



**UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES  
DE CHIAPAS**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN Y  
ALIMENTOS**

**TESIS PROFESIONAL**

**ELABORACIÓN DE 10 POSTRES  
CONTEMPORÁNEOS A BASE DE  
PRODUCTOS CHIAPANECOS**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE**

**LICENCIADO EN GASTRONOMÍA**

**PRESENTA**

**JULISSA MADARIAGA NÚÑEZ  
ESMERALDA DEL CARMEN RODRÍGUEZ CASTAÑEDA**

**DIRECTOR DE TESIS**

**L.G. YENI PAULINA HERNÁNDEZ LÓPEZ**

**TUXTLA GUTIÉRREZ, CHIAPAS**

**OCTUBRE 2020**



## AGRADECIMIENTOS Y/O DEDICATORIA

Le agradezco a Dios por haberme acompañado y guiado a lo largo de mi carrera profesional, por ser mi fortaleza en los momentos de debilidad y por brindarme una vida llena de aprendizajes, experiencias y sobre todo felicidad.

Doy gracias a mis padres Manue y Juli por apoyarme en todo momento, por los valores que me han inculcado, por haberme dado la oportunidad de tener una excelente educación en el transcurso de mi vida, por ser mi sustento motivacional día con día, por creer nuevamente en mi y sobre todo por ser un excelente ejemplo de vida a seguir.

A mis hermanos por ser parte importante de mi vida y representar la unidad familiar. A Itzel por ser un ejemplo de desarrollo profesional a seguir y a Manue por llenar mi vida de alegría y amor cuando más lo he necesitado, y por siempre alentarme para seguir adelante.

A Esmeralda por haber sido una excelente compañera de tesis y una gran amiga, por haberme tenido la paciencia necesaria y por motivarme siempre a seguir adelante en esos momentos de desesperación y frustración. A su familia por cobijarme y hacerme sentir parte de ellos a tal grado de poder decir que es mi familia.

A mis padrinos Vania y Nelson por apoyarme siempre a seguir adelante con lo que más amo, por esa vez que desistí y me sostuvieron para avanzar y animarme a realizar esta carrera profesional.

A mis abuelas que gracias a ellas la pasión por la cocina está en mí, gracias por todas las enseñanzas y consejos culinarios.

A mis abuelos que aunque ya no están físicamente conmigo, siempre estarán presentes en mi corazón. Principalmente a mi abuelo Flavio que creyó en mí hasta el último momento.

A mis amigos Cynthia y Mauricio por nunca desistir ni en los peores momentos y solo nosotros sabemos el sacrificio que hicimos para lograr esta meta tan esperada y deseada.

Y por último pero no menos importante, a mi director de tesis, Chef Yeni, gracias por creer en nosotras y por habernos brindado la oportunidad y el apoyo para poder desarrollar esta tesis profesional.

JULISSA

En primer lugar quiero agradecer a Dios por ponerme en el lugar que me puso y llenar mi vida de personas que iluminan mi vida.

A mis padres por nunca cortarme las alas, por dejarme tomar mis propias decisiones, por no frenarme y respaldarme en cada paso, por nunca decir que no a mis sueños, por criticar mi trabajo y por ayudarme a mejorar con su ejemplo.

A mi compañera de tesis por complementarme, entenderme y confiar en mí para acompañarla en este camino, estaré siempre agradecida contigo por las experiencias que compartimos.

A mis abuelos papá Tino y papá Temo. físicamente no están aquí pero mi vida fue marcada por ustedes, por sus consejos y el presente recuerdo de que creían en mí, en mis decisiones y que un día me verían llegar hasta donde estoy.

Mamá Angelita y mamá Chave, cada una me ayudó de formas que no pueden imaginar, ustedes me inspiraron en la realización de esta tesis, sus costumbres y tradiciones me hicieron la persona que soy, ustedes y su esencia perdurarán en esta tesis por siempre.

A mi familia por creer en mí, por apoyar mis proyectos, por ser mis mejores críticos, por aportar lo mejor a uno para hacerme crecer en todos los ámbitos de mi vida.

A mis amigos, por estar presentes en todo este proceso Cynthia y Mauricio, ustedes mejor que nadie entienden la satisfacción de concluir esta etapa, su ayuda fue indispensable para mí.

L durante estos 6 años has sido mi sostén, la persona que hace que ponga los pies sobre la tierra, pero también el que me impulsa, tu me haces creer en mí, me alientas a mejorar, tu presencia y apoyo fue esencial para concluir este proyecto.

A la directora de tesis por guiarnos y aconsejarnos en los momentos que teníamos muchas dudas e incertidumbre.

ESMERALDA



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS  
DIRECCION DE SERVICIOS ESCOLARES  
DEPARTAMENTO DE CERTIFICACIÓN ESCOLAR



Autorización de Impresión

Lugar y Fecha: TUXTLA GUTIÉRREZ, CHIAPAS A 17 DE AGOSTO DEL 2020

C. JULISSA MADARIAGA NÚÑEZ

Pasante del Programa Educativo de: LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA.

Realizado el análisis y revisión correspondiente a su trabajo recepcional denominado:  
ELABORACIÓN DE 10 POSTRES CONTEMPORÁNEOS A BASE DE PRODUCTOS CHIAPANECOS.

En la modalidad de: TESIS PROFESIONAL.

Nos permitimos hacer de su conocimiento que esta Comisión Revisora considera que dicho documento reúne los requisitos y méritos necesarios para que proceda a la impresión correspondiente, y de esta manera se encuentre en condiciones de proceder con el trámite que le permita sustentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE

Revisores

Firmas

L.G. OSCAR RANULFO PÉREZ LLAVEN

MTRA. MARA ILIBETH MOLINA TREJO

L.G. YENI PAULINA HERNÁNDEZ LÓPEZ



COORD. DE TITULACIÓN



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS  
DIRECCION DE SERVICIOS ESCOLARES  
DEPARTAMENTO DE CERTIFICACIÓN ESCOLAR



Autorización de Impresión

Lugar y Fecha: TUXTLA GUTIÉRREZ, CHIAPAS A 17 DE AGOSTO DEL 2020

C. ESMERALDA DEL CARMEN RODRÍGUEZ CASTAÑEDA

Pasante del Programa Educativo de: LICENCIATURA EN GASTRONOMÍA.

Realizado el análisis y revisión correspondiente a su trabajo recepcional denominado:  
ELABORACIÓN DE 10 POSTRES CONTEMPORÁNEOS A BASE DE PRODUCTOS CHIAPANECOS.

En la modalidad de: TESIS PROFESIONAL.

Nos permitimos hacer de su conocimiento que esta Comisión Revisora considera que dicho documento reúne los requisitos y méritos necesarios para que proceda a la impresión correspondiente, y de esta manera se encuentre en condiciones de proceder con el trámite que le permita sustentar su Examen Profesional.

ATENTAMENTE

Revisores

Firmas

L.G. OSCAR RANULFO PÉREZ LLAVEN

MTRA. MARA ILIBETH MOLINA TREJO

L.G. YENI PAULINA HERNÁNDEZ LÓPEZ



COORD. DE TITULACIÓN

# CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	1
JUSTIFICACIÓN	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	4
OBJETIVOS	6
GENERAL	6
ESPECÍFICOS	6
MARCO TEÓRICO	7
CHIAPAS	7
AGRICULTURA	8
LA REPOSTERÍA A TRAVÉS DEL TIEMPO	10
EDAD ANTIGUA	10
EDAD MEDIA	10
EDAD MODERNA	11
HISTORIA DE LA PASTELERÍA EN MÉXICO	14
REPOSTERÍA TRADICIONAL	15
DEFINICIÓN DE PRODUCTOS	17
PRODUCTO	17
PRODUCTO REGIONAL	17
TURRÓN	18
SUSPIRO	19
MANJAR	20
MIEL DE CAÑA	21
QUESO BOLA DE OCOSINGO	22
JUGO DE CAÑA	23
MISTELA	24
TEPACHE	26
PLÁTANO DE COCHI	27
CAFÉ CHIAPAS	28
CAÑA DE AZÚCAR	30
PIÑA MIEL	34

AGUACATE BOLA	36
MANGO ATAULFO	37
MANDARINA	39
COCO	40
LIMA	42
MANZANA CRIOLLA	43
GUAYABA	44
CACAO	45
REPOSTERÍA DE VANGUARDIA	47
REPOSTERÍA CONTEMPORÁNEA	48
POSTRES DE VITRINA	49
POSTRES ARTESANALES	49
REPOSTERÍA INDUSTRIAL	49
UTENSILIOS MÁS USADOS EN LA REPOSTERÍA CONTEMPORÁNEA	50
TÉCNICAS MÁS USADAS EN LA REPOSTERÍA CONTEMPORÁNEA	63
REPRESENTANTES DE LA REPOSTERÍA CONTEMPORÁNEA	68
JORDI ROCA	68
PACO TORREBLANCA	70
JESÚS ESCALERA	71
CEDRIC GROLET	72
AMAURY GUICHON	74
Principales materias primas de la repostería	75
METODOLOGÍA	85
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	85
POBLACIÓN	86
MUESTRA	86
MUESTREO	86
VARIABLES	87
INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN	87
TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	87
TÉCNICAS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICO	89
PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	89
CONCLUSIONES	127



PROPUESTAS Y/O RECOMENDACIONES	128
GLOSARIO	129
REFERENCIAS DOCUMENTALES	133

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Ubicación del estado de Chiapas (Gobierno del estado de Chiapas, 2018).	7
Figura 2. Mapa de las regiones de Chiapas (Gobierno del estado de Chiapas, 2012).	8
Figura 3. Principales productos agrícolas (CEIEG, 2017).	9
Figura 4. Turrón (Fuente propia, 2019).	18
Figura 5. Suspiro (Fuente propia, 2019).	19
Figura 6. Manjar (Fuente propia, 2019).	20
Figura 7. Cocada (Fuente propia, 2019).	21
Figura 8. Miel de caña (Fuente propia, 2019).	22
Figura 9. Queso bola de Ocosingo (Fuente propia, 2019).	23
Figura 10. Jugo de caña (Fuente propia, 2019).	24
Figura 11. Mistela (Fuente propia, 2019).	25
Figura 12. Tepache (Fuente propia, 2019).	27
Figura 13. Plátano de cochi (Fuente propia, 2019).	28
Figura 14. Café Chiapas (Todo Chiapas es hermoso, 2019).	29
Figura 15. Caña de azúcar (Todo Chiapas es hermoso, 2019).	31
Figura 16. Mora de castilla (Fuente propia, 2019).	32
Figura 17. Durazno prisco (Fuente propia, 2019).	34
Figura 18. Piña miel (Fuente propia, 2019).	35
Figura 19. Aguacate bola (Fuente propia, 2019).	37
Figura 20. Mango ataulfo (Fuente propia, 2019).	38
Figura 21. Higo (Fuente propia, 2019).	39
Figura 22. Mandarina (Fuente propia, 2019).	40
Figura 23. Coco (Fuente propia, 2019).	41
Figura 24. Lima (Fuente propia, 2019).	43
Figura 25. Manzana criolla (Fuente propia, 2019).	44
Figura 26. Guayaba (Fuente propia, 2019).	45
Figura 27. Cacao (Fuente propia, 2019).	46
Figura 28. Aro de tarta (Fuente propia, 2020).	51

Figura 29. Báscula (Fuente propia, 2020).	51
Figura 30. Batidora-mezcladora (Fuente propia, 2020).	52
Figura 31. Brocha (Fuente propia, 2020).	52
Figura 32. Descorazonador (Fuente propia, 2020).	53
Figura 33. Duyas (Fuente propia, 2020).	53
Figura 34. Espátula acodada (Fuente propia, 2020).	54
Figura 35. Espátula lisa (Fuente propia, 2020).	54
Figura 36. Heladora (Hernández, 2020).	55
Figura 37. Horno de microondas (Fuente propia, 2020).	55
Figura 38. Lengua o miserable (Fuente propia, 2020).	56
Figura 39. Licuadora de inmersión (Fuente propia, 2020).	56
Figura 40. Manga pastelera (Fuente propia, 2020).	57
Figura 41. Moldes (Fuente propia, 2020).	57
Figura 42. Moldes de silicón (Fuente propia, 2020).	58
Figura 43. Nivelador de pastel (Fuente propia, 2020).	58
Figura 44. Parisienne (Fuente propia, 2020).	59
Figura 45. Pinceles (Fuente propia, 2020).	59
Figura 46. Pinzas de emplatado (Knifetux, 2020).	60
Figura 47. Procesador de alimentos (Fuente propia, 2020).	60
Figura 48. Ramequin (Fuente propia, 2020).	61
Figura 49. Rejilla para enfriar (Fuente propia, 2020).	61
Figura 50. Sifón (Fuente propia, 2020).	62
Figura 51. Silpat (Fuente propia, 2020).	62
Figura 52. Soplete (Fuente propia, 2020).	63
Figura 53. Termómetro (Knifetux, 2020).	63
Figura 54. Thermomix (Thermomix México, 2020).	64
Figura 55. Jordi Roca (Pujol, 2018).	69
Figura 56. Viaje a la Habana (Pujol, 2018).	70
Figura 57. Paco Torreblanca (Torreblanca, 2019).	71
Figura 58. Jesús Escalera (Charlesworth, 2018).	72
Figura 59. Bosque (Escalera, 2019).	73

Figura 60. Cedric Grolet (Bourgies, 2018).	73
Figura 61. Litchi (Grolet, 2019).	74
Figura 62. Amaury Guichon (Bergson, 2018).	75
Figura 63. Cigarro de chocolate (Bergson, 2017).	75
Figura 64. Reloj de café de chocolate (Bergson, 2018).	76
Figura 65. Aceptación del Eclair Chife (Fuente propia, 2019).	118
Figura 66. Aceptación de Miel Anana (Fuente propia, 2019).	119
Figura 67. Aceptación de Mistela Cristal (Fuente propia, 2019).	120
Figura 68. Aceptación del Tropical Mousse (Fuente propia, 2019).	121
Figura 69. Aceptación del Ocosingo Mousse (Fuente propia, 2019).	122
Figura 70. Aceptación de Limetta Citrus Tart (Fuente propia, 2019).	123
Figura 71. Aceptación del Cacao Tangerine (Fuente propia, 2019).	124
Figura 72. Aceptación de Nido Chiapas (Fuente propia, 2019).	125
Figura 73. Aceptación del Crispy Avocado (Fuente propia, 2019).	126
Figura 74. Aceptación del Rojo Amargo (Fuente propia, 2019).	127

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Regiones de Chiapas.	5
Tabla 2. Evaluación sensorial de los postres.	75
Tabla 3. Tabla de temporadas de los productos.	76
Tabla 4. Análisis sensorial para el conocimiento de características organolépticas.	77
Tabla 5. Descripción de entrevistas a productores	78
Tabla 6. Productores de dulces	79



# INTRODUCCIÓN

La repostería en Chiapas se ha visto estancada a comparación de otros lugares del mundo y del país, ya que no existe una evolución en su cocina dulce, a pesar de que el estado cuenta con una variedad de productos que pueden ser aplicados a nuevas tendencias de repostería; son pocas las empresas locales que han sabido aprovechar estas tendencias a su favor. Estas empresas chiapanecas han tenido una buena respuesta de la población, a pesar, de que no hay muchas opciones vanguardistas, la población disfruta el degustar nuevos productos.

En Chiapas no se ve una innovación sobresaliente, son las tendencias que llevan a incluir nuevas técnicas y presentaciones.

El estado cuenta con una riqueza amplia en cuestión de ingredientes en diferentes regiones y con estas mismas los antepasados aprovecharon para crear platillos dulces y que actualmente en muchas de las festividades se siguen elaborando como algo tradicional y que por años ha perdurado convirtiéndose en un símbolo importante para los chiapanecos. Estos productos a pesar de no ser originarios o autóctonos del estado fueron adoptados desde hace más de 100 años haciéndose así productos regionales, su consumo ha ido de generación en generación y han sido aplicados a nuestra vida cotidiana; plátano de cochi, café Chiapas, caña de azúcar, mora de castilla, durazno prisco, piña miel, aguacate bola, mango ataulfo, higo, mandarina, coco, lima, manzana criolla, guayaba, cacao, mistela, turrón, suspiro, tepache, manjar, queso bola, miel de caña y jugo de caña, son solamente algunos de los productos que se han quedado en nuestro estado marcando así nuestra alimentación y nuestro patrimonio. Las propiedades organolépticas de dichos productos son variadas ya que cuentan con sabores, texturas, colores y olores que se pueden aprovechar para elaborar postres contemporáneos con la ayuda de nuevos métodos y técnicas que se han ido desarrollando.

La metodología utilizada para la elaboración de este trabajo es de carácter mixto representando procesos sistemáticos, empíricos y críticos que implican la recolección de datos de cualitativos y cuantitativos todo con el fin de elaborar 10 postres, aplicando técnicas previamente investigadas y que son usadas en la repostería contemporánea, con la finalidad de crear un recetario que puede ser aprovechado por empresas chiapanecas y que se le dará difusión poniéndolo a la venta a un precio accesible y enseñando diferentes maneras de aprovechar los

productos en redes sociales, además de ofrecerlos en venta para mesa de postre mediante “Postres E&E” empresa relacionada con el ámbito repostero.



# JUSTIFICACIÓN

Los postres han sido una parte importante en la gastronomía ya que no hay mejor manera de cerrar una comida que con uno de ellos, hoy en día se cuenta con diversas texturas, sabores y técnicas que hacen posible un sin fin de nuevas creaciones que cambian por completo el contexto de la repostería.

La repostería chiapaneca no ha mostrado mayor evolución ya que las empresas líderes en el área de repostería y pastelería no implementan postres que aprovechen los productos locales; y las pequeñas empresas que lo hacen no tienen suficiente promoción o los medios necesarios para darlos a conocer.

En una búsqueda exhaustiva con la intención de recopilar información sobre postres contemporáneos que adicione productos chiapanecos, se advierte que dicha es escasa, sin embargo, se encuentran postres tradicionales elaborados con los productos hechos en Chiapas, pero sin la adición de técnicas contemporáneas. El propósito de este trabajo es darle un giro a la repostería chiapaneca añadiendo nuevas técnicas.

La realización de esta investigación se centra en la recopilación de dulces y bebidas tradicionales más destacadas de Chiapas, así como frutos que pueden ser encontrados en la mayoría del año, con el objetivo de darlos a conocer de una forma distinta a lo habitual y como beneficio se obtendrá un mayor consumo dentro y fuera del estado aumentando la economía local al consumirlos con mayor frecuencia; con esto se espera poder compartir e implementar nuevas formas y otras maneras de consumo, por ello al utilizar las técnicas con mayor auge en la repostería, los productos chiapanecos se adaptarían a las nuevas tendencias para poder brindar un aporte grande o pequeño a la repostería con la aplicación de técnicas contemporáneas.

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

De acuerdo a Faustino Miranda (2015) Chiapas es un estado que cuenta con una gran variedad de productos; debido a la diversidad climática existente, resulta favorable la proliferación de especies vegetales comestibles, como son: frutas, verduras, flores y hojas. Además, cuenta con diversos dulces y bebidas que se elaboran en diferentes regiones.

Chiapas es un estado lleno de productos provenientes de distintos estados y países, esto gracias a la colonización que fue cuando se pudieron conocer distintos productos y a lo largo del tiempo los adoptó como propios, utilizándolos en preparaciones que son consumidos en el estado, integrándolos a sus diferentes fiestas, tradiciones, costumbres y comercializándolo dentro del estado.

Dado que ofrece todos estos productos, muchos de ellos no son aprovechados, en lo que se refiere a repostería; se encuentra una constante de postres como lo son el helado, el flan napolitano, cheesecake, etc., que son consumidos en la mayoría de los establecimientos, ya que las industrias alimentarias no incorporan productos chiapanecos por lo que existe un bajo consumo de estos. Esto se debe principalmente a que, aunque existen trabajos dedicados a la incorporación de productos chiapanecos a postres, estos no se han llegado a comercializar de ninguna manera, y que se tiene una idea errónea que los postres de vanguardia tienen un precio demasiado elevado.

Actualmente la repostería tiene un auge importante a causa de la constante búsqueda de innovación e intentos de ir a la par de la cocina salada. La comercialización de estos postres significa dar un impulso a los productos de Chiapas, conocerlos y consumirlos de otra manera, de una forma más atractiva a la población y turistas. Por lo anterior, resulta importante la investigación y la aplicación de frutas cultivadas en Chiapas, dulces y bebidas que se consumen en festividades: plátano de cochi, café Chiapas, caña de azúcar, mora de castilla, durazno prisco, piña miel, aguacate bola, mango ataulfo, higo, mandarina, coco, lima, manzana criolla, guayaba, cacao, mistela, turrón, suspiro, tepache, manjar, queso bola, miel de caña y jugo de

caña ; en la repostería contemporánea como una opción innovadora para el mercado gastronómico y la transformación de los alimentos.

# OBJETIVOS

## GENERAL

Elaborar un recetario para la difusión de la repostería contemporánea a través de la incorporación de dulces y bebidas tradicionales y frutos cultivados en Chiapas (mistela, turrónes, manjar, plátano de cochi, suspiro, tepache, queso bola, café, azúcar, jugo de caña, miel de caña, moras silvestres, durazno prisco, piña miel, aguacate bola, chocolate, mango ataulfo, higo, mandarina, coco, lima, manzana criolla y guayaba); para ser evaluados sensorialmente, conocer su grado de aceptación y posteriormente utilizarlos en la elaboración de los postres

## ESPECÍFICOS

- Elaborar pruebas sensoriales de los productos elegidos para el conocimiento de sus características organolépticas.
- Realizar pruebas de los postres para la obtención de posibles asociaciones de sabores.
- Crear postres aplicando técnicas contemporáneas.
- Explicar las técnicas culinarias que se van a manejar para la obtención de los postres.

# MARCO TEÓRICO

## CHIAPAS

Chiapas es un estado ubicado al sureste de México; colinda al norte con el estado de Tabasco, al oeste con Veracruz y Oaxaca, al sur cuenta con una extensa costa sobre el Océano Pacífico y al este con la República de Guatemala.



**Figura 1. Ubicación del estado de Chiapas (Gobierno del estado de Chiapas, 2018).**

Cuenta con una superficie territorial de 74,415 km<sup>2</sup>; de acuerdo con (INEGI, 2015), la población total es de 5 217 908 habitantes; ocupando así el 7° lugar a nivel nacional.

Está conformado por 118 municipios que se distribuyen en 15 regiones:

**Tabla 1. Regiones de Chiapas.**

REGIONES	
1.- Metropolitana	9.- Istmo-costa
2.- Valles Zoque	10.- Soconusco
3.- Mezcalapa	11.- Sierra Mariscal
4.- De los Llanos	12.- Selva Lacandona
5.-Altos Tsotsil-Tseltal	13.- Maya
6.-Frailesca	14.- Tulijá Tseltal Chol
7.- De los Bosques	15.- Meseta Comiteca Tojolabal
8.- Norte	

Fuente: Regiones y Municipios de Chiapas, 2012.



**Figura 2. Mapa de las regiones de Chiapas (Gobierno del estado de Chiapas, 2012).**

Las principales ciudades son: Tuxtla Gutiérrez, San Cristóbal de las Casas, Tapachula, Palenque y Chiapa de Corzo.

## **AGRICULTURA**

De acuerdo a la página del gobierno del estado de Chiapas (2012), el estado se caracteriza por tener una amplia variedad de vegetación, por lo que la agricultura es el principal sustento de la población chiapaneca.

La actividad económica más destacada es la rama agropecuaria, ya que tiene una producción de café, miel, cacao, hortalizas, plátano, mango, jamaica, coco, chocolate y azúcar de caña bastante importante; cabe destacar que la mayor parte de los productores son ejidatarios y muchos de ellos pertenecen a las etnias indígenas.

Chiapas ocupa el primer lugar nacional en cultivo de café y el segundo en la producción de plátano, mango, palma africana y cacao, como se ve en la siguiente figura (Figura 3).

Producción Agrícola de Chiapas, 2017							
Cultivo	Superficie Sembrada (Ha)	Superficie Cosechada (Ha)	Producción (Ton)	Valor Producción (Miles de Pesos)	Rendimiento (Ton/Ha)	PMR a/ (\$/Ton)	Lugar nacional por Valor
Total	1,396,698	1,356,159	NA	17,695,006	NA	NA	NA
Maíz grano	690,829.30	689,642.30	1,296,939.60	4,686,628	1.88	3,613.61	8
Caña de azúcar	31,791.34	31,791.34	2,930,694.53	1,940,355	92.19	662.08	7
Café cereza	254,845.17	232,629.13	339,361.41	1,788,167	1.46	5,269.21	1
Plátano	23,454.57	23,387.57	688,899.88	1,667,387	29.46	2,420.36	2
Pastos y praderas	98,029.23	98,029.23	2,561,253.97	1,350,318	26.13	527.21	6
Mango	38,740.56	35,107.66	264,826.92	1,297,822	7.54	4,900.64	2
Frijol	114,077.20	114,077.20	63,982.61	827,585	0.56	12,934.53	5
Palma africana o de aceite	44,464.95	35,813.80	500,782.75	778,470	13.98	1,554.51	2
Papaya	1,991.00	1,850.00	145,510.99	691,568	78.65	4,752.69	3
Tomate rojo (jitomate)	1,484.75	1,484.75	67,531.98	418,965	45.48	6,203.94	17
Cacao	18,706.80	17,738.80	9,611.63	375,466	0.54	39,063.71	2
Papa	1,927.20	1,927.20	30,350.05	227,603	15.75	7,499.28	11
Otros Cultivos	76,356.07	72,680.01	341,535.25	1,644,672.05	899.76	429,495.18	NA

**Figura 3. Principales productos agrícolas (CEIEG, 2017).**

Debido a la variedad de climas existentes en el estado, se cuenta con una gama abundante de frutos con una gran importancia tanto para el consumo local como para aquellos que son exportados a nivel nacional e internacional; en general, se encuentra mandarina, fresa, mora, higo, plátano, granadilla, tuna, mango, melón, sandía, papaya, chicozapote, guanábana, mamey, cupapé, rambután, ciruela y durazno; enriqueciendo así la biodiversidad y colocando al estado como uno de los más ricos en climas y diversidad de productos, es por eso que algunos de estos productos han sido seleccionados para llevar a cabo esta investigación ya que son los más utilizados, consumidos y producidos por la población chiapaneca (Miranda, 2015).

## **LA REPOSTERÍA A TRAVÉS DEL TIEMPO**

### **EDAD ANTIGUA**

Los primeros indicios de la repostería remontan a la época prehispánica donde los hombres primitivos consumían alimentos endulzados con savia de arce o de abedul, miel silvestre y fruta; estos se mezclaban en papillas de cereales sobre piedras calientes, teniendo como resultado los primeros pasteles (Ruiz, S.F).

Para conocer los orígenes del pan debemos remontarnos a un pasado remoto, el descubrimiento fue casual, nos situamos en la Época Neolítica, un antepasado del hombre conoce ya las semillas y cereales, y sabe que una vez triturados y mezclados con agua, dan lugar a una papilla. Este hombre olvida la papilla en una especie de olla, al volver encuentra una torta granulada, seca y aplastada, el primer pan acaba de tomar forma.

Una vez que Grecia adopta el invento del pan, a través de las relaciones comerciales con los egipcios, lo perfecciona. Fueron los griegos, en el siglo III A. De C los que hicieron un arte de la panadería, crearon más de setenta panes diferentes, los panaderos griegos inventaban formas variadas a los panes utilizados para fiestas religiosas, probaban diferentes masas panaderas: trigo, cebada, avena, salvado, centeno e incluso masa de arroz; añadiendo a estas, especias, miel, aceites, frutos secos... y seguramente fueron los precursores de la pastelería. (Carretero, S.F).

### **EDAD MEDIA**

En la Edad Media, la repostería bizantina tenía gran prestigio ya que se empleaban mieles y esencias de perfumes de flores como nardo y rosa, se elaboraban buñuelos, diversas cremas, pasteles de nuez, jaleas y mermeladas. En épocas de pascua, en los conventos se confeccionaban distintos postres, creyendo que la pasta hojaldre se originó en este lugar. Al mismo tiempo se elaboraban en Persia sorbetes de esencia de rosas, frutos y pistache; al evolucionar el proceso de elaboración de estos sorbetes, se le atribuye a Francesco Procopio la invención del helado.

Con el movimiento de las cruzadas, los europeos tienen contacto con otras culturas y productos como el azúcar y la pasta hojaldre; estos nuevos ingredientes se incorporan de manera instantánea a la elaboración de pasteles.

Tras el descubrimiento de América se inicia una nueva etapa, ya que se dan a conocer nuevos productos que vendrían a evolucionar el mundo de la repostería.



## **EDAD MODERNA**

En el siglo XVI se reconoce oficialmente la profesión de pastelero en Francia. En 1566, Carlos IX estableció la primera pastelería (Monroy de Sada y Martínez de Flores, 2011).

En el siglo XVIII en Francia se inicia el desarrollo del hojaldre, lo que marcaría el inicio de la pastelería moderna. A finales de este siglo se desarrolló con fuerza la línea bollería vienesa que más tarde María Antonieta popularizó en Francia con productos como el Croissant. A principios del siglo XIX Antoine de Carême publica la obra “El Pastelero Real”. Se trata de un libro sin parangón, considerado como la primera descripción por escrito de la repostería moderna, con un importante repertorio de recetas que permiten, junto con la tecnología, utensilios y productos especializados que se producirán en esta época, que la pastelería alcance un desarrollo importante (Canarias, 2013).

Durante el siglo XVIII y XIX, los pasteles son ya verdaderas obras maestras. Muestra del ingenio, la creatividad, el refinamiento y el gusto de los pasteleros sobre todo cuando se realizan para un gran señor (Jalise, 2020).

Ya en el siglo XX se comienza a dominar el frío y el calor como técnicas de evolución, que abren nuevas perspectivas, mejoran la calidad y productividad. También se estandariza el conocimiento de las temperaturas adecuadas para la cocción, fermentación, refrigeración y conservación de los alimentos. Gracias a todas estas técnicas y descubrimientos podemos apreciar la pastelería moderna como la conocemos hoy (Modernidad, 2017).

## **PASTELERÍA**

De acuerdo con Diario de Gastronomía (2014), la palabra pastel deriva del griego “paste”, que define una mezcla de harina y salsa. El diccionario de la Real Academia Española define “pastelería” como el arte de trabajar pasteles o pastas, y “repostería” como oficio del repostero, persona que tiene por oficio hacer pastas, dulces y algunas bebidas.

Los primeros registros de recetas dulces simples se remontan a Mesopotamia y al Antiguo Egipto, hace más de siete mil años, donde se preparaban panes de miel redondos espolvoreados con ajonjolí. En la Antigua Grecia, los nacimientos se celebraban con pasteles. Los fabricados en Atenas tenían fama, eran elaborados con harina, queso y aceite. Fue en el Imperio Romano, hacia el siglo IV a.C. cuando se distinguió por primera vez la diferencia entre el panadero y pastelero; introduciendo el oficio de los “pastillariorum”.

## **ÉPOCA PREHISPÁNICA**

Los hombres primitivos consumían alimentos azucarados extraídos de la savia, las frutas y las semillas, productos que en el neolítico ya se mezclaban en papillas de cereales sobre piedras calientes, permitiendo de esta manera las elaboraciones de los primeros "pasteles". También empezaban a adicionarle poco a poco a estos pastelillos, huevo, semillas y especias como anís, adormidera, hinojo o cilantro, además de mantequilla y nata. Así entre los griegos nacerán las obelias u obolios que significa en español ofrendas, son unos pasteles cocidos entre planchas de hierro. (Ruíz, S.F).

Éstos se confundían de hecho con los panaderos, pues todos ellos proponían panes con miel, especias, patés con carne, con queso, con verduras, etc. También se conocían los buñuelos de manzanas y las cremas cocidas.

## **SIGLO DE LAS CRUZADAS**

En el siglo XI, los cruzados introdujeron la caña de azúcar y la pasta de hojaldre en Francia, lo cual dio un impulso decisivo a la pastelería propiamente dicha. En esta época, pasteleros, panaderos, asadores y traiteurs reivindicaban especialidades que correspondían al campo de unos y otros. Los árabes, al conquistar España, plantaron árboles de cítricos y almendras de Persia. Estos alimentos entraron en el intercambio comercial, imponiéndose en Roma y en el resto de Europa, a través de las Cruzadas, sabores del Medio Oriente como el mazapán, el nougat y el baklava, endulzados con miel. Es en esta época cuando la historia de la pastelería establece, además, una estrecha relación con la religión, marcando el tipo de postre y pasteles elaborados durante el año litúrgico.

## **EDAD MEDIA**

Durante esta época, la Edad Media, empezaron a surgir en Francia los obloiers, un gremio que se dedicaba a hacer obleas, es decir, las hostias para las misas religiosas. Poco a poco, el pueblo tendrá acceso a estos dulces, que se regirán por el calendario, de igual forma que ahora se come turrón en diciembre, torrijas en semana santa, etc. Es también gracias a las Cruzadas que nuevos ingredientes se incorporaron al recetario repostero. (Buonarroti, 2012).

## **EDAD MODERNA**

Los estatutos de 1485 prescribieron el descanso en las fiestas legales y por San Miguel, patrón de la corporación. En 1566 tuvo lugar la fusión definitiva entre pasteleros y oubloyers, que también obtuvieron el monopolio de la organización de bodas y banquetes la corporación subsistió hasta 1776, fecha en la que Turgot suprimió los oficios.

No obstante, el arte de la pastelería no comenzó a existir verdaderamente hasta el siglo XVII, y conoció su pleno desarrollo durante los dos siglos siguientes. Algunas fechas jalonan esta historia: 1638, invención de las tartaletas de almendra, a cargo de Ragueneau; 1740, introducción en Francia del baba, por mediación de rey polaco Stanislas Leszczyński; 1760, Avice crea los choux y los ramequins, 1805, Lorsa, pastelero bordelés, inventa la decoración con cornetos (Monroy de Sada y Martínez de Flores, 2011).

## **UN TOQUE FRANCÉS**

Al igual que en la antigua Roma, los panaderos franceses también preparaban tortas y productos de pastelería, hasta que en 1440 una sociedad llamada ‘Cooperativa de Pasteleros’ decidió separarse de los panaderos. Aun así, el conflicto entre ambos gremios continuó hasta que en 1700 llevaron el caso a la Corte, dónde se decretó que “solamente los pasteleros pueden usar manteca, huevos y azúcar para hacer tortas y ser vendidas”.

España, a través del descubrimiento de América en el siglo XV, supuso la introducción del chocolate en pequeñas cantidades. Y junto con el azúcar se fue combinando y reemplazando a la miel como endulzante por su excelente combinación.

Uno de los momentos claves de la historia de la pastelería fue la llegada a Francia de Catalina de Médici, desde Italia, en 1553. Con ella trajo a sus cocineros y pasteleros, quienes introdujeron muchas recetas, entre ellas el frangipane o ‘franchipán’ en español, una crema compuesta de crema de almendra y crema pastelera (Angelito, 2009).

En el siglo XVIII se inició en Francia el desarrollo del hojaldre, marcando el comienzo de la pastelería moderna. A finales de este siglo se desplegó la línea bollería vienesa, más tarde María Antonieta popularizó el croissant. No fue hasta este siglo y los dos siguientes cuando comenzó a existir verdaderamente el arte de la pastelería: en 1863 se crearon las tartaletas de almendras de Ragueneau (Hurtado, 2017).

El mayor innovador, sin duda, fue Antoine de Carême, quien a principios del siglo XIX publicó el libro *El Pastelero Real*, una obra considerada como la primera descripción de la

repostería moderna, con un importante repertorio de recetas. Además, se le atribuyó la croquenbouche, el merengue, el nougat, el voul aun vent y el perfeccionamiento de la masa hojaldre (Diario de Gastronomía, 2014).

Los postres pasaron a ser composiciones elaboradas, adornadas con flores, con mazapanes, nougats, pirámides de frutas, confituras secas y líquidas, bizcochos, cremas, almendras dulces con azúcar y azahar, nueces, pistachos y marrons glacés. A finales del siglo aparecieron los helados. A partir de esa época, la pastelería evolucionó mucho gracias a la diversidad de pastas de base (hojaldre, genovesa, merengue y pasta choux en particular).

En el siglo XX, la evolución de la industria alimentaria se ha traducido en la aparición de los postres instantáneos: mezclas en polvo que permiten, con una simple disolución en leche, realizar flanes y otras elaboraciones aromatizadas (LAROUSSE, 2011).

## **HISTORIA DE LA PASTELERÍA EN MÉXICO**

Se dice que los nahuas comenzaron a endulzar sus tamales, atoles y chocolates con la miel de maguey.

Durán describe a Cortés el mercado de Tlatelolco “Venden miel de abejas y ceras y miel de caña de maíz, que son tan melosas y dulces como las de azúcar, y miel de unas plantas que llaman en las otras y éstas maguey, que es mejor que arropo: y de estas plantas fazen azúcar y vino.”

Cuando el mestizaje inicia, los españoles llevan a México distintos animales como el cerdo y ovejas, traen consigo el trigo, leche y azúcar que son fundamentales para la repostería. De México se llevan los dulces (miel de maguey), vainilla y cacao. Los atoles y cacaos se benefician del piloncillo y la leche. Los jarabes se hacían con azúcar o piloncillo y se ligaban con el crémor tártaro que se obtenía de las paredes de los toneles donde hubo vino. Durante la cocción, las palas de palo de naranjo describían figuras de ochos, círculos y espirales. La leche se dejaba quemar y se guardaba en cajetas, se labraban figuras de caña de azúcar, otras se mantenían chiclosas y unas, más delicadamente granulosas. Del convento más antiguo, el de la Concepción además de sus empanadas, las santas manos de las concepcionistas se distinguían por los huevos megidos, las yemitas de dulce y postres como huevos hilados o reales (Curiel e Ignacio, 2011).

Es en los conventos donde la elaboración de postres y dulces comienzan a surgir, con la llegada del azúcar las conservas aparecen con la elaboración del almíbar, tejocotes, capulines, piña, xoconostles, guayabas, ciruelas. Nacen los ates, se sirven postres frescos de zapote prieto; el chilacayote y el acitrón se cristalizan; se aprovechan en cabellos de ángel las barbas del chilacayote y la calabaza despliega el aprovechamiento sin límites de su carne y pepitas. Se le hace en tacha con panocha, caña y guayaba. Por otro lado, usan el camote una raíz tatemado con piloncillos, descortezado, molido y endulzado absorbe los perfumes de la fresa, piña, guayaba para envolverse en rollos cristalizados. Almendra y coco integran las empanaditas barricas; cacahuete y piñón los mostachones revestidos de polvo de canela; harina de maíz con gota de azúcar perfumada con vainilla (Novo, 2013).

A finales del siglo XVIII, llegan a México los primeros maestros de panadería y pastelería. Al principio las panaderías eran para consumo propio, con el paso del tiempo se transformaron en negocios familiares (Monroy de Sada y Martínez de Flores, 2011).

Con la llegada del café a México y la popularización de este se comienzan a consumir más los panes como las conchas, chilindrinas, hojaldras, cocoles, chamucos, corbatas, cuernos, roscas, etcétera.

Para el siglo XIX había 111 bizcocherías y chocolaterías y 84 cafés y neverías ya el comercio de dulces era más habitual.

Con la llegada de los franceses a México aparecieron postres más elaborados, las crepas a primera vista se parecían mucho a las tortillas, algo sencillo de preparar pero que al agregarle corteza de naranja y cognac para flamear hizo que los mexicanos ricos sucumbieran ante este platillo (Novo, 2013).

## **REPOSTERÍA TRADICIONAL**

Es en la época medieval cuando aparece la palabra repostería haciendo referencia a una pequeña despensa donde se guardaban no solo algunos alimentos, sino también los utensilios como la vajilla y la cubertería, siendo el repostero el encargado de guardar y cuidar estas provisiones, en principio. Con el paso del tiempo, el repostero fue adquiriendo más tareas y pasó de ser el guardián de productos a ser la persona que elaboraba pastas y galletas de forma artesanal, hasta el punto que, en la nueva sociedad medieval, llegaron a tener sus propios

locales donde vendían los productos que elaboraban. Eran los artesanos del dulce (Olalla, 2017).

La repostería tradicional nos ha marcado desde hace años ya que hemos crecido siempre con una repostería marcada de tradición y 100% casera que por generaciones se han heredado a las nuevas. Este tipo de repostería es la que se basa en la elaboración de forma artesanal, a mano sin la utilización de equipos mayores únicamente con pequeños utensilios, pero siguiendo instrucciones, métodos tradicionales y elaborándolos individualmente producto por producto teniendo como resultado piezas distintas, es decir, no existe un patrón para obtener resultados iguales.

La pastelería tradicional se centra en recetas originarias y tradicionales de una zona geográfica exacta; México cuenta con una gran variedad de dulces tradicionales que representa la gastronomía de cada uno de los estados que la conforma, cada uno cuenta con variedades de dulces y bebidas tradicionales. Se tiene en cuenta algo muy importante, las recetas o preparaciones comúnmente se realizan en fechas determinadas de festividades locales u otras celebraciones.

Comúnmente este tipo de pastelería tiene un punto de venta fijo, es decir, tienen su propia zona para comercializar los productos que se elaboran. Su ventaja es compleja, ya que la elaboración individual hace que la calidad aumente en consideración a una producción industrial, aunque también existe una desventaja importante es el tiempo de producción y el bajo número de este.

## **DEFINICIÓN DE PRODUCTOS**

### **PRODUCTO**

Los productos son todos aquellos objetos o artefactos, fabricados en industrias, empresas siguiendo una línea de producción o de manera artesanal por las personas.

Ahora bien, los productos se pueden diferenciar según el ciclo de vida que tengan, es decir, de utilidad. Algunos productos que tienen un periodo de uso extenso, como el ordenador, los libros o los vehículos, pero, también hay productos que expiden pronto como los alimentos, los productos de uso personal, medicamentos, entre otros (Significado, 2018).

### **PRODUCTO REGIONAL**

Regional es un término que procede del vocablo latino regionalis. Se trata de un adjetivo que permite referirse a lo que está vinculado a una región (la fracción de territorio cuyos límites son determinados por diferentes características administrativas, económicas, geográficas, etc.). Uno de los aspectos más importantes de la cultura es la cocina, aunque en algunos países tiene más peso que en otros, o bien se especializan más en platos dulces o salados, fríos o calientes. Son muchos los factores que caracterizan las tendencias culinarias de una región, y entre ellos se encuentra su clima, sus recursos agrícolas y su antigüedad. En este contexto se habla de cocina regional para englobar todos los platos, las técnicas y los ingredientes característicos de una región (Gardey, J.P.P y A., 2014).

## TURRÓN



**Figura 4. Turrón (Fuente propia, 2019).**

**DESCRIPCIÓN:** Dulce elaborado con clara de huevo batida, azúcar y canela, horneado. Semejante al merengue del centro del país. Hueco por dentro y se desmorona en el paladar. Son decorados con canela o grageas de colores (Montes, 2010).

Estos dulces son resultado de la enseñanza de las monjas que trajeron consigo técnicas europeas y francesas que aplicaron a la preparación de distintos dulces.

Actualmente podemos encontrar este dulce durante todo el año en la capital del estado y en el mercado de dulces y artesanías de San Cristóbal de las Casas (Moreno, 2015).

En México los merengues comenzaron a elaborarse durante el auge de la cocina conventual, gracias al mestizaje culinario. Lo que hace diferente este tipo de merengue es el uso de azúcar de caña no refinada y el piloncillo. Por eso que los merengues rosas que vemos en las calles tienen mayor intensidad de sabor y no son tan delicados como los de pastelerías (Hernández, 2020).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumido como dulce y utilizado para decorar otros postres.

**Municipios en los que se encuentra:** Tuxtla Gutiérrez y San Cristóbal de las casas (Núñez y Quintero, 2016).



## SUSPIRO



**Figura 5. Suspiro (Fuente propia, 2019).**

**DESCRIPCIÓN:** Dulce elaborado a base de yuca, polvo para hornear, huevo y sal. Tienen forma circular, son fritas y bañadas en almíbar de piloncillo (Núñez y Quintero, 2016).

El consumo de yuca proviene de los zoques que tenían la costumbre de cosechar los alimentos que tenían en su entorno y los integraban a su dieta; es la preparación en dulce de la yuca que es la más conocida y era popular su venta en las fiestas de la ciudad (Moreno, 2015).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumido como dulce y en helado.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Dulce tradicional de las fiestas de Chiapa de corzo, de igual manera, se encuentra y consume en los municipios de Tuxtla Gutiérrez y Villa Corzo (Núñez y Quintero, 2016).

## MANJAR



**Figura 6. Manjar (Fuente propia, 2019).**

**DESCRIPCIÓN:** Dulce elaborado a base de leche, huevo, azúcar y vainilla. Utilizado para rellenar algunos dulces regionales.

Este dulce es muy parecido por su preparación e ingredientes a la crema pastelera.

El manjar, producto contemporáneo con la habilidad de incorporar nuevos sabores y así tener una gama diferente al tradicional de vainilla, fue introducido por los conventos y adoptado en Chiapas especialmente para rellenos de dulces regionales como cuernitos, donas y pasteles.

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumido como relleno de cuernitos y donas.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Se encuentra en los municipios de Tuxtla Gutiérrez, San Cristóbal de las Casas y Comitán de Domínguez (Núñez y Quintero, 2016).

## MIEL DE CAÑA



**Figura 8. Miel de caña (Fuente propia, 2019).**

**DESCRIPCIÓN:** Elaborada a partir de un jugo lleno de nutrientes que se obtiene de la caña de azúcar. Correctamente es melaza de caña, debe de ser filtrado y cocido hasta que el agua se evapore y se concentren los diferentes azúcares naturales de la fruta. Este azúcar es evaporado hasta que se elimina casi por completo su contenido en agua dando lugar a lo que se le conoce como miel de caña.

Es destacada por su espesura y por su característico color, de manera que cuanto más oscura sea la melaza, más nutrientes tendrá.

Producto natural que se usa para remplaza al azúcar, contiene menos calorías y es más saludable. Se puede utilizar como endulzante natural, para hacer preparaciones tanto dulces como saladas, para untar en panes o galletas.

**USOS GASTRONÓMICOS:** Endulzante de tés y aguas frescas.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Pujilic, Venustiano Carranza y Comitán.

## QUESO BOLA DE OCOSINGO



**Figura 9. Queso bola de Ocosingo (Fuente propia, 2019).**

**DESCRIPCIÓN:** Producto lácteo, originario de Ocosingo Chiapas, elaborado con cuajada de leche. Se produce en Chiapas únicamente, se elabora con leche de vaca y se le añade crema extra. Tiene un sabor fuerte con una textura cremosa y desmenuzable y de color amarillo claro. Se prepara con una capa de desuerado de la leche y después de un largo periodo de envejecimiento, se produce una cascara dura. Esta concha es a menudo ahuecada para ser llenado y preparar el famoso queso relleno (Escobar y Vera, 2016).

Se elaboró por primera vez en 1927, en el rancho “Laltic” ubicado en las afueras de la población de Ocosingo; se refiere que, previo a su creación; doña Elvira Martínez de Solórzano residente en este rancho, realizó un viaje a Europa, en el cual fue acogida en la casa de una familia inglesa de tradición quesera; doña Elvira, al ser una mujer de campo e interesada por lo que podría aprender en su viaje, solicitó a la familia que la instruyera en el oficio de la quesería, ella compartió con ellos una receta muy original chiapaneca que es el “Pan de Nata”, con la cual, la señora de la casa quedó muy complacida y accedió entonces a compartir sus recetas (López, *et.al*, 2015).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Se consume como rellenos de quesadillas, empanadas y acompaña a diversos antojitos como garnachas, tacos fritos y plátanos fritos.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Ocosingo

## JUGO DE CAÑA



**Figura 10. Jugo de caña (Fuente propia, 2019).**

**DESCRIPCIÓN:** El jugo de caña es natural, sin refinar que no ha sufrido ningún tipo de proceso químico. Para la extracción es necesario utilizar una maquina ya que los rodillos del interior de esta prensan y trituran las cañas y el jugo sale por debajo, es importante consumirlo a los 15 minutos de extraerlo ya que inicia el proceso de oxidación (Vevia, 2018).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Se puede tomar frio como una bebida refrescante con un poco de limón o también se le puede añadir ron. Otro de sus usos es para elaborar piloncillo, azúcar, malta, melaza y vinagre, así como para producir aguardiente de caña y ron.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Pujilic, Venustiano Carranza y Comitán.

## MISTELA



**Figura 11. Mistela (Fuente propia, 2019).**

**DESCRIPCIÓN:** Licor almibarado, producto de la mezcla del aguardiente por lo general pox que es una bebida ritual y tradicional de las comunidades tzotziles y tzeltales de los altos de Chiapas, con las frutas que en él se curten, por lo general jocote y nance. Se sirve como bebida en fiestas.

A menudo el principal elemento para que estas frutas puedan curtirse es el pox, un aguardiente elaborado a base de maíz. Otra manera de hacer los encurtidos es agregando azúcar y dejar que este se fermente junto con la fruta.

El pox o posh, bebida típica de Chiapas y herencia de los mayas, es un destilado a base de caña de azúcar y maíz. La palabra pox en tzotzil y tseltal significa medicina, y deriva de las palabras poxtaiwanej, que es relativa a médico, y poxna', la casa de las medicinas o farmacia. Esta bebida, además de tener usos medicinales, se utiliza en oraciones y ceremonias de curación, así como rituales de fraternidad entre comunidades, como actualmente lo hacen en San Juan Chamula, Zinacantán, Cruztón, y Simojovel, entre otras que se encuentran en los Altos de Chiapas. En las regiones de los Altos de Chiapas, es costumbre además incorporar infusiones de hierbas (hierbabuena, té de limón, romero, y laurel, por ejemplo), o maceraciones de frutas de la temporada (tejocotes, nance, durazno, zarzamora, entre otras); esto para contrarrestar el sabor alcohólico, creando así un sin fin variables. Este abanico de ingredientes hace del pox no sólo una bebida noble en sabor, pero también un alimento muy completo (Pacheco, 2016).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Se consume el licor en las posadas, “nacidas y sentadas” de niños. Estos curtidos son muy populares durante la feria de Chiapa de corzo, la feria de san Marcos en Tuxtla Gutiérrez y en el corpus christi en San Cristóbal de las Casas (Moreno, 2015).

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** En los municipios de Tuxtla Gutiérrez y Chiapa de corzo.

## TEPACHE



**Figura 12. Tepache (Fuente propia, 2019).**

**DESCRIPCIÓN:** Bebida fermentada de bajo nivel alcohólico elaborada con cascara de piña y adicionada con piloncillo, con el fin de aprovechar esta fruta al máximo. Se sirve fría y el nivel de alcohol que alcanza es del 1 por ciento.

Esta bebida 100% mexicana, data su origen desde la época prehispánica. Y junto al pulque, el tequila o el mezcal, han logrado sobrevivir al paso de los años, convirtiéndolas en una de las bebidas más tradicionales por todo el país. Su nombre proviene de la palabra en náhuatl ‘tepiatlí’, que significa ‘bebida hecha con maíz’. La costumbre de elaborar esta famosa bebida, era a partir de la fermentación del maíz, y piloncillo. El tepache solía utilizarse en los rituales mayas. Era considerada una bebida sagrada, fue durante la conquista que su preparación cambió y se comenzó a realizar con frutas como guayaba, manzana y piña. Era utilizada por los mayas para cultos religiosos (Sánchez, 2018).

Podemos encontrar esta bebida la mayoría del año en las calles de la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, es transportado en barriles de madera que son transportados en triciclos y que recorren la ciudad durante el día.

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumo como agua fresca.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Tuxtla Gutiérrez, Villa Corzo y Villaflores.



## PLÁTANO DE COCHI



**Figura 13. Plátano de cochi (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Musa balbisiana*. (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Cavendish*.

**NOMBRE COMÚN:** Plátano cuadrado, plátano bolsa, plátano de cochi.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Las especies de plátanos comestibles son originarias de oriente y las ordinariamente cultivadas de la región indomalaya.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Suchiate.

En el país, las primeras plantaciones aparecen en el estado de Tabasco, al término del Siglo XIX. La exportación hasta el año 1906. La comercialización se da en la década de los treinta (González, *et.al*, 2012)

**DESCRIPCIÓN:** Regularmente crece entre 3 o 4 metros de alto; el tallo se rodea por vainas de hojas y el producto resultante es una baya que crece en racimos y es altamente apreciada y consumido como alimento (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Regularmente es consumida asada, hervida y frita.

**VARIETADES:** *Musa Paradisiaca*, *Musa Sapientum* y *Musa Cavendishii*.

**TEMPORADA:** Todo el año.

## CAFÉ CHIAPAS



**Figura 14. Café Chiapas (Todo Chiapas es hermoso, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Coffea arábica* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Rubiáceas*

**NOMBRE COMÚN:** Café.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Originaria de África, específicamente del sur de abisinia. Su centro de geminación fue el Yemen; constituyente natural de los bosques del sureste de Etiopía, del sur de Sudan y del norte de Kenia.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Tapachula.

La primera vez que se introdujo el grano de café al estado fue en 1847 por Gerónimo Manchinelli, en el municipio de Tuxtla Chico, en donde se encuentran las conocidas e históricas ruinas de Izapa, en aquel bello paisaje con el majestuoso volcán Tacaná se adaptó rápidamente el primer grano de café chiapaneco. Este provenía de Guatemala, donde las condiciones climáticas y de producción son parecidas, puesto que no hay que olvidar que en Centroamérica el café comenzó a producirse desde el siglo XVII cuando fue traído de Francia. Posteriormente la segunda etapa del grano de café en Chiapas fue con la llegada de Carlos Gris al Soconusco, con el establecimiento de su finca el Majagual, para 1876 Don Matías Romero, un ilustre político y diplomático mexicano, comenzó con el proyecto de colonización, tras este proyecto, en los años consecuentes se establecieron 22 fincas en toda la zona (BOX, 2016).

**DESCRIPCIÓN:** Arbusto de hasta 7 metros de alto, sus hojas son medianas o grandes, oblongas o elípticas y brillantes; las flores son blancas y los frutos carnosos de color rojo brillante (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumido en bebidas, adicionado a postres y confitado.

**VARIEDADES:** *Coffea Liberica*, *Coffea canephora var. Laurentiana*, *Coffea excelsa*, *Cassia leiophylla*.

**TEMPORADA:** Diciembre-Marzo.

## CAÑA DE AZÚCAR



Figura 15. Caña de azúcar (Todo Chiapas es hermoso, 2019).

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Saccharum Officinarum* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Poaceas (Gramineas)*.

**NOMBRE COMÚN:** Caña.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Originaria de Nueva Guinea y se comenzó a cultivar en el sureste de Asia.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Venustiano Carranza.

A México llegó en la época de la conquista (1522 aprox.), fue así como la primera plantación se llevó a cabo en el estado de Veracruz, instalándose posteriormente los primeros ingenios azucareros en las partes cálidas del país como parte de la colonización (El, *et.al*, 2015).

**DESCRIPCIÓN:** Planta de crecimiento rápido alcanzando 3 o 4 metros de altura, el tallo es sólido con nudos y entre nudos de color verde, amarillo, morado, café rojizo o con franjas y hojas largas y angostas creciendo hasta más de 1 metro (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Endulzante y bebidas alcohólicas.

**VARIETADES:** *Costus ruber*, *Arundo donax* y *Cassia grandis*.

**TEMPORADA:** Noviembre-Abril.

## MORA DE CASTILLA



**Figura 16. Mora de castilla (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Cholophora tinctoria* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Moráceas.*

**NOMBRE COMÚN:** Mora silvestre.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Originario de China.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** San Cristóbal de las casas.

Se produce en los altos de Chiapas siendo el estado uno de los principales proveedores de insumos agrícolas (fertilizantes, agro químicos, semillas) insumos de maquinaria y equipo. El desarrollo de la Mora se producirá en los últimos seis años cultivados en el estado desde 1999 (Martínez, *et.al*, 2006).

**DESCRIPCIÓN:** Árbol de hasta 25 metros de alto, ramas jóvenes y espinosas; hojas alternas, medianas de aovadas a elípticas. Flores dioicas pequeñas; el fruto resultante contiene líquido color rojo o morado de sabor ácido y agradable al paladar, contiene pequeñas semillas y es cultivado en los altos de Chiapas (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumo natural, paletas de hielo, mermeladas y aguas.

**VARIETADES:** *Rubus adrenotrichus*, *Rubus macrocarpa*.

**TEMPORADA:** Marzo-Mayo y Octubre-Noviembre.

## DURAZNO PRISCO



**Figura 17. Durazno prisco (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Prunus pérsica* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Rosáceas*.

**NOMBRE COMÚN:** Durazno prisco.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Tiene su origen en la antigua China.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** San Cristóbal de las casas y San Andrés Duraznal.

El estado de Chiapas y específicamente el valle de San Cristóbal de las Casas, es considerado como de los 5 lugares a donde por primera vez llegó el durazno al continente americano, las vigas en Veracruz Zacatlán en Puebla y otros lugares del Estado de México (Vega, 2005).

**DESCRIPCIÓN:** Árbol caducifolio de hasta 8 metros de alto; flores rosadas y frutos de cáscara aterciopeladas (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumo natural y mermeladas.

**VARIETADES:** *Pseudolmedia simiarum*, *Dichapetalum donnell-smithii* y *Saurauia kegeliana*.

**TEMPORADA:** Mayo-Septiembre.

## PIÑA MIEL



**Figura 18. Piña miel (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Ananas comosus* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Bromeláceas*.

**NOMBRE COMÚN:** Piña miel.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Originaria de Brasil.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Ocozocoautla de Espinoza.

Chiapas ocupa el quinto lugar nacional en superficie sembrada de piña con 341 hectáreas y el sexto en producción con un total de 4855 toneladas distribuidas en: Las margaritas, Maravilla Tenejapa, Frontera Hidalgo y Mazatlán, Ocozocoautla no aparece en las estadísticas nacionales de producción, es un municipio que se caracteriza por producir piñas con un alto contenido de azúcar. Tradicionalmente la piña criolla se ha producido en la región desde hace más de 60 años en los municipios de Ocozocoautla y Berriozábal (Espinosa-Paz, *et.al*, 2011).

**DESCRIPCIÓN:** Planta de menos de 30 centímetros de alto, tallo corto, grueso, carnoso y tieso, hojas angostas, fruto múltiple compuesto de 100 o más flores fusionadas, de sabor agradable color rojo, amarillo, naranjado o verdoso. Se forma en la parte superior de un pedúnculo grueso (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Agua, paletas de hielo y mermeladas.



**VARIETADES:** *Smooth cayenne* y *Spanish red*.

**TEMPORADA:** Casi todo el año.

## AGUACATE BOLA



**Figura 19. Aguacate bola (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Persea schiedeana* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Lauráceas*.

**NOMBRE COMÚN:** Aguacate de San Juan.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Nativa desde México a Panamá.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** San Cristóbal de las casas.

La producción inició hace menos de 10 años, pero el potencial del suelo, en una década Chiapas rebasa en producción a Puebla y Yucatán (Náfate, 2019).

**DESCRIPCIÓN:** Árbol de hasta 20 a 50 metros de alto, con hojas grandes y ovales, los frutos son grandes, esferoidales, alargados o con forma de pera, con una gran semilla (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Salsas, consumo natural, helado y paletas de hielo.

**VARIEDADES:** *Persea cinerascens*, *persea p. pallescens*, *p. americana* y *p. steyermarkii*.

**TEMPORADA:** Mayo-Agosto.

## MANGO ATAULFO



**Figura 20. Mango ataulfo (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Mangifera indica* L (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Anacardiáceas.*

**NOMBRE COMÚN:** Mango ataulfo.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Originario del sur de Asia.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Suchiate.

La declaratoria de protección a la denominación de origen fue publicada en el diario oficial de la Federación, el 4 de agosto de 2003. El mango Ataulfo lleva ese nombre en honor a su Creador Don Ataulfo Morales Gordillo un productor chiapaneco que en 1963 experimentó con sus árboles de mango distintos injertos (Desconocido, 2020).

**DESCRIPCIÓN:** Árbol de 10 a 30 metros de alto y de 0.75 a 1 metro de diámetro, hojas alargadas de color verde brillante, las flores son de color amarillo verdoso, los frutos son pequeños con un peso aproximado de 350 gramos, ovalado y de color verde-amarillo (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumo natural, aguas frescas y paletas de hielo.

**VARIEDADES:** *Hyperbaena mexicana, Manila, Tommy.*

**TEMPORADA:** Marzo-Mayo.

## HIGO



**Figura 21. Higo (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Ficus carica* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Moráceas.*

**NOMBRE COMÚN:** Higo.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Nativa del Asia Sudoccidental.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** San Cristóbal de las casas.

**DESCRIPCIÓN:** Árbol de hasta 12 metros de alto, corteza lisa blanquecina; hojas alternas ovado-orbiculares. Frutos dispuestos por pares rojos o rosados (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Dulce en conserva, mermelada y cristalizado.

**VARIETADES:** *Ficus cookii*, *Higo kadota*, *Higo celeste*.

**TEMPORADA:** Junio-Diciembre.

## MANDARINA



**Figura 22. Mandarina (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Citrus nobilis* (Unicach y Coneculca, 2000).

**FAMILIA:** *Rutáceas*.

**NOMBRE COMÚN:** Mandarina.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Sur de China.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Cintalapa.

Se cree que fue el colonizador Bernal Díaz del Castillo quien introdujo la mandarina en 1518 a través de Tonalá, Veracruz (Yucatán, 2016).

**DESCRIPCIÓN:** Árbol perennifolio de 3 a 5 metros de alto; tronco torcido o recto, delgado, generalmente sin espinas, copa irregular, copiosamente ramificada, con follaje denso, hojas oblongo-ovales. Frutos grandes a pequeños, de 4 a 7 cm de largo y de 5 a 8 cm de diámetro. (Miranda, 2015; Unicach y Coneculca, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumo en aguas frescas.

**VARIETADES:** *Clementina, Híbridos y Satsumas*.

**TEMPORADA:** Enero-Febrero; Octubre-Diciembre.

## Coco



**Figura 23. Coco (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Cocos nucifera* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Arecáceas*.

**NOMBRE COMÚN:** Coco.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Archipiélago indomalayo.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Mazatán.

Chiapas se encuentra en la región 6 de las 16 regiones potenciales de áreas históricamente productoras (2011- 2016). En esta región se busca impulsar los procesos de innovación para la utilización de los subproductos del coco (Sagarpa, 2017).

**DESCRIPCIÓN:** Palma de 5 a 30 metros de alto y de 20 a 40 centímetros de diámetro, no ramificada, sin brazos; tronco recto o ligeramente curvo, con marcas anuales de las hojas caídas, hojas en forma de espiral y agrupadas densamente; flores unisexuales y sésiles. Frutos ovoides globosos de una sola semilla grande y variable en color y dimensión. El albumen conocido como carne de coco es blanco con uno o dos centímetros de grosor (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Aceite, dulce, aguas frescas, helados y paletas.

**VARIETADES:** *Gigantes, enanos, Híbrido*.

**TEMPORADA:** Enero-Marzo.

## LIMA



**Figura 24. Lima (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Citrus limetta* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** Rutáceas.

**NOMBRE COMÚN:** Lima

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Originaria de Oriente.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Tzimol.

La lima siguió la misma trayectoria que el limón al llegar a México durante la colonia. Se adoptó para rellenar la tradicional piñata en las Posadas (Gispert y Gonzáles, 2002).

**DESCRIPCIÓN:** Árbol espinoso con hojas elíptico ovales, flores blancas, fruto globoso color amarillo pálido, con cascara delgada y lisa (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Agua fresca.

**VARIETADES:** *Citrus médica*, *Citrus reticulata*, *Citrus gradis* y *Citrus aurantifolia*.

**TEMPORADA:** Enero-Febrero, Octubre-Diciembre.



## MANZANA CRIOLLA



Figura 25. Manzana criolla (Fuente propia, 2019).

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Malus pumila* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** *Rosáceas*.

**NOMBRE COMÚN:** Manzana criolla.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Originario de Europa y oeste de Asia.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** San Cristóbal de las casas.

**DESCRIPCIÓN:** Árbol de hasta 15 metros de alto, frutos de hasta 8 cm, globoso con diversas semillas en su interior (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumo natural, mermeladas y jugos.

**VARIEDADES:** *Malus doméstica*.

**TEMPORADA:** Enero-Marzo, Octubre-Diciembre.

## GUAYABA



**Figura 26. Guayaba (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Psidium guajava* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** Mirtáceas.

**NOMBRE COMÚN:** Guayaba.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Nativas del caribe, américa del norte y américa del sur.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** San Cristóbal de las casas.

En el estado crecen silvestres en matorrales secundarios, cerca de las casas formando grandes conjuntos llamados guayabales (Gispert y Gonzáles, 2002).

**DESCRIPCIÓN:** Árbol de hasta 10 metros de alto, tronco torcido con ramas gruesas, flores blancas, fruto en forma de baya, carnosas de color crema amarillento (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumo natural y en conserva.

**VARIEDADES:** *Psidium cattleianum*, *psidium guieense*, *psidium cattleianum*.

**TEMPORADA:** Enero-Febrero, Septiembre-Diciembre.

## CACAO



**Figura 27. Cacao (Fuente propia, 2019).**

**NOMBRE CIENTÍFICO:** *Theobroma sphaerocarpum* (Miranda, 2015; Unicach y Coneculta, 2000).

**FAMILIA:** Malvaceae.

**NOMBRE COMÚN:** Cacao.

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA:** Región amazónica (cuenca alta del río Amazonas).

**UBICACIÓN GEOGRÁFICA EN EL ESTADO:** Soconusco, Pichucalco, Hostuacán, Juárez, Reforma, Mezcalapa, Tecpatán y la Selva Lacandona.

Grupo al que se le atribuye un origen biológico específicamente mesoamericano, lo que también se puede afirmar es que, en las tierras tropicales de Chiapas y Tabasco, con el desarrollo cultural de los pueblos mayas y olmecas, es donde el cultivo se perfecciona y se desarrolla hace 3500 años (Castellanos, 2013).

**DESCRIPCIÓN:** Árbol de pequeña talla de 4 a 7 metros de altura cuando se cultiva, el árbol silvestre puede crecer hasta 20 metros; copa baja, hojas grandes de 15 a 20 centímetros, flor color rosa, blanca y púrpura en forma de estrella que se presentan en racimos, el fruto es una baya grande, carnosa y ovalada, amarilla o púrpura que contiene alrededor de 30 a 40 semillas grandes de 2 a 3 centímetros color chocolate de sabor amargo.

**USOS GASTRONÓMICOS:** Consumida en barras de chocolate artesanal, chocolate con leche, en el pozol de cacao, champurrado, tascalate y pinole.

**VARIEDADES:** Criollo, forastero y trinitario.

**TEMPORADA:** Enero-Febrero, Septiembre-Diciembre.

## **REPOSTERÍA DE VANGUARDIA**

También conocida como repostería creativa, es el arte de elaborar postres teniendo como herramienta principal la imaginación y creatividad. Es una corriente que desborda creatividad, que va más allá de crear una tarta, un pastel, unas galletas, un dulce; al fin y al cabo, este tipo de repostería se basa en decorar dulces con el máximo detalle utilizando la máxima creatividad posible aplicando las últimas tendencias. No tiene límites, y es lo que realmente marca la diferencia con la repostería tradicional. Estas esculturas de azúcar marcan el antes y el después por su valor culinario e increíble valor estético (Gómez, 2013).

Actualmente los recetarios de repostería parten de preparaciones antiguas o modernas, esto influye en el gusto de cada persona. La elección de dichas preparaciones ha surgido gracias a los cambios que se han dado a lo largo de los años; por ejemplo la adición de nuevos ingredientes, las nuevas técnicas vanguardistas a la producción de postres, cabe mencionar que todo esto permite fusionar una gama infinita de técnicas de pastelería con una variedad de materia prima; es indispensable conocer las características organolépticas de cada alimento para la correcta transformación con técnicas avanzadas que actualmente se utilizan y tienen como resultado un producto creativo, con un nivel de complejidad, con variedad de texturas, sabores y colores que resulta llamativo al cliente.

Algunas de las técnicas en la repostería vanguardistas son utilizadas para decoración, pero juegan un papel importante en el postre ya que aporta textura, sabor, color y presentación; algunas de esas técnicas son las siguientes:

**Crumble:** es una masa friable (que se desmenuza fácilmente), que consta de tres partes iguales de harina, azúcar y mantequilla, opcionalmente se le puede agregar algunos frutos como almendra, nuez, avellanas, pasas, arándanos, entre otros. Se hornea de 180°C a 200°C.

**Praliné:** Elaboración de caramelo y se adicionan frutos secos. Se utiliza el método inverso, se realiza un almíbar a 121°C más frutos secos removiendo hasta cubrirlos con el almíbar.

**Macarrones:** Se preparan con merengue, azúcar glas y harina de almendra o frutos secos. Son tapas saborizadas con un relleno entre ambas; los macarrones se deben dejar secar a temperatura ambiente hasta formar una fina capa que al tacto no se pegue, posterior a esto estarán listas para ser horneadas. El resultado es una parte superior ligeramente abombada

suave y una base de volantes conocida como pie. El pie se desarrolla durante la cocción como la masa se expande el pie no debe extenderse hacia afuera si no hacia arriba.

Papel: Es el resultado de la reducción de pulpa al 100% y azúcar al 50%, se le añade pectina para darle flexibilidad. El tiempo de horneado es lento (Wordpress, 2015).

## **REPOSTERÍA CONTEMPORÁNEA**

**Repostería:** La repostería es el arte en el que se basa la elaboración de todo tipo de dulces, confituras, mermeladas, pastas, jaleas, bizcochos, merengues, pasteles, helados, tartas, etcétera. Trata de una de las ramas de la gastronomía, que exigen exactitud y precisión en el uso de ingredientes y técnicas. La repostería es definida como un tipo específico de gastronomía, la cual se especializa en la elaboración de platos y piezas dulces tales como tartas pasteles, galletas, budines entre otros. Existen diversas y variadas recetas de diferentes tipos de dulces que a través de la historia, décadas y poblaciones han sido heredadas, pero muchas o en su gran mayoría, han sufrido cambios o modificaciones en la forma de preparación, así como en los productos utilizados por los reposteros (Repotería, 2018).

**Contemporáneo:** Es la cocina actual. Una fusión de las recetas tradicionales con nuevos conceptos, técnicas innovadoras, colores, texturas y sabores. Cada chef intenta desarrollar su propia técnica, creación culinaria, una opción diferente y personalizada que sea particular y la identifique. La cocina contemporánea mantiene una constante búsqueda de innovación y creatividad, permitiendo desarrollar nuevas presentaciones y tendencias en los platos. Incluso, a veces solo se necesita cambiar de perspectiva para que sea diferente y poder convertir lo viejo en nuevo.

**Repotería Contemporánea:** Arte culinario basado en los métodos y técnicas vanguardistas para la elaboración de diversos postres que puedan posicionarse en tendencia (Ibarra, 2015).

La cocina contemporánea es la que mantiene una constante búsqueda de innovación y creatividad a base de colores, formas y sabores, buscando obtener un producto de muy alta calidad y desarrollar nuevas presentaciones y tendencias en los platos; para de esta manera provocar una satisfacción cada vez más exquisita al comensal. Este tipo de cocina aborda el ingrediente con el mayor respeto, esto significa que los ingredientes que se utilizan tienen que ser de la más alta calidad posible. La frescura es fundamental (Cuñat, 2017).

La repostería contemporánea es la aplicación de técnicas vanguardistas y tradicionales que son usadas en la creación de postres con la adición de ingredientes de alta calidad que anteriormente no era común usarlos en postres como los vegetales o bebidas que son transformadas para ser añadidas a postres. Este tipo de repostería se encuentra en constante movimiento tratando de buscar innovación tanto en sabor como presentación de los postres.

### **POSTRES DE VITRINA**

Son ideales para servir en eventos, mesa de postres, postres al plato y como su nombre lo dice para presentar en el mostrador de una pastelería. Tienen como característica un tiempo de vida más largo que otros postres, ya que se pueden conservar en vitrina o refrigeración durante un periodo de 3 o más días.

Son elaborados con técnicas de montaje modernas, centros y acabados, como pistoleados, glaseados con distintas bases, terminados con chocolate, distintos moldes, estilos de decoración y terminados (Teachen Kitchen, 2019).

### **POSTRES ARTESANALES**

Todos los productos se elaboran a mano y normalmente bajo el seguimiento de recetas más tradicionales con ingredientes frescos y naturales; dejando a un lado saborizantes, conservadores y equipo industrial. Los ingredientes básicos de esta repostería son el azúcar, el chocolate, la nata, la harina y los huevos. Entre los postres más destacados se encuentran galletas, tartas, pasteles (ISASI, 2016).

### **REPOSTERÍA INDUSTRIAL**

Es necesario el uso de maquinaria industrial, los ingredientes con valor calórico elevado y poco nutricional además de utilizar añadidos, aditivos, saborizantes y conservantes. Este tipo de repostería está elaborada para durar mucho más tiempo. La presentación de estos postres no suele ser de innovación ya que tienen una decoración establecida (ISASI, 2016).

## UTENSILIOS MÁS USADOS EN LA REPOSTERÍA CONTEMPORÁNEA

### Aro de tarta



Figura 28. Aro de tarta (Fuente propia, 2020).

Aro de acero inoxidable hueco que se utiliza para elaborar tartas con masas: quebrada, hojaldre, etcétera. Puede servir para hornear o para rellenar alguna preparación que necesite llevar congelación.

### Básculas



Figura 29. Báscula (Fuente propia, 2020).

Las básculas ya sean de equilibrio o digitales, deben emplearse en aquellas recetas que indiquen el peso de los ingredientes.



## Batidora-mezcladora



Figura 30. Batidora-mezcladora (Fuente propia, 2020).

Aparato eléctrico que sirve para picar o para mezclar alimentos. La batidora o mezcladora se utiliza para reducir la sopa de verduras a velouté, las frutas cocidas a compota, los tomates a coulis, etc.

## Brocha



Figura 31. Brocha (Fuente propia, 2020).

Pequeña herramienta utilizada para pintar con huevo batido, mermelada, jaleas, etcétera., ciertos preparados.

## Descorazonador



**Figura 32. Descorazonador (Fuente propia, 2020).**

Es un utensilio práctico de cocina con un extremo en forma de sierra que se incrusta en las frutas mediante presión y esto permite la extracción del corazón.

## Duyas



**Figura 33. Duyas (Fuente propia, 2020).**

Son instrumentos metálicos o de plástico esenciales para la decoración de pasteles y postres con forma cónica que se coloca en una manga. Cuentan con diferentes formas para una variedad de decoración.

### **Espátula acodada**



**Figura 34. Espátula acodada (Fuente propia, 2020).**

Utensilio con un ángulo diseñado para mover postres y untar cremas, chocolates o glasé en los bordes, superficies y en el interior de pasteles y postres.

### **Espátula lisa**



**Figura 35. Espátula lisa (Fuente propia, 2020).**

Está compuesta de un mango y de una hoja lisa, alargada y flexible que es utilizada para untar y estirar rellenos. También se emplea para despegar y servir piezas de pastelería.

## Heladora



**Figura 36. Heladora (Hernández, 2020).**

Máquina para realizar helados, consiste en enfriar la mezcla del producto moviéndolo constantemente para evitar la creación de cristales de hielo.

## Horno de microondas



**Figura 37. Horno de microondas (Fuente propia, 2020).**

Electrodoméstico utilizado en la cocina para calentar y/o descongelar alimentos, mediante la propagación de ondas electromagnéticas.

### Lengua o miserable



**Figura 38. Lengua o miserable (Fuente propia, 2020).**

Espátula de goma utilizada para recoger los últimos restos de crema, salsa o líquidos adheridos a un recipiente.

### Licadora de inmersión



**Figura 39. Licadora de inmersión (Fuente propia, 2020).**

Este electrodoméstico es de gran utilidad ya que es práctico y cuenta con diferentes aditamentos como son licuadora, batidora y procesador.

## Manga pastelera



**Figura 40. Manga pastelera (Fuente propia, 2020).**

Se trata de una bolsa de tela plastificada, o actualmente de una bolsa de plástico desechable de forma cónica, en cuya abertura se acopla una boquilla lisa o con forma de estrella y que sirve para dar forma a masas blandas y a cremas o para decorar.

## Moldes



**Figura 41. Moldes (Fuente propia, 2020).**

Los moldes para pastelería son metálicos y pueden ser cuadrados, redondos o rectangulares. Además, presentan diferentes tamaños y capacidades.

### **Moldes de silicón**



**Figura 42. Moldes de silicón (Fuente propia, 2020).**

Utensilio indispensable en la repostería que son flexibles, fáciles de limpiar, antiadherentes, resisten a temperaturas altas y bajas, no conservan el olor. Se pueden encontrar un sinfín de formas y capacidades.

### **Nivelador de pastel**



**Figura 43. Nivelador de pastel (Fuente propia, 2020).**

Esta herramienta es de acero inoxidable y ajustable, su función principal es el de cortar los pasteles a la altura correcta, precisa y en diferentes niveles.

## Parisienne



**Figura 44. Parisienne (Fuente propia, 2020).**

Esta herramienta tiene forma de esfera y se emplea para dar forma de bola a los vegetales, frutas u otro tipo de alimentos.

## Pinceles

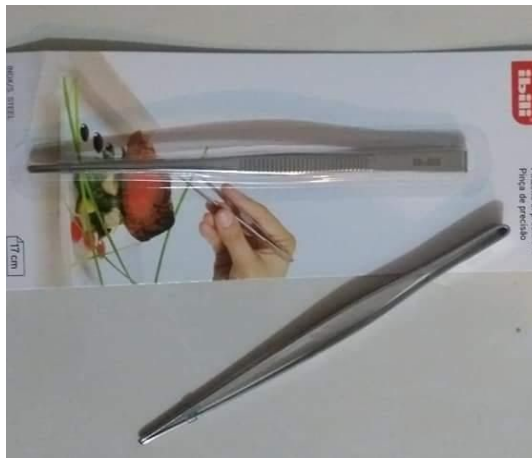


**Figura 45. Pinceles (Fuente propia, 2020).**

Instrumento que se utiliza para pintar o decorar galletas, postres, pasteles y existen diversos tamaños y presentaciones.



## Pinzas de emplatado



**Figura 46. Pinzas de emplatado (Knifetux, 2020).**

Son los utensilios que se utilizan con la finalidad principal del correcto emplatado, haciéndolo más profesional y con una mejor precisión.

## Procesador de alimentos



**Figura 47. Procesador de alimentos (Fuente propia, 2020).**

Pequeño electrodoméstico diseñado para triturar, batir, amasar y cortar alimentos; cuenta con cuchillas intercambiables.

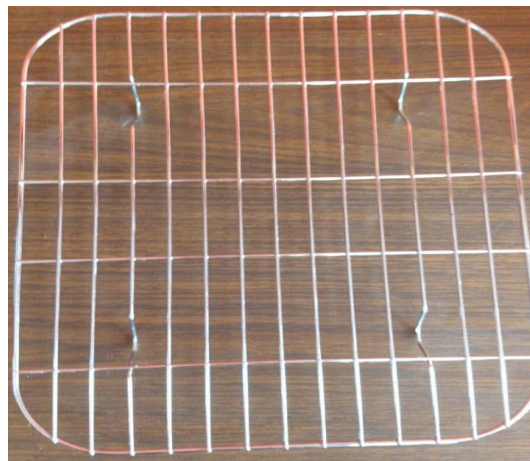
## Ramequin



**Figura 48. Ramequin (Fuente propia, 2020).**

Pequeño recipiente redondo de bordes rectos, de 8 a 10 cm de diámetro, de acero inoxidable, de porcelana o de cristal templado, utilizado para cocer y servir a la mesa, en porciones individuales, distintos entrantes calientes.

## Rejilla para enfriar



**Figura 49. Rejilla para enfriar (Fuente propia, 2020).**

Utensilio de cocina ideal para enfriar bizcochos o galletas y así evitar la humedad.

## Sifón



**Figura 50. Sifón (Fuente propia, 2020).**

Utensilio básico en la cocina moderna, para la realización de espumas, aires y bizcochos. Cuenta con diferentes boquillas que se pueden cambiar y es necesario las cargas de N<sub>2</sub>O.

## Silpat



**Figura 51. Silpat (Fuente propia, 2020).**

Es un tapete revestido de silicón aptas para el contacto con los alimentos. Esta se coloca en una bandeja de cocción con la finalidad de que los alimentos que se van a hornear no se

peguen también se puede usar para congelación. Es de fácil limpieza garantizando así su durabilidad.

### Soplete



**Figura 52. Soplete (Fuente propia, 2020).**

Instrumento compuesto de una pequeña bombona de gas y una boquilla que es por donde sale y se convierte en llama al tomar contacto con el fuego, que es utilizado para quemar la superficie de géneros o elaboraciones napadas con salsa o cubiertas de azúcar.

### Termómetro



**Figura 53. Termómetro (Knifetux, 2020).**

Utensilio utilizado para medir la temperatura de los alimentos. Pueden ser digitales con sonda o con láser o de columna líquida en vidrio.

### **Thermomix**



**Figura 54. Thermomix (Thermomix México, 2020).**

Robot de cocina que es capaz de preparar casi cualquier platillo ahorrando tiempo. Se implementa para fermentar, para cocinar al vacío o espesar alguna salsa.

### **TÉCNICAS MÁS USADAS EN LA REPOSTERÍA CONTEMPORÁNEA**

Actualmente los grandes precursores de la repostería contemporánea han utilizado las técnicas más comunes para la preparación de los postres antes mencionados. Cabe recalcar que las técnicas que a continuación se mencionarán son de carácter importante para la realización de un sinnúmero de preparaciones y con las cuales trabajaremos para la elaboración de las muestras.

#### **Almíbar**

Líquido dulce preparado al calentar agua con azúcar.

#### **Baño maría**

Procedimiento culinario a mantener caliente una salsa, un potage, a fundir elementos sin que se quemem o bien a cocer muy lentamente alimentos con el calor del agua hirviendo. Consiste en situar el recipiente en el que se halla la preparación en otro recipiente de mayor tamaño, que

contiene el agua en ebullición. En todos los casos es preciso evitar que el agua hierva con excesiva fuerza, ya que podría penetrar la preparación.

### **Batir**

Mezclar los ingredientes con un movimiento regular hasta obtener una preparación homogénea perfectamente mezclada. Puede hacerse con una batidora de varillas, batidora de pie o manual eléctrica.

### **Caramelizar**

Transformar azúcar en caramelo calentándolo a fuego lento. Esta manipulación culinaria que exige precisión, se emplea sobre todo en pastelería.

Calentar juntos agua y azúcar a la temperatura de 190°C hasta que el almíbar alcance un color marrón oscuro y una consistencia apta para recubrir los alimentos.

Significa igualmente procurar que adquiera color bajo el grill la parte superior de una elaboración de pastelería espolvoreada con azúcar.

### **Caramelo**

Azúcar cocido, más o menos oscuro en función del calor. Si se calienta a más de 150°C, el jarabe de azúcar cambia de color, pierde poco a poco su poder endulzante, mientras que su olor a quemado, en principio discreto y ligero, se acentúa cada vez más. En el último estado de cocción, resulta tan acre que no se puede consumir.

### **Cocer a punto de napa**

Cocinar una elaboración hasta que cubra una espátula sin derramarse por los lados. Al marcar una raya con el dedo en la espátula, debe mantenerse intacta.

### **Coulis**

Los coulis de frutas son salsas preparadas con frutas carnosas y bien perfumadas. Se realizan en crudo, o con unos pocos minutos de cocción, con frutos rojos (grosellas, fresas, frambuesas) o amarillos (albaricoques, ciruelas), silvestres (moras, arándanos) o exóticos (kiwis). Los coulis de fruta se suelen servir como acompañamiento de postres calientes o fríos, helados o frutas cocidas.

### **Compota**

Preparación de frutas, frescas o desecadas, cocidas enteras o en trozos en un almíbar poco concentrado.

### **Confitar**

Preparar ciertos alimentos cubriéndolos de azúcar o sumergiéndolos en almíbar (confitería, frutas confitadas).

### **Craquelin**

Pequeña elaboración de pastelería, ligera y crujiente. Puede tratarse de una galleta (petit-four seco). También se llama craquelin a los trocitos de tamaño medio de guirlache que se incorporan a ciertas preparaciones, como el interior de bombones, chocolates pralinés, crema de mantequilla, etc.

### **Crumble**

Especialidad británica tradicionalmente preparada con frutas (manzana, pera, melocotón o cereza) recubiertas de pasta desmenuzada gruesa, hecha de una mezcla de mantequilla, harina y azúcar, y a veces almendras en polvo. Esta pasta se espolvorea encima de la preparación antes de la cocción.

### **Dacquoise**

Bizcocho compuesto de claras de huevo y una mezcla de azúcar glas y azúcar en polvo, seco en su interior y blando y mullido en su exterior, como un macarrón liso. Este bizcocho, tradicionalmente enriquecido con almendras, puede llevar asimismo avellanas, pistaches, coco o especias. Se utiliza a menudo como soporte de postres de pastelería.

### **Esponjamiento**

Operación dirigida a introducir un gas en forma de burbujas en una preparación líquida o sólida. Mediante el esponjamiento de la nata se obtiene nata montada.

### **Fermentación**

Transformación espontánea o provocada de determinados elementos orgánicos de los alimentos, debido a la influencia de levaduras o de bacterias. Estos microorganismos están presentes de forma natural en los alimentos o se añaden por necesidades de una elaboración.

### **Fleurer**

Echar unas pizcas de harina sobre una superficie de trabajo o en un molde para evitar que la pasta se pegue. En panadería, la palabra significa espolvorear de harina la superficie de un pan.

### **Forrar**

Se forra el fondo y las paredes de un molde de pastelería con una placa de masa, que se adapta con un cortapastas o pasando el rodillo de pastelería sobre los bordes del molde después de llenar dicha placa para eliminar el excedente.

### **Genovesa**

Es uno de los bizcochos clásicos que se utiliza como base para distintas elaboraciones de tartas y pasteles, ya que es una elaboración algo seca, elástica y ligera. Se caracteriza también porque no lleva levadura o impulsor, sube por la aireación con huevo y azúcar, es decir, los huevos se baten enérgicamente para que atrapen aire en su interior

### **Glaseado**

Gelatina líquida a base de mermelada de albaricoque tamizada o jalea de grosella, a la que se suele añadir un gelificante. El glaseado rubio o rojo otorga un acabado brillante a las tartas de frutas, así como a los babas, savarins y a varios postres. También ejerce una acción protectora, pues evita que las frutas se oxiden o lleguen a secarse. Un glaseado con chocolate también recibe el nombre de “espejo”.

### **Glasear o abrillantar**

Hace que una preparación culinaria quede brillante untándola con un elemento que mejore su presentación. Para preparaciones frías, se realiza con gelatina lista para cuajar. Para ciertos postres y elaboraciones de pastelería, el brillo se obtiene con jalea de frutas o con una capa de napado.

### **Hornear en blanco**

Prehornear u hornear una base tarta cubierta con papel sulfurizado y legumbres por encima u otro peso a tal efecto para evitar que la masa se infle durante la cocción.

### **Infusión**

Preparación obtenida cuando se hace la infusión de una sustancia aromática en un líquido muy caliente que luego se deja enfriar.

También, verter un líquido hirviendo sobre una sustancia aromática y esperar a que se carguen de los aromas y los sabores de ésta, al tiempo que se enfría.

### **Macerar**

Remojar, durante un tiempo determinado, alimentos crudos, secos o confitados, hierbas o especias, en un líquido (aguardiente, licor, aceite, mezcla agridulce, jarabe, vino) para conservarlos o para que se impregnen de su perfume. La maceración se realiza sobre todo con las frutas.



Cuando se ponen a macerar frutas en un aguardiente más o menos diluido o en azúcar, este penetra en la pulpa, que a su vez le cede una parte de su agua natural y de sus principios aromáticos y sápidos.

### **Merengar**

Cubrir o decorar con pasta de merengue (merengue italiano o claras de huevo batidas con azúcar) un postre o una elaboración de pastelería, que a continuación se pasan por el horno bajo el grill para darles un color dorado de superficie. Se denomina de la misma manera el hecho de incorporar azúcar en polvo en las claras de huevo batidas a punto de nieve.

### **Mousse**

Dispersión de un gas en forma de burbujas en un líquido (mousse líquida) o en un sólido (mousse sólida). En cocina, se trata de una preparación salada o dulce, ligera, compuesta de ingredientes finamente batidos, que son esponjados o se les añade una espuma (claras batidas a punto de nieve, sabayón, nata montada, etc.). Las mousses en ocasiones se enmoldan (se les añade un agente gelificante, como la gelatina). Algunas también se sirven calientes.

En pastelería, las mousses de fruta se componen de purés de fruta gelatina, nata montada y merengue italiano. Las de chocolate contienen chocolate fundido, nata líquida o azúcar cocido, yemas de huevo, clara de huevo y/o nata montada. La aparición de las mousses en la década de 1970 permitió aligerar la pastelería, sobre todo los entremets y los pastelillos.

### **Pintar**

Untar una pasta, con la ayuda de un pincel, con huevo batido, eventualmente desleído con un poco de agua o de leche. Este pintado permite obtener después de la cocción una corteza brillante. Se pintan con huevo entero o solo con yemas los hojaldres, las empanadas y los pies.

### **Praliné**

Caramelo que consiste en una almendra cubierta con azúcar caramelizado, similar a las almendras garapiñadas. El praliné es una especialidad de Montargis desde 1630, fecha en la que su inventor, Lassagne, officier de bouche del duque César de Choiseul, conde du Plessis-Praslin, eligió esta ciudad para retirarse. Según explica la leyenda, Lassagne, viendo como un pinche mordisqueaba restos de caramelo con almendras, tuvo la idea de dorar almendras enteras en azúcar. La golosina que consiguió obtuvo un gran éxito y contribuyó, según se dice, a ciertos éxitos diplomáticos, cuyo mérito se atribuyó por completo el mariscal du Plessis-Praslin, ministro de los reyes Luis XIII y Luis XIV.

El praliné se ha convertido en una elaboración de confiterías de feria, cocida al aire libre en un utensilio de cobre. En este caso a veces se reemplaza la almendra por cacahuetes, que son más baratos.

### **Sableé**

Pequeña galleta seca y friable, la mayoría de las veces redonda, de diámetro variable y a menudo con el borde acanalado. Los sables se elaboran con harina, mantequilla, yemas de huevo y azúcar. Se pueden aromatizar con limón, aderezarlos con almendras en láminas o uvas pasas, glasearlos con chocolate o cubrirlos con confitura. Los fondos sables sirven para elaborar tartaletas y barquillas, que a menudo se rellenan con crema o con fresa.

### **Sirope**

Es un almíbar compuesto de azúcar y agua hervida con graduación baja. Se llama almíbar a una mezcla de agua y azúcar cocida cuando alcanza el punto deseado, según el empleo que se le vaya a dar.

### **Temperado de chocolate**

Descristalización y cristalización de la manteca de cacao calentándolo y posteriormente enfriándolo.

### **Tulipe**

Pastelería ligera, compuesta por mantequilla, azúcar lustre, harina y claras de huevo. La flexibilidad de la pasta todavía tibia permite darle una forma de tulipán y disponerla en molde de brioche. Las tulipes se sirven frías y crujientes, con nata montada o como acompañamiento de ciertos postres helados.

## **REPRESENTANTES DE LA REPOSTERÍA CONTEMPORÁNEA**

### **JORDI ROCA**



**Figura 55. Jordi Roca (Pujol, 2018).**

De acuerdo con sabor Madrid Jordi nació en 1978 en Gerona, España. Creció entre las mesas del restaurante de sus padres Monserrat Fontané y Josep Roca. Al concluir sus estudios en la escuela de hostelería de Gerona se integra primero al restaurante de sus padres y tiempo después al Celler de Can Roca, que pertenecía a sus hermanos Joan Roca y Josep Roca, donde se encarga de la repostería del restaurante.

En 2003 recibe el premio al mejor pastelero del año otorgado por la guía Lo Mejor de la Gastronomía.

Jordi creó junto a su esposa Alejandra Rivas el Rocambolesc, una heladería artesanal, con la intención de recuperar el carro de postres del Celler de Can Roca que desapareció cuando él se hizo cargo de la repostería del restaurante.

El junto a sus dos hermanos son acreedores de tres estrellas Michelin y tres soles de la guía Repsol (López, 2003).



**Figura 56. Viaje a la Habana (Pujol, 2018).**

Una de las aportaciones más importantes de Jordi ha sido integrar sabores diferentes a los helados, como podemos ver en viaje a la Habana, donde presenta un helado con sabor a puro y es en su proyecto Rocambolesc donde cuenta con una gran variedad de sabores de paletas y helados.

## **PACO TORREBLANCA**



**Figura 57. Paco Torreblanca (Torreblanca, 2019).**

De acuerdo con Cielo, Mar y Tierra revista gastronómica (2018), Paco Torreblanca nació en 1951 en Villena (Alicante), Paco Torreblanca llegó de manera accidental al mundo de la repostería. De abuelos panaderos, su padre estudiaba Arquitectura en Barcelona. A los 12 años,

sus padres lo mandan a Francia, donde recibió su formación como repostero y fue ahí donde descubrió su pasión, así como todo un mundo de posibilidades creativas.

En 1978, de regreso a España, abre en Elda la primera Pastelería Totel, que más tarde abriría dependencias en otras ciudades.

En 1979 y 1981, obtuvo la Medalla de Oro en Maicop; así mismo, en 1988 recibe el premio al Mejor Maestro Artesano Pastelero de España y dos años después, en 1990 recibe el de Mejor Pastelero de Europa.

Además de su trabajo creativo como repostero, Paco Torreblanca también se ha dedicado a la divulgación de la repostería a través de diversos libros.

## JESÚS ESCALERA



**Figura 58. Jesús Escalera (Charlesworth, 2018).**

Nació en 1986, es originario de Utrera, Sevilla España. Empezó su camino al mundo gastronómico cuando a los 15 años trabajo en una panadería, a los 16 decidió estudiar cocina en la escuela de hostelería Heliópolis en Sevilla, y a su vez trabajaba en varios restaurantes de la ciudad.

Fue jefe de pastelería del Bulli Hotel, del restaurante Casa Marcelo, TheFatDuck incluso del restaurante el Bulli. Después de dirigir la cocina del restaurante Benazuza en Cancún decidió

comenzar junto a Fernanda Covarrubias un proyecto dedicado a los postres, es así como nace la pastelería.

En el año 2018 fue nombrado como Best Pastry de Latinoamérica por Latin America's 50 Best, así mismo, la pastelería fue nombrada mejor espacio dulce de México; según Food and travel reader awards de México (Rojas, 2016).



**Figura 59. Bosque (Escalera, 2019).**

## **CEDRIC GROLET**



**Figura 60. Cedric Grolet (Bourgies, 2018).**

Nació el 28 de agosto de 1985 en Firminy Francia. Comenzó en el mundo de la pastelería cuando tenía 13 años junto a su abuelo quien era el encargado de un hotel, curso dos años de

repostería para después mudarse a París cuando cumplió los 21 años, es ahí donde realizó dos años más de estudios complementarios.

A la edad de 25 años se une a Yannick Alléno y Camille Lescq en Le Meurice, donde es actualmente el repostero.

El trabajo de Cedric se enfoca a recrear figuras de frutas con diferentes texturas y sabores y a reinterpretar los postres tradicionales franceses, siendo estos sus mayores aportaciones a la repostería (Grolet, 2018).



**Figura 61. Litchi (Grolet, 2019).**

## AMAURY GUICHON



**Figura 62. Amaury Guichon (Bergson, 2018).**

Comenzó su carrera con tan solo 16 años, estudió en Suiza y en Lenotre Francia en donde ganó un premio al Mejor Aprendiz de Francia.

En 2014 fue nombrado subgerente en Jean Philippe Patisserie ubicado en el Aria Resort Hotel & Casino en las Vegas, posteriormente, fue nombrado Chef pastelero ejecutivo del mismo sitio. Ganó su fama debido a las exuberantes creaciones que realiza con chocolate, especialmente el cigarro y el reloj de chocolate (Panamafoodie, 2017).





Figura 63. Cigarro de chocolate (Bergson, 2017).



Figura 64. Reloj de café de chocolate (Bergson, 2018).

## PRINCIPALES MATERIAS PRIMAS DE LA REPOSTERÍA

## **Harina de trigo**

Ha sido la base de la alimentación humana; desde las papillas iniciales hasta el ingrediente principal del pan (Martínez, 2010).

Es un producto esencial dentro de la repostería y tiene la finalidad de aportar estructura en la elaboración de postres y panes, da consistencia y aporta valor nutricional como almidón y proteínas, y es pobre en minerales, vitaminas y grasas.

Existen diversos tipos de harinas:

- Harina de fuerza: proviene de granos de trigo duro, ricos en gluten, utilizando para su molienda la parte central del trigo.
- Harina floja: proviene de granos de trigo blanco, de peor calidad, con poco contenido en gluten (Martínez, 2010).
- Fécula: polvos ricos en almidón (80 a 90%) extraídos de cereales o de raíces y tubérculos de alimentos ricos en almidón (Hermé, 2004).
- Harina enriquecida: Bajo esta denominación se incluye la harina a la que se ha adicionado algún producto que eleve su valor nutritivo.
- Harina acondicionada: Bajo esta denominación se comprende la harina cuyas características organolépticas y plásticas se modifiquen o complementen para mejorarlas, mediante tratamientos físicos o adición de productos debidamente autorizados.
- Harina mezclada: Es la resultante de la mezcla de harinas de diferentes cereales.
- Harina integral: Es el producto resultante de la trituration del cereal, previa limpieza y acondicionamiento, sin separación de ninguna parte de él.

## **Leche**

Uso exclusivo de leche de vaca en la repostería; es uno de los alimentos más completos que existe. Es rico en grasas, azúcares, proteína, hidratos, hierro, calcio y vitaminas A y B, que son hidrosolubles (Martínez, 2010).

Secreción natural de las glándulas mamarias de especies domésticas, destinada para consumo humano, es un líquido blanco, opaco, de sabor ligeramente dulce. Contiene 87.5 % de agua, 35 % de proteínas animales, 45% de lactosa, 6% de minerales y vitaminas A y D (Bressanini, 2017).

## **Mantequilla**

La mantequilla es una emulsión de minúsculas gotas de agua dispersas en una grasa, mantenidas en suspensión por las sustancias emulsionantes naturalmente presentes en la leche, que buscan impedir que agua y grasa se separen. Estas gotitas de agua contienen principalmente proteínas y lactosa. La mantequilla debe incluir un mínimo del 80% de grasas y un máximo del 16% de agua.

La mantequilla es normalmente sólida a temperatura ambiente y se funde alrededor de los 37°C. Sin embargo, su punto de fusión no está bien definido; a medida que se calienta, la mantequilla se vuelve blanda y untable y solo al llegar a los 40°C está completamente fundida.

La calidad de la mantequilla la determina el aspecto, textura, consistencia, olor y sabor. Las de mejor calidad son de color amarillo sin ser demasiado duras, buen sabor y de buena conservación (Bressanini, 2017).

## **Nata**

La crema líquida fresca batida con el batidor de barilla o batidora eléctrica, aumenta de volumen y, gracias a esa aportación de aire, da como resultado la nata montada y, cuando se le añade azúcar, la crema chantilly (Hermé, 2004).

La nata, o crema de leche, es una emulsión de grasa en agua producida por la elaboración de la leche a través de un procedimiento de desnatación. Se puede considerar a la nata como una especie de leche concentrada en grasas.

Nata fresca pasteurizada. La nata fresca es la que típicamente se utiliza en pastelería. Tiene un porcentaje de grasas habitualmente del 35-36%. Es el punto de partida para preparar la mantequilla, la nata montada o chantilly, la panna cotta, etcétera (Bressanini, 2017).

Concentrado de materia grasa de la leche, de color blanco marfil y consistencia untuosa, que comprende de 30 a 40% de materia grasa, elementos no grasos y agua. La nata fresca designa la nata cruda o pasteurizada, sea líquida o cruda.

La crema de leche o nata que se forma en la superficie de la leche cruda hervida, se emplea en pastelería familiar, para enriquecer ciertos pasteles (LAROUSSE, 2011).

## **Azúcar**

Sacarosa obtenida de la remolacha y de la caña de azúcar. Se trata de un alimento de fácil asimilación que aporta gran cantidad de energía, pero no vitaminas ni minerales. Su calidad vendrá marcada por el grado de pureza, forma y color (Martínez, 2010).

Sustancia de sabor dulce que se forma naturalmente en las hojas de numerosas plantas y se concentra en sus raíces o tallos. Hay azúcar de arce en Canadá, en la palmera datilera en África, el sorgo, en la uva, etc., pero sobre todo se extrae de la caña de azúcar en las regiones tropicales y de la remolacha azucarera en las regiones templadas.

Propiedades del azúcar:

La principal característica de los azúcares es la de satisfacer el instinto de búsqueda de dulce. Esta es la propiedad más empleada en pastelería, tanto para endulzar como para atenuar el sabor amargo de otro producto, como el café o el cacao, o el ácido del limón o del yogur. La sensación de dulzor que sentimos comiendo un dulce siempre está influida, además de por el tipo de azúcar, también por otros factores, como la temperatura, el PH y los demás ingredientes.

Proporcionan estructura deseada a los productos una vez se ha evaporado, parcial o totalmente, el agua. En el caso de un merengue la sacarosa cristalizada actúa como soporte para las proteínas de la clara. Al añadirlo a una masa, los azúcares interfieren con la formación del gluten, con la coagulación de las proteínas del huevo y con la gelatinización de los almidones. Es por esto que es tan importante la cantidad de azúcar que se le añade a una masa quebrada dulce: esta debe ser friable, débilmente unida por las proteínas del huevo, con poca formación de gluten.

Forman cristales. La formación de estos puede ser deseada y favorecida, como en el caso de los caramelos o palanquetas. En otros casos la formación de cristales es un factor que hay que evitar como en los glaseados o en los helados. Para impedir la formación de estos cristales se le puede añadir al azúcar una pequeña cantidad, 5-10% de otro azúcar, normalmente glucosa o fructuosa.

Se deshacen. Todos los azúcares son muy solubles, tanto que forman jarabes densos y viscosos. Cuanto más le gusta el agua a un azúcar, más logran sus moléculas deshacerse en la misma cantidad de agua.

Absorben humedad. Esta propiedad llamada higroscopicidad tiene características positivas y negativas en pastelería. Representa un problema cuando espolvoreamos a una tarta o galletas con azúcar glas y el ambiente no está completamente seco, al cabo de un tiempo el azúcar absorberá la humedad del aire deshaciéndose y formando un jarabe pegajoso. En otros casos la afinidad de los azúcares con el agua se busca, para mantener húmedos los productos. Como algunas tartas o plump cake. En este caso se dice que los azúcares sirven como humectantes.

Caramelizan. La dorada superficial y en parte interna de muchos productos de horno se debe principalmente a la reacción de Maillard. Esta reacción produce una serie de compuestos aromáticos y sabrosos de color oscuro y se inicia rápidamente solo a temperaturas superiores a 140°C. La reacción de Maillard se da entre las proteínas y algunos azúcares que los químicos llaman reductores.

Conservan. Los azúcares son conservantes precisamente porque tienen una gran afinidad con el agua: hacia ellos y, de esta manera, se la quitan a los microorganismos como mohos o bacterias que la necesitarían para vivir y reproducirse (Bressanini, 2017).

Derivados del azúcar:

- Azúcar moreno: de color marrónáceo, posee más del 80% en contenido de sacarosa. Es denominado azúcar integral. Carameliza antes, aporta más color, tiene más sabor y aroma.
- Azúcar refinado: es el más puro, obtenido por refinación de un azúcar crudo o cristales de azúcar. Casi tiene un 100% de su contenido en sacarosa.

- Azúcar glas: azúcar cristal blanco, refinada o no y reducida a polvo impalpable y adicionada con un 3 por 100 de almidón de maíz para evitar su apelmazamiento (Ducasse, 2008).

## **Sal**

Se usa en cantidades pequeñas, como una especia, para realzar a veces ciertos perfumes o para neutralizar un dulzor excesivo (Hermé, 2004).

Realza los sabores, ayuda en las masas a que aumenten su elasticidad, le da cuerpo y la hace maleable, controla el proceso de fermentación frenando la actividad de la levadura y estabilizándola para que no crezca en exceso, en el horno ayuda a absorber humedad y mejora el color de la masa.

## **Huevo**

Son la base de la mayor parte de las cremas (inglesas, pastelera, etc.), de las mousses y de la salsa sabayón. Aportan a las masas texturas, riqueza, perfume, untuosidad y sabor. permiten espesar, ligar y emulsionar. La yema sirve para los dorados. Las claras se montan a punto de nieve (Hermé, 2004).

La función principal del huevo, especialmente cuando se añade en la masa es la de proporcionar estructura. Con la cocción las proteínas del huevo coagulan, estas junto con la harina crean un andamio capaz de mantener en pie a los demás ingredientes: almidón, azúcar, agua y demás. En las galletas la función principal de huevo es ligar los ingredientes entre sí.

La clara en pastelería. Cuando se bate, la clara incorpora tanto aire que puede aumentar hasta ocho veces su volumen. Las proteínas de la clara al desnaturalizar y, sucesivamente, coagular con el calor, proporcionan estructura a muchos productos, ayudando a los demás ingredientes estructurales como el azúcar y los almidones. A los 61°C las proteínas de la clara empiezan a coagular y forman un gel (Bressanini, 2017).

## **Cacao**

Producto extraído de los frutos de un árbol tropical de la familia de las malváceas. Los granos que se extraen cuando están maduros son de color amarillo oscuro se apilan para que la

fermentación desarrolle su aroma, y luego se les aplican diversos tratamientos para conseguir chocolate

El chocolate es una mezcla de pasta de cacao y de azúcar en proporciones establecidas por la reglamentación. puede incluir además manteca de cacao, frutas o aromas en cantidades estipuladas (Hermé, 2004).

Existen derivados como son:

- Cacao en polvo: se pulveriza la pasta más o menos desengrasada, para dar un cacao sin grasa o un cacao normal y amargo. Inventado por el holandés Van Houten en 1828.
- Chocolate blanco: se compone de manteca de cacao (20% como mínimo), leche, azúcar y esta perfumado con esencia de vainilla, no contiene pasta de cacao.
- Chocolate amargo: contiene un mínimo de 43% hasta un 75% de cacao.
- Chocolate con leche: contiene un mínimo de 25% de cacao. A la pasta se le añade leche en polvo o concentrado y a menudo vainilla.
- Pasta de cacao: es la materia prima de todos los productos a base de cacao y de chocolate. Esta masa untuosa y amarga se obtiene mediante molienda de granos fermentados, seleccionados, lavados, pelados y tostados, pero con su materia grasa natural.
- Manteca de cacao: materia grasa natural que se extrae de la pasta de cacao. Es inodora e incolora, y confiere al chocolate la fluidez que permite cubrir pasteles y productos de confitería. Es rica en ácidos grasos saturados. En cuanto a la manteca de cacao Mycryo, es una manteca de cacao puro criogenizada, de sabor neutro. Permite trabajar de forma muy rápida el chocolate de cobertura. También se utiliza como sustituto de la gelatina en las cremas baravesas, las mousses, etc.
- Pepitas de cacao: trocitos de granos de cacao torrefactos, separados de la cascara y triturados. Comúnmente llamados nibs. Las pepitas de cacao, que se utilizan en la confección de pasteles y productos de confitería, son apreciadas por su textura crujiente y su aroma a cacao tostado.
- Almendra de cacao: sin moler, permite aromatizar ciertos aperitivos o licores, como la crema de cacao.

## **Vainilla**

Es la especia más usada en pastelería. tiene un sabor suave y perfumado y se presenta en vainas frescas, en polvo, en extracto o en forma de azúcar de vainilla (Hermé, 2004).

Fruto de la planta trepadora del mismo nombre, perteneciente a la familia de las orquidáceas, originaria de México. Se recolecta inmadura, y a continuación sufre una fermentación. La vaina, fina y alargada, se cubre de una capa de cristales de vainilla, sustancia que le da su sabor característico. La vaina contiene un gran número de semillas negras minúsculas.

La vainilla proviene del océano Índico, de la Guyana, Guadalupe, Reunion (vainilla bourbon), Tahití, México, etc.

La vainilla se vende de varias formas.

- Vainas: frescas y enteras, acondicionadas en un frasquito de vidrio, la mejor y más cara.
- Polvo: frutos secos y molidos que dan un producto pardo oscuro, puro o endulzado.
- Extracto: líquido o seco, obtenido por maceración en alcohol y luego por percolación o infusión en un almíbar de azúcar, más o menos concentrado, que se conserva en tarros.
- Azúcar avainillado: azúcar que contiene menos un 10% de vainilla, obtenido mediante una mezcla de extractos secos de vainilla y de sacarosa.

La vainilla se emplea sobre todo en pastelería, para aromatizar cremas, pastas de bizcochos, helados, compotas, frutas cocidas, postres emplatados, etc., en confitería y en chocolatería.

## **Grenetina**

Suele comercializarse en polvo o en hojas translúcidas. Se usan muy a menudo para mousses, carlotas y jaleas, entre otras preparaciones (Hermé, 2004).

## **Polvo para hornear**

Impulsor formado por un acidulante, un separador y un gasificante. Es utilizado en bizcochos, magdalenas o dulces, puesto que se agrega a las masas disuelto en harina, se mezcla bien y se



introduce en el horno rápidamente (no hay que esperar ningún tipo de fermentación, ya que se expande rápidamente en contacto con el calor intenso) (Martínez, 2010).

### **Bicarbonato de sodio**

Es un componente importante de la levadura en polvo. Se debe guardar en un lugar seco, fresco y oscuro. En combinación con ingredientes ácidos, como la leche mazada, el yogur o el cremor tártaro, hace que las masas aumenten de volumen.

### **Colorante**

Aditivo destinado a modificar el color de un producto alimentario industrial o de un plato cocinado, en su masa o en superficie. La confitería y la pastelería, los productos lácteos y las bebidas son las ramas de la industria alimentaria en las que más se emplean los colorantes, naturales o sintéticos.

Colorante de origen natural. Casi todos son de origen vegetal, salvo el carmín; la riboflavina amarilla, extraída de la leche, del trigo, del hígado o de los huevos; el caramelo y el carbón vegetal. Entre los vegetales se encuentran:

- **Amarillo.** La curcumina, extraída de la cúrcuma, para bebidas, mostazas, embutidos y productos lácteos.
- **Amarillo/Rojo.** Los carotenoides, extraídos de la zanahoria, del tomate, del pimentón, para mantequillas, quesos, helados, jarabes, licores, confitería, y también las xantofilas, extraídas de algas y setas, para mantequillas, quesos, confituras, bebidas, purés y sopas, y caramelos.
- **Rojo.** El rojo de remolacha, obtenidos a partir de raíces de remolacha hervidas.
- **Violeta.** Los antocianos, extraídos de la berenjena, de la grosella negra, de la col roja, para helados, jarabes, aceites y embutidos.
- **Verde.** La clorofila y sus derivados, utilizado en mostazas, bebidas, verduras en conserva, potages, salazones, confituras.

Colorantes sintéticos. Los colorantes azoicos, casi todos rojos, constituyen el grupo más importante: azorrubina, amaranda, rojo cochinilla A, pigmento rubí (solo para las cortezas de quesos). En el mismo grupo también están el negro brillante, la tartracina (amarilla, para los pescados secos). El azul patentado V y el verde brillante derivan del trifenilmetano. El rojo eritrosina deriva del xanteno, la indigotina del índigo.

Colorantes de superficie. Principalmente, el carbonato de calcio, el dióxido de titanio, óxidos de hierro, el aluminio, la plata y el oro.

### **Levadura**

Hongo microscópico unicelular utilizado para la fermentación de pastas llamadas “levantadas”. La levadura de panadero o la de cerveza se compra fresca y necesita un cierto tiempo para actuar cuando se introduce en la masa. Se alimenta de los azúcares que aporta el almidón de la harina y los transforma en gas carbónico y en alcohol etílico, lo cual permite que aumente el volumen de la masa. Esta fermentación “alcohólica” propicia la formación de alvéolos en la miga de pan o la masa de los pasteles.

La levadura química es una mezcla de sustancias químicas: bicarbonato de sosa o carbonato de amoníaco asociado con crémor tártaro, ácido tártrico o fosfato de aluminio sódico, y con un excipiente (harina, almidón o carbonato de cal alimentario). Tiene los mismos efectos que la levadura de cerveza, pero actúa directamente con el calor de la cocción. Se emplea en pastelería casera, pero no posee las cualidades nutricionales de la levadura natural (rica en proteínas y en vitaminas B).

# METODOLOGÍA

## DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

La presente investigación se centra en el estudio de carácter mixto, que de acuerdo con Hernández y Mendoza (2008), los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio.

Dicha investigación se desarrolló en dos etapas:

Documental, donde se eligieron productos que se cosechan y/o elaboran en la región. Los lugares importantes para la realización de entrevistas son los mercados públicos y vendedores locales en parques y puntos estratégicos para su comercialización. San Cristóbal de las Casas y Chiapa de Corzo, fueron los dos municipios importantes ya que cuentan con un amplio contenido de productos hechos en Chiapas. En San Cristóbal de las Casas la actividad de campo se realizó en dos lugares importantes, el mercado viejo con una gran variedad de frutas traídas de diferentes partes del estado, donde fuimos ilustrados por los mismos locatarios sobre el producto que se ofrece explicando las temporadas y de donde proviene; y el mercado de dulces y artesanías ámbar donde productoras de dulces ofrecen la variedad de ellos con la mejor calidad y 100% artesanal, de igual manera explicando el proceso de elaboración y la calidad de vida. En Chiapa de Corzo, su principal punto fueron los locatarios alrededor del parque central explicando la elaboración de algunos dulces y bebidas elaborados en ese municipio, los dos más importantes fueron la mistela y el suspiro. Cabe recalcar que los productos antes mencionados para la elaboración de este proyecto se adquirieron con los mismos locatarios para la elaboración de las pruebas sensoriales y de los 10 postres elaborados.

Experimental, que se desarrolló aplicando pruebas sensoriales en dos etapas, la primera con las autoras de este trabajo para conocer las propiedades organolépticas de cada uno de los productos elegidos y para definir la asociación de sabores y colores entre ellos, y la segunda

etapa, con los alumnos elegidos de la licenciatura en Gastronomía llenando una papeleta para la calificación de cada postre presentado.

## **POBLACIÓN**

Productores de las regiones donde la materia prima seleccionada es cosechada o elaborada y con alumnos de séptimo a octavo semestre de la licenciatura en Gastronomía de la Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos de la UNICACH.

## **MUESTRA**

Para la realización de esta investigación se seleccionaron a los mercados más importantes en cuanto a variedad de productos, mercado viejo donde siempre tienen frutas de temporada y mercado de dulces y artesanías ámbar que se ha distinguido por tener una variedad extensa de dulces; y locatarios de Chiapa de Corzo. La selección de estos lugares fue basada en el extenso surtido de los productos y la accesibilidad de compra y venta, se hicieron las entrevistas a 15 locatarios ya que más de 1 vendían de 2 a 3 productos seleccionados, y a un grupo de 25 alumnos de la Licenciatura en Gastronomía para la aplicación de las pruebas sensoriales y el llenado de la misma.

## **MUESTREO**

En este estudio, se trabajó con un muestreo no probabilístico ya que investigaciones anteriores han demostrado mejores resultados. En el muestreo no probabilístico se seleccionaron a 250 sujetos de la Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos, recalando que dichos sujetos tienen en común ser estudiantes de la Licenciatura en Gastronomía; no considerando a alumnos de otras licenciaturas debido a que no cuentan con tanta experiencia en el ámbito culinario. Este tipo de muestreo es discrecional formando parte del no probabilístico.

El muestreo discrecional es comúnmente conocido como muestreo intencional. En este tipo de toma de muestras, los sujetos son elegidos para formar parte de la muestra con un objetivo específico. Con el muestreo discrecional, el investigador cree que algunos sujetos son más adecuados para la investigación que otros. Por esta razón, aquellos son elegidos deliberadamente como sujetos (Explorable, 2009).

## **VARIABLES**

Las variables dependiente e independiente son las dos variables principales de cualquier experimento o investigación.

La independiente (VI) es la que cambia o es controlada para estudiar sus efectos en la variable dependiente. Puede valerse por sí sola y no es afectada por nada de lo que haga el experimentador ni por otra variable dentro del mismo experimento; de ahí su nombre de “independiente” (Ramírez, 2018).

VARIABLES DEPENDIENTES: Elaboración de postres contemporáneos a base de productos chiapanecos.

VARIABLES INDEPENDIENTES: Sabor, textura, consistencia, presentación, combinación de sabores olor y color.

## **INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN**

Se realizó una papeleta de evaluación sensorial (Tabla 2) a los sujetos de la facultad de Ciencias de la Nutrición y alimentos, de la Licenciatura en Gastronomía, dichos sujetos tenían diferentes grados académicos y por lo consiguiente distintos conocimientos en el área gastronómica.

Se requiere el nombre del alumno y la fecha de realización, la finalidad es evaluar mediante una escala de diferencial semántico, representada en una línea recta con 7 niveles siendo 7 la calificación más favorable y 1 la menos favorable que determine las características del postre, así el alumno es capaz de otorgarle una calificación (Anexo 1).

## **TÉCNICAS DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN**

Se realizó una revisión documental en revistas, libros, enciclopedias, internet y artículos publicados que se dedican al campo de estudio seleccionado, donde se recopiló información importante sobre las características de la materia prima, así como su tiempo de cosecha.

Los grandes precursores de la repostería contemporánea y sus más importantes creaciones y aportaciones. Las técnicas e ingredientes más empleados en la repostería.

Pruebas descriptivas cuyo objetivo define las propiedades organolépticas y características de los productos.

Investigación de campo visita a los productores de las regiones para la explicación de temporadas de cosecha y (terruño, clima, como el agua) de los productos seleccionados.

Aplicación de prueba sensorial a 250 alumnos de la licenciatura en gastronomía.

A continuación, se presenta la papeleta de análisis sensorial para las recetas que se proponen como resultado del trabajo para elaboración de tesis profesional.

Solicitamos su colaboración para evaluar cada una de las muestras en cuanto a: presentación, sabor, consistencia o textura, aceptabilidad general. Seleccionando con una “X” el descriptor que mejor refleja su posición ante cada uno de estos atributos.

La casilla Valoración (1 a 5) será marcada con numeración siendo 1 la menor y 5 la mayor calificación obtenida.

La casilla Valoración Global quedará intacta ya que los elaboradores del recetario lo utilizaran posteriormente.

**Tabla 2. Evaluación sensorial de los postres.**

Nombre de la Receta:
----------------------

Descriptor	Presentación	Sabor	Consistencia/ Textura	Aceptabilidad General	Valoración (1 a 5)
Me gusta mucho					
Me gusta					
Me gusta un poco					
Ni me gusta, ni me disgusta					
Me disgusta un poco					
Me disgusta					
Me disgusta mucho					
				Valoración Global	

Fuente: propia, 2019.

## **TÉCNICAS DE ANÁLISIS ESTADÍSTICO**

Los datos recolectados en la papeleta sensorial de los postres se vaciarán en las medidas de tendencia central Excel de Microsoft Windows 10, dado que es un programa informático diseñado para el análisis de datos estadísticos, permite realizar análisis estadísticos simples o más complejos y avanzados.

## **PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS**

El objetivo general del trabajo fue realizado con éxito ya que se ha elaborado un recetario presentando postres contemporáneos aplicando los productos ya mencionados y en base al análisis de las pruebas sensoriales con los 250 alumnos de la Licenciatura en Gastronomía podría tener un impacto bueno comercial en el ámbito repostero ya que existe buena respuesta en cuanto a sabor, estética y calidad, cabe mencionar, que posiblemente exista una desventaja importante en la adición del aguacate a un producto dulce, esto se justifica por que no se tiene visualizado para la repostería.

Una de las propagaciones fuertes de publicidad en la actualidad es la utilización de las redes sociales, y mayoritariamente es utilizada por la población joven-adulta y esa sería una potencia para la distribución de información acerca de esta nueva forma de aprovechar los recursos que el estado ofrece, vender el recetario a empresas que se dediquen a la elaboración de postres de manera profesional ya que se puede estandarizar nuevamente para una presentación más personal.

Para la elaboración de postres contemporáneos es necesario utilizar técnicas que vayan acorde con esta nueva manera de presentarlos y elaborarlos saliéndose de lo tradicional y rutinario. Una de las técnicas más importantes es el glaseado ya que aportan dos cosas, la primera es la presentación haciéndola más llamativa, brillante y con una estética limpia y la segunda es para conservar el producto que está dentro, normalmente los mousses. Previamente se han enlistado las técnicas más usadas para la elaboración de postres contemporáneos y todos han sido de utilidad al momento de realizarlos.

Para llevar a cabo este proyecto se necesitó realizar investigaciones documentales donde toda la información sean verídicas para evitar informaciones erróneas, se trató de buscar en páginas

confiables como SAGARPA, GOBIERNO DEL ESTADO, libros que cuenten con ISBN (Número Internacional Normalizado del Libro).

La realización de los postres fue con la mayor calidad e higiene posible, los productos se consiguieron en los mercados antes mencionados y fue necesario hacer recetas previas como el dulce de higo y la mistela para pasar a la maceración. Las pruebas sensoriales se realizaron en tres partes con distintos grupos de 25 alumnos ya que se tomó en cuenta el tiempo de elaboración, las características de los postres y para evitar la saturación de los sabores en los panelistas, por ejemplo, los mousses y las tartas se realizaron juntos y los demás postres en un segundo tiempo.

En este apartado se muestran los resultados de la investigación en tres momentos, el primero

PRODUCTOS	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
Plátano de cochi	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Café Chiapas	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Caña de azúcar	✓	✓	✓	✓							✓	✓
Mora de castilla			✓	✓	✓					✓	✓	
Durazno					✓	✓	✓	✓	✓			
Piña miel	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Aguacate bola					✓	✓	✓	✓				
Mango ataulfo			✓	✓	✓	✓	✓					
Higo						✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Mandarina	✓	✓								✓	✓	✓
Coco	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Lima	✓	✓								✓	✓	✓
Manzana	✓	✓	✓							✓	✓	✓
Guayaba	✓	✓							✓	✓	✓	✓

es la siguiente tabla que refleja la temporalidad de los productos de la elaboración de tesis profesional, con el propósito de saber en qué meses del año se pueden encontrar los productos



elegidos. Esta tabla se obtuvo mediante la aplicación de una encuesta llevada a cabo con los vendedores de dichos productos.

**Tabla 3. Tabla de temporadas de los productos.**

Fuente: propia, 2019.

Esta papeleta de evaluación fue realizada por los elaboradores de la tesis profesional, con el fin de conocer las texturas y sabores de los productos elegidos. Se obtuvo lo siguiente:

**Tabla 4. Análisis sensorial para el conocimiento de características organolépticas.**

Productos	D u l c e	A m a r g o	Á c i d o	S a l d o	J u l g o s o	B l a n d o	F i r m e z a	P r o m o s o	F r i b o s o	C r e m o s o
Plátano de cochi	✓						✓			
Café Chiapas		✓					✓			
Caña de azúcar	✓				✓		✓		✓	
Mora de castilla	✓		✓		✓	✓				
Durazno	✓	✓				✓		✓		
Piña miel	✓		✓		✓		✓		✓	
Aguacate bola						✓	✓			
Mango ataulfo	✓				✓		✓		✓	
Higo						✓	✓	✓		
Mandarina			✓		✓	✓			✓	
Coco							✓			
Lima		✓			✓		✓		✓	

Manzana	✓				✓		✓	✓		
Guayaba	✓		✓				✓			✓
Cocada	✓						✓		✓	
Miel de caña	✓									
Manjar	✓					✓				✓
Turrón	✓						✓	✓		
Suspiro	✓					✓			✓	
Queso bola			✓	✓			✓			
Jugo de caña	✓									
Tepache	✓									
Mistela	✓									

Fuente: propia, 2019.

La presente tabla muestra las respuestas obtenidas a partir de la realización de entrevistas con productores y/o vendedores de los productos.

**Tabla 5. Descripción de entrevistas a productores**

Productos	¿Producen lo que venden? *	¿Son productos regionales?	¿En qué temporadas los venden?	¿Cuánto tiempo de vida tienen los productos?	¿Es más económico consumir productos de la región?
Plátano de cochi	No	Si	Casi todo el año	10 a 8 días	Si
Aguacate bola	No	Si	Mayo a Agosto	3 a 4 días	Si
Mora	No	Si	Marzo a Mayo y Octubre a Noviembre	3 días	Si
Durazno prisco y Manzana criollo	No	Si	Durazno: Mayo a Septiembre Manzana: Octubre a Marzo	Durazno: 5 días Manzana: 7 días	Si

Piña y Mango ataulfo	No	Si	Piña: todo el año Mango ataulfo: Marzo a Mayo	Piña: 7 días Mango ataulfo: 5 días	Si
Lima y Mandarina	Si	Si	Lima y Mandarina: Octubre a Febrero	Lima: 12 días Mandarina 8 días	Si
Guayaba, Higo y Coco	No	Si	Guayaba: Septiembre a Febrero Higo: Junio a Diciembre Coco: Enero a Marzo	Guayaba: 4 días Higo: 6 días Coco: 12 días	Si
Caña de azúcar	Si	Si	Noviembre a Abril	15 días	Si
Café Chiapas	Si	Si	Diciembre a Marzo	1 mes	Si

Fuente: propia, 2019.

\*En esa pregunta la respuesta “NO” se justifica ya que las personas únicamente se dedican a la venta de dichos productos, es una persona externa la que les provee la materia prima.

La información presentada en esta tabla describe qué dulces se consumen y la calidad de vida de cada producto en base a entrevistas a productoras.

**Tabla 6. Productores de dulces**

Productos que vende	¿Cada cuánto realiza sus productos?	¿En qué festividades se consumen más?	¿Cuánto tiempo de calidad tienen los productos?
Mistela y Suspiro	Mistela: 3 meses Suspiro: 2 días	Mistela: Navidad y Fiesta grande Suspiro: Fiesta grande	Mistela: 2 meses Suspiro: 3 días
Cocada, Turrón y Manjar	Cocada: Cada semana Turrón: 4 días Manjar: 2 días	Fiesta grande y épocas decembrinas	Cocada: 15 días Turrón: 2 a 3 días Manjar: 2 días
Tepache	Cada semana	Feria del Pueblo	7 días

Queso bola	Cada 3 días	Consumo diario	1 semana
Miel de caña	Cada 15 días	Consumo diario	1 mes
Jugo de caña	Cada 3 días	Consumo diario	3 días (refrigeración)

Fuente: propia, 2019.

Como parte de este proyecto de investigación a continuación se muestran las recetas con la intención de dar propuestas atractivas y modernas de postres procurando la variedad, calidad y el consumo de productos regionales, aumentando así el comercio local y la producción de estos.



**ELABORACIÓN DE 10  
POSTRES CONTEMPORÁNEOS  
A BASE DE PRODUCTOS  
CHIAPANECOS**



## ECLAIR CHIFE

RENDIMIENTO: 20 piezas

Tiempo de preparación: 45 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Temperatura de servicio: frio

### Ingredientes para la pasta choux:

- 160 g de harina de trigo
- 250 ml de agua
- 100 g de mantequilla
- 4 huevos
- 3 g de sal
- 5 g de azúcar

### Ingredientes para el manjar de café

- 80 g de almidón de maíz
- 1 l de leche
- 200 g de yemas
- 200 g de azúcar
- 30 g de café

### Decoración:

- Plátano de cochi laminado
- Azúcar



## PROCEDIMIENTO

### Pasta choux

- 1.- Disolver en un coludo el agua, la mantequilla, la sal y el azúcar, llevando a ebullición de manera que la grasa se disperse por toda el agua.
- 2.- Cuando la mezcla hierva añadir la harina tamizada de una vez y de golpe, mezclar alrededor de un minuto con una pala de madera.

- 3.- Bajar el fuego y seguir trabajando la masa, si queda agua no absorbida dejar que se evapore. Trabajarla hasta que la masa se desprenda de las paredes formando una bola.
- 4.- Pasar la masa a la batidora y con la pala enfriar a velocidad baja.
- 5.- Batir los huevos incorporando un poco de aire y añadirlos en tres tandas a la masa que está en la batidora, dejar de batir hasta que la masa caiga en forma de v.
- 6.- Poner la masa en una manga con duya lisa y formar los eclairs sobre una charola con papel encerado. Hornear a 175°C por 15 minutos.

### **Manjar de café**

- 1.- Mezclar el almidón con 80g de leche a temperatura ambiente. Tratar de eliminar todos los grumos.
- 2.- Agregar las yemas al almidón con leche y remover hasta formar una mezcla espesa y sin grumos.
- 3.- En un coludo agregar la leche restante y el azúcar hasta llevar a ebullición. Verter la leche en la mezcla anterior y remover rápidamente con un batidor globo, si continuamos batiendo el manjar comenzará a tomar forma.
- 4.- Agregar el café al manjar y mezclar homogéneamente.

### **Montaje**

Rellenar por abajo los eclairs de manjar de café con ayuda de una manga y una duya lisa. Colocar sobre el éclair las láminas de plátano de cochi, espolvorear azúcar y caramelizar con un soplete.

## MIEL ANANA

Porciones: 20 piezas

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Temperatura de servicio: Frio

### Ingredientes para la pasta choux:

- 160 g de harina de trigo
- 250 g de agua
- 100 g de mantequilla
- 4 huevos medianos
- 3 g de sal
- 5 g de azúcar

### Ingredientes para la crema de piña:

- 100 g crema para batir
- 25 g de puré de piña
- 15 ml de tepache de piña

### Craquelin

- 25 g de azúcar refinada
- 25 g de azúcar glass
- 55 g de mantequilla
- 50 g de harina de trigo
- C/n colorante amarillo



## PROCEDIMIENTO

### Pasta choux

- 1.- Disolver en un coludo el agua, la mantequilla, la sal y el azúcar, llevando a ebullición de manera que la grasa se disperse por toda el agua.
- 2.- Cuando la mezcla hierva añadir la harina tamizada de una vez y de golpe, mezclar alrededor de un minuto con una pala de madera.



- 3.- Bajar el fuego y seguir trabajando la masa, si queda agua no absorbida dejar que se evapore. Trabajarla hasta que la masa se desprenda de las paredes formando una bola.
- 4.- Pasar la masa a la batidora y con la pala enfriar a velocidad baja.
- 5.- Batir los huevos incorporando un poco de aire y añadirlos en tres tandas a la masa que está en la batidora, dejar de batir hasta que la masa caiga en forma de v.
- 6.- Poner la masa en una manga con duya lisa y formar los profiteroles sobre una charola con papel encerado. Colocar sobre ellos el craquelin y hornear a 175°C por 15 minutos.

### **Crema de piña**

- 1.- Licuar el tepache con el puré de piña.
- 2.- Montar bien la crema y añadir la mezcla de tepache.
- 3.- Colocar la crema en una manga con duya estrella.

### **Craquelin**

- 1.- Mezclar todos los ingredientes en la batidora con la pala.
- 2.- Añadir colorante.
- 3.- Extender la preparación entre 2 tapetes siliconados hasta obtener un grosor de 2 milímetros. Cortar círculos de 4 centímetros de diámetro y reservar en congelación.

### **Montaje**

Abrir el profiterol a la mitad y rellenar con la crema de piña.

## MISTELA CRISTAL

Porciones: 15 piezas

Tiempo de preparación: 2 hrs 30 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Temperatura de servicio: Frio

### Ingredientes para sablee

- 300 g de harina
- 90 g azúcar refinada
- 1 g de sal
- 180 g de mantequilla
- 2 yemas

### Ingredientes para higo cristalizado

- 750 g de azúcar refinado
- 500 g de higo verde
- 500 ml de agua
- 15 g de cal
- 40 ml de mistela



### Ingredientes para crema de vainilla

- 250 ml de crema para batir
- 1 vaina de vainilla

### Terminado

- Granos de mora
- Láminas de oro
- Higo cristalizado
- Hojas de menta

## PROCEDIMIENTO

### Sablee

1.- Acremar mantequilla y azúcar hasta alcanzar punto pomada.

- 2.- Integrar yemas de una en una.
- 3.- Incorporar harina y sal previamente cernidas y mezcladas en forma envolvente hasta formar una masa suave.
- 4.- Refrigerar 10 minutos envuelta en papel autoadherente.
- 5.- Extender con un rodillo a 5 milímetros de grosor y forrar los moldes con esta masa.
- 6.- Hornear 20 minutos a 180°C.

### **Higos cristalizados**

- 1.- Lavar y cortar el tallo de los higos. Hacer un corte en cruz en la parte de abajo del higo.
- 2.- Mezclar el agua con la cal hasta disolver por completo, agregar los higos, el agua tiene que cubrirlos por completo y dejar en remojo por 24 horas cubierto con manta cielo.
- 3.- Sacar los higos del agua con cal y enjuagarlos para evitar que se amarguen y dejarlos reposar durante 30 minutos en agua limpia para que la cal se adhiera a los higos, pasados los 30 minutos escurrirlos.
- 4.- En una cacerola añadir, agua y 500 gramos de azúcar hasta que esta se disuelva, una vez hecho esto agregar los higos y bañarlos en el almíbar a fuego lento.
- 5.- Después de 1 hora y 20 minutos cocinándose retirar los higos del jarabe y añadir los 250 gramos de azúcar restante, mezclar a fuego lento, cuando el azúcar este disuelto regresar los higos al jarabe y mantener en simmer por 45 minutos.
- 6.- Pasados los 45 minutos retirar los higos del jarabe y dejar enfriar, reservar 2 piezas de higo y el resto cortarlos en trozos pequeños y añadir la mistela. Macerar por 3 horas.

### **Crema de vainilla**

- 1.- Infusionar 100 mililitros de crema con la vaina de vainilla hasta romper ebullición.
- 2.- Retirar la vaina y dejar enfriar la crema.
- 3.- Montar la crema restante y una vez montada añadir la infusión de vainilla. Colocar en una manga con duya lisa.

### **Montaje**

Colocar al fondo de la tarta la preparación de higo cristalizado y mistela. Sobre ella realizar puntos de crema de vainilla y decorar con granos de moras, láminas de oro, higos cristalizados y hojas de menta.

## Tropical Mousse

Porciones: 14 piezas

Tiempo de preparación: 2 hrs 30 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Temperatura de servicio: Frio

### Ingredientes para el puré de mango con jengibre

- 250 g de mango
- 5 g de grenetina
- 30 g de agua fría
- 2 g de jengibre rallado

### Ingredientes para el mousse de coco

- 10 g de grenetina
- 45 ml de agua fría
- 300 ml de crema de coco
- 50 g de coco rallado
- 90 g de azúcar refinado
- 300 ml crema para batir

### Ingredientes para la galleta de coco

- 125 g de mantequilla
- 100 g de azúcar glass
- 25 g de huevo
- ½ cucharada de vainilla
- 220 g de harina de trigo
- 50 g de coco rallado
- 1 pizca de sal

### Terminado

- Mango picado
- Coco tostado
- Granos de mora



- Láminas de oro

## **PROCEDIMIENTO**

### **Puré de mango con jengibre**

- 1.- Licuar el mango con el jengibre rallado
- 2.- Hidratar la grenetina con el agua fría, y después derretir en el microondas.
- 3.- Añadir la grenetina al puré de mango y verter en una charola, congelar y cortar en rectángulos.

### **Mousse de coco**

- 1.- Hidratar la grenetina y dejar reposar.
- 2.- Licuar la leche de coco y el coco rallado por 2 minutos, luego añadir la mitad del azúcar y seguir licuando.
- 3.- Derretir la grenetina en el microondas y añadir a la mezcla de coco mientras seguimos licuando.
- 4.- Montar la crema para batir y cuando esté a medio montar añadirle el resto del azúcar. Añadirle la mezcla de coco y mezclar.
- 5.- Vaciar el mousse en un molde sin llegar a llenarlo y colocar en medio un rectángulo de puré de mango con jengibre.
- 6.- Refrigerar el mousse por 2 horas.

### **Galleta de coco**

- 1.- Tamizar la harina e integrar el coco, añadir la pizca de sal y mezclar.
- 2.- Agregamos la mantequilla a temperatura ambiente y el azúcar glass tamizado
- 3.- Batir a velocidad media hasta integrar.
- 4.- Batir el huevo y añadir a la mezcla anterior, batir hasta integrar.
- 5.- Añadir poco a poco todos los ingredientes secos.
- 6.- Enfriar y estirar la masa, cortar y hornear por 20 minutos a 190°C.

### **Montaje**

Desmoldar y colocar el mousse sobre la galleta de coco, decorar con mango picado, coco tostado, granos de mora y láminas de oro

## OCSINGO MOUSSE

Porciones: 14 piezas

Tiempo de preparación: 4 horas

Tiempo de cocción: 1 hora 40 minutos

Temperatura de servicio: Frio

### Ingredientes para la mermelada de guayaba

- 250 g de guayaba
- 30 ml de agua
- 5 g de grenetina

### Ingredientes para el mousse de queso

#### bola

- 400 g de crema para batir
- 200 g de queso bola
- 90 ml de agua
- 30 g de grenetina

### Ingredientes para el suspiro

- 3 kg de azúcar
- 1 kg de manteca de cerdo
- 1 kg de yuca
- 5 pza de huevo
- 1 cda de fécula de maíz
- 1.5 Lt de agua

### Ingredientes para el glaseado espejo

- 150 g de chocolate blanco
- 150 g de azúcar refinada
- 125 g de agua
- 30 g de grenetina
- 200 ml de leche condensada



- C/n colorante

### **Ingredientes para el turrón**

- 75 gr de azúcar
- 6 unidades de clara de huevo
- 1 cda de vainilla
- ½ cda de jugo de limón

### **Terminado**

- Láminas de oro
- Círculo de merengue
- Base de sablee

## **PROCEDIMIENTO**

### **Mermelada de guayaba**

- 1.- Lavar las guayabas y partirlas en cuatro.
- 2.- En un coludo poner las guayabas y aplastarlas con una pala de madera.
- 3.- Hidratar la grenetina con el agua.
- 4.- Ya que la guayaba esté machacada añadir la grenetina y mezclar, colocar en moldes de media esfera y en el centro colocar una esfera de suspiro, congelar y reservar.

### **Mousse de queso bola**

- 1.- Mezclar el queso bola con 50 g de crema para batir hasta lograr una mezcla homogénea.
- 2.- Llevar al microondas la grenetina hasta hacerla líquida y añadirla a la mezcla con queso bola.
- 3.- Montar la crema restante y una vez montada añadirle el queso bola de manera envolvente.
- 4.- Colocar la mezcla en un molde sin llegar a llenarlo y en el centro del mousse colocar la mermelada de guayaba con el suspiro.
- 5.- Refrigerar por 2 horas antes de montarlo.

### **Suspiro**

- 1.- pelar y cocer la yuca.
- 2.- Moler la yuca sin agua junto con la fécula de maíz.
- 3.- Añadir los huevos e incorporar hasta formar una pasta.

4.- En una cacerola de barro poner la manteca al fuego y dejar caer la pasta en forma de bolitas.

5.- Retirarlas de la manteca y escurrir el exceso de grasa.

6.- En una cacerola colocar el azúcar con agua y formar un jarabe, añadir las bolitas de yuca y dejar reducir sin mover y a fuego bajo hasta que se forme un almíbar.

### **Turrón**

1.- Batir las claras de huevo hasta conseguir punto de nieve.

2.- Añadir el azúcar poco a poco sin dejar de batir. Añadir el jugo de limón y vainilla y seguir batiendo hasta que tome volumen y consistencia.

3.- Colocar el merengue en una manga con duya.

4.- En una bandeja forrada con papel encerado colocar los merengues con una separación de al menos 3 cm entre cada uno.

5.- Hornear a 120°C de 20 a 30 minutos.

### **Glaseado espejo**

1.- Hidratar la grenetina con 6 cucharadas de agua fría y reposar.

2.- Verter el resto de agua en una olla con el azúcar y leche condensada a fuego medio y revolver.

3.- Añadir la gelatina hidratada y disolver.

4.- En un bowl colocar el chocolate y añadir la mezcla caliente para que el chocolate se derrita.

5.- Añadir colorante y remover de vez en cuando para bajar la temperatura a 30°C

### **Montaje**

Desmoldar el mousse y colocar sobre una rejilla, bañar con el glaseado espejo, si es necesario dar dos capas. Colocar sobre la base de sablee, añadir sobre el mousse un círculo de merengue y decorar con láminas de oro.



## LIMETTA CITRUS TART

Porciones: 14 piezas

Tiempo de preparación: 1 hora

Tiempo de cocción: 45 minutos

Temperatura de servicio: Frío

### Ingredientes para la compota de piña

- 300 g de piña
- 1 pieza de lima
- 100 g de azúcar

### Ingredientes para el merengue de lima

- 150 g de clara de huevo
- 300 g de azúcar
- 2 piezas de lima

### Terminado

- Láminas de oro
- Hojas de hierbabuena
- Base para tarta de sablee



## PROCEDIMIENTO

### Compota de piña

- 1.- En una cacerola poner la piña cortada en cuadritos junto con el azúcar, la piel y jugo de la lima.
- 2.- Machacar una parte de la piña de manera que aun queden trozos en la compota.
- 3.- Dejar enfriar y reservar.

### Merengue de lima

- 1.- Calentar a baño María a 70°C las claras con el azúcar.
- 2.- Montar las claras hasta que se enfríen y agregar la ralladura de lima.
- 3.- Colocar en una manga con duya plana y reservar.

### Montaje

En la base para la tarta colocar la compota de piña, y sobre ella colocar el merengue de lima, flamear con un soplete y añadir láminas de oro y unas hojas hierbabuena.

## CACAO TANGERINE

Porciones: 14 piezas

Tiempo de preparación: 5 hrs 30 minutos

Tiempo de cocción: 45 minutos

Temperatura de servicio: Frio

### Ingredientes para el streussel de cacao

- 40 g de cacao en polvo
- 150 g de almendra en polvo
- 150 g de harina de trigo
- 150 g de azúcar
- 150 g de mantequilla a temperatura ambiente

### Ingredientes para el cheesecake de mandarina

- 440 g de crema para batir
- 120 ml de leche
- Ralladura de 4 mandarinas
- 160 g de azúcar
- 10 g de grenetina
- 65 g de jugo de mandarina
- 300 g de queso crema

### Terminado

- Glaseado espejo color naranja
- Láminas de oro

## PROCEDIMIENTO

### Streussel de cacao

1.- Mezclar el cacao, la almendra en polvo, la harina, el azúcar y la mantequilla.



2.- Precalentar el horno a 180°C y desmenuzar la preparación anterior sobre una charola y hornear, sacar y remover para que los trozos se horneen uniformemente.

3.- Sacar del horno y dejar enfriar.

### **Cheesecake de mandarina**

1.- En un coludo colocar la crema para batir, la leche y la ralladura de mandarina, llevar a ebullición. Cuando hierva retirar del fuego y tapar con plástico autoadherente, dejar reposar durante 30 minutos.

2.- Mezclar el azúcar con la grenetina, calentar la preparación a 70°C y disolver la mezcla de azúcar y grenetina, añadirle el jugo de mandarina y el queso crema, mezclar con una batidora de inmersión. Dejar reposar por 3 horas en refrigeración.

3.- Batir la preparación hasta que quede más aireada y colocar en los moldes, llevar a congelación por 2 horas.

### **Montaje**

Desmoldar el cheesecake y colocarlo sobre una rejilla, bañar con el glaseado espejo, pegar a los lados el streussel mientras el glaseado aún no se ha secado. Decorar con láminas de oro.

## NIDO CHIAPAS

Porciones: 14 piezas

Tiempo de preparación: 1 hora

Tiempo de cocción: 45 minutos

Temperatura de servicio: Frio

### Ingredientes para el merengue suizo

- 100 g de claras de huevo
- 200 g de azúcar refinada

### Ingredientes para el coulis de durazno

- 100 g de durazno prisco
- 50 g de azúcar refinada
- C/n agua

### Ingredientes para el coulis de manzana

- 100 g de manzana criolla

### Terminado

- Mango ataulfo en cuadros
- Piña miel en cuadros
- Moras
- Hojas de hierbabuena



## PROCEDIMIENTO

### Merengue suizo

- 1.- Montar las claras con la azúcar refinada.
- 2.- Una vez montado colocar en una manga con duya lisa, dar forma de nido al merengue sobre una charola con papel encerado.
- 3.- Hornear a 120°C durante 15 minutos.

### Coulis de durazno

- 1.- En un coludo colocar el durazno y azúcar, dejar que el durazno se ablande.

2.- Sacar del fuego y licuar, si es necesario añadir un poco de agua para ayudar a que se forme el coulis.

### **Coulis de manzana**

1.- En un coludo colocar la manzana y azúcar, dejar que la manzana se ablande.

2.- Licuar la manzana y añadir un poco de agua, colar la mezcla si es necesario.

### **Montaje**

Colocar en el fondo del merengue el coulis de durazno y el coulis de manzana, seguidamente agregar las frutas y decorar con hojas de hierbabuena.

## CRISPY AVOCADO

Porciones: 14 piezas

Tiempo de preparación: 1 hora 45 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Temperatura de servicio: Frío

### Ingredientes para el macarrón

- 110 gr de clara a temperatura ambiente
- 100 gr de almendra en polvo
- 200 gr de azúcar glass
- 40 gr de azúcar refinada
- C/N de colorante en gel

### Ingredientes para el cremoso de aguacate

- 70 gr de queso crema
- 25 gr de chocolate blanco
- 1 pieza de aguacate bola
- 150 ml de crema para batir



### Terminado

- Granos de mora
- Láminas de oro

## PROCEDIMIENTO

### Macarrón

- 1.- mezclar azúcar glass y polvo de almendras en un tazón y cernir dos veces retirando los excesos.
- 2.- Montar las claras 1 minuto y posteriormente agregar el azúcar en forma de lluvia sin dejar de batir hasta disolverlo.
- 3.- Agregar colorante al gusto y batir hasta obtener el color requerido.

- 4.- En un tazón grande poner las claras montadas y agregar los ingredientes secos en 3 tantos integrando en forma envolvente cada tanto hasta no ver grumos.
- 5.- En una manga con duya lisa, hacer círculos de 3 centímetros de diámetro dejando un espacio entre ellos.
- 6.- Cuando la charola esté llena dar un golpe contra la mesa para reír el aire que se forma en los Macarrones.
- 7.- Dejar secar hasta que al tocarlo no se sienta pegajoso, este paso tarda aproximadamente 1 hora.
- 8.- Hornear a 150°C por 15 minutos

### **Creroso de aguacate**

- 1.- Acremar el queso y agregar el aguacate en cubos y chocolate blanco derretido.
- 2.- Batir la crema hasta montar y posteriormente agregar la mezcla anterior hasta integrar sin batir en exceso.

### **Montaje**

Rellenar los Macarrones con la crema de aguacate ayudándose de una manga con duya lisa. Poner granitos de moras y tapar el macarrón.



## ROJO AMARGO

Porciones: 14 piezas

Tiempo de preparación: 2 horas

Tiempo de cocción: 1 hora 40 minutos

Temperatura de servicio: Frío

### Ingredientes para el bizcocho genovés

- 7 piezas de huevo a temperatura ambiente
- 100 g de azúcar
- 30 gr de miel de caña
- 1 cucharadita de sal
- 200 g de harina
- 60 g de mantequilla
- 2 cucharadas de vainilla

### Ingredientes para la ganache de chocolate

- 200 g de chocolate oscuro
- 200 g de crema para batir

### Ingredientes para la mermelada de moras

- 250 g de moras
- 100 g de azúcar refinada
- Zumo de medio limón

### Terminado

- Jugo de caña
- Moras
- Hojas de hierbabuena



## PROCEDIMIENTO

### Bizcocho genovés

1.- En un bowl colocar los huevos, azúcar y la sal, batir para lograr una textura espumosa.

- 2.- Derretir la mantequilla, esperar a que se entibie y añadir la vainilla.
- 3.- Pasar la mezcla de huevos a una batidora y continuar batiendo.
- 4.- Parar la batidora y agregar la harina tamizada de manera envolvente, añadir la mantequilla y miel de caña.
- 5.- Colocar la masa en una charola con papel encerado y hornear a 180°C por 20 minutos

### **Ganache de chocolate**

- 1.- Calentar la crema para batir.
- 2.- Añadir la crema caliente al chocolate oscuro y dejar que la crema derrita el chocolate, mezclar y dejar enfriar. Colocar en una manga con duya de estrella cerrada y reservar.

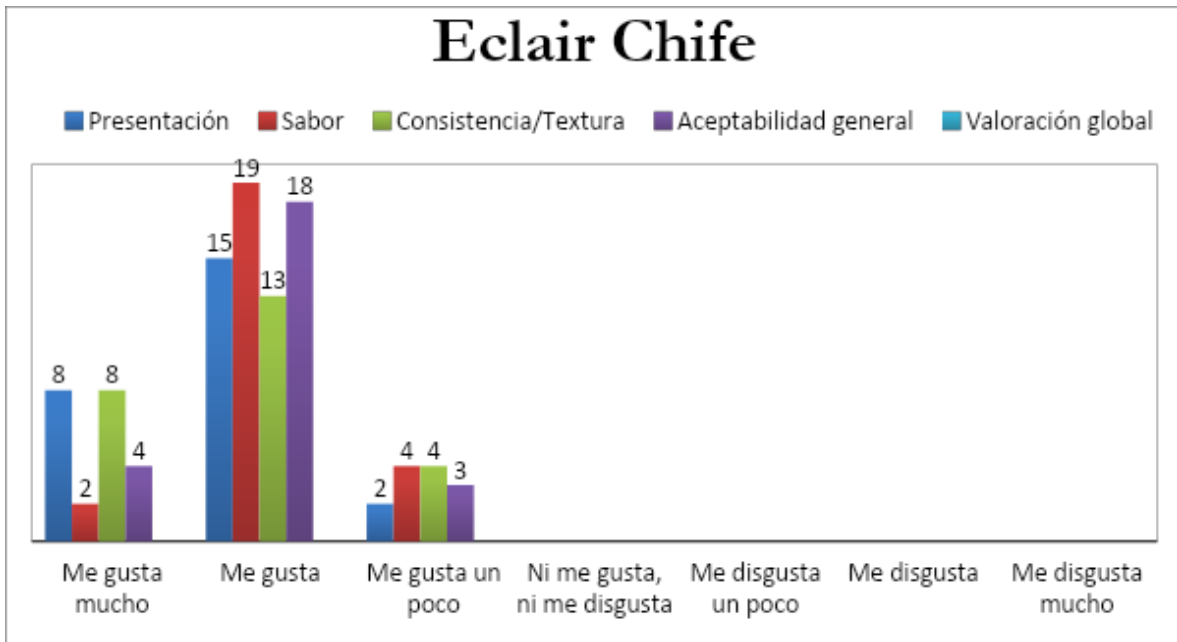
### **Mermelada de moras**

- 1.- Limpiar y lavar las moras, ponerlas en un coludo y dejar reposar por 30 minutos.
- 2.- Colocar el coludo a fuego medio y dejar hervir por 40 minutos removiendo de vez en cuando.
- 3.- Si es necesario licuar y colar la mermelada

### **Montaje**

Cortar el bizcocho genovés en círculos y humedecer con el jugo de caña. Colocar sobre el bizcocho la ganache, puntos de mermelada de moras y colocar una capa más de bizcocho con jugo de caña, repetir con la ganache y los puntos de mermelada, agregar una mora y hojas de hierbabuena.

De acuerdo con la obtención de datos que cada alumno señaló en la papeleta sensorial, se vaciaron en el programa Excel graficando cada apartado y obteniendo una calificación global por cada postre elaborado.

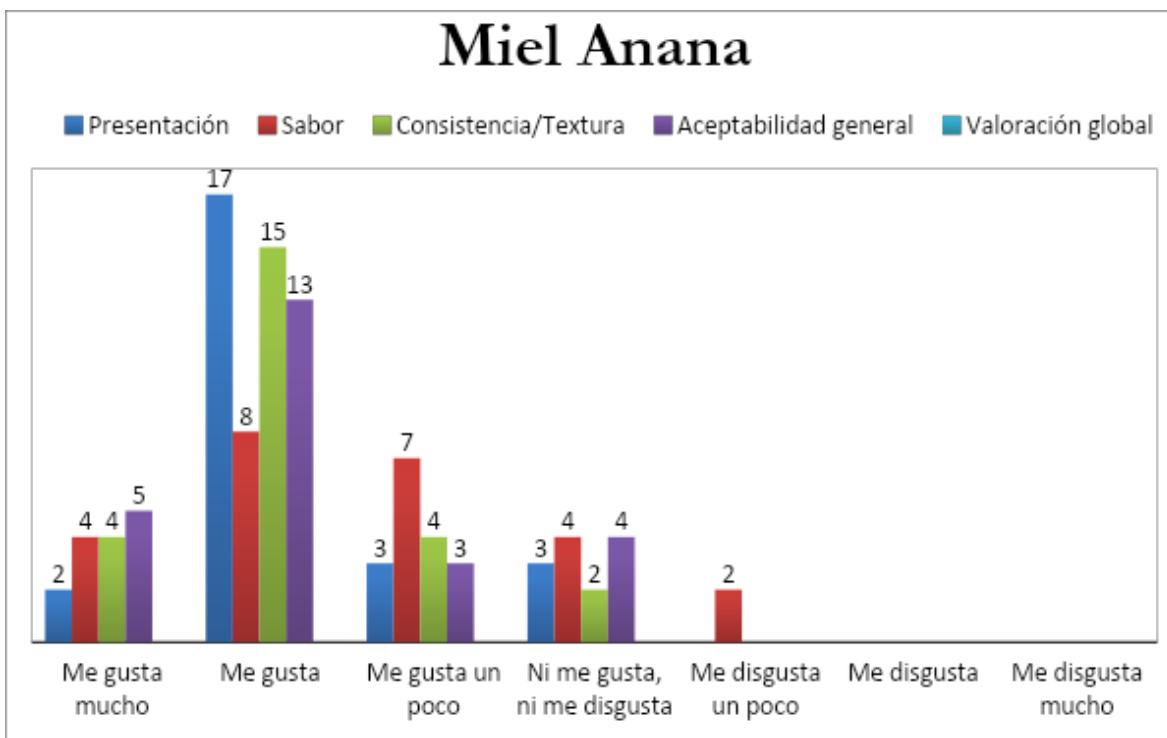


**Figura 65. Aceptación del Eclair Chife (Fuente propia, 2019).**

El Eclair Chife, obtuvo buenos resultados debido a la combinación de estos dos ingredientes. El servicio es mejor en frío para no opacarse entre sí y la consistencia del manjar de café se conserva mejor; así también elevando los sabores y las texturas para obtener el resultado esperado.

Podemos observar que en la presentación de este postre la calificación muestra que fue agradable para los evaluadores, ya que las láminas de plátano de cochi muestran el interior de esta fruta y al estar flameadas se ven caramelizadas.

El sabor muestra una leve desventaja debido a la falta de sabor que posee el plátano de cochi teniendo bajo aporte de este, pero consiguiendo buena presentación.



**Figura 66. Aceptación de Miel Anana (Fuente propia, 2019).**

El profiterol es un postre contemporáneo francés, al cual se le dio un giro agregándole tepache de piña y piña miel.

La presentación, aunque ha sido sencilla fue bien aceptada debido al craquelin de color amarillo que da pie a imaginar el sabor que nos encontraremos en el profiterol.

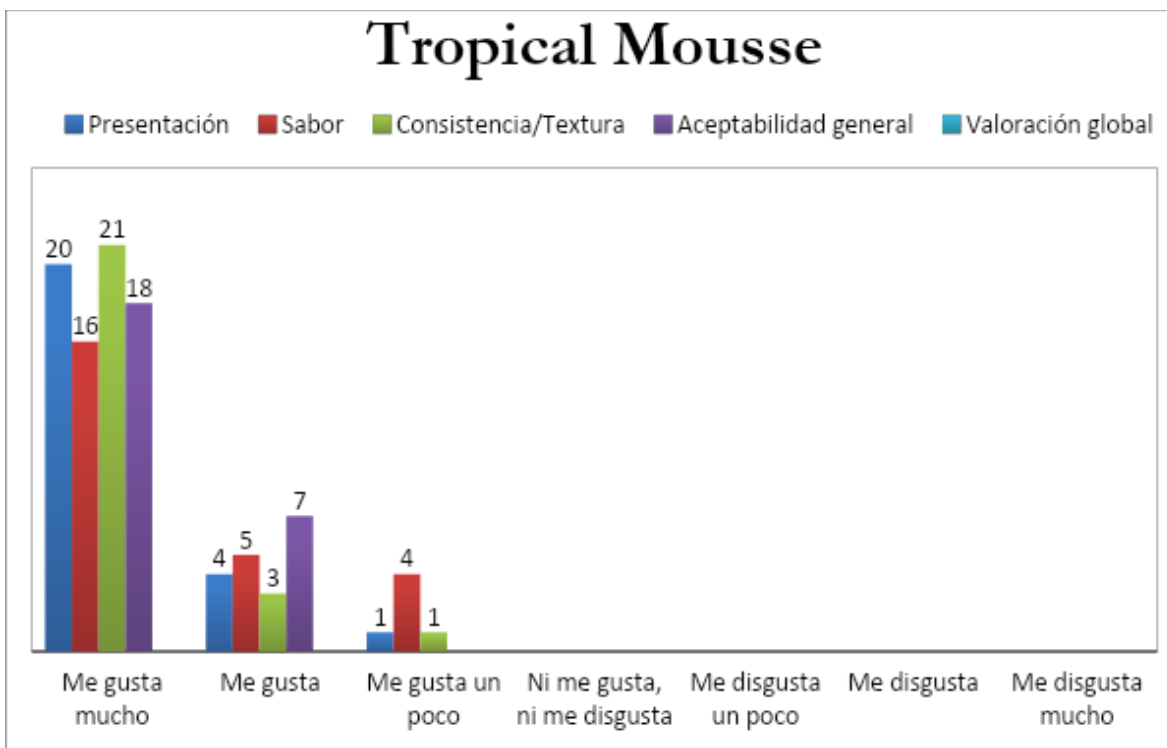
Teniendo en cuenta que el tepache es un producto consumido únicamente en bebida por su sabor fermentado y junto con la piña miel que es bastante dulce puede acentuar el sabor del alcohol; el postre no llegó a tener una puntuación mayor a la esperada, sin embargo, el grado de aceptabilidad resultó muy favorable ya que era una manera distinta de incorporar este ingrediente.



**Figura 67. Aceptación de Mistela Cristal (Fuente propia, 2019).**

Este ha sido uno de los postres más agradables como se puede ver en la gráfica, esto es debido a que el higo cristalizado otorga un sabor dulce y resalta la presencia del higo, esto en conjunto al macerado que se le da con la mistela hace que los sabores contrasten. Sin embargo, se obtuvieron comentarios acerca del alcohol presente en la maceración previa otorgando la puntuación baja en grado de aceptabilidad.

El postre va acompañado de una crema de vainilla es debido a ella que se tienen los menores puntajes por la consistencia, pero el sabor al ser tenue no le quita protagonismo al relleno de higo.



**Figura 68. Aceptación del Tropical Mousse (Fuente propia, 2019).**

Al igual que el postre anterior obtuvo la misma calificación global pero las estadísticas marcan que tiene mejor puntaje en cuanto a consistencia y textura.

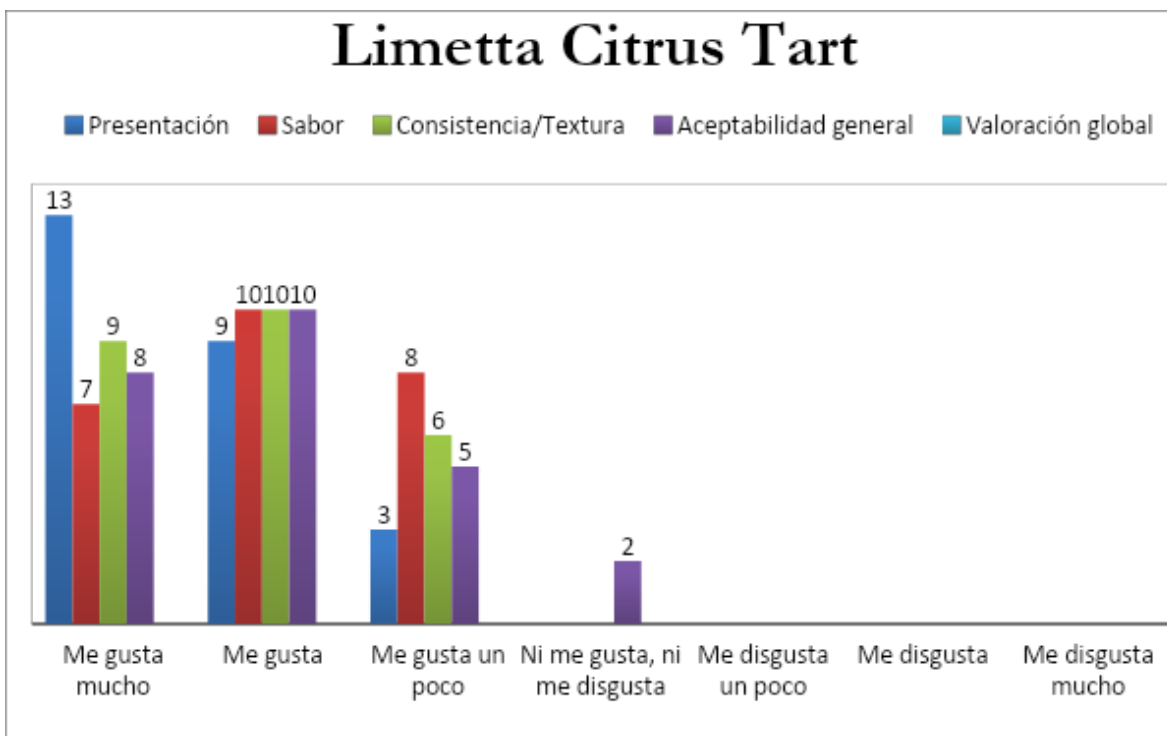
Como bien se sabe las especias son muy afines a los postres, pero la característica del jengibre es picante en exceso, sin embargo, contrasta bien con el mango. Si bien el postre no obtuvo la mayor calificación en el sabor es precisamente por la adición de una especia a algo dulce y eso es poco común en nuestro entorno. La combinación de estos ingredientes tuvo un resultado favorable.



**Figura 69. Aceptación del Ocosingo Mousse (Fuente propia, 2019).**

Con este postre a pesar de no tener la mejor calificación es uno de los que ha gustado mucho a algunos evaluadores y a otros no les ha agradado tanto, esto es debido al queso bola, un queso chipaneco que pocas veces ha sido incorporado a la repostería, el sabor del queso bola es aprovechado para comidas tradicionales en Chiapas, por lo cual su sabor es asociado a la cocina salada, es ahí donde entra en conflicto el sabor que este postre tiene.

El sabor del queso bola en un postre tiende a ser ácido; el contraste que le dio la guayaba fue bastante favorecedor ya que contrarresta la acidez y potencializa el sabor dulce aunado al suspiro que fue bañado en un almíbar que aportó gran sabor.



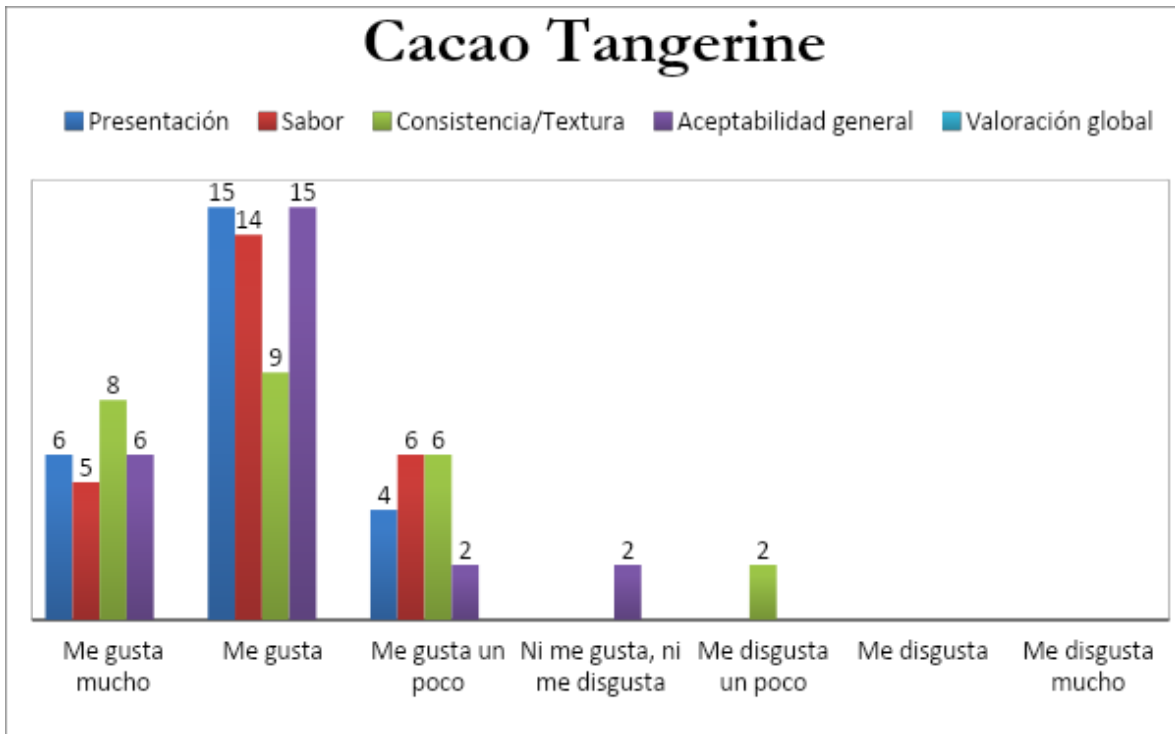
**Figura 70. Aceptación de Limetta Citrus Tart (Fuente propia, 2019).**

Si bien la piña miel es una de las frutas que se consumen de distintas maneras, pocas veces la asociamos con otras; cabe destacar que la lima es una fruta a fin, esta última aportando un poco de acidez, pero el sabor no es tan intenso y recurrimos a utilizar la corteza para potencializar el sabor. Teniendo en cuenta este último, la ralladura puede favorecer o perjudicar el sabor del producto final; por ejemplo, la parte blanca de todos los cítricos tienden a amargar las preparaciones y está demás decir que no se debe utilizar.

La combinación de estos dos ingredientes es poco vista y probada, es por eso que la aceptabilidad no resulta tan favorable para los que no asocian estos dos sabores.

La consistencia de la piña puede ser modificada para obtener un mejor resultado, un puré puede ser mejor aceptada.





**Figura 71. Aceptación del Cacao Tangerine (Fuente propia, 2019).**

Este postre se puede realizar solamente en la temporada en la cual esta fruta se da, el auge de este fruto es en el mes de noviembre, en este mes la mandarina está más madura y tiene más sabor que la de otros meses, es precisamente el problema que este postre tuvo, al no estar la mandarina en lo mejor de su temporada el cheesecake carece de ese sabor característico, pero podemos potencializarlo añadiendo más ralladura a la preparación si no nos encontramos en la mejor temporada de mandarinas.

El crumble de cacao contrasta de una manera interesante la mandarina, este contiene nibs de cacao que hace que este no sea tan dulce y no empalague.

En cuanto a la consistencia es un mousse que al refrigerarse queda cremoso, justamente como un cheesecake, así que podríamos decir que es una combinación de ambas preparaciones.



**Figura 72. Aceptación de Nido Chiapas (Fuente propia, 2019).**

La pavlova es un postre que va a fin con muchas frutas contrastando el sabor ácido con lo dulce del merengue. Este postre puede catalogarse una tarta ya que tiene la parte crujiente por fuera, pero por dentro es de consistencia suave y esto le da gran puntuación a la consistencia y textura sin dejar aún lado la parte del sabor que fue muy favorable la utilización de un Coulis de durazno con manzana y adicionando como decoración algunas otras frutas con un grado de acidez contrastando con lo dulce.

Este postre obtuvo la calificación más alta en cuanto a la presentación ya que jugó con muchos colores y texturas haciéndose visualmente atractiva.

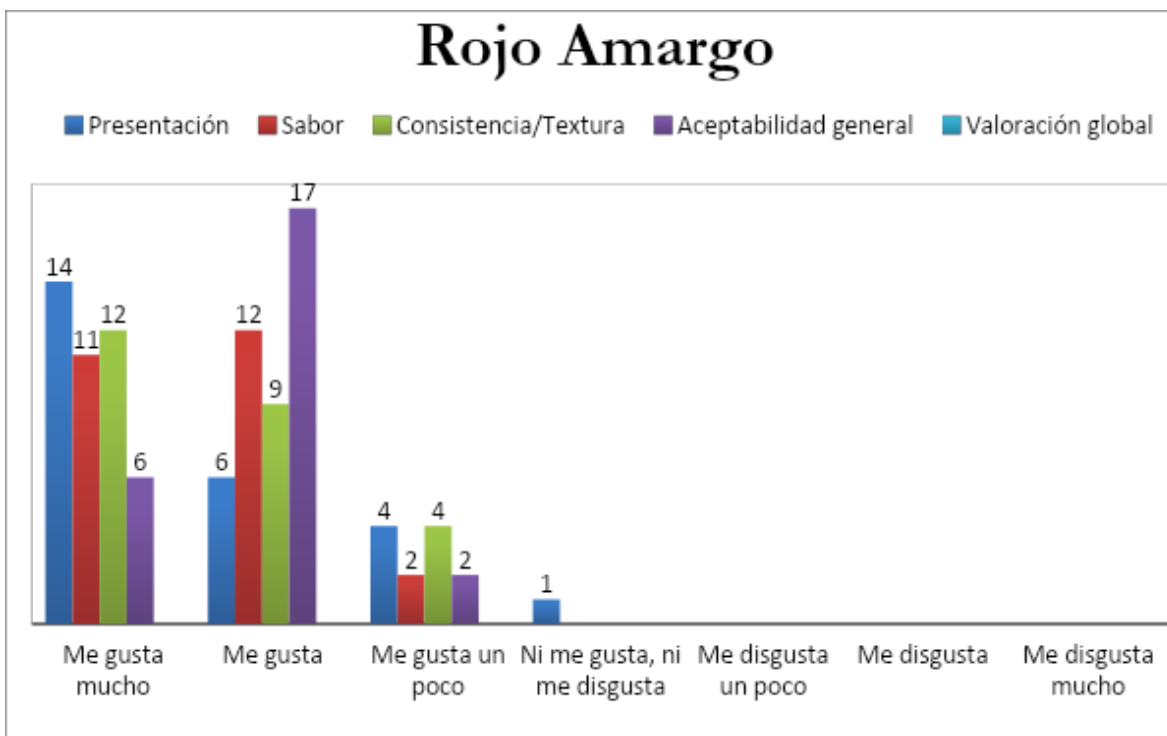
Se puede decir que este postre obtuvo la mayor calificación estadísticamente hablando ya que las puntuaciones se asentaron en la primera y la segunda opción de la papeleta.



**Figura 73. Aceptación del Crispy Avocado (Fuente propia, 2019).**

Este postre fue el menos aprobado por cuestiones de sabor. El aguacate de Chiapas conocido como bola o San Juan tiene consistencia y sabor diferente al conocido comúnmente. El sabor de este aguacate es más fuerte y la textura no es tan cremosa, es más líquida al momento de hacer con la pulpa un puré.

La idea principal era una crema de aguacate, pero la consistencia no fue de gran ayuda para obtener el cremoso y añadiendo el sabor diferente no fue de mucho agrado para los evaluadores aunado también a que este producto no es muy común en la repostería y el resultado fue de desagradado en el relleno.



**Figura 74. Aceptación del Rojo Amargo (Fuente propia, 2019).**

Este postre se caracteriza por el uso del jugo de caña como almíbar para el bizcocho obteniendo un sabor dulce, contrastando con el chocolate amargo y añadiendo frutos rojos, mora silvestre en este caso. Las moras silvestres de la región son ácidas y muchas de ellas no llegan a madurar.

Es un producto que tiene fuertes sabores, pero es amigable con los paladares especiales.

El postre se volvió ácido por lo que algunos de los evaluadores no les fue grato el sabor. Podemos mejorar esto agregando solo algunos granos de las moras silvestres y aumentando la cantidad de mermelada en cada postre.

A pesar de todo lo mencionado la aceptabilidad general fue buena en comparación a los comentarios en cuanto al sabor fuerte del producto final.

## CONCLUSIONES

La adición de los productos que se cultivan en Chiapas, bebidas y dulces tradicionales que se usan en festividades, son de gran importancia para la elaboración de postres contemporáneos ya que se involucran a una nueva forma de consumo, ampliando la parte de la repostería en Chiapas e innovando una nueva combinación de sabores a la que ya existe y que sea aceptada por los consumidores proponiendo que sea una nueva forma de consumir los productos y aumentando la producción de cada uno de los elementos utilizados llevando el aumento del comercio local. Dejando de lado los postres que se ofrecen en los establecimientos chiapanecos y dándoles paso al consumo de sabores locales.

Todos los productos utilizados en la elaboración del recetario fueron de excelente calidad traídos de diferentes partes del estado, cosechadas por las familias chiapanecas ya que es el sustento económico que ellos tienen; tratando de abarcar una gama extensa de sabores y texturas. Cabe mencionar que todos los productos fueron elaborados de una manera inocua y con la correcta higiene.

A través de las pruebas sensoriales realizadas para conocer el sabor de los productos y para poder asociarlos entre sí, se obtuvieron combinaciones de sabores diferentes, que usualmente no son mezclados. Estas combinaciones se aplicaron en diferentes técnicas que ayudaron a la elaboración del recetario final de postres contemporáneos.

Este recetario tiene como propósito ser aprovechado por las empresas chiapanecas y se espera dar paso a la adición de más productos chiapanecos en la repostería, tanto en técnicas vanguardistas que cambien la manera de consumir los productos que se cultivan en Chiapas, y así tener una repostería más actualizada donde se pueda implementar nuevos y diferentes montajes que sean llamativos para los consumidores, variada y rica en el estado. Cabe mencionar que estos postres ya están dándose a conocer en la microempresa Postres E&E, dicha empresa fue creada por las autoras de este trabajo.

## PROPUESTAS Y/O RECOMENDACIONES

Una de las propuestas importantes es darle continuidad a este tema con la creación e innovación de postres integrando montajes más elaborados y atractivos para facilidad de venta, más productos que se cosechan en el estado, dulces que están a la venta durante las distintas festividades y en mercados tradicionales, frutas nativas del estado, ya que se cuenta con una gran variedad de ellas, marcar más la incorporación de los productos que cuentan con la denominación de origen (café Chiapas y mango ataulfo del Soconusco Chiapas), bebidas que son consumidas día a día por la población chiapaneca y que se disfrutan desde hace mucho tiempo y que seguirán pasando de generación en generación. De esta manera al incorporar más sabores, productos frescos, naturales y de buena calidad, cambiar la textura de los ingredientes y darles una presentación más sofisticada se puede obtener una repostería propia del estado y llamativa para la población y turismo, aunado también, el aumento de la producción de los productos seleccionados.

Una de las grandes dudas al momento de realizar este tipo de postres es el miedo del elevado costo de producción y de venta, este concepto es erróneo ya que la mayoría de los productos utilizados se encuentran en los mercados y los precios son accesibles y si se compran por volúmenes mayores el precio tiende a bajar un poco. Una de las recomendaciones es no poner una barrera o límite para realizar nuevas tendencias no solo de cocina dulce si no en general.

Se recomienda utilizar y comprar los productos que son cosechados y/o elaborados en el estado, principalmente de las familias chiapanecas que cuyo sustento es la producción de dichos frutos, dulces y bebidas, teniendo como proveedores y contacto directo con ellos, de esta manera se contribuye al comercio local y al aumento de producción de estos, es así como se puede tener la certeza de que las empresas y/o elaboradores de este giro culinario utilicen productos 100% chiapanecos y así cerciorarse de la frescura y una mayor calidad posible para lanzarlo a la venta pública.

Así pues, exhortamos al público en general el consumo de productos locales y que sean elaborados o cosechados por familias chiapanecas para obtener mejor producción y elevar la economía del estado, realizar nuevas creaciones en el ámbito repostero sin el temor de obtener un producto costoso.

## GLOSARIO

**Acitrón:** Dulce de biznaga confitada. Tradicionalmente las biznagas se recolectan en el campo, se pelan, se remojan en cal, se enjuagan, se asolean y se cuecen en agua; luego se desecha el líquido y se repite la cocción con agua y azúcar. Se vende en forma de cubo o barra en los mercados populares y dulcerías; de sabor neutro y dulce, al mezclarse con otros ingredientes resalta sus sabores y texturas.

**Aovadas:** Con forma de huevo: hojas aovadas.

**Baba:** Dulce en forma de champiñón elaborado de una masa parecida al bizcocho, de masa ligera sin fermentación extra. Almibarado con agua, azúcar y ron.

**Chamuco:** Panes artesanales a base de harina, manteca, huevo y vainilla, elaborados en la región de Calvillo al suroeste de Aguascalientes.

**Chilacayote:** Tipo de calabaza, proveniente de la familia de las cucurbitáceas, caracterizadas por ser trepadoras y rastreras.

**Chilindrina:** Pan dulce muy popular en México. De miga suave y esponjosa son decoradas con una costra de azúcar.

**Cocol:** Pan dulce en forma de rombo que puede estar o no cubierto de ajonjolí. Típico de las regiones de Tlaxcala, Hidalgo y estado de México.

**Copioso:** Abundante, numeroso, cuantioso.

**Corbata:** hecha a partir de la masa de danés, que combina las cualidades suaves de la masa del biscocho y se conjuga a la perfección con las capas de la pasta de hojaldre. Sin lugar a dudas, es una de las piezas de pan más populares. Está cubierta con azúcar y se puede comer rellena de mermelada.

**Cuajada de leche:** Fermento o enzima que existe principalmente en la mucosa del estómago de los mamíferos en el periodo de lactancia y sirve para coagular o cuajar la proteína de la leche llamada caseína.

**Dioicas:** Son organismos dioicos aquellos que poseen las estructuras reproductoras de ambos sexos separadas en los diferentes individuos (algunos individuos son masculinos y otros son femeninos).

**Gachas:** Masa muy blanda casi líquida.

**Jocote:** arbusto o un árbol pequeño de ramas bajas en las tierras bajas, o muy amplio, de tronco grueso que alcanza 25 o incluso 50 pies. Los frutos crecen solos o en grupos de 2 o 3,

pueden ser morado oscuro, rojo brillante, naranja, amarillo o rojo y amarillo. Éstas varían desde casi 1 hasta 2 pulgadas

**Malta:** Malta se le define a los granos de cereales germinados que han sido secados en un proceso conocido como “malteado”.

**Marron glacé:** Castaña confitada.

**Método inverso:** Este método consiste en batir las claras a punto nieve bien firmes agregándole azúcar poco a poco. Luego se agregan las yemas de a una. Seguir batiendo. Por último, se irán agregando los ingredientes secos. Se debe realizar este procedimiento de forma rápida para contener el aire en la preparación.

**Mullido:** Que es blando y esponjoso.

**Nance:** El nance o nance es un fruto de color amarillo que se consume cuando está maduro, es de sabor agridulce y tiene un aroma fuerte. Pertenece a la especie *Byrsonima crassifolia*

**Nougat:** Elaboración de pastelería a base de azúcar, miel y frutos secos. Actualmente la elaboración del nougat está mecanizada por completo: la pasta de azúcar, a la que se añade jarabe de glucosa, miel y azúcar invertida, se bate a continuación, por lo general aligerada (con clara de huevo, gelatina o albúmina de huevo o de leche), y luego se rellena con frutos secos. Extendida en marcos de madera cubiertos de pan ácimo; esta pasta se enfría y luego se corta con sierra.

**Oblongas:** Más largo que ancho.

**Orbiculares:** Redondo o circular.

**Panocha:** Postre de trigo, harina de trigo germinado.

**Pectina:** Sustancia gelificante natural, constituida por glúcidos, presente en numerosos vegetales, en particular en los jugos de ciertas frutas (limón, membrillo, grosella, mora, naranja y manzana).

**Pedúnculo:** Pezón de la hoja, flor o fruto.

**Perennifolio:** Que tiene hojas durante todo el año.

**Pétreas:** De piedra, roca o peñasco.

**Piloncillo:** Edulcorante elaborado a base de melcocha prieta o miel de azúcar no clarificada en forma de cono truncado.



**Pinole:** Harina de maíz tostado que se endulza con piloncillo y se mezcla con canela. Se prepara de diversas formas. En Chiapas se mezcla con agua y se bebe como refresco; en ocasiones sustituye al café o al atole.

**Pox:** Es un destilado artesanal cuyos ingredientes incluyen agua de manantial, caña de azúcar, maíz, piloncillo y salvado de trigo, al cual es costumbre incorporar infusiones de hierbas: hierbabuena, té de limón, romero, y laurel, por ejemplo, o maceraciones de frutas de temporada: tejocotes, nanche, durazno, zarzamora, membrillo, entre otras.

**Savia:** Líquido que circula por los vasos de las plantas pteridofitas y fanerógamas y del cual toman las células las sustancias que necesitan para su nutrición.

**Sésiles:** Que vive fijado a una estructura, como una roca, una concha u otro organismo.

**Sorbete:** Postre helado, que se distingue del helado propiamente dicho por el hecho de no incorporar ni materia grasa ni yema de huevo, por lo cual resulta menos firme y con más grano que éste. El ingrediente de base de un sorbete es un jugo o un puré de frutas, un vino (champán), un aguardiente (vodka) o un licor, y a veces una infusión aromática (té, menta, etc.). Se le añade almíbar, al que a veces se incorpora glucosa o azúcar invertido (o ambos). Durante la congelación, la mezcla debe batirse.

**Tascalate:** Del náhuatl *tlaxcalatl*, de *tlaxcalli*, tortilla y *atl*, agua, agua de tortilla. Bebida refrescante elaborada a base de maíz, cacao y tortillas tostadas y molidas. La mezcla se revuelve con achiote, canela y a veces azúcar. Todos los ingredientes se muelen en seco hasta quedar pulverizados y el polvo resultante se disuelve en agua, batiendo hasta formar una espuma. Se acostumbra beber en jícaras o vasos y es una de las bebidas más populares en Chiapas. Conocida también como *tlascalote*.

**Tejocote:** Del náhuatl *texocotl*, *tetl*, piedra o cosa dura y *xocotl*. Fruto globoso de origen mexicano perteneciente a la familia de las rosáceas: su cáscara es delgada y lisa, color amarillo verdoso o anaranjado con puntitos diminutos color café. Mide unos 3 o 4 cm de diámetro y su apariencia recuerda una manzana muy pequeña. La pulpa es carnosa, dura, color anaranjado amarillento y de sabor un poco ácido. Se cultiva desde San Luis Potosí hasta Jalisco y desde Veracruz hasta Chiapas, por lo regular en huertos familiares o a las orillas de los terrenos de cultivo.

**Voul au vent:** Especie de empanada de harina de trigo muy acostumbrada en el sur del país. En Campeche, la pasta se corta en círculos de unos 8 cm que se rellenan de jamón picado,

queso amarillo rallado y una raja de chile jalapeño. Luego se tapan con otro círculo de la misma pasta, se espolvorean con azúcar y se hornean hasta que estén dorados. Se acostumbra para la merienda.

**Xoconostle:** Del náhuatl xoco, agrio y nochtli, tuna, es decir, tuna agria. Tuna semiseca, apreciada por su sabor ácido y consistencia firme, que se emplea como verdura en distintos guisos. Con este nombre se identifican principalmente a las variedades *Opuntia joconostle*, también conocida como duraznillo, y *Opuntia leucotricha*; ambas se usan en diversos guisos en diversas regiones del país.

**Zapote:** La fruta es apreciada por su agradable sabor, el latex es usado para fabricar el chicle, su madera se utiliza para construir casas, embarcaderos, durmientes, postes, muebles, vigas, sillas de montar, etc. Se emplea como árbol de sombra en parques y jardines.

**Zoques:** Los zoques de Chiapas se llaman a sí mismos O' de püt que significa “gente de idioma”, “palabra de hombre” o, en otros términos, “verdadero”, “auténtico”.

La lengua indígena utilizada por este grupo es el zoque, la cual pertenece a la familia lingüística mixe-zoque.

## REFERENCIAS DOCUMENTALES

- ÁLAMO, A., 2017. Babá, el postre más viajero. *14 de agosto* [en línea]. [Consulta: 19 febrero 2020]. Disponible en: <https://www.bonviveur.es/gastroteca/baba-el-postre-mas-viajero>.
- ANDALUCÍA, A. de defensa de la C. de, 2013. Harina. *10 de diciembre* [en línea]. [Consulta: 26 enero 2020]. Disponible en: [http://www.juntadeandalucia.es/defensacompetencia/sites/all/themes/competencia/files/fichas/pdf/7\\_Harina.pdf](http://www.juntadeandalucia.es/defensacompetencia/sites/all/themes/competencia/files/fichas/pdf/7_Harina.pdf).
- ANGELITO, la cocina de, 2009. Historia de la pastelería (II). 4 de julio [en línea]. [Consulta: 27 abril 2020]. Disponible en: <http://lacocinadeangelito.over-blog.es/article-33424685.html>.
- ANTONIO IBARRA, 2015. Repostería contemporánea. 10 de mayo [en línea]. Disponible en: <http://reposteriacontemporanea.blogspot.com/>.
- AZÚCAR, C.N. para el D.S. de la C. de y SAGARPA, 2015. FICHA TÉCNICA DEL CULTIVO DE LA CAÑA DE AZÚCAR (*Saccharum officinarum* L.). *Enero* [en línea]. [Consulta: 13 marzo 2019]. Disponible en: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/141823/Ficha\\_Tcnica\\_Ca\\_a\\_de\\_Az\\_car.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/141823/Ficha_Tcnica_Ca_a_de_Az_car.pdf).
- BOX, my coffe, 2016. HISTORIA DEL CAFÉ EN CHIAPAS. SUS ORÍGENES EN EL SOCONUSCO. [en línea]. [Consulta: 13 abril 2020]. Disponible en: <https://mycoffeebox.com/historia-del-cafe-en-chiapas-sus-origenes-en-el-soconusco/>.
- BRESSANINI, D., 2017. *La ciencia de la pastelería*. Primera ed. S.l.: Gribaudo. ISBN 978-84-17127-07-7.
- BUONARROTI, G., 2012. Historia de la repostería. 20 de diciembre [en línea]. [Consulta: 27 abril 2020]. Disponible en: <http://postresparatodos.over-blog.es/article-historia-de-la-reposteria-113646631.html>.
- CARRETERO, C.F., [sin fecha]. El pan. [en línea]. [Consulta: 27 abril 2020]. Disponible en: <http://www.ceopan.es/index.php?type=public&zone=smartportalcategorias&action=view&categoryID=295&codeID=295>.
- CANARIAS, gobierno de, 2013. Para saber más... Un poco de historia sobre los orígenes de la pastelería. 04 de abril [en línea]. [Consulta: 5 mayo 2020]. Disponible en: <http://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoblog/nuclmed/>.
- CASTELLANOS, H., 2013. El cacao: una industria ancestral que permanece en Chiapas. 14 de enero [en línea]. [Consulta: 10 abril 2020]. Disponible en:

<https://www.inforural.com.mx/el-cacao-una-industria-ancestral-que-permanece-en-chiapas/>.

CHÁVEZ, Ángel Raymundo, [et. al.] 2014. *HISTORIA Y EVOLUCIÓN DE LA GASTRONOMÍA MEXICANA*. Primera Ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: UNICACH.

CHIAPAS, turismo en, [sin fecha]. Vive Chiapas comiendo en Chiapa de Corzo. [en línea]. [Consulta: 9 agosto 2019]. Disponible en: <http://www.turismochiapas.gob.mx/sector/comiendo-en-chiapa-de-corzo>.

CM&T, R., 2018. Entrevista Con... Paco Torreblanca. *08 de enero* [en línea]. [Consulta: 3 abril 2019]. Disponible en: <https://cielomarytierra.es/entrevista-con-paco-torreblanca/>.

CORZO, Beatriz, [et. al.] 2000. *DICCIONARIO enciclopédico de CHIAPAS (TOMO I)*. Primera Ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: Consejo Estatal para la Cultura y las Artes de Chiapas. ISBN 968-5025-91-6.

CORZO, Beatriz, [et. al.] 2000. *DICCIONARIO enciclopédico de CHIAPAS (TOMO II)*. Primera Ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: Consejo Estatal para la Cultura y las Artes de Chiapas. ISBN 968-5025-92-4.

CORZO, Beatriz, [et. al.] 2000. *DICCIONARIO enciclopédico de CHIAPAS (TOMO III)*. Primera Ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: Consejo Estatal para la Cultura y las Artes de Chiapas. ISBN 968-5025-93-2.

CORZO, Beatriz, [et. al.] 2000. *DICCIONARIO enciclopédico de CHIAPAS (TOMO IV)*. Primera Ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: Consejo Estatal para la Cultura y las Artes de Chiapas. ISBN 968-5025-XX-X.

CUÑAT, J., 2017. Transcripción de Gastronomía Contemporánea conceptos culinarios contemporáneos. 23 de abril [en línea]. [Consulta: 4 mayo 2020]. Disponible en: <https://valenciagastronomica.com/transcripcion-gastronomia-contemporanea-conceptos-culinarios-contemporaneos/>.

CURIEL MONTEAGUDO, J.L.I., 2011. «Virreyes y virreinas golosos de la nueva España». Segunda ed. S.l.: Editorial Porrúa México. ISBN 9789700747354.

DESCONOCIDO, M., 2020. Origen del mango ataulfo, una fruta 100% mexicana. 01 abril [en línea]. [Consulta: 10 abril 2020]. Disponible en: <https://www.mexiconoconocido.com.mx/mango-ataulfo.html>.

DUCASSE, Alain. 2008. *Gran Libro de Cocina de Alain Ducasse Postres y Pastelería*. Primera. Madrid: akal. ISBN 978-84-460-2328-9.

EL, C.N. para, LA, D.S. de y AZÚCAR, C. de, 2015. FICHA TÉCNICA DEL CULTIVO DE LA CAÑA DE AZÚCAR (*Saccharum officinarum* L.). Enero [en línea]. [Consulta:



- HURTADO, D., 2017. El extraño origen del postre más amado y rico del mundo: el pastel. 02 de diciembre [en línea]. [Consulta: 27 abril 2020]. Disponible en: <https://www.debate.com.mx/prevenir/La-curiosa-y-dulce-historia-detras-del-origen-de-l-pastel-20171202-0194.html>.
- INDUSTRIAL, E.I.M. de la P., 2003. DECLARACION general de protección de la denominación de origen Mango Ataulfo del Soconusco Chiapas. 27 agosto [en línea]. [Consulta: 10 abril 2020]. Disponible en: [http://dof.gob.mx/nota\\_detalle.php?codigo=692301&fecha=27/08/2003](http://dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=692301&fecha=27/08/2003).
- INSTITUTO DE ADMINISTRACIÓN PÚBLICA DEL ESTADO DE CHIAPAS, A.C., 2012. *Regiones y Municipios de Chiapas*. Primera Ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: Instituto de Administración Pública del Estado de Chiapas, A.C.
- ISASI, P., 2016. Pastelería artesanal contra pastelería industrial. 04 de abril [en línea]. [Consulta: 8 enero 2020]. Disponible en: <https://www.pasteleriaisasi.com/pasteleria-artesanal-contra-pasteleria-industrial/>.
- JALISE, 2020. Historia de la pastelería. 17 de enero [en línea]. [Consulta: 5 mayo 2020]. Disponible en: <https://reposteriajalise.com/historia-de-la-pasteleria/#more-2505>.
- LAROUSSE, 2011. *Larousse gastronomique en español*. Primera ed. Barcelona: Larousse. ISBN 978-84-8016-984-4.
- LE CORDON BLEU, 2001. *LAS TÉCNICAS DEL CHEF*. Primera Ed. Barcelona: Blume. ISBN 978-84-8939-6-80-7.
- L., J.M.B., LIZELDI, B. V., V., E.G., S., A.M., P., X.N., RAMÍREZ, E.I.Q. y SALINAS, C.V., 2004. PRODUCTOS LÁCTEOS: LA RUTA DE LA METAMORFOSIS. *1o agosto* [en línea], pp. 14. Disponible en: [http://www.revista.unam.mx/vol.6/num9/art89/sep\\_art89.pdf](http://www.revista.unam.mx/vol.6/num9/art89/sep_art89.pdf).
- LÓPEZ, Miguel Ángel. 2012. Jordi Roca, Mejor pastelero del año 2003. 08 de octubre [en línea]. [Consulta: 3 abril 2019]. Disponible en: <http://www.sabormadrid.es/reportajes/profesionales/jordi-roca-maestro-pastelero-biografia.php>.
- MAGAÑA, P., 2019. El poder de... El chilacayote. 27 de junio [en línea]. [Consulta: 19 febrero 2020]. Disponible en: <https://elpoderdelconsumidor.org/2019/06/el-poder-de-el-chilacayote/>.
- MARTÍNEZ, Alfredo. 2010. *PROCESOS BÁSICOS DE PASTELERÍA Y REPOSTERÍA*. Primera. Madrid: akal. ISBN 978-84-460-3151-2.
- MARTÍNEZ, Alfredo. 2012. *PROCESOS DE PREELABORACIÓN Y CONSERVACIÓN EN COCINA*. primera ed. Madrid: akal. ISBN 978-84-460-3632-6.

- MARTÍNEZ, Graciela, [et. al.] 2012. *Iniciación en las técnicas culinarias*. Segunda Ed. México D.F: Limusa. ISBN 978-968-18-6162-9.
- MARTÍNEZ, Armando, FRANCO, Omar, BECERRIL, Alberto, RUIZ, César, LÓPEZ, Delfino. (2006). Manejo del cultivo de zarzamora en la Sierra Nororiental del Estado de Puebla.
- MIEL, U., 2019. Miel de caña. *13 febrero* [en línea]. [Consulta: 8 enero 2020]. Disponible en: <https://www.universomiel.es/miel-de-cana-todo-sobre-ella/>.
- MIMIAGA, Verónica; RUIZ, Guadalupe. *Recetario de repostería a base de frutos de temporada cultivados en Chiapas*. Trabajo de titulación (licenciado en gastronomía). México: Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos, 2013. 196p.
- MIRANDA, Faustino. 2015. *La vegetación de Chiapas (Tomo I)*. Cuarta Ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas. ISBN 978-607-8410-44-6.
- MIRANDA, Faustino. 2015. *La vegetación de Chiapas (Tomo II)*. Cuarta Ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas. ISBN 978-607-8410-46-0.
- MODERNIDAD, P. en la, 2017. Pastelería en la era moderna. 23 de octubre [en línea]. [Consulta: 5 mayo 2020]. Disponible en: <https://pasteleriaenlamodernidad.wordpress.com/2017/10/23/pasteleria-en-la-era-moderna/>.
- MONROY DE SADA, Paulina. y MARTÍNEZ DE FLORES, Graciela. 2011. *INTRODUCCIÓN A LA HISTORIA DE LA GASTRONOMÍA*. Segunda Ed. MÉXICO: Limusa. ISBN 978-968-18-6919-9.
- MORENO, Diana. *Los dulces: expresión tradicional de las festividades de San Cristóbal de las Casas, Chiapas*. Trabajo de titulación (Licenciado en gastronomía). México: Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos, 2015. 82p.
- MONTES, Cyndi. *Recetario de dulces tradicionales de la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas*. Trabajo de titulación (Licenciado en gastronomía). México: Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos, 2010. p.
- MONTSERRAT GISPERT CRUELLS, HUGO RODRÍGUEZ GONZÁLEZ, A.R.G.E., 2002. Los diversos y floridos árboles de los parques de Tuxtla Gutiérrez, Chiapas. primera ed. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO. ISBN 968-36-9987-1.

- NÁFATE, E., 2019. Aumenta producción de aguacate en Chiapas. [en línea]. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.: Disponible en: <https://www.elheraldodechiapas.com.mx/local/aumenta-produccion-de-aguacate-en-chiapas-3841727.html>.
- N. ESPINOSA-PAZ, P. CADENA-IÑIGUEZ, F.R. DE LA CRUZ-MORALES, I.F.-G. y SÁNCHEZ-GRAJALES, G., 2011. EL AGUACATE una especie muy mexicana. enero-marzo [en línea], pp. 44. Disponible en: [https://www.colpos.mx/wb\\_pdf/Agroproductividad/2011/AGROPRODUCTIVIDAD\\_I\\_2011.pdf](https://www.colpos.mx/wb_pdf/Agroproductividad/2011/AGROPRODUCTIVIDAD_I_2011.pdf).
- NOVO, S., 2013. *Cocina Mexicana historia gastronómica de la ciudad de México*. Décima edi. México: Porrúa. ISBN 978-607-09-0603-9.
- NÚÑEZ, Alejandra; QUINTERO, Sergio. *Catálogo de dulces típicos de Chiapas*. Trabajo de titulación (Licenciado en Gastronomía). México: Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas, Facultad de Ciencias de la Nutrición y Alimentos, 2016. 107p.
- OLALLA, F., 2017. Diferencia entre pastelería y repostería. 27 de marzo [en línea]. [Consulta: 5 de mayo 2020]. Disponible en: <https://www.ceac.es/blog/diferencia-entre-pasteleria-y-reposteria>.
- PACHECO, A., 2016. El Pox: Herencia maya. 20 de enero [en línea]. [Consulta: 4 de mayo 2020]. Disponible en: <https://revistaelconocedor.com/el-pox-herencia-maya/>.
- PANAMAFOODIE, 2017. El Chef pastelero Amaury Guichon se toma las Vegas. 01 agosto [en línea]. [Consulta: 3 abril 2019]. Disponible en: [panamafoodie.com/chef-pastelero-amaury-guichon/](http://panamafoodie.com/chef-pastelero-amaury-guichon/).
- PASTELERIA.COM, 2017. El papel de la sal en el amasado | Método Pascual (III). 15 marzo [en línea]. [Consulta: 3 febrero 2020]. Disponible en: <https://www.pasteleria.com/articulo/201703/2606-el-papel-de-la-sal-en-el-amasado-metodo-pascual-iii>.
- PÉREZ, C., 2017. Melaza de caña: qué es, beneficios, propiedades y usos. 29 octubre [en línea]. [Consulta: 8 enero 1a. C.]. Disponible en: <https://www.natursan.net/melaza-de-cana-beneficios-y-propiedades/>.
- PESQUERA, S. de I.A. y, 2017. Café: datos preliminares a 2017 indican una producción nacional de 839 mil toneladas. 19 de junio [en línea]. [Consulta: 13 marzo 2019]. Disponible en: <https://www.gob.mx/siap/articulos/cafe-datos-preliminares-a-2017-indican-una-produccion-nacional-de-839-mil-toneladas>.



- PRUNEDA, A., [sin fecha]. 10 panes icónicos de las panaderías mexicanas. *sin fecha* [en línea]. [Consulta: 19 febrero 2020]. Disponible en: <https://www.cocinadelirante.com/tips/panes-mexicanos>.
- RAMIREZ, J., 2018. Variables dependiente e independiente: concepto y ejemplos. 10 de marzo [en línea]. [Consulta: 5 mayo 2020]. Disponible en: <https://www.lifeder.com/variables-dependiente-independiente/>.
- REPOSTERIA, delicias en, 2018. ¿Cómo apareció la repostería? 19 de junio [en línea]. [Consulta: 4 mayo 2020]. Disponible en: <http://delienreposteria.blogspot.com/2018/06/como-aparecio-la-reposteria.html>.
- ROJAS, Rubén. 2016. Jesús Escalera le sube el nivel a los postres. *06 mayo* [en línea]. [Consulta: 3 abril 2019]. Disponible en: <http://elestimulo.com/bienmesabe/jesus-escalera-le-sube-el-nivel-a-los-postres/>.
- ROSA LÓPEZ, ARTURO HERNÁNDEZ MONTES, ABRAHAM VILLEGAS DE GANTE, A.S.M., 2015. Caracterización socio técnica del Queso Bola de Ocosingo, Chiapas. Ciencias Naturales y Agropecuarias, vol. 2, pp. 353.
- RUIZ, A., [sin fecha]. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA PASTELERÍA. [en línea]. [Consulta: 26 enero 2020]. Disponible en: <https://electronica60norte.academia.edu/Departments/Gastro/Documents>.
- RURAL, S. de A. y D., 2016. Pox, la bebida que alegra el corazón. *12 de septiembre* [en línea]. [Consulta: 19 febrero 2020]. Disponible en: <https://www.gob.mx/agricultura/es/articulos/pox-la-bebida-que-alegra-el-corazon?tab=>.
- SAGARPA, 2017. *Palma de coco mexicana*. [en línea]. Ciudad de México: Disponible en: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/257082/Potencial-Palma\\_de\\_Coco.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/257082/Potencial-Palma_de_Coco.pdf).
- SAGARPA, 2017. *Planeación Agrícola Nacional* [en línea]. Primera Ed. Ciudad de México: Secretaria de Agricultura, Ganadería, Desarrollo Rural, Pesca Y Alimentación (SAGARPA). Disponible en: [https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/256427/B\\_sico-Ca\\_a\\_de\\_az\\_car.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/256427/B_sico-Ca_a_de_az_car.pdf).
- SAGARPA, 2018. Resumen Nacional Intención de Cosecha 2018. [en línea]. [Consulta: 14 marzo 2019]. Disponible en: [http://infosiap.siap.gob.mx/opt/agricultura/intension/Intencion\\_cosechaPerenne\\_cultivo2018.pdf](http://infosiap.siap.gob.mx/opt/agricultura/intension/Intencion_cosechaPerenne_cultivo2018.pdf).
- SÁNCHEZ, G., 2018. Tepache, la bebida mexicana más popular de nuestro país. 22 septiembre [en línea]. [Consulta: 13 abril 2020]. Disponible en: <https://mas-mexico.com.mx/tepache-la-bebida-mexicana-mas-popular-de-nuestro-pais/>.

- SEMILLAS, S.N. de I. y C. de, 2017. Cacao (*Theobroma cacao* L.). *01 agosto* [en línea]. [Consulta: 8 enero 2020]. Disponible en: <https://www.gob.mx/snics/acciones-y-programas/cacao-theobroma-cacao-l>.
- SIGNIFICADOS, 2018. Significado de producto. 08 de marzo [en línea]. [Consulta: 5 de mayo 2020]. Disponible en: <https://www.significados.com/producto/>.
- TEACHEN, K., 2019. Curso de postres de vitrina. *18 de marzo* [en línea]. [Consulta: 8 enero 2020]. Disponible en: <https://kitchenteachen.com/curso-postres-vitrina/>.
- UNAM, F., 2015. Frutas para cada temporada. *27 de febrero* [en línea], pp. 1. Disponible en: [http://www.fundacionunam.org.mx/estilo\\_de\\_vida/frutas-para-cada-temporada/](http://www.fundacionunam.org.mx/estilo_de_vida/frutas-para-cada-temporada/).
- UNIVERSAL, E., 2019. El tepache, bebida que vale su peso en oro. *26 de julio* [en línea]. [Consulta: 9 agosto 2019]. Disponible en: <https://www.eluniversal.com.mx/menu/el-tepache-bebida-que-vale-su-peso-en-oro>.
- UNIVERSAL, E., 2018. ¿Qué es el tepache y cómo prepararlo en casa? *14 de abril* [en línea]. [Consulta: 9 agosto 2019]. Disponible en: <https://www.eluniversal.com.mx/menu/que-es-el-tepache-y-como-prepararlo-en-casa>.
- VÁZQUEZ, A.V., 2018. Receta de Pan dulce mexicano o chilindrinas. *22 de mayo* [en línea]. [Consulta: 19 febrero 2020]. Disponible en: <https://www.recetasgratis.net/receta-de-pan-dulce-mexicano-o-chilindrinas-69579.html>.
- VEGA, A.N., 2005. CULTIVO Y MANEJO DEL DURAZNO *prunus pérsica* L [en línea]. S.I.: UNIVERSIDAD AUTÓNOMA AGRARIA ANTONIO NARRO. Disponible en: [http://repositorio.uaaan.mx:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1326/CULTIVO Y MANEJO DE EL DURAZNO \(\*Pranus persica\* L.\)..pdf?sequence=1](http://repositorio.uaaan.mx:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/1326/CULTIVO_Y_MANEJO_DE_EL_DURAZNO_(Pranus_persica_L)..pdf?sequence=1).
- VEVIA, M.S., 2018. Jugo de caña de azúcar, el mejor revitalizante. *14 febrero* [en línea]. [Consulta: 8 enero 2020]. Disponible en: <http://m.gastronosfera.com/es/propuestas-gastronomicas/jugo-de-cana-de-azucar-el-mejor-revitalizante>.
- WORDPRESS, 2015. REPOSTERÍA DE VANGUARDIA. *20 de junio* [en línea]. Disponible en: <https://samiraatl.wordpress.com/2015/06/20/12/>.
- YUCATÁN, R., 2016. Mandarinas, saludables y deliciosas. 11 Octubre [en línea]. [Consulta: 10 abril 2020]. Disponible en: <http://www.revistayucatan.com/v1/noticias/mandarinas-saludables-y-deliciosas/>.
- ZURITA, R.M., 2012. *Larousse Diccionario Enciclopédico de la Gastronomía Mexicana*. Segunda ed. Mexico D.F: Larousse. ISBN 9786072106192.

