1	-	-
4 cucharadas	60	2	$\frac{1}{4}$	-
8 cucharadas	125	-	$\frac{1}{2}$	$\frac{1}{4}$
16 cucharadas	250	-	1	$\frac{1}{2}$
2 taza	500	16	-	1

TABLA DE LONGITUD DE PULGADAS A CENTIMETROS	
4"	10 cm
6"	15 cm
8"	20 cm
9"	23 cm
10"	25 cm
11"	28 cm
12"	30 cm
13"	33 cm

LISTADO DE EQUIPO PARA REPOSTERIA	
Balanzas	Cucharas medidoras
Jarras medidoras	Colador
Tazas medidoras	Rallador
Cucharas medidoras	Tabla de picar
Termómetro de azúcar	Cuchillos
Tamices	Mondador, chef, sierra.
Bol	Tazón o bol
Rodillos	Raspas o cuernas
Pinceles y brochas	Palote y rodillo
Cuchillos y cortadores de pastas	Brochas
Cucharones y dispensadores de masa	Rejilla para pasteles
Horno	Manga pastelera
Moldes, Charolas y Placas	Duyas o boquillas
Cortadores.	Termómetro Para horno
Cortadores para galleta y otros usos.	Termómetro Para chocolate

Postres y Dulces

Torta de Tocte

INGREDIENTES:

Mantequilla	200	gr
Azúcar	200	gr
Huevos	5	unidad
Vino	40	ml
Aguardiente	40	ml
Polvo al horno	10	gr
Tocte	80	gr
Harina de maiz	220	gr



PREPARACIÓN:

- 1) Precalentar el horno 180 °C, Engrasamos y enharinamos un molde.
- 2) En un bol colocamos la mantequilla y la azúcar batimos hasta que la azúcar se disuelva.
- 3) Batimos los huevos con el vino y el aguardiente hasta que todo esté bien unido, colocamos el preparado de la mantequilla y la azúcar y poco a poco la harina cernida con el polvo hornear, mezclar el tocte tostado.
- 4) Colocar en el molde por el tiempo de 45 - 50 minutos.

A Ifajor Pomasque Òo



INGREDIENTES:

Mantequilla	200	gr
Azúcar	200	gr
Huevos	5	unidad
Vino	40	ml
Aguardiente	40	ml
Polvo al horno	10	gr
Tocte	80	gr
Harina de maiz	220	gr

PREPARACIÓN:

- 1) Precalentar el horno 180 °C, Engrasamos y enharinamos un molde.
- 2) En un bol colocamos la mantequilla y la azúcar batimos hasta que la azúcar se disuelva.
- 3) Batimos los huevos con el vino y el aguardiente hasta que todo esté bien unido, colocamos el preparado de la mantequilla y la azúcar y poco a poco la harina cernida con el polvo hornear, mezclar el tocte tostado.
- 4) Colocar en el molde por el tiempo de 45 - 50 minutos.

B izcocho

Embebido

INGREDIENTES:

Harina	500	gr
Manteca	150	gr
Agua	250	ml
Levadura	20	gr
Azúcar	5	gr
Sal	3	gr

PREPARACIÓN:

- 1) Colocar la levadura en el agua tibia y disolver. Reservar hasta que espume. Derretir la manteca.
- 2) Hacer en un bol una corona con la harina mezclada con el azúcar y poner la sal en los bordes.
- 3) Agregar en el centro el agua con la levadura y unir bien con las manos hasta integrar a la masa.
- 4) Incorporar ahora la grasa a temperatura ambiente. Formar la masa y amasar unos minutos, hasta que tengamos una masa bien lisa.
- 5) Estirar la masa y doblar en tres partes. Volver a estirar. Repetir este proceso un par de veces. Esto hará que se forme un bizcocho tierno pero a la vez crocante.
- 6) Estirar la masa por última vez en una capa de unos 5mm.
- 7) Cortar los bizcochitos de la forma deseada. Pueden ser redondos o, más fácil, cuadrados, con un cuchillo. Pincelar con grasa derretida.
- 8) Hornear a temperatura 180 °C unos 10-15 minutos hasta que se vean dorados.



B izcochuelos B lancos



INGREDIENTES:

Claras	9	unidades
Azúcar	200	gr
Aceite	120	ml
Harina	250	gr
Polvo de hornear	10	gr
Sal	3	gr
Esencia de vainilla	2	gr

PREPARACIÓN:

- 1) Montar las claras a punto de nieve con 4 gotitas de vinagre y guardar en la nevera.
- 2) En un bol mezclar la harina, el azúcar y una pizca de sal; añadir el aceite e integrar todos los ingredientes hasta formar una pasta cremosa y empezar a añadir las claras con movimientos envolventes de abajo a arriba. Cuando hayamos incorporado la mitad de las claras, añadir una cucharadita de esencia de vainilla, mezclar y acabar de incorporar el resto de las claras.
- 3) Volcar la masa en un molde engrasado y hornear a 180 °C unos 40 minutos.



Bombones de chocolate

INGREDIENTES:

Chocolate negro	100	gr
Guindas confitadas	5	unidades
Avellanas	15	gr
Esencia de almendras	3	ml
Esencia de granadina	3	ml
Licor	8	ml
Crema de leche	50	ml
Chocolate negro fundido	50	gr
Chocolate blanco	15	gr
Pasas	5	gr
Manteca de cacao	25	gr

PREPARACIÓN:

- 1) Preparar bandeja para horno.
- 2) Derretir el chocolate y la manteca de cacao directamente en el cazo y repartir entre las pirotinas, untando también los lados con un pincel de repostería o cucharilla.
- 3) Poner las pirotinas boca debajo de la bandeja, y dejar que el chocolate cuaje. Con cuidado, retirar los pirotinas de papel.
- 4) Colocar la guinda o fruto seco, sobre la base de cada uno.
- 5) Para preparar el relleno, batir la crema de leche no muy espesa con el azúcar, añadiéndole el licor o las esencias. Introducir la crema batida en la manga pastelera y depositar un poco en cada molde chocolate, dejar enfriar en la nevera 20 minutos.
- 6) Disponer varias cucharadas de chocolate negro sobre la nata, hasta cubrirla.
- 7) Con el chocolate blanco, terminar de decorar a base de dibujos.
- 8) Dejar cuajar los bombones en la nevera

Choclotanda

(Humitas)



INGREDIENTES:

Choclo desgranado	3000	gr
Mantequilla	225	gr
Manteca	115	gr
Queso fresco rallado	250	gr
Azúcar	3	gr
Polvo de hornear	20	gr
Huevos	6	gr
Sal	5	gr
Hojas de choclo	35	unidades

VARIACIÓN HUMITAS DE DULCE

Si desea humitas de dulce, prepárelas de la siguiente manera:

- Disminuya la sal.
- Agregue al choclo 125 gramos de azúcar, 5 gramos de esencia de vainilla y 5 gramos de anís.
- Siga el procedimiento descrito para las humitas de sal.

PREPARACIÓN:

- 1) Muela y cierna el choclo.
- 2) Derrita en una sartén la manteca y la mantequilla y agréguelas al choclo junto con el queso desmenuzado, el azúcar y el polvo de hornear.
- 3) Revuelva bien con una cuchara de madera.
- 4) Sazone con sal, mezcle después de cada adición y compruebe que el nivel de sal esté a su gusto.
- 5) Agregue las yemas de huevo y revuelva.
- 6) Bata las claras a punto de nieve e incorpórelas cuidadosamente en forma envolvente a la preparación, sin batir.
- 7) Sobre cada hoja de choclo ponga dos o tres cucharada de la preparación.
- 8) Doble los costados de la hoja y luego las puntas, y vaya colocando cada humita sobre la rejilla de la tamalera, la misma que debe estar con el agua hirviendo.
- 9) Póngalas una al lado de la otra y siempre de modo que las puntas dobladas queden hacia abajo.
- 10) Déjelas cocinar al vapor durante una hora.
- 11) Sírvalas calientes.

Cocada Serrana

INGREDIENTES:

Azúcar	1000	gr
Zanahorias ralladas	500	gr
Coco rallado	500	gr
Canela	3	gr

PREPARACIÓN:

1) En una olla colocamos la azúcar a fuego medio y esperamos a que de un color caramelo, se debe ir retirando constantemente para que no se queme hasta obtener el color caramelo, se pone la zanahorias ralladas y se deja hervir, luego se pone coco rallado y se hace hervir un poco, se saca y se bate constantemente hasta que esté bien unido, cuando está bien frío se corta en bocadillos.



Espumilla



INGREDIENTES:

Azúcar	2000	gr
Claras de huevo	4	unidades
Agua de canela	2	ml
Puré de frutilla	1000	gr
Esencia de rosas	1	gr

PREPARACIÓN:

- 1) En Hacemos un puré con las frutillas.
- 2) Colocamos la azúcar en un bol y las claras de huevo, procedemos ha batir con la mano con movimientos envolventes.
- 3) El punto que este amelcochado se coloca en dos partes el puré de frutilla y seguimos batiendo. El batido debe ser constante y se determina de largo proceso. Después ponemos la segunda parte del puré, con la esencia de rosas y seguimos batiendo hasta que se haga el doble de volumen.
- 4) Cuando ya está como la espumilla se saca y se sirve en copas.

Costras de Pera y Manzana

INGREDIENTES:

Aceite de oliva	60	ml
Azúcar	30	gr
Huevo	1	unidad
Harina	100	gr
Sal	1	gr
Polvo de hornear	8	gr
Manzana	2	unidad
Pera	2	unidad
Limón	1	unidad
Mermelada	250	gr

PREPARACIÓN:

- 1) Exprimir el zumo de limón en un bol, pelar y cortar las manzanas y peras en cuartos y en rodajas, introducirlas en un bol para que no se oxiden.
- 2) Poner en un recipiente el huevo y batir un par de minutos, añadir azúcar y seguir batiendo.
- 3) Añadir el aceite y seguir batiendo otro par de minutos, por último añadimos la harina poco a poco sin batir, sólo mezclar.
- 4) Pasar la mezcla a un molde y aplanar hasta que desaparezcan burbujas.
- 5) Encima de esta masa, colocamos en hélice las rodajas de manzana y peras, e introducimos en el horno, anteriormente precalentado, a 160º durante 25 minutos.



D edos de D ama



INGREDIENTES:

Azúcar	75	gr
Claras de huevo	3	unidades
Yemas	2	unidades
Esencia de vainilla	3	gr
Harina	50	gr
Sal	1	gr

PREPARACIÓN:

- 1) Se baten las claras a punto de nieve y se les incorpora el azúcar. A esto se añaden dos yemas muy bien batidas y la esencia de vainilla.
- 2) La harina se cierne dos veces con la sal y se incorpora poco a poco. Se pone un papel sin engrasar en el fondo de una lata de hornear.
- 3) La masa se pone en cucurucho de papel o manga pastelera al cual se le quita la puntica, y apretándolo se deja caer sobre el papel, formando tiritas de 4 pulgadas de largo por una de ancho. Se espolvorea bastante azúcar por encima y se hornea a 180°C por 15 minutos.

Dulce de cidra



INGREDIENTES:

Cidras (limón de cascara gruesa)	5	gr
Piña en cuadritos	500	gr
Chamburos o babacos	500	gr
Naranjillas	500	gr
Agua	2000	ml
Azúcar	30	gr

PREPARACIÓN:

- 1) Se rallan las cidras en bastante agua, éste rallado se desagua cambiando las aguas hasta que se quite el amargo, luego se exprime hasta que quede seco, en este estado hacemos un almíbar con el agua y la azúcar, se agregan piña en cuadritos, chamburos y naranjillas cernidas, dejamos cocinar hasta que de espesor.
- 2) Éste dulce se puede poner de relleno en naranjillas y granadillas.

Naranjilla rellena



INGREDIENTES:

Naranjillas 15 unidades
Dulce de cidra

PREPARACIÓN:

- 1) Las naranjillas maduras bien amarillas pero que no estén suaves, el ojito que tienen se les quita y por ahí se le saca todo el verde sin lastimar el blanco, ni por fuera, estas naranjillas vacías le dan un hervor en agua hirviendo y se sacan, se estila bien el agua, en estas bolsas se pone el dulce de cidra ya explicado llenándolas.
- 2) Se puede rellenar granadillas.

Empanada

INGREDIENTES:

Harina	500	gr
Sal	1	gr
Polvo de hornear	2	gr
Aceite	350	ml
Mantequilla	60	gr
Jugo de limón	1	gr
Agua	30	ml
Mejido	100	gr
Queso	500	gr
Azúcar	40	gr
Huevos	2	unidades
Pasas	30	gr

PREPARACIÓN:

- 1) En una olla grande y gruesa mezcle constantemente con cuchara de palo a fuego mediano el queso desmenuzado, el azúcar y los huevos, hasta que el azúcar se diluya.
- 2) Baje la llama y siga removiendo rápidamente de 3 a 5 minutos hasta que la mezcla espese y esté cremosa.
- 3) Saque del fuego y siga batiendo por 5 minutos más, para que se enfríe y no se ponga cauchoso.
- 4) Añada las pasas.
- 5) Rellene las empanadas cuando el condumio esté a temperatura ambiente.



s de mollete



PREPARACIÓN DE LA MASA

- 1) Mezcle la harina, la sal y el polvo de hornear.
- 2) Con las manos añada la mantequilla con sal pedazos pequeños y siga deshaciéndola hasta obtener una mezcla arenosa.
- 3) Añada el jugo de limón y el agua suficiente para obtener una masa suave.
- 4) Amase en la forma en que se lava la ropa por 10 minutos o hasta que la masa esté muy elástica.
- 5) Tape con un mantel y deje reposar 1 hora en la refrigeradora.
- 6) Divida la masa en 16 partes y forme bolas de cada una.
- 7) Extienda cada bola sobre la mesa enharinada hasta tener una lámina circular de 13cm.
- 8) Coloque 2 cucharaditas de condumio a un lado del centro y doble formando un semicírculo. (No rellene en exceso porque al freír se sale y salpica). Una bien los filos, aplastándolos sobre la mesa y halando la masa un poco.
- 9) Coja la empanada en las manos y aplaste los filos otra vez. Repulgue o trabaje aplastando el filo con un tenedor.
- 10) En una paila chica u otro recipiente grueso y ancho, caliente el aceite para que una bolita de la masa suba, se infle y se dore sin quemarse o absorber el aceite. Fría las empanadas de 2 en 2 a fuego medio-alto bañándolas en aceite con una cuchara de metal por el lado contrario al repulgado. (Si se las baña por el lado del repulgado se pueden abrir).
- 11) Siga bañando una por una rápidamente hasta que se inflen. Cuando estén doradas, escurra y seque, coloque sobre papel absorbente. Enseguida espolvoree con azúcar y sirva muy caliente.



INGREDIENTES:

Leche	1000	ml
Gelatina sin sabor	30	gr
Frutilla	20	gr
Esencia de vainilla	2	ml
Canela	2	gr
Azúcar	150	gr
Durazno	20	ml

G elatina de leche

PREPARACIÓN:

- 1) Pon a calentar la leche con la canela a fuego medio. No la pierdas de vista porque se calienta rápido. Mientras la leche se calienta, hidratamos la gelatina con media taza de agua fría.
- 2) Cuando la leche suelte el hervor, baja la temperatura, agrega la gelatina y disuelve bien.
- 3) Apaga el fuego, agrega la leche condensada y revuelve hasta integrar completamente.
- 4) Deja enfriar por 10 minutos o hasta que esté tibia.
- 5) Cuela esta mezcla en una jarra para retirar los pedazos de canela, luego vacía la leche a un molde para gelatina, o en vasos individuales. colocamos la frutilla y el durazno cortado en pedazos.
- 6) Mete al refrigerador hasta que esté firme por el tiempo de 3 horas o dejar toda la noche para que este más firme.
- 7) Para desmoldar, con un cuchillo o pica hielo separa cuidadosamente la gelatina de la pared del molde. Calienta agua y vacía en un recipiente hondo. Sumerge el molde con la gelatina por unos segundos. Coloca el platón encima y con un movimiento rápido y preciso voltea. Cuidadosamente levanta el molde.

Huevo hilado



INGREDIENTES:

Azúcar	2	lb
Yemas de huevo	30	unidades
Vino	125	ml
Agua de azahar	2	ml
Canela molida	2	gr
Ajonjoli tostado	2	gr

PREPARACIÓN:

1) Se clarifican dos libras de azúcar y se deja dar punto hasta que haga tela, estando hirviendo éste almíbar se ponen treinta yemas cernidas en las que se agrega una copa de vino, un poco de agua de azahar y en un trasto que tenga un agujerito pequeño en la mitad por el que se hace estilar las yemas en el almíbar hirviendo, se sigue haciendo hervir un poco más, se saca y se bate.

2) Se extiende en el tablero y encima se riega canela molida o ajonjolí tostado, cuando esta frío se corta en bocadillos.

Leche a la crema

(Flan)



INGREDIENTES:

Huevos	4	unidades
Azúcar	130	gr
Leche	500	ml
Esencia de vainilla	3	ml

PREPARACIÓN:

- 1) Calentar la leche con la mitad del azúcar hasta que rompa el hervor.
- 2) Batir los huevos con el resto del azúcar.
- 3) Añadir lentamente la leche caliente a la preparación de los huevos sin dejar de revolver. Incorporar la esencia de vainilla.
- 4) Verter en una flanera acaramelada y cocinar en un horno precalentado a temperatura baja (150°C) a baño María, durante 45 minutos aproximadamente.
- 5) Retirar, dejar enfriar y desmoldar.

GLOSARIO

Abrillantar o Lustrar:

Es dar brillo a un pastel o postre con mermelada, jaleas o fondantes.

Acaramelar:

Cubrir el interior de un molde con una capa delgada de caramelo.

Adornar o Decorar:

Ornamentar un producto para mejorar su presentación.

Alisar:

Hacer que la superficie de un preparado quede uniformemente lisa.

Amasar:

Trabajar una masa para reunir los ingredientes y darles la consistencia necesaria..

Aromatizar:

Dar sabor a una preparación con jugo, licores, condimentos y esencias.

Baño María:

Es un método de cocción; el más suave. Es un equipo a gas eléctrico que contiene agua a punto de ebullición que se utilizará en la mantención de comidas calientes.

Bañar o Cubrir:

Pasar un producto por almíbar, licores, suficientemente espesos para que permanezca.

Batir:

Incorporar aire al sacudir energicamente con un batidor de varillas, una materia hasta alcanzar la densidad o punto de amalgamamiento deseado, azotar, apalear.

Boquillas:

Son tubos en forma de cono y en su punta tienen diferentes figuras para trabajar con ellas en la manga pastelera. Son de plástico, lata o acero.

Caramelo:

Azúcar dorada hervida con muy poca agua y algunas gotas de limón hasta que tome un color oscuro.

Colar - Cernir

Filtrar un líquido por un colador privándole de impurezas.

Colorantes:

Extractos líquidos o en polvos permitidos por el S.N.S. Son vegetales y sirven para dar color a los productos.

Colorear:

Dar color con colorantes vegetales permitidos por S.N.S. a un preparado.

Cubrir o Glasear:

Tapar pasteles o tortas con capa fina de crema, jalea, mazapán o fondant.

Desbarasar:

Desocupar un lugar donde se ha trabajado colocando cada cosa en su lugar habitual.

Dorar:

Poner a horno fuerte por breve tiempo un preparado que se ha pintado previamente con huevo o leche para que tome bonito color dorado.

Emborrachar:

Empapar con almíbar y licor o vino, un postre.

Enharinar:

Espolvorear con harina, masa, mesa, usleros, moldes para evitar que se pegue la masa.

Incorporar:

Incorporar la harina suavemente a un batido para no bajarlo.

Leudar:

Dar mayor volumen a través de la fermentación a una masa.

Ligar:

Espesar líquidos.

Pincelar o Pintar :

Humedecer pincel con huevo, pasarlo sobre masa, antes de hornearla.

Pizca:

Cantidad mínima que se coge entre dos dedos, índice y pulgar.

Raspar o Rallar:

Despojar por frotación un limón o naranja de la primera piel para utilizarla, sin llegar a la parte blanca. También se llama zeste.

Tamiz:

Especie de colador o cedazo por el cual se tamizan la harina, azúcar flor y otros productos.

Zumo:

Extracto o jugo de frutas concentrado.

El arte de la repostería marca el tiempo y su excelencia de cada día que trabajamos, para endulzar con cariño cada postre que entregamos con amor.

Tnlgo. David Conrado C.

LCDO. ANDRÉS ALONSO ALTAMIRANO ESPINOSA

Licenciado en gastronomía Andrés Alonso Altamirano Espinosa, nace en la ciudad de Quito el 4 de octubre de 1990; sus padres T. Crnl (r). Hernán Alonso Altamirano Escobar y la Tnlga. Martha Jaqueline del Rosario Espinosa Guerrero; sus estudios primarios los realizó en la Unidad Educativa “Julio María Matovelle”, posteriormente, ingresa en el año 2002, al Colegio “Surcos” donde obtiene seis años más tarde el título de Bachiller en Ciencias Generales..Estudios Superiores en la Universidad de las Américas de Quito, y egresa en el año de 2015, como Licenciado en gastronomía. En la actualidad está culminando en el Instituto Superior Mariano Moreno (ISMM) en el programa de Chef Panadero y Pastelero como especialización en ésta rama de la gastronomía. Docente - Investigador en la carrera de gastronomía del Instituto Superior Tecnológico “Japón”, desde octubre del año 2018, hasta la actualidad.

TNLGO. DAVID FABRISSIO CONRADO CARVAJAL

El Chef David Fabrissio Conrado Carvajal, nacido en la ciudad de Quito el 18 de mayo 1977; sus padres CABP. Gustavo Nelson Conrado Martínez y la Sra. Delia María Carvajal Peñaherrera; los estudios primarios los realizo en la Escuela Febres Cordero “La Salle”, los estudios secundarios en el Colegio Dominicano “San Fernando” logrando obtener el título de bachiller de Químico - Biólogo. Sus estudios superiores los realiza en la Universidad Tecnológica Equinoccial con el Título de Tecnólogo en Gastronomía. Por la búsqueda de la superación profesional realiza cursos con panificadoras del país, cursos con la Mesa de los Chefs - Food and Beverage, cursos con empresas de liderazgo y gerencia, cursos en Manejo de Costos de Alimentos y Bebidas y Menús rentables, Curso de Sistema de Gestión en Inocuidad Alimentaria, Cursos en Buenas Prácticas de Manufactura. Está en el desarrollo del segundo libro que es una recopilación de postres y dulces milenarios, que será como este libro un gran aporte para la comunidad, estudiantes, docentes y personas amantes a la buena gastronomía ecuatoriana. Docente - Investigador y Coordinador de la carrera de Gastronomía en el Instituto Superior Tecnológico “Japón” desde febrero del 2018, hasta la actualidad.

ISBN: 978-9942-838-08-7

