

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y ARTES DE CHIAPAS

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA NUTRICIÓN Y
ALIMENTOS

ELABORACIÓN DE TEXTO

IMPLEMENTACIÓN GASTRONOMICA EN LA ALFARERÍA DE OCUILAPA DE JUÁREZ

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN GASTRONOMÍA

PRESENTA

IVÁN ALEJANDRO SILVA GORDILLO

ASESOR

DR. JORGE ALBERTO ESPONDA PÉREZ

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas

Junio 2023



Agradecimientos

A Dios

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

A mis padres

Por qué gracias a su cariño, guía y apoyo he llegado a realizar uno de mis anhelos más grandes de mi vida, fruto del inmenso apoyo y confianza que en mí depositaron y con los cuales he logrado terminar mis estudios profesionales que constituyen el legado más grande que pudiera recibir y por lo cual viviré siempre agradecido.

A mi esposa e hijo

Por siempre estar a mi lado para ver cumplir mis metas y apoyarme en los momentos más duros y ser un ejemplo para mí y estar a mi lado disfrutando todos mis logros.

A mi asesor Dr. Jorge Esponda Pérez

Quiero agradecerle la confianza depositada en mí, por ayudarme a concluir mis estudios profesionales, sus indicaciones y orientaciones indispensables en el desarrollo de este trabajo.

IVAN ALEJANDRO SILVA GORDILLO

CONTENIDO

Introducción	1
Planteamiento del problema	3
Justificación	5
Objetivos	6
General	6
Específicos	6
Marco teórico.....	7
Ocozocoautla de espinosa.....	7
Los zoques	8
Tradiciones	8
Ocuilapa de Juárez	10
Los artesanos y artesanas	11
La cerámica en México	12
La alfarería, historia de una tradición milenaria	13
¿Cómo se elaboran las piezas de barro?	13
Tipos de barro utilizados en México	14
Barro negro	14
Barro rojo	14
Barro verde.....	14
Procedencia de los hornos	14
La cocina en una nueva realidad	15
Cocciones y conceptos	16
Tipos de técnicas culinarias.....	16
Hervido	16
Blanqueado	17
Pochado.....	17
Vapor	18
Fritura.....	18
Salteado.....	18
Emparrillado.....	18
Gratinado	19
Braseado.....	19

Glaseado.....	19
Asado.....	19
Horneado.....	19
Poeler	19
Estofado	20
La nouvelle cuisine	20
Los gastrónomos y la sustentabilidad	22
Chef Ricardo Muñoz Zurita.....	22
Chef Karime López.....	23
Chef Benito Molina Dubost	24
Chef Eduardo García Guzmán	25
Chef Josefina Santacruz.....	26
Chef Francisco Ruano	27
Chef pablo salas.....	28
Chef Celia Florián	29
La vajilla o el plaque	30
Concepto de emplatado.....	30
Cantidad proporcional.....	32
Tipos de emplatados	32
Tipos de platos	33
Plato hondo	34
Tazón sopero	34
Platos tranches y platones	34
Platones.....	35
Técnicas de emplatado.....	35
Metodología.....	37
Presentación.....	39
Propósito	41
Timbal de patatas.....	43
Costalito de papel de arroz relleno de camarones en salsa de mango.....	45
Camarones al tempura con salsa de fresa y ensalada fresca.....	48
Lomo de cerdo con ceniza de cebolla y salsa de jamaica	50
Pay frío de limón con coulis de mango	53

Mousse de pistache, con glaseado de chocolate y tierra de pistache	55
Islas flotantes	58
Cantarito.....	61
Coctel de jamaica	62
Conclusiones	63
Glosario	64
Referencias documentales.....	66

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Letrero de Ocozocoautla.....	7
Figura 2. El Mahoma	8
Figura 3. Taller artesano en Ocuilapa de Juárez.....	10
Figura 4. Artesana de Ocuilapa de Juárez	11
Figura 5. Artesanías de Ocuilapa de Juárez	12
Figura 6. Horno utilizado en Ocuilapa de Juárez.....	14
Figura 7. Montaje gourmet	20
Figura 8. La Nouvelle Cuisine	21
Figura 9. Reconstrucción de platillo	21
Figura 10. Chef Ricardo Muñoz Zurita	22
Figura 11. Chef Karime López	23
Figura 12. Chef Benito Molina Dubost	24
Figura 13. Chef Eduardo García Guzmán	25
Figura 14. Chef Josefina Santa Cruz	26
Figura 15. Chef Francisco Ruano	27
Figura 16. Chef Pablo Salas	28
Figura 17. Chef Celia Florián	29

INTRODUCCIÓN

La comunidad de Ocuilapa de Juárez se encuentra inmersa dentro del municipio de Ocozocoautla, mismo que se localiza en la parte occidental del estado, en la Región I Centro, región fisiográfica Montañas del Norte. El municipio limita al norte con Tecpatan, al sur con Villaflores, al este con Tuxtla Gutiérrez, Suchiapa y Berriozábal y al oeste con Jiquipilas y Cintalapa, tiene una extensión territorial de 2476.6 km². La localidad de Ocuilapa limita al este con el municipio de Berriozábal, al oeste con las propiedades privadas de Ocozocoautla, al norte con propiedades privadas de Ocozocoautla y con el Parque Educativo “Laguna Bélgica”, al sur con la cabecera municipal de Ocozocoautla. Este ejido cuenta con una superficie total de 1720 hectáreas. (Aramoni Calderón, Lee Whiting, & Lisbona Guillen, 2006)

Ocuilapa de Juárez se distingue por su producción alfarera, actividad cuyas raíces se remonta a la época prehispánica, siendo esta una de sus principales fuentes de ingresos.

Se dice que la industria de mayor antigüedad es la alfarería, ya que cuando el hombre sintió la necesidad de proveerse de utensilios no solo para la guerra y la cacería, si no para su comodidad personal, lo primero que utilizó fue la arcilla.

Las culturas prehispánicas practicaron la alfarería utilitaria, ceremonial y suntuaria. Desde las primeras expresiones se advierte la aptitud en la creación de piezas de belleza plástica. Con el tiempo, la alfarería se convirtió en una ocupación completa, entonces, las formas y sus decoraciones se fueron perfeccionando hasta alcanzar un alto grado estético.

En el periodo colonial, la alfarería no desapareció como otras expresiones indígenas, sino que se transformó al fundirse, primero, con las tradiciones alfareras del viejo continente y, después, al recibir la influencia de elementos plásticos venidos de oriente; su combinación desembocó en la alfarería de nuestros días.

Actualmente la producción alfarera de México es enorme, ello se debe a las costumbres de nuestro pueblo relacionadas con su alimentación y el precio económico de los objetos fabricados, factores que han impedido al maquinismo moderno sustituir por completo los objetos de barro cocido por otros de materiales industrializados. (México, 2022)

México es rico en variedad de artesanías, por ello es importante seguir consumiendo nuestros propios productos, de esta manera contribuiremos a la conservación y difusión de estos tesoros que son el sustento de millones de mexicanos.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Ocuilapa de Juárez es un municipio que se encuentra en Ocozocoautla de Espinosa Chiapas, muy poco ubicado por el trabajo hereditario de las familias, la alfarería es el sustento de muchas familias quienes se han criado en este municipio, además de que ha sido muy poco beneficiado por esta labor artesanal y cultural que realizan.

El trabajo sustentable de los artesanos es de suma importancia, en la alfarería, el aprendizaje y la utilización de técnicas se desarrollan dentro del ámbito familiar, en él se comparten bases de conocimientos casi iguales.

La característica de una artesanía es el resultado de la individualidad del artista e independientemente del avance tecnológico de sus instrumentos para procesar las materias primas. Una pieza artesanal será distinta a la otra, debido a que cada una lleva los elementos espirituales, simbólicos, de creatividad, innovación que se dan en el momento de elaborarlas.

Detrás de cada diseño de los alfareros existe una historia que contar, existen hombres y mujeres quienes se dedican a esto porque no tuvieron acceso a la educación o porque es la mejor herencia que les pudieron enseñar sus padres, desde el momento en el que extraen el barro, su quemado, así como hasta culminar el proceso de elaboración y diseño de cada una de sus artesanías.

Una problemática que se encontró al momento de realizar este trabajo de investigación fue que los alfareros de Ocuilapa de Juárez no encuentran sustentable la elaboración de platos adecuados para la Nueva cocina y a las nuevas tendencias, teniendo en cuenta que para elaborar los platos se basan en moldes específicos y que su mayor fuente de ingresos son la venta de artesanías como las macetas, cantaritos, alcancías, decoraciones para el hogar etc. Es por ello que al momento de realizar el presente trabajo presentamos varios problemas para conseguir platos que fueran de acorde a las nuevas tendencias.

También se encontró que la gran mayoría de los artesanos de este municipio son personas de edad avanzada que no tuvieron acceso a la educación, por lo que no tienen acceso a las redes sociales y no tienen los medios para publicitar sus artesanías.

Es por ello que en el presente trabajo realizamos un recetario utilizando diferentes técnicas culinarias y de emplatado, esto con la finalidad de resaltar los platos elaborados por artesanos de Ocuilapa de Juárez y promover sus trabajos artesanales.

JUSTIFICACIÓN

El acceso a las nuevas culturas y conocimiento ha generado interés en los individuos nuevos sabores y técnicas relacionadas a la gastronomía, influenciado también por la televisión y redes sociales.

Al hablar de cultura es importante incluir a los artesanos, quienes cuentan con conocimientos ancestrales, y de esta forma introducir técnicas gastronómicas que permitan visualizar y difundir que realizan.

Buscando la implementación de técnicas de emplatado, así como la difusión de la elaboración de platos de barro, realizados por artesanos de Ocuilapa de Juárez en el municipio de Ocozocoautla de Espinosa Chiapas.

Las técnicas de emplatados ofrecen al usuario la posibilidad de cumplir su objetivo de crear platos altamente estéticos como experiencia de placer, pues si bien la oferta de productos de esta índole existe en el mercado, en su mayoría corresponden a elementos que requieren expertos en su uso, limitando a usuarios no profesionales.

La gastronomía es arte además de ciencia, lo que se busca son alternativas de aplicación de las técnicas culinarias modernas y de alguna forma apoyar el trabajo hecho a mano, tal como lo llaman los artesanos. Con la finalidad de beneficiar a los productores, mediante la implementación de estos en el sector culinario y restaurantero.

Buscando diseños exclusivos, que permitan generar interés en el comensal, estudiantes o incluso empresarios, haciendo hincapié que la gastronomía siempre estará mezclado con la cultura alimentaria, es decir desde la parte artesanal, historia y procesos alimentarios.

OBJETIVOS

GENERAL

- Aplicar técnicas de emplatado en el trabajo artesanal realizado por los artesanos del municipio de Ocuilapa de Juárez.

ESPECÍFICOS

- Elaborar un recetario en donde se puedan visualizar los diseños exclusivos de platos elaborados por artesanos de Ocuilapa de Juárez.
- Documentar las técnicas de emplatados.
- Difundir este documento en apoyo a los alfareros del municipio de Ocuilapa de Juárez.

MARCO TEÓRICO



Figura 1. Letrero de Ocozocoautla

OCOZOCOAUTLA DE ESPINOSA

El municipio de Ocozocoautla de espinosa se localiza en la parte occidental del estado de Chiapas, en un medio geográfico cambiante pues forma parte de las montañas del norte y parte de la depresión central del estado de Chiapas, México. De ahí sus climas y paisajes son diversos ,con una altitud promedio entre los 850 metros sobre el nivel de mar, generalmente conforma un clima templado con lluvias en verano, y según la zona se aprecia un clima cálido subhúmedo a cálido húmedo, con concordancias geográficas de $16^{\circ} 45' 37''$ latitud norte y $93^{\circ}22' 20''$ longitud oeste con una extensión territorial de 2,176.6 km colinda al norte con el municipio de Tecpatan, al sur con el municipio de Villaflores, al este con el municipio de Tuxtla Gutiérrez, municipio de Berriozábal y municipio de Jiquipilas y municipio de Cintalapa.

Este municipio a escasos minutos de la capital Tuxtla Gutiérrez. El Municipio de Ocozocoautla de espinosa Chiapas también se le conoce como “coita”, cabe mencionar que pocas personas lo conocen como su verdadero nombre. Los Zoques los nombraron los aztecas, en alusión a la pesca del caracol de río (chuti)(zoqui) palabra que significa “lodo”. (Zepeda Pimentel, 2010)

LOS ZOQUES

Ocozocoautla desde hace tiempo ha sido territorio zoque en el presente dichas costumbres y lenguas no se conservan de todo, pues actualmente la gente que queda con raíces zoques ya no alcanzaron aprender la lengua del todo o nada en algunos casos.

Los principales desarrollos de esta localidad son la agricultura, producción de maíz, calabaza, plátano, piña ,café y la caña de azúcar así como la crianza de animales como el porcino , ovino, caprino, aves de corral también algunas familias se dedican a las artesanías de barro, madera.

La cocina prehispánica zoque que se elabora en el municipio de Ocozocoautla de espinosa costa de un sinfín de alimentos que se utiliza para elaborar distintos platillos los cuales deleitan ala familias, en su dieta se incluían proteínas, grasas, vitaminas, fibras, minerales. Los cuales se obtenían mediante alimentos normalmente que ellos producían así como el maíz, frijol y sus variedades, chayote, aguacate, calabaza y hongos silvestres que se obtenían del campo debido a un clima favorable. (Zepeda Pimentel, 2010)

TRADICIONES



Figura 2. El Mahoma

El carnaval zoque Coiteco es una de las celebraciones más representativas del municipio de Ocozocoautla de espinosa, esta celebración se lleva acabo el séptimo viernes antes del miércoles

de ceniza y esta celebración puede llegar a durar más de una semana, esto va a la mano de la semana santa.

La comida típica que se suele dar se compone de carne. El cocido de res, la chanfaina y el frijol con chipilín son de los platos más típicos que se suelen dar. También se ofrece pozol y un dulce típico a base de pepitas de calabaza y piloncillo.

Después del desfile se suele dar comida a cualquier persona que pase por el Parque Central de la ciudad sin ningún costo.

La música tradicional de tambor y flauta de carrizo son el principal acompañante de la fiesta, sin embargo la música de marimba también anima la fiesta.

Algunas de las piezas musicales que suenan durante la fiesta son "El Cohuiná", "El caballito" y "El Torito Coiteco".

Actualmente durante la fiesta los jóvenes se visten de chores para salir a bailar y jugar. Durante el desfile que tiene lugar en la avenida central se juega con espuma y talco, al grado de que dicha avenida al terminar el desfile queda cubierta casi en su totalidad por talco, dando una apariencia de nieve.

En los cohuinás los también llamados cohuinás o caporales atienden a las personas dándoles comida y bebida, ambientados por música de marimba. Dichos lugares abren desde las cinco de la mañana hasta la medianoche.

Durante la fiesta diversos personajes tienen un papel importante por desempeñar. Dichos personajes son los caporales, El Mahoma Goliat, El Mahoma de cochi, El David. El tigras, El caballito, El monitos, y los chores.

El domingo que da inicio a la celebración se realiza un desfile en el que participan los chores autóctonos y estilizados, estudiantes, carros alegóricos y personas vestidas de personajes contemporáneos en modo de sátira. Un jurado se encarga de calificar los grupos de chores autóctonos y estilizados conforme el desfile avanza. Este mismo tiene una duración de alrededor de cinco horas. (Caballero Chanona, Esponda Pérez, & Vela Gutiérrez, 2022)

OCUILAPA DE JUÁREZ



Figura 3. Taller artesano en Ocuilapa de Juárez

Ocuilapa de Juárez del Municipio de Ocozocoautla de Espinosa, Chiapas, localizada a 13 km al noroeste de la ciudad de Ocozocoautla y a 31 km de la ciudad de Tuxtla Gutiérrez, capital del estado de Chiapas, México. La localidad cuenta con 3,921 habitantes y 955 viviendas. Y, de acuerdo con las cifras del Consejo Nacional de Población, en 2007, la población mayoritariamente realiza actividades primarias y registra un grado de marginación “Alto”, referido a localidades con falta de acceso a la educación, viviendas inadecuadas y carentes de bienes de consumo. (Escarimosa, Arroyo, Ocampo, & Del Carpio, 2017)

Esta comunidad se fundó en 1890, cuando la cabecera municipal contaba con dos sitios grandes para siembra y forraje de ganado. Estas dos zonas eran lo que actualmente se le conoce Ocuilapa de Juárez y Guadalupe Victoria.

De acuerdo con las narraciones de los primeros pobladores, en el año de 1900 se apareció la Virgen de Asunción en una roca plana del arroyo de los cuajinicuiles, la cual se trasladó por mandato de los principales del pueblo de Ocozocoautla al templo de San Juan Bautista, pero cuando pasaba el tiempo, la imagen regresaba al mismo lugar, hasta que hicieron una réplica, misma que permaneció en la colonia donde se construyó un templo.

Una vez que concluyó la revolución mexicana inició una emigración de los ranchos formando núcleos poblacionales, teniendo la posibilidad de trabajar sus tierras. Debido a esto, el lugar se organizó en ejido a partir de 1925; el primer Comisariado Ejidal fue don Víctor Pérez. Esta

comunidad en recuerdo del Benemérito de las Américas fue nombrada Ocuilapa de Juárez. (Aramoni Calderón, Lee Whiting, & Lisbona Guillen, 2006)

Antes de la llegada de los primeros pobladores, los terrenos pertenecían a fincas que fueron expropiadas con el surgimiento del poblado y otras áreas eran terrenos nacionales, a finales del siglo antepasado (1890) se fundó la comunidad de Ocuilapa, posteriormente se convirtió en ejido y empezaron a llegar más pobladores de las fincas aledañas y de los pueblos cercanos de origen zoque (Ocozocoautla, Berriozábal, Malpaso, Jiquipilas, Simojovel, etc.) , quienes arribaron al lugar en busca de mejores oportunidades de residencia y de tierras para cultivar café, maíz y frijol. (Farera, 2019)

Las principales corrientes del municipio son: los ríos perennes, La Venta, Cacahuano, El Achiote, El Cedro y Unión Cacahuano, entre otros. El territorio municipal se encuentra dentro de las siguientes subcuencas: Presa Netzahualcóyotl, Chapopote, Tuxtla Gutiérrez, Suchiapa, de La Venta y Soyatenco. Se distinguen en el estado por su producción alfarera, actividades cuyas raíces se prolonga a la época prehispánica. La población también se dedica al procesamiento del café para su venta autoconsumo. (Gutierrez Perez & Faris Marroquin, 2010)

LOS ARTESANOS Y ARTESANAS



Figura 4. Artesana de Ocuilapa de Juárez

Un artesano es la persona que realiza objetos artesanales o artesanías. Los artesanos realizan su trabajo a mano o con herramientas manuales por lo que hay que tener cierta destreza y habilidad

para realizar su trabajo pueden trabajar solos o juntos a otras personas que les pueden servir de ayudantes o aprendices. Un artesano, por lo tanto, es alguien que realiza labores manuales y se dedica a vender sus productos de forma particular sin intermediarios. Muchas veces incluso trabajan bajo demanda elaborando piezas a gusto de sus clientes. Generalmente los fines de ese trabajo son artísticos. (Zambrano Santana, 2016)

LA CERÁMICA EN MÉXICO



Figura 5. Artesanías de Ocuilapa de Juárez

En la historia de la humanidad la cerámica ha tenido connotaciones determinantes en el desarrollo de nuestra civilización. Con independencia de los confines que toque su extraordinaria fuerza marcando la vida cotidiana, pero también la cosmología ritual y simbólica del ser humano. En México sus vestigios ascienden a poco más de dos milenios antes de cristo por lo tanto, no es incongruente señalar que la nuestra es una cultura apuntada intrínsecamente por la cerámica. Esta carga vital ha incidido en un amplio grupo de artistas para quienes es fundamental la presencia que evoca el barro en México, puesto que está unida a la identidad de nuestro país.

Desde hace aproximadamente treinta y cinco años, en México un buen número de artistas, tanto cerámicas como creadoras de otras disciplinas (esculturas, pinturas, instalación, performance, música, fotografía, danza y poesía) producen obras de excelencia a partir del barro. Este

movimiento contemporáneo que se expresa a través del barro conlleva a una visión estética arraigada en México desde la época precolombina además es un puente que nos une con las culturas del mundo ya que la arcilla es uno de materiales más dátiles personales o de grupo también han obstaculizado que afore el verdadero potencial de la cerámica de México

LA ALFARERÍA, HISTORIA DE UNA TRADICIÓN MILENARIA

Aunque no tiene origen único, la alfarería se considera una de las artes más antiguas en la historia de la humanidad y representa la cultura de los pueblos originarios. Este oficio lleva entre sus raíces la historia de familias enteras que se han dedicado su vida a laborar en este arte milenario.

La primera gran arte atribuida al fuego es la alfarería. Es uno de los oficios artesanos con mayor antigüedad en la historia de la humanidad y que además, aun se sigue desarrollando. La alfarería es el arte de fabricar objetos de barro de carácter popular y su origen etimológico proviene del árabe. Más concretamente del vocablo “alfahar”, que significa (al) “el o la” (fahhar) que quiere decir “arcilla cerámica”. De esta misma palabra proviene la palabra alfarero, que es la persona que se dedica a laborar este oficio. (Tonála, s.f.)

¿CÓMO SE ELABORAN LAS PIEZAS DE BARRO?

El barro en México se ha vuelto un instrumento ornamental más, esta artesanía es una de las principales en nuestro país, pues la economía de varias localidades depende de su venta. Sus peculiares acabados, que denotan características propias del lugar las vuelves piezas únicas

El barro o arcilla se obtiene de la tierra, específicamente de rocas feldespáticas que al entrar en contacto con agua producen caolitina. (Menesses, 2022)

Una vez que se tiene la caolitina, lodo, los alfareros moldean las piezas para crear platos, jarros, tacitas, figuras o cualquier otro objeto que deseen crear. Para que la pieza se endurezca es necesario ponerla a cocer; de lo contrario, regresa a su forma original. Para su cocción, la pieza debe hornearse a más de 300° C. El horno que se utiliza depende de la región, puede ser con ladrillos de adobo, al aire libre o en un agujero en el suelo. (Report, 2021)

TIPOS DE BARRO UTILIZADOS EN MÉXICO

Los alfareros mexicanos trabajan 3 tipos de barro, principalmente:

Barro negro

Este tipo de barro es icónico de Oaxaca, su emblemático color es resultado del color gris claro de la arcilla que utilizan y que cambia de color al ser cocidas a fuego lento.

La elaboración de piezas de barro negro es laboriosa y lenta, ya que una sola pieza requiere mínimo de un mes para su preparación.

Barro rojo

Este es el tipo de barro más popular entre los alfareros mexicanos, su característico color se debe al óxido de hierro, es el clásico barro que se utiliza para jarrones, vajillas, tazas o algunas decoraciones.

Barro verde

Este tipo de barro también es famoso en Oaxaca, aunque su elaboración y distribución no es tan grande como la del barro rojo y negro. Esto se debe a que los artesanos tienen que invertir más tiempo y recursos que no siempre se recuperan con la venta. (Report, 2021)

PROCEDENCIA DE LOS HORNOS



Figura 6. Horno utilizado en Ocuilapa de Juárez

El primer horno tipo de horno cerámico apareció en la zona de Mesopotamia y Egipto, aproximadamente 8000 años A.C. gradualmente fue desarrollándose y es en la época de la Grecia antigua donde aparece el horno que actualmente se utiliza en México. En este amplio periodo de más de 2000 años, los hornos no han presentado un desarrollo tecnológico importante por las siguientes razones:

1. La estructura es muy sencilla por lo que es fácil de construir.
 2. Es muy económico al no requerir de refractarios costosos.
 3. Para la fabricación de productos rústicos no se requiere de gran tecnología.
- (Infoceramica, 2018)

LA COCINA EN UNA NUEVA REALIDAD

En los últimos años, los hábitos y patrones alimentarios, así como las prácticas culinarias y gastronómicas han cambiado considerablemente. Son muchos los factores que han influenciado estos cambios: la modernización de maquinaria y utensilios, los cambios económicos y sociales, la preocupación por motivos de salud, las modas, las influencias de otras culturas, etc.

Además, nos encontramos con una nueva situación por lo que respecta a la utilización de la cocina colectiva, debido a los cambios urbanísticos (mayor concentración en zonas urbanas, mayor distancia entre el hogar y el lugar de trabajo), al progreso social (jornadas intensivas, trabajo fuera de casa, incorporación de la mujer al trabajo remunerado), a nuevas legislaciones (obligación por convenio de comedores laborales), a la evolución de las técnicas culinarias (nuevas técnicas de conservación, transporte y restauración), etc.

Todos estos factores han modificado las características gastronómicas del día a día y nos han alejado de la cocina, en un momento en el que la salud es uno de los aspectos que la población más valora. Así mismo, la industria alimentaria intenta dar respuesta a esta nueva realidad y a las motivaciones de la población en relación a la alimentación. En este contexto, resulta interesante hablar de técnicas culinarias sencillas y novedosas, sin olvidar aquellas más clásicas y laboriosas. (Vanguardia, 2020)

COCCIONES Y CONCEPTOS

En el ámbito de la tecnología culinaria cualquier tipo de tratamiento térmico que se aplique para la elaboración de un plato cocinado recibe el nombre genérico de cocción.

Cocer un alimento significa exponerlo a la acción de un foco de calor con el propósito de elevar su temperatura. (Bello Gutiérrez, 1998)

El calor que es el medio fundamental para cocinar, cumple las siguientes funciones:

- Ablanda la textura de los alimentos, por lo que las sustancias nutritivas y los jugos se hacen más accesibles.
- Coagula la albumina y espesa el almidón, por lo que se aprovecha mejor los nutrientes necesarios para el cuerpo humano.
- Cambian y mejora el sabor.
- Destruye los microbios de los alimentos. (Gil Martínez, 2010)

TIPOS DE TÉCNICAS CULINARIAS

Entendemos por técnicas culinarias, el conjunto de procesos aplicados a los alimentos para conservarlos y hacerlos digeribles (asimilables) y palatables (sabrosos). Esto incluye, desde las preparaciones previas en frío (eliminación de la parte no comestible, limpieza, fraccionamiento) hasta la cocción.

Existen trece métodos de cocción que son:

Hervido

Para cocinar un género por ebullición en agua es necesario que esta hierva. El agua hierve a una temperatura de 100 °C. una ebullición intensa hace que el agua se evapore antes pero no aumenta su temperatura.

Hay dos formas de hervir un alimento, partiendo de un líquido frío, o partiendo de un líquido en ebullición.

Cuando partimos de un líquido frío conseguimos que:

- Las legumbres se rehidraten.
- El alimento abra los poros a medida que el líquido se calienta y suelte su sabor y sustancias al mismo tiempo.
- Las sustancia disueltas en el líquido (sal, azúcar, hierbas aromáticas...) penetren en el alimento.

Cuando partimos de un líquido en ebullición conseguimos que:

- Las carnes conserven los jugos en su interior y mantengan su forma original.
- Las hortalizas mantengan su valor vitamínico y sus sales minerales

Blanqueado

Hablamos de blanquear cuando cocemos un alimento en agua o aceite brevemente para eliminar sabores intensos, para ablandarlo o para pre cocinarlo. Podemos blanquear de tres maneras:

- Partiendo de agua fría
- Partiendo de agua hirviendo
- En aceite

Pochado

En este método de cocción sumergimos el alimento en un líquido a una temperatura que no supere los 80 ° C, es decir que no llegue a hervir, se puede pochar de tres formas:

- Con líquido abundante: de esta manera se consigue una carne tierna y jugosa, ya que ablanda los ligamentos de los músculos, dejándoles gelatinosos. Se puede aplicar en huevos, carnes duras y salchichas.
- Con poco líquido: introducimos el género en poco líquido y lo tapamos con papel engrasado, se puede hacer al horno o al fuego. Se puede aplicar en pescados, aves y vegetales.
- A baño maría: para esta cocción ponemos un recipiente con agua al fuego y, dentro de este, otro recipiente con el alimento. De esta manera conseguimos suministrar calor de manera indirecta al alimento, a través del agua caliente.

Vapor

En este método de cocción el alimento no puede estar en contacto con el líquido hirviendo y el recipiente tiene que estar tapado. Con esta técnica conseguimos que:

- Los alimentos no pierdan sustancias hidrosolubles.
- Se reduzca el tiempo de cocción y por lo tanto los alimentos conserven más vitaminas.
- Las verduras pierdan menos color.
- Los alimentos no se rompan.

Fritura

En este método introducimos el alimento en una grasa o aceite a alta temperatura, entre 150° y 180° C, dependiendo de la naturaleza y grosor del alimento, así como del resultado que queremos obtener

Con este método conseguimos que los alimentos nos aporten un sabor y una textura particular, ya que al contacto con el aceite caliente se coagulan las proteínas superficiales formándose una costra crujiente que impide la pérdida de sustancias.

Salteado

Es un método que consiste en cocinar un alimento en poca grasa a fuego vivo, removiendo salteando. En el salteado el tiempo de cocción es corto, para ello los ingredientes deben estar troceados o ser pequeños. A veces utilizamos el salteado como un primer paso para una elaboración más compleja.

Emparrillado

Este método consiste en someter el alimento a altas temperaturas de calor seco (220° - 250° C) sobre una parrilla, con lo que el calor viene de abajo. Hay que darle vuelta al alimento para que todas sus caras queden expuestas al calor, bajando después la temperatura para facilitar su cocción interior (150- 220° C).

Gratinado

Este método consiste en tostar a horno o en la salamandra a una temperatura de 250-300° C la parte superior de un alimento o una elaboración. Para gratinar es necesario utilizar grasa, mantequilla, queso, nata, huevo batido o una mezcla de estas para cubrir el alimento.

Braseado

Este método consiste en someter el alimento a calor fuerte para dorarlo, luego le añadimos un líquido (fondo, vino o agua) hasta $\frac{1}{4}$ de volumen de la pieza y una mirepoix de verduras. Esto lo cocinamos a fuego lento hasta su completa cocción.

Glaseado

Este método se basa en el mismo principio que el braseado, pero el acabado es más dorado y brillante. Para ello sometemos el alimento a calor fuerte hasta dorarlo; le añadimos vino y reducimos hasta convertir en glacè. Mojamos hasta $\frac{1}{6}$ de la altura, bajamos el fuego hasta su completa cocción y balamos de vez en cuando con su líquido.

También hablamos de glasear cuando cocinamos algunas hortalizas en una pequeña cantidad de agua, azúcar, mantequilla y sal para que queden brillantes.

Asado

En este método asamos el alimento con grasa y sin tapar. Durante la cocción lo rehogamos de vez en cuando con la grasa.

Horneado

Este método consiste en cocinar el alimento en el horno con calor seco, con muy poca grasa, sin líquido y sin tapar. El género lo ponemos en placas, moldes o sobre rejilla. Colocamos en una placa o molde engrasado el alimento y los hornearmos a una temperatura que oscilara entre 140 y 250° C, según el tamaño de la pieza o la elaboración que estemos realizando.

Poeler

En este método soasamos el alimento con el cuerpo graso, lo hacemos al horno con calor suave y después subimos la temperatura para que se dore. Debe estar tapado.

Estofado

Este método consiste en cocinar el alimento en una grasa y en su propio jugo, se realiza tapado, sino el líquido se evaporaría, y a una temperatura máxima de 100° C. (Crespo & Gonzalez, 2011)

LA NOUVELLE CUISINE

La Nouvelle cuisine es un acercamiento a la cocina y la presentación de alimentos en la cocina francesa, En contraste con la cocina clásica, una forma más antigua de la alta cocina, la nouvelle cuisine pone más énfasis en la presentación.



Figura 7. Montaje gourmet (Vanguardia, 2020)

Fue popularizado en la década de 1960 por los críticos de alimentos Henri Gault, que inventó la frase, y sus colegas André Gayot y Christian Millau en una nueva guía de restaurantes, el Gault-Millau o Le Nouveau Guide. La presentación de la comida y el atractivo visual son fundamentales en la nouvelle cuisine.

La comida tenía que estimular los cinco sentidos, especialmente la vista. Se dejó de delegar la tarea de la presentación de la comida en los camareros, como sucede en la haute cuisine (alta cocina); los platos se servían ya presentados desde la cocina. Se puso mayor hincapié en el uso de hierbas y especias y las salsas y caldos usados eran más livianos.



Figura 8. La Nouvelle Cuisine (Vanguardia, 2020)

Se dejó de usar también la harina como espesante de salsas, y se reemplazó por salsas más livianas espesadas con yemas de huevo, manteca y crema. La nouvelle cuisine creó platos livianos con sabores distintivos, combinando sabores en lugar de cubrirlos, y resaltó también un servicio de mesa menos entrometido.

Los platos simples pero elegantes y los sabores puros son las principales características de la nouvelle cuisine. Aunque en su momento la nouvelle cuisine fue considerada como un desvío radical con respecto a la cocina clásica, ya no tiene ese mismo grado de revolucionaria. En ese sentido, ha sido reemplazada por la cocina postmoderna o cocina molecular o también llamada cocina tecnoemocional (la cual pretende cautivar los sentidos del comensal a través de diversas técnicas sofisticadas) de chefs como Ferrán Adrià y Heston Blumenthal.

Joan Soldevila Adán comparte en Las Fotos de los Lectores de La Vanguardia varias imágenes de distintos platos de este tipo de cocina. (Vanguardia, 2020)



Figura 9. Reconstrucción de platillo (Vanguardia, 2020)

LOS GASTRÓNOMOS Y LA SUSTENTABILIDAD

CHEF RICARDO MUÑOZ ZURITA



Figura 10. Chef Ricardo Muñoz Zurita (Cuisinart, 2022)

Nació en Tabasco, en el municipio de Macuspana, tierra de su familia, pero creció en Coatzacoalcos, Veracruz, esto marco los sabores de su cocina ya que desde su niñez, ha estado acostumbrado a fusionar estilos, épocas y culturas. (Nazar, 2020)

Comenzó su carrera trabajando en un restaurante familiar. Inicialmente estudio la carrera de administración de empresas turísticas en la escuela internacional de turismo de la ciudad de México. Continúo su formación como chef en el San Diego Community College. Más adelante en Le Cordon Bleu de París y en The Culinary Institute of America de Nueva York. En enero de 2009 represento con éxito a México en Madrid fusión 2009, el máximo evento gastronómico a nivel mundial. Fue nombrado por la revista Time “prophet and preserver of culinary tradition”. Y considerado como uno de los tops chefs de México y Latinoamérica. (Larousse de la cocina, 2022).

Escribió el Diccionario enciclopédico de la cocina mexicana, obra magna que marca un antes y un después en la historia de nuestra cocina, considerada como la más completa de todos los tiempos. Además de ser chef de cocina, también es un gran maestro, conferencista, investigador, y hoy en día es considerado la máxima autoridad de la cocina mexicana tradicional y el más prolífico e importante escritor en la actualidad. Ricardo fue el chef más activista para lograr que la cocina mexicana sea hoy Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad. (Cuisinart, 2022).

Restaurantes que dirige:

- Azul y oro (en el centro universitario de la ciudad universitaria de la UNAM).
- Azul condesa (en la colonia condesa).
- Azul Histórico (en Isabel La Católica en el centro Histórico de la ciudad de México).
- Azul 70 (el más nuevo de la cadena, se encuentra dentro del hotel Fiesta Americana Reforma en la Ciudad de México.) (Nazar, 2020)

CHEF KARIME LÓPEZ



Figura 11. Chef Karime López (Torres Meixueiro, 2020)

Karime es la primera chef mexicana en obtener una estrella Michelin originaria de Querétaro, comenzó su carrera con Santi Santamaría en sant celloni con dos estrellas Michelin.

La chef mexicana de 36 años, también ha compartido sus recetas y talento en otras cocinas internacionales, entre ellas El Noma en Copenhague, el Ryugin en Tokio, Pujol en México, Mugaritz en España, con Virgilio Martínez en su restaurante central de lima.

Su primer acercamiento a Massimo Bottura fue cuando escribió su libro Bread Is Gold, del chef con ello Karime López fue encomendada a hacerse cargo de la cocina del restaurante, su menú inspirado en la gastronomía cosmopolita, como base de sus continuos viajes estancias por el

mundo. Ella recrea platillos clásicos y tradicionales italianos con esencia lúdica. Teniendo como resultado una estrella Michelin. (Digital, 2019)

Su formación profesional escultora matriculada en París, pronto se dio cuenta que su arte se buscaba esa alquimia de sabores que reconocían sus venas, dando paso a su formación mundial en algunas de las regiones más celebres en el ámbito gastronómico. (Torres Meixueiro, 2020)

CHEF BENITO MOLINA DUBOST



Figura 12. Chef Benito Molina Dubost (Zannie, 2022)

Dueño y jefe de cocina de tres restaurantes en Ensenada Baja California, Manzanilla, Silvestre y Muelle Tres, cuya cocina se destaca por utilizar productos marítimos locales frescos y por su carácter sustentable.

Su experiencia en el mundo de la gastronomía inició cuando tenía 15 años de edad trabajando como garrotero en Maxim's de París, de la ciudad de México. Posteriormente, realizó estudios profesionales en el New England Culinary Institute en Vermont, Estados Unidos.

Ha participado en festivales como Entre Amigos, Pacíficos, Fiestas de la Vendimia y New World Wine and Food Festival. En 2006 la revista Saveur eligió sus ostras ahumadas dentro de su lista de los 100 mejores platillos. Y el Monterey Bay Aquarium, de California le otorgó un reconocimiento por su inclinación a utilizar productos sustentables del mar. En el 2009, la revista Monocle lo consideró uno de los mejores chefs restauranteros mexicanos y Travel & Leisure ubicó a Manzanilla entre los restaurantes más reconocidos de

México, en el 2014 manzanilla ocupó el lugar número 25 dentro de los 50 mejores restaurantes de latino américa. (Larousse de la cocina, 2022)

CHEF EDUARDO GARCÍA GUZMÁN



Figura 13. Chef Eduardo García Guzmán (Zehbrauskas, 2017)

Cuando tenía cinco años de edad, Eduardo García dejó su natal pueblo en Guanajuato para cruzar la frontera a estado unidos al lado de su familia. Trabajo de manera ilegal en la recolección de cultivos, cada cosecha le dio la oportunidad de aprender sobre temporadas e ingredientes, sin saberlo, se acercaba a su destino de convertirse en chef.

A los 14 años de edad consiguió trabajo de lava loza en un restaurante en Atlanta. No tenía estudios básicos ni hablaba inglés, pero eso no le impidió aprender a cocinar. Su afán de sobrevivir y mejorar era más grande que todos los obstáculos, pero luego de una serie de altibajos incluyendo el paso por la cárcel y dos deportaciones regreso a México.

Sin saber de su futuro tecleo en el buscador de su computadora “mejor chef de México” y así localizo a Enrique Olvera que poco después se convertiría en su jefe, maestro y guía, con quien encontró la cocina mexicana, durante 5 años fue el jefe de cocina de Pujol y mas tarde se convirtió en el chef propietario del restaurante Máximo Bistrot, consolidado en su trayectoria como uno de los chefs más reconocidos del país. (Gonzalez Vargas , 2022)

Máximo Bistrot está ubicado en la colonia Roma, Ciudad de México, con una cocina sobria y depurada con productos de temporada y comprados, en algunos casos, a los productores de manera directa. (Porras Lara, 2019)

En 2013, se asoció con Rokai y creo los menús De Mar a Mar, Cine Tonalá y Puebla 19. En 2014, sumo a su lista de éxitos un proyecto homónimo: Lalo!, un restaurante para servir sus platillos a menor costo. (Carvajal, 2015)

CHEF JOSEFINA SANTACRUZ



Figura 14. Chef Josefina Santa Cruz (Cuisinart, 2020)

Licenciada en Administración Hotelera por la Universidad Iberoamericana, posteriormente estudio artes culinarias y repostería en el Culinary Institute of America donde se graduó en 1993. (Cuisinart, 2020)

Al terminar su carrera, Josefina Santacruz trabajó en el hotel Ritz Carlton, en Washington en él era pastelera, durante esos años también participó en la apertura del restaurante asiático Zenga y en la Sandía, en Denver, Colorado en donde tenían un concepto de cocina mexicana. Después viajó a Vietnam, Camboya e India para especializarse en comida asiática. (Santacruz, 2022)

- 1998 año en el que inaugura el restaurante Mai Pei, de cocina asiática
- 2003 año en el que se va a Nueva York, y colabora en la apertura del restaurante Pámpano

- 2007 año en el que abrió el restaurante Pámpano en Ciudad de México.
- 2009 año en el que empezó su programa buena dieta, transmitido por el canal El Gourmet.
- 2015 año en el que participo en Mesoamérica impartiendo una conferencia en donde el tema central fue la comida callejera.
- 2021 año en el que la chef fue premiada por la Academia Mexicana de Gastronomía, por su destacada trayectoria.

Participaciones en libros de cocina:

- El verde de la cocina mexicana.
- La vainilla de México.
- Los tops chefs de México
- Las recetas y Food Styling de quesos mexicanos. (Garduño, 2022)

CHEF FRANCISCO RUANO



Figura 15. Chef Francisco Ruano (Coppel, 2019)

Estudio en la escuela de cocina Luis Irizar, una de las más prestigiosas de España. Ha trabajado en los restaurantes de Mugaritz (País Vasco), Celler de Can Roca (Girona) y Noma (Dinamarca), listados todos entre los mejores del mundo.

Francisco Ruano es el chef y motor creativo del ALCALDE, el mejor restaurante de Guadalajara según la prestigiosa lista the 50 best.

Su restaurante alcalde está bajo la premisa de “Cocina Franca” una cocina abierta, sincera y apegada a los ciclos de la Tierra; se trata de una cocina única en la ciudad, que busca reinterpretar la gastronomía tradicional mexicana, pero incorporando ingredientes regionales de temporada y creando sabores y texturas, lo que lo cataloga como un restaurante contemporáneo.

Tiene un aforo para 60 personas, cuidan minuciosamente los detalles y el servicio es personalizado. Alcalde es un restaurante que transmite la gastronomía mexicana y jalisciense en toda su expresión. (Debayle, 2021)

CHEF PABLO SALAS

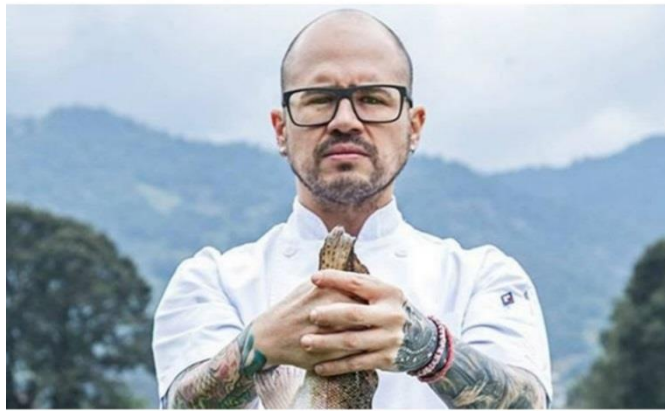


Figura 16. Chef Pablo Salas (magazine, 2020)

Es un chef mexiquense, autodidacta, originario de Toluca. Actualmente es considerado uno de los Sommeliers más importantes de México. En 2010 nació Amaranta, un pequeño restaurante creado con el propósito de llevar a cada mesa un buen plato de comida con vegetales, frutos y flores auto cultivados, exaltando la gastronomía local de la entidad y de los sabores de las comunidades tan diversas por sus suelos y climas, reuniendo técnicas de vanguardia para reinterpretar los platillos y recetas del Estado de México y crear un nuevo plato.

Por su constante trabajo y compromiso, desde el año 2014 fue incluido dentro de la lista The Latin America's 50 Best Restaurants, ocupando el puesto veintidós dentro de ella y es considerado uno de los 10 mejores restaurantes de México.

Actualmente Pablo es Delegado del Conservatorio de la Cultura Gastronómica Mexicana (CCGM) y es miembro del Colectivo Mexicano de Cocina, A.C. Como parte de su trayectoria también ha escrito artículos para algunas revistas del país, ha participado como jurado en distintos concursos internacionales y da clases de cocina en diversos educativos de México. (magazine, 2020)

CHEF CELIA FLORIÁN



Figura 17. Chef Celia Florián (FoodPoliceMx, 2021)

Nació en Zimatlán, Oaxaca, una pequeña ciudad de la región de los valles centrales. Aprendió de hierbas e ingredientes de la mano de su mamá y su abuela. No estudió gastronomía, pero es una cocinera nata que se ocupó de perfeccionar su talento, viajando de un pueblo oaxaqueño a otro para conocer, de la mano de otras cocineras tradicionales, los secretos culinarios de todo el estado.

Celia trabajaba en un banco, cuando se decidió aventurar a abrir, junto con su esposo, Las Quince Letras. Fue este proyecto la que la puso en el mapa gastronómico internacional. Como

embajadora de la cocina mexicana ha estado en Italia, Francia, Líbano, Argentina, Filipinas, España y Estados Unidos.

Uno de los trabajos más reconocidos es el que ha realizado en torno a la conservación de la cocina tradicional de Oaxaca a través de la creación de una red de cocineras tradicionales que la misma Celia capitanea.

Su esfuerzo por preservar las técnicas y la parsimonia propias de cocinas tan festivas como la oaxaqueña le valió una invitación a la Universidad de Ciencias Gastronómicas de Polenzo, Italia, donde se familiarizó con el movimiento Slow Food. Esta corriente pugna por la elaboración de alimentos con recetas e ingredientes locales, dedicando a cada preparación el tiempo necesario. Tras su estancia en Polenzo, Celia fue nombrada líder de la sección local de Slow Food en Oaxaca.

Celia también ha participado en el popular programa Master Chef y en Street Food Latinoamérica una serie original de Netflix.

En 2021 Celia y su restaurante fueron reconocidos en La Liste, una guía gastronómica con sede en Francia que recomienda proyectos gastronómicos alrededor del mundo. (FoodPoliceMx, 2021)

LA VAJILLA O EL PLAQUE

La vajilla o plaque suele estar formada por platos llanos, hondos, de postre, tazas de consomé, platillos para el pan y el resto de elementos necesarios para servir. Su colocación dependerá del tipo de comida que se vaya a servir, aunque lo normal es que primero se coloque un plato de presentación coincidiendo con el borde de la mesa.

CONCEPTO DE EMPLATADO

El emplatado o presentación de platillos es más importante ya que es la primera impresión que se llevara el comensal del trabajo en la cocina.

El emplatado, la forma en la que se presenta un platillo. Es toque final de todo el trabajo en la cocina. En algunas ocasiones esta presentación se adjudica a la cocción de los alimentos que componen el platillo, desde la consistencia, el color y hasta el aroma.

Estas características dependen del tipo en que los alimentos se transforman cuando se someten a diferentes temperaturas. También recae en el tipo de servicio, es decir, en cómo es llevado el alimento del área de cocción o cocina al área de servicio o comedor, la vajilla, la secuencia de tiempos.

El montaje es como la parte favorita en la elaboración del plato, depende de quienes tomen con seriedad la gastronomía de velar que toda la preparación sea impecable para que así la presentación del mismo sea digna de su elaboración.

Emplatar es la acción de preparar y presentar con destreza la comida sobre la fuente o el plato de comida que se llevara a la mesa. El proceso de emplatar ha ganado importancia en la actualidad, la forma de organizar y presentar los alimentos se tiene en cuenta; ya que la comida primeramente entra por los ojos; la presentación de las distintas recetas debe ser atractiva para el comensal. Un buen emplatado debe ser armónico, con sentido estético y atractivo, cabe destacar que es la vista el primer sentido en apreciar una receta, seguido por el olfato, para luego ser el paladar quien haga el último examen. Por eso la combinación y el orden de presentación dentro del plato debe lucir apetitosa. Para conseguir emplatados perfectos, las grandes cocinas utilizan aros de montaje para emplatar con distintas formas, alturas y tamaños.

Aunque se utilizan principalmente en pastelería, también dan buen resultado para resolver el emplatado de forma rápida y sencilla. Con ellos se pueden agrupar los alimentos en capas, con distintas formas y ubicados en un área del plato." Platos y tendencias hay muchas, con infinitas posibilidades. Con el pasar de los años esto ha cambiado para impresionarnos cada vez más. Aunque hay lados que perduran con los montajes clásicos, hay otros que se dedican a reinventarlos como también están los que quieren crear un estilo único.

Nuestro lienzo es la vajilla y nuestros oleos la comida; y como siempre, nuestro límite es la imaginación. Bien el plato terminado es la mejor manera de describir al cocinero o chef. Puesto que es su carta de presentación hacia sus comensales o amigos.

CANTIDAD PROPORCIONAL

- Los alimentos deben ir acorde del plato
- Si es demasiada comida puede dificultar que lo consuma el comensal
- Si es poca comida, el comensal experimentara la sensación de estar comiendo poco.
(Gastrolab, 2020)

TIPOS DE EMPLATADOS

A la hora de realizar ese emplatado, podemos buscar diferentes armonías entre los elementos del plato, variando siempre, claro está en función del tamaño de la ración, las guarniciones, el empleo o no de salsas, etc. Nos encontramos así con diferentes tipos de emplatados:

1. Emplatado simétrico: hace referencia al equilibrio bilateral y proporcional en el plato. Se trata de conseguir un equilibrio entre el peso de los diferentes componentes del platillo, de tal manera que existe igualdad de peso en las dos partes del plato. Esta composición nos va a transmitir una sensación de orden y armonía.
2. Emplatado asimétrico: en este caso debemos de dividirnos la composición en dos partes asimétricas, una con mayor peso que la otra. Esta composición nos transmite un mayor dinamismo y tensión, así como una mayor vitalidad.
3. Emplatado rítmico: Consiste en la repetición de elementos que generen dinamismo en el plato. Se agrupan en filas siempre destacando el ingrediente principal. Esta composición crea un efecto dinámico y estimulante, procurando captar de sobre manera la atención.
4. Emplatado oblicuo: los elementos se disponen en diagonal y se generan otros puntos centrales de atención que rompen con la simetría y aportan profundidad y movimiento. Así conseguimos un efecto tridimensional y de profundidad, lo que nos transmite gran dinamismo.
5. Emplatado en escalada: toma en cuenta las proporciones y juega con los tamaños. En esta composición resulta muy útil para destacar elementos en el plato. (Lopez Perez, 2017)

En función de estos conceptos, podemos realizar diferentes disposiciones en el emplatado:

- Disposición piramidal: se juega con las alturas en el plato, dándole altura. Generalmente se dispone la guarnición en el centro del plato, sobre ella el género principal, y se ayuda a crear altura elementos como diversos crujientes, hojas o tallos.
- Disposición en cuadrado o rectángulo: como en el caso anterior, se dispone la guarnición en el centro del plato y sobre ella el género principal, en corte cuadrados o rectangulares, o bien ayudados por moldes cuadrados o rectangulares, buscando la armonía.
- Disposición circular: similar a la disposición en cuadro, en este caso para el emplatado usamos moldes redondos.

Esta formas de presentación pueden combinarse a veces en el mismo plato, en función de la imaginación y experiencia del cocinero, pero sin perder nunca de vista el sentido estético y no cayendo en el abuso de elementos de decoración.

En el servicio en plato, se intenta siempre buscar el volumen en la presentación. En este caso las guarniciones no deben separarse demasiado del género principal, disponiéndose a su lado, o debajo del mismo.

Los principales factores a tener en cuenta para la presentación y decoración de estas elaboraciones son:

- Adecuación de las guarniciones a cada tipo de plato, intentando complementar nutricionalmente la elaboración.
- Emplear, en el caso de las guarniciones, elementos torneados o hermoeados.
- Uso y complemento de géneros con color.
- Uso de las salsas con moderación, en forma de cordones, o intentando salsear.
- Decoración con culis o aceites (de perejil, de pimentón, etc.) (Perez Castañon , 2013)

TIPOS DE PLATOS

Cada detalle en un restaurante es importante. No hay alguna faceta relacionada con la operatividad de un negocio gastronómico que pueda pasarse por alto, sin que esto afecte a final de cuentas los resultados conseguidos. Basta con pensar el asunto de los platos. Por supuesto, los platos que se utilicen en un restaurante son algo básico para la labor de ese negocio. Pero más allá de su sencilla función, el tamaño y la forma de los platos debe ser acorde a los alimentos que en ellos se consuman y las preparaciones se realicen utilizándolos.

De manera que a la cuestión acerca del uso que tiene cada plato, de acuerdo a su forma y tamaño, conviene comentar lo siguiente. Lo primero es tomar conciencia que las características de un plato tienen que ver con su particular finalidad.

Los platos se dividen en 2 tipos:

Los llamados platos tranches o llanos y los platos huecos que comprenden tazones, platos soperos y tazas.

Por otro lado existen dos tipos de platos trinche, los que tienen ala o canto y los que son completamente planos sin borde o llamados coupé.

Plato hondo

Tal y como su nombre refiere, cuenta con una forma semi cóncava más acentuada que otras variedades de platos. Esta profundidad le convierte en un práctico utensilio para contener alimentos de consistencia líquida o semilíquida (como, por ejemplo, sopas o cremas). Cuando se vierte en un plato de estas características un caldo o un platillo típico como la crema de frijol, lo que se busca es que el contenido no se derrame.

Tazón sopero

Este tipo de tazón tiene por lo general dos versiones, la primera es como su nombre lo indica “SOPERO” es para verter sopas o cremas, su capacidad por lo general es de entre 300 y 350 mililitros sus usos por ejemplo son; sopa de tortilla, consomé de pollo, sopa de pasta etc.

Su segundo tipo es el llamado “TAZON CEREAL” que por lo regular es de 500 a 600 mililitros, este sirve para porciones más cuantiosas como por ejemplo: cereal con leche, pozole, mole de olla etc.

Platos tranches y platonés

Dentro de la formación que necesitamos catalogar como básica se encuentran los platos trinche, estos platos son de diferentes tamaños para poder adecuarse a los diferentes tipos de usos que requiere cada negocio. Este es el que debe elegirse para servir alimentos tales como: pan,

ensaladas, postres, plato fuerte o guisado, arroz etc. Tienen una mayor área para servir que otras clases de platos ya que en ellos se suelen servir alimentos combinados, como es el caso de un bistec con papas, con ensalada, etc. Por sus características, el plato trinche puede llevar un alimento principal acompañado de uno o más complementos.

Tamaño en cm	Uso habitual
16 cm	Conocido como plato pan, se utiliza para porciones individuales de pan o acompañamientos (limones, chiles, etc.)
19 cm	Conocido como plato postre o ensalada (principalmente se utilizan para postres o para colocar ensaladas o arroz como complemento)
23 cm	Se le conoce como plato fuerte (generalmente se usar para servir en plato principal de una comida)
27-32 cm	Este plato es conocido como plato base o presentación (se utiliza principalmente para montarla mesa o exhibir la decoración y diseño que se fusiona con la del restaurante)
14 cm o compota	Este plato es semi cóncavo y sirve para porciones que llevan algún tipo de líquido, su forma evita que sea derramado

Tabla 1 Tamaños y usos de platos

Platones

En este caso se trata de platos de mayor tamaño (entre 27 y 33 cm), su uso principalmente es para porciones cuantiosas o que requieren de más espacio para no salirse por las orillas, tales como por ejemplo: Carne a la tampiqueña, mojarra entera, arrachera.

También pueden usarse para colocarse al centro de la mesa para porciones para compartir, dependiendo de cada negocio. (Oscar, 2018)

TÉCNICAS DE EMPLATADO

Las técnicas del emplatado son parte de la cocina contemporánea pues se considera que el atractivo visual es la clave que le dará éxito al platillo, estas técnicas se basan en la ubicación de los elementos que son representados por el arte de los conocimientos adquiridos por el Chef, el busca proporcionar verdaderas piezas artísticas comestibles, pero para lograr esto existen diferentes técnicas de presentaciones basadas en protocolos gastronómicos que se mencionarán a continuación.

Las principales componentes que debe tener un platillo son:

Proteínas: agregando cualquier tipo de carne y este es el principal elemento que se señala a la hora de ofrecer el alimento, también existen casos específicos en dónde las proteínas puede ser algún tipo de verdura, considerando que será la base principal del platillo.

Guarniciones: existen dos tipos de guarniciones, las primarias y las secundarias, la primera son a base de algún almidón, cereales o pastas que ofrecen la sensación de saciedad, las segundas son verduras y hortalizas que lo que buscan en darle ese toque de color natural al platillo.

Salsas: las salsas que son, por los chefs, la amalgama de los sabores que unifica el platillo equilibrando los sabores.

Decoraciones: las guarniciones son los elementos que aportan los detalles artísticos del platillo, van desde gérmenes de plantas, flores, brotes, masas, frituras, aires, esponjas, caviars, impregnaciones. (Trejo Beas, 2021)

METODOLOGÍA

El diseño de investigación es la estrategia general que adopta el investigador para responder el problema planteado. Dicha estrategia está determinada por el origen de los datos, en atención al diseño la investigación se puede clasificar en: documental, campo y experimental. (García Avendaño, 2006)

En el presente trabajo va dirigido a la población en general y se considera una investigación de tipo documental ya que la investigación documental es un proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir los obtenidos y registrados por otros investigadores en fuentes documentables impresas, audiovisuales o electrónicas.

Para realizar esta investigación lo primero que realice fue recopilar diferente información acerca de la alfarería y técnicas de emplatado. Una vez recabada esta información el segundo paso fue analizar y seleccionar la información más relevante.

Una vez recabada toda la información, procedí a elaborar un recetario que fuera fácil de interpretar, esto con la finalidad de que cualquier persona pueda elaborar las recetas aquí presentadas, en el recetario se incluyen los ingredientes así como los pasos para elaborar cada una de ellas, también incluyen fotografías donde se demuestra que cada platillo fue presentado sobre platos de barro, elaborados por artesanos chiapanecos, esto con la finalidad de dar difusión e invitar a la población a consumir local y artesanal.

El recetario consta de 9 recetas de las cuales:

2 entradas:

- Timbal de patatas con salsa de perejil.
- Costalito de papel arroz rellenos de camarones en salsa de mango.

2 platos fuertes:

- Camarones al tempura con ensalada fresca y salsa de fresa picante.

- Lomo de cerdo con ceniza de cebolla y salsa de Jamaica agridulce con puré de pimiento.

3 postres:

- Pay frio de limón con culis de mango.
- Mousse de pistache con glaseado de chocolate y tierra de pistache.
- Islas flotantes

2 bebidas:

- Cantarito
- Coctel de jamaica

UNIVERSIDAD DE CIENCIAS Y

ARTES DE CHIAPAS

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


**IMPLEMENTACIÓN
GASTRONOMICA EN LA
ALFARERIA DE OCUILAPA DE
JUÁREZ**

ELABORADO POR:
IVÁN ALEJANDRO SILVA GORDILLO

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas

Abril de 2023





IMPLEMENTACIÓN GASTRONOMICA EN LA ALFARERÍA DE OCUILAPA DE JÚAREZ

RECETARIO ELABORADO POR:

Ivan Alejandro Silva Gordillo



AGRADECIMIENTOS

En primer lugar le agradezco a mi esposa e hijo que siempre me han brindado su apoyo incondicional para poder cumplir todos mis objetivos personales y académicos. Ellos son los que con cariño me han impulsado siempre a perseguir mis metas y nunca abandonarlas frente a las adversidades de la vida.

A mis padres agradezco que me brindaron su apoyo económico para poder concentrarme en los estudios obtenidos a través del tiempo estudiado y persistir en terminar la carrera.

A mis docentes y amigos que través de los años me han acompañado y siguen siendo parte de mi camino universitario, ya todos ellos les quiero agradecer por el transmitirme los conocimientos necesarios para hoy poder estar aquí. Sin ustedes los conceptos serian solo palabras.

Le agradezco muy profundamente a mi tutor por su dedicación y paciencia, sin sus palabras y correcciones precisas no hubiese podido lograr llegar a este punto de instancia tan anhelada. Gracias por su guía y todos sus consejos, los llevaré grabados para siempre en la memoria en mi futuro profesional.

RECONOCIMIENTO

En primer lugar deseo expresar mi agradecimiento y reconocimiento a mi asesor de tesis Dr. Jorge Alberto Esponda Pérez, por la dedicación y apoyo que ha brindado a este trabajo, por el respeto a mis sugerencias e ideas y por la dirección y rigor que ha facilitado a las mismas.

Mi reconocimiento a mis sinodales el Maestro Iván Sangeado Izquierdo y la Lic. Berenice Molina Palacios por sus enseñanzas y conocimientos compartidos.

CONTENIDO

Presentación.....	39
Propósito	41
Timbal de patatas.....	43
Costalito de papel de arroz relleno de camarones en salsa de mango.....	45
Camarones al tempura con salsa de fresa y ensalada fresca.....	48
Lomo de cerdo con ceniza de cebolla y salsa de jamaica	50
Pay frío de limón con coulis de mango	53
Mousse de pistache, con glaseado de chocolate y tierra de pistache.....	55
Islas flotantes	58
Cantarito.....	61
Coctel de jamaica	62
Conclusiones	63
Glosario	64

PRESENTACIÓN

En México existe el oficio que es también un arte y una tradición de orgullo familiar: la alfarería. Esta técnica define todos los trabajos relacionados con cerámica, vasijas y objetos realizados con arcilla endurecida y cocimiento en horno. Es muy antigua y es parte del colectivo social popular de muchas culturas. (Sam & Velera Rebolledo, 2021)

En el México antiguo la cerámica surge 4000 años antes de nuestra era, a la par del maíz. La piezas prehispánicas que podemos apreciar en nuestros días fueron creadas no con un objetivo artístico, sino más bien simbólico (religioso) y funcional. Su valor reside en lo que en ellas nos expresan de las culturas del pasado, en su factura, pero sobre todo en su síntesis formal y su abstracción. De barro se moldeaban imágenes de hombres y animales, en primer lugar, numerosos objetos rituales como los vasos ceremoniales y los braseros, los ídolos, sellos y vasijas, de ninguna manera debían faltar entre las ofrendas funerarias enterradas con los muertos. (Sanchez Mejorada, s.f.)

En Ocozocoautla, Chiapas se ubica uno de los pueblos indígenas de mayor tradición en la elaboración de artesanías, se trata de la comunidad de Ocuilapa de Juárez. (Poza Rica, 2019)

Ocuilapa se caracteriza por el quehacer diario de mujeres y hombres quienes se dedican a la alfarería como principal sustento para proveer y apoyar a sus familias, además de inculcarlos e instruirlos en este importante oficio para preservar la memoria viva de su pueblo. (Perez, 2019)

Se dice que se come con la vista, y eso se convierte en el primer objetivo de quien aspira a elaborar un plato, cuya memoria gastronómica está más fundamentada en lo que ha visto que en lo que ha comido.

La acción de emplatar consiste en disponer los alimentos en un plato para su presentación. La composición es una de las variables más importantes ya que un plato es un medio de comunicación entre el Chef y el comensal.

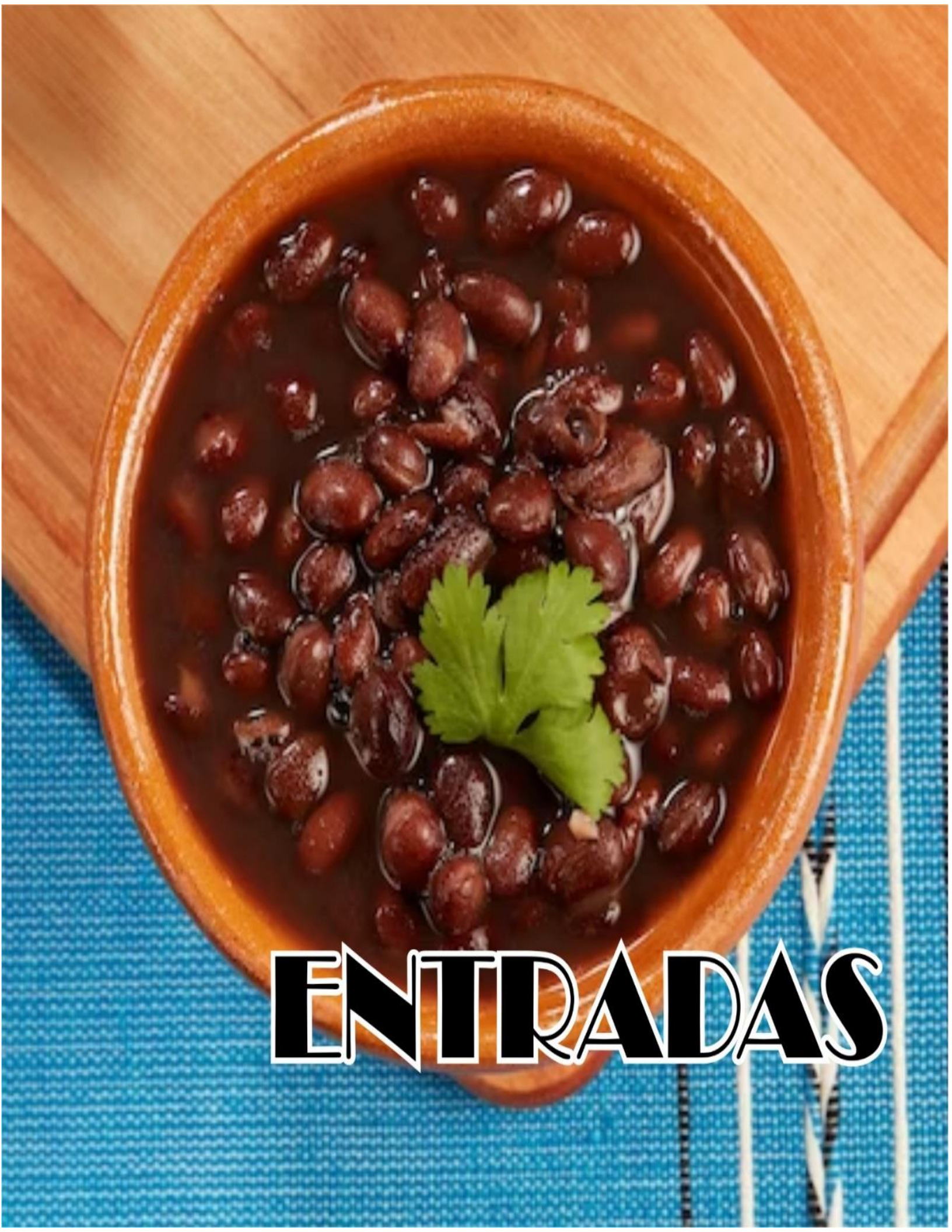
La gastronomía es un arte. El éxito de un plato se debe en gran parte a su atractivo visual, cada chef despliega su creatividad para producir su propia obra artística. (Gourmet, 2021)

Es por eso que en el presente trabajo elaboramos un recetario en el cual implementamos el uso de platos elaborados de barro, tomando en cuenta las técnicas de emplatado, esto con la finalidad de darle una vista agradable al platillo, y hacer conciencia en el uso de vajilla elaborados por artesanos locales.

PROPÓSITO

La alfarería es un arte que existe desde hace muchísimos años, en Ocuilapa de Juárez es una de las principales fuentes de ingresos.

Por lo que el presente trabajo fue elaborado con la finalidad de demostrar que aun en tiempos modernos podemos hacer buen uso de platos a base de barro utilizando las técnicas de emplatados para crear platillos que resulten atractivos para el comensal y con esto difundir el uso de la alfarería del municipio de Ocuilapa de Juárez y al mismo tiempo invitar a empresarios, gastrónomos y población en general a utilizar este tipo de vajilla en nuestra vida cotidiana para evitar que esta tradición milenaria desaparezca.



ENTRADAS

TIMBAL DE PATATAS

Numero de porciones: 1

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocción: 15 minutos

Temperatura de servicio: caliente

Ingredientes:

- 2 huevos de codorniz
- 165 gr papas
- 5 gr Perejil
- 50 gr pimiento verde
- 50 gr pimiento rojo
- 50 gr cebolla
- 30 gr de tocino
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- Aceite de oliva

Para la salsa de perejil:

- 40 gr de hojas de perejil
- Sal y pimienta al gusto
- 15 gr de pan tostado
- 20 gr de queso curado
- 10 gr de almendras
- ½ diente de ajo
- 5 gr de cebolla
- 90 gr de agua
- 20 gr de aceite de oliva



Modo de preparación:

- 1.- Pelamos las papas, las cortamos en rodajas no muy gruesas y las freímos, escurrimos bien y salpimentamos.
- 2.- Cortamos los pimientos y cebolla en julianas, y sofreímos en una sartén con un poco de aceite.

- 3.- Freímos el tocino y reservamos.
- 4.- En un aro de repostería, previamente engrasado, colocamos primero las papas, luego agregamos la cebolla y pimientos, tocino.
- 5.- Pre calentamos el horno a 200 °C y después llevamos a hornear por 5 minutos.
- 6.- En una sartén con un poco de aceite caliente freímos el huevo de codorniz (termino al gusto).
- 7.-Una vez fuera del horno, desmoldamos y colocamos el huevo estrellado sobre el timbal.
- 8.- Picamos finamente el perejil y espolvoreamos el timbal.
- 9.- Colocamos todos los ingredientes de la salsa en una licuadora y licuamos, probamos y si es necesario rectificamos la sazón.
- 10.- Llevamos al fuego y mezclamos hasta que espese.
- 11.- Pasamos la salsa sobre un colador y salseamos el timbal.

COSTALITO DE PAPEL DE ARROZ RELLENO DE CAMARONES EN SALSA DE MANGO

Numero de porciones: 2

Tiempo de preparación: 30 minutos

Tiempo de cocción: 25 minutos

Temperatura de servicio: caliente

Ingredientes:

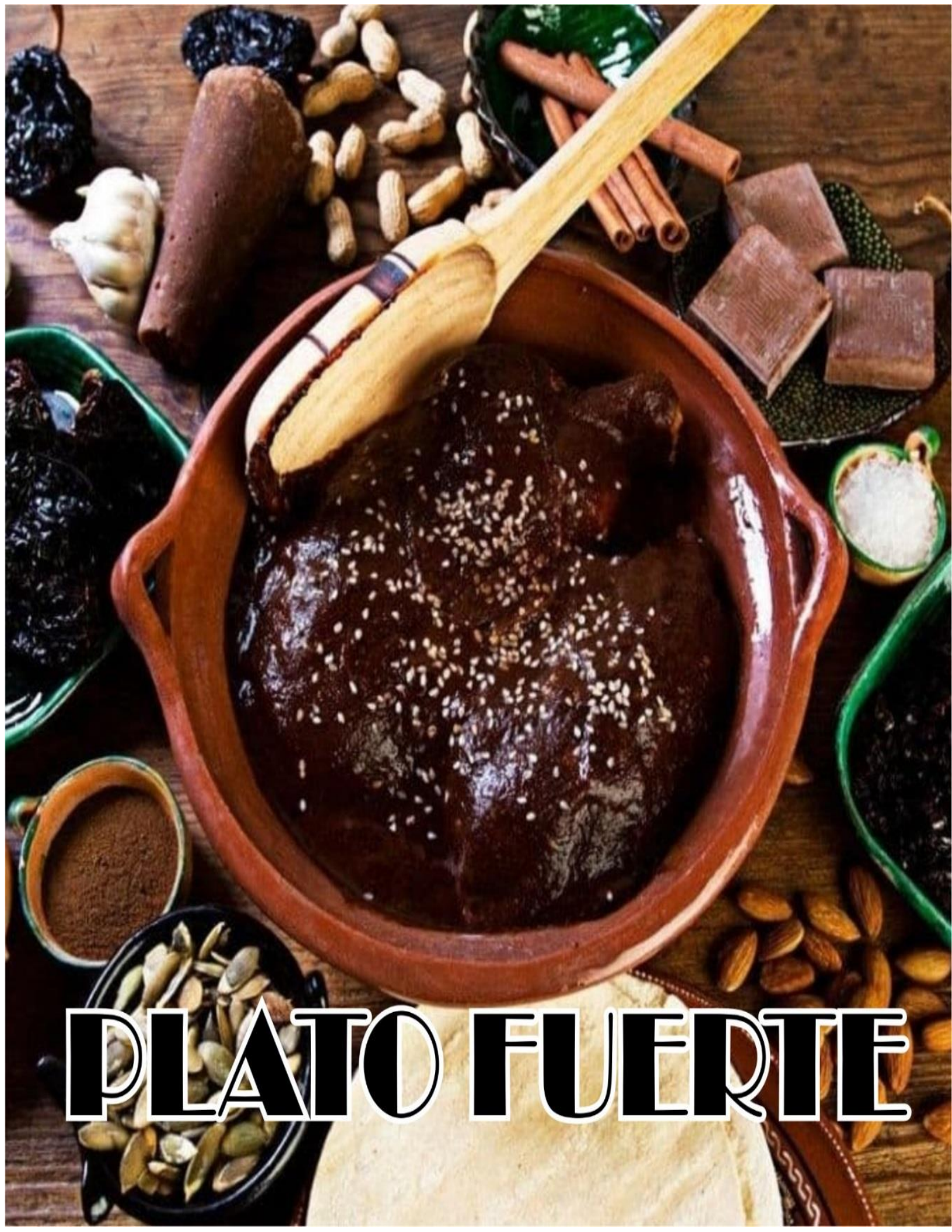
- 150 gr de camarones
- 1 diente de ajo finamente picado
- 50 gr de tocino
- 20gr de mantequilla
- 2 hojas de papel arroz
- 200 gr de mango
- 70 ml de agua
- 15 gr de azúcar
- 2 Chile de árbol
- 2 gr de cebollín finamente picado
- Sal c/n
- Pimienta c/n



Modo de preparación:

- 1.- Picamos el ajo y el tocino finamente.
- 2.- Limpiamos los camarones, los picamos en trozos pequeños y salpimentamos.
- 3.- Picamos 70 gr de mango en trozos pequeños.
- 4.- En una sartén colocamos la mantequilla y sofreímos el ajo picado, dos minutos después agregamos los camarones cuando casi estén cocidos agregamos el tocino y cinco minutos después incorporamos el mango picado y el cebollín.
- 5.- En agua tibia hidratamos el papel arroz y reservamos.

- 6.- Para la salsa, incorporamos en una licuadora la pulpa de mango y el agua, licuamos.
- 7.- Después agregamos la mezcla en una sartén junto con el chile y el azúcar, removemos por siete minutos, hasta que nos quede una mezcla espesa.
- 8.- Regresamos la mezcla a la licuadora y licuamos hasta obtener una mezcla espesa.
- 8.- Rellenamos el papel arroz con los camarones y formamos el costalito y metemos a hornear por 15 min. A 180 ° C.
- 9.- Servimos los costalitos de camarones acompañados de la salsa de mango.



PLATO FUERTE

CAMARONES AL TEMPURA CON SALSA DE FRESA Y ENSALADA FRESCA

Numero de porciones: 1

Tiempo de preparación: 45 minutos

Tiempo de cocción: 20 minutos

Temperatura de servicio: caliente

Ingredientes:

- 200 gr de camarones
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 50 gr tempura
- 150 gr de papa
- 40 gr de mantequilla
- 20 ml de leche
- Agua mineral fría c/n
- Aceite c/n
- 40 gr de mix de lechuga
- 1 diente de ajo finamente picado
- 20 gr de mantequilla



Para la salsa:

- 50 gr de fresas
- 50 ml de agua
- 1 pza. de chile chipotle
- 15 gr de azúcar
- 15 gr de cebolla
- Sal c/n

Para la vinagreta de miel y mostaza:

- 3 cda de aceite de oliva

- 1 cda de vinagre
- 1 cda de miel
- 1cda de mostaza
- Pimienta c/n

Modo de preparación:

- 1.- Pelamos y limpiamos los camarones.
- 2.- En una sartén caliente colocamos la mantequilla y sofreímos el ajo, 5 minutos después incorporamos los camarones y salteamos hasta que estén cocidos. Reservamos.
- 3.- En un recipiente agregamos la harina para el tempura y poco a poco vamos agregando el agua fría, hasta obtener una mezcla espesa.
- 4.- Cubrimos los camarones con un poco de harina para tempura y luego lo pasamos por la mezcla espesa y llevamos a freír. Reservamos.
- 5.- Para la salsa licuamos todos los ingredientes, una vez licuados, colamos y llevamos al fuego sin dejar de remover hasta que tengamos una mezcla espesa.
- 6.- Pelamos la papa y troceamos, luego las colocamos en una cacerola con agua hirviendo, junto con una pizca de sal, dejamos en el fuego hasta que estén bien cocidas.
- 7.- Una vez cocidas las papas, las agregamos en una cacerola a fuego bajo, por 5 minutos para asegurarnos que las papa queden secas.
- 8.- Una vez secas agregamos la mantequilla, leche sal y pimienta, cuando la mantequilla se haya derretido con la ayuda de un globo incorporamos todos los ingredientes, hasta que nos quede una mezcla cremosa.
- 9.-Para la vinagreta mezclamos en un recipiente, la miel, mostaza, vinagre, aceite y pimienta, mezclamos muy bien hasta que todo este incorporado.
10. Mezclamos el mix de lechugas con la vinagreta y servimos junto con los camarones, puré y salsa.

LOMO DE CERDO CON CENIZA DE CEBOLLA Y SALSA DE JAMAICA

Numero de porciones: 2

Tiempo de preparación: 1 hora

Tiempo de cocción: 40 minutos

Temperatura de servicio: caliente

Ingredientes:

Para el lomo:

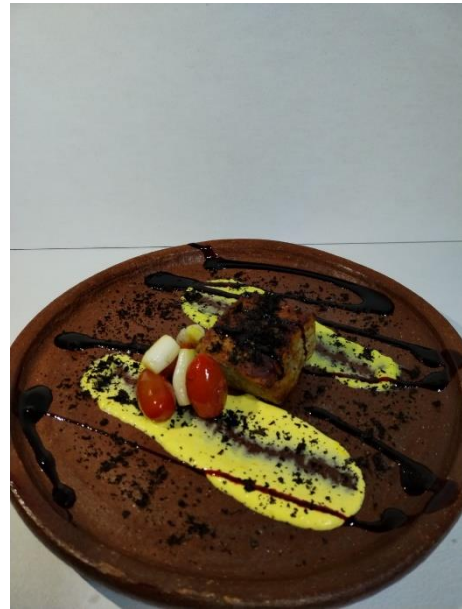
- 500 gr de lomo de cerdo
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 150 gr de mantequilla
- 100 gr de cebolla cambray
- 100 gr de tomates cherry
- 250 gr de cebolla

Para el puré:

- 100 gr de pimiento amarillo
- 100 gr de pimiento verde
- Agua c/n
- 70 gr de queso crema
- Sal c/n
- Pimienta c/n

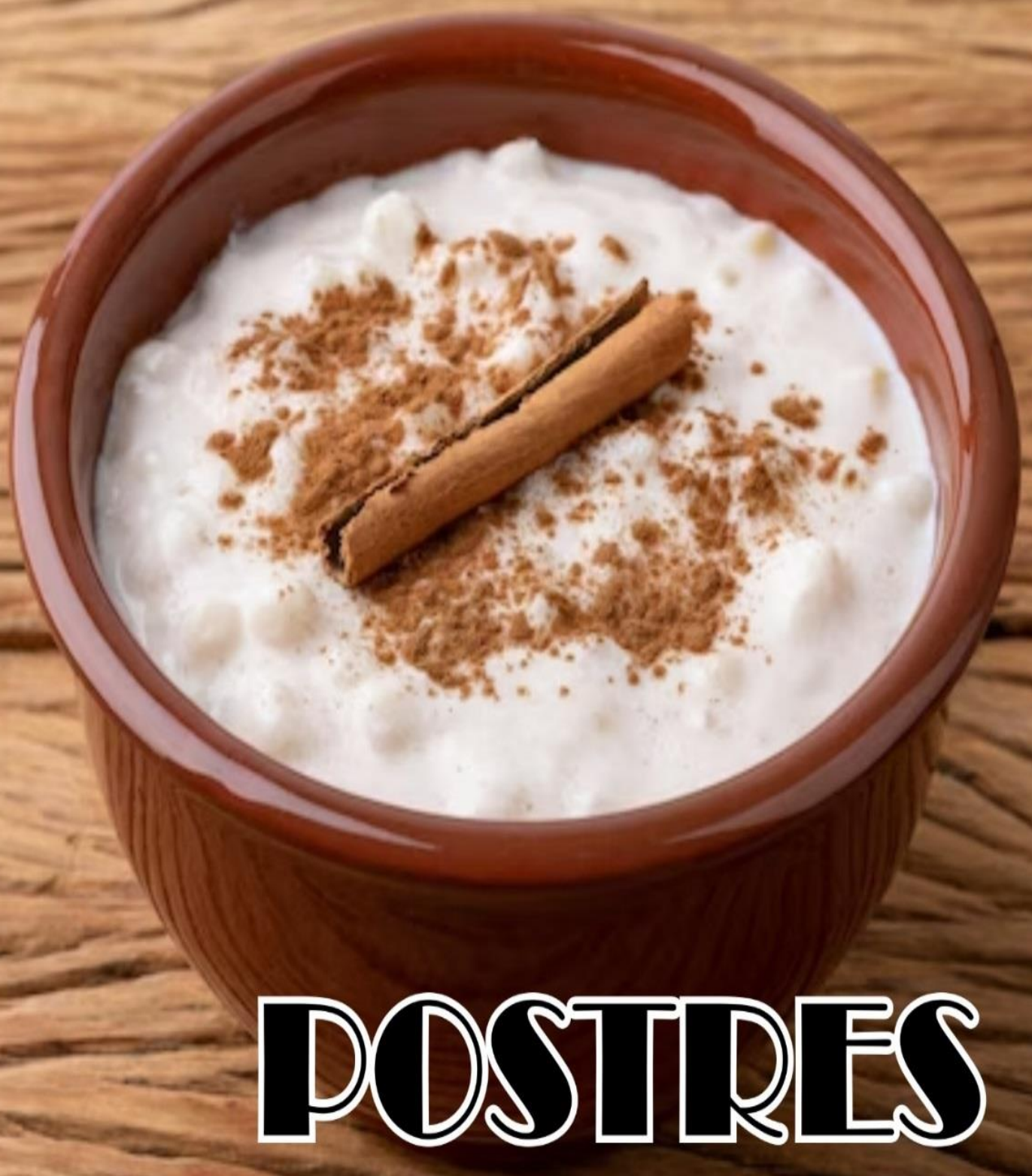
Para la salsa:

- 200 ml de concentrado de Jamaica
- 20 gr de azúcar
- 2 chile de árbol
- 15 gr de cebolla
- 5 ml de aceite de oliva



Modo de preparación:

- 1.-Cortamos el lomo de cerdo en 2 partes.
- 2.- Salpimentamos el lomo de cerdo.
- 3.- En una sartén caliente colocamos la mantequilla y sellamos en lomo.
- 4.- Colocamos en lomo en un refractario y llevamos al horno por 25 minutos, si nos hiciera falta liquido le añadimos más mantequilla derretida y giramos constantemente para que no se queme.
- 5.- En una sartén colocamos la cebolla en trozos y dejamos en el fuego hasta que nos quede quemada, luego llevamos a la licuadora, licuamos hasta que nos quede un polvo muy fino. Reservamos.
- 6.- Cortamos los pimientos en trozos y los ponemos a cocer un agua caliente.
- 7.- Una vez cocidos separamos el pimiento amarillo del verde, en una licuadora agregamos el pimiento amarillo, la mitad del queso crema, sal y pimienta y licuamos hasta que nos quede una mezcla espesa, repetimos este procedimiento con el pimiento verde.
- 8.- En una sartén colocamos el aceite y sofreímos la cebolla y el chile de árbol.
- 9.- Después licuamos el concentrado de Jamaica, la cebolla, chile de árbol y azúcar.
- 10.- Colamos la mezcla anterior y llevamos al fuego hasta que reduzca y nos quede una mezcla espesa.
- 11.- Colocamos en una sartén un poco de mantequilla, una vez derretida agregamos los tomates cherry y la cebolla cambray, salteamos por 5 minutos.
- 12.- Una vez que el lomo este cocido retiramos del horno y servimos con los purés de pimientos, cebolla, tomate, salsa y espolvoreamos con la ceniza de cebolla.



POSTRES

PAY FRÍO DE LIMÓN CON COULIS DE MANGO

Numero de porciones: 2

Tiempo de preparación: 3 horas

Tiempo de cocción: 10 minutos

Temperatura de servicio: frio

Ingredientes:

Para el pay:

- 170 gr de lechera
- ¼ de taza de jugo de limón
- 135 gr de queso crema
- 90 gr de galleta maría
- 35 gr de mantequilla
- 170 gr de leche evaporada
- 2.5 gr de grenetina

Para el culi de mango:

- 100 gr de pulpa de mango
- Azúcar

Para la esfera de chóclate:

- 140 gr de chocolate semi amargo
- Globo

Modo de preparación:

- 1.- En una licuadora trituramos la galleta maría hasta obtener un polvo muy fino.
- 2.- Agregamos la mantequilla derretida al polvo de galleta y mezclamos hasta formar una pasta. Reservamos.
- 3.- Hidratamos la grenetina en un poco de agua, dejamos reposar por 7 minutos, después llevamos al microondas hasta que nos quede liquida.



- 4.- Agregamos en una licuadora la lechera, leche evaporada, queso crema, grenetina y jugo de limón, licuamos.
- 5.-Engrasamos un aro de repostería, y colocamos la pasta de galleta, compactamos bien de forma que nos quede una base, después vertemos la mezcla de lechera con limón y llevamos a refrigerar por alrededor de 2 horas.
- 6.- En un cazo colocamos agua, azúcar y pulpa de mango.
- 6.- Dejamos a fuego bajo hasta que tengamos una mezcla espesa.
- 7.- Derretimos el chocolate blanco y vertemos sobre un globo.
- 8.- Dejamos que endurezca y con mucho cuidado reventamos el globo, para que nos quede una esfera.
- 9.- En un plato desmoldamos el pay y sobre el colocamos las esfera de chocolate de forma que quede oculta dentro de la esfera.
- 10.- Acompañamos con fresas y el coulis de mango.
- 11.- Con la ayuda de una cuchara rompemos la esfera para poder comer el postre.

MOUSSE DE PISTACHE, CON GLASEADO DE CHOCOLATE Y TIERRA DE PISTACHE

Numero de porciones: 2

Tiempo de preparación: 3 horas

Tiempo de cocción: 15 minutos

Temperatura de servicio: frio

Ingredientes:

Para la base:

- 90 gr de galleta maría
- 35 gr de mantequilla
- 20 gr de pistachos pelados y sin sal

Para el mousse:

- 5 gr de grenetina
- 1/8 de taza de azúcar
- 1/2 taza de agua hirviendo
- 1/2 paquete de queso crema
- 1/2 taza de pistache molido sin sal

Para el ganache:

- 140gr de chocolate semi-amargo
- 140 gr de crema para batir

Para la tierra de pistache:

- 100 gr de pistache sin sal.

Para el mousse de menta:

- 90 gr de leche evaporada
- 65 gr de lechera
- 65 gr de queso crema



- 2.5 gr de grenetina
- 25 gr de hojas de menta

Modo de preparación para la base:

- 1.- En una licuadora colocamos la galleta y los pistaches, licuamos hasta que nos quede un polvo muy fino.
- 2.- Colocamos la mezcla anterior en un recipiente y agregamos la mantequilla derretida, mezclamos hasta que nos quede una pasta. Reservamos.
- 3.- En un recipiente colocamos el queso crema a temperatura ambiente junto con el azúcar y el pistache molido, con una batidora, batimos hasta que todo este cremado.
- 4.- En un tazón, combinamos la grenetina y el azúcar, después vertemos el agua caliente y mezclamos hasta que los ingredientes estén incorporados.
- 5.- Incorporamos la grenetina y una gotita de colorante verde a la mezcla de queso crema y batimos hasta incorporar.
- 6.- Engrasamos un aro de repostería de 8 cm colocamos la base de galleta, compactamos bien, sobre ella agregamos el mousse de pistache y llevamos a refrigerar por 2 horas.

Modo de preparación para la tierra de pistache:

- 1.- Licuamos el pistache, hasta obtener un polvo.
- 2.- Colocamos el polvo en un recipiente y llevamos al microondas por 3 minutos o hasta que nos quede una mezcla terrosa. Reservamos.

Modo de preparación para el mousse de pistache:

- 1.- Hidratamos la grenetina en un poco de agua.
- 2.- Una vez hidratada la grenetina, llevamos al microondas por uno segundos hasta que la grenetina este disuelta.
- 3.- En una licuadora colocamos todos los ingredientes y licuamos hasta que todo quede integrado, llevamos a un recipiente y refrigeramos por 2 horas.

Modo de preparación para el ganache:

- 1.- Colocamos la crema para batir en una cacerola, dejamos que hierva y retiramos del fuego.
- 2.- en un recipiente colocamos el chocolate en trozos y le añadimos la crema para batir, mezclamos bien hasta que el chocolate se funda y todo se integre perfectamente.

Modo de preparación para el postre:

- 1.- Una vez que el mousse está listo, desmoldamos sobre un plato.
- 2.- Vertemos sobre el mousse el ganache, cubrimos bien con él y llevamos a refrigerar por 30 minutos.
- 3.- Una vez frío pasamos el postre al plato sobre el cual lo presentaremos.
- 4.- Acompañamos el mousse glaseado con la tierra de pistache y el mousse de menta.

ISLAS FLOTANTES

Numero de porciones: 2

Tiempo de preparación: 3 horas

Tiempo de cocción: 15 minutos

Temperatura de servicio: frio

Ingredientes:

Para el merengue francés:

-
- 3 claras de huevo
- ½ taza de azúcar
- 1 cdta de limón
- 1/8 de cdta de sal
- 1 cdta de maicena
- 250 ml de leche
- 1/8 cdta de vainilla

Para la crema inglesa:

- 3 yemas de huevo
- 300 ml de leche
- 60 gr de azúcar
- 1/8 cdta esencia de vainilla



Modo de preparación para el merengue francés:

- 1.- En una batidora colocamos las claras de huevo, batimos a velocidad media-alta.
- 2.- Cuando las claras comiencen a espumar, agregamos el azúcar poco a poco sin dejar de batir.
- 3.- Agregamos el limón y la sal, batimos hasta que obtengamos el merengue y nos quede un punto firme.
- 4.- Agregamos la maicena y batimos a velocidad baja por dos minutos.
- 5.- En una cacerola colocamos los 250 ml de leche y 1/8 cucharita de esencia de vainilla, dejamos calentar a fuego medio.

6.- Con la ayuda de dos cucharas formamos queneles y las vamos agregando en la cacerola con leche dejamos cocer dos minutos por lado y las vamos reservando.

7.- Levamos los queneles al refrigerador en lo que preparamos la crema.

Modo de preparación para la crema inglesa:

1.-En una cacerola colocamos 300 ml de leche y 1/8 de cucharadita de vainilla, dejamos calentar.

2.- Mezclamos las yemas de huevo con el azúcar, batimos hasta que todos los ingredientes se incorporen perfectamente.

3.-Vertemos sobre la mezcla anterior la mitad de la leche sin dejar de batir, todo debe quedar bien incorporado.

4.-Regresamos la mezcla a la cacerola que contiene la mitad de la leche y cocemos sin dejar de mover a temperatura baja.

5.- Cocemos hasta que la mezcla se espese ligeramente. Dejamos templar y llevamos a enfriar.

6.- En un recipiente hondo colocamos la crema y sobre ella colocamos los queneles de merengue, espolvoreamos con canela en polvo.



BEBIDAS

CANTARITO

Numero de porciones: 1

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción:

Temperatura de servicio: Frio

Ingredientes:

- 1 limón para escarchar
- 2 naranjas
- Tajín c/n
- 1 taza de hielo en frappe
- 1/8 taza de tequila
- 1/4 taza de jugo de naranja
- 1/4 de taza de jugo de toronja
- 1/2 taza de refresco de toronja
- 2 gajos de naranja
- 2 gajos de toronja
- 1 gajo de limón



Modo de preparación:

- 1.- Para obtener el hielo en frappe, colocamos el hielo en una licuadora y trituramos por un minuto. Reservamos
- 2.- Frotamos la orilla del cantaritos con el limón.
- 3.- En un plato colocamos el chile Tajín, colocamos la boquilla del cantarito en el plato para escarchar.
- 4.- Rellenamos el cantarito con hielo frappe, agregamos el tequila, jugo de naranja, jugo de toronja, los gajos y el refresco de toronja. Con la ayuda de una cuchara removemos bien para que se integren todos los ingredientes.
- 5.- Decoramos con una rodaja de naranja y una hoja de hierbabuena.

COCTEL DE JAMAICA

Numero de porciones: 1

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción:

Temperatura de servicio: Frio

Ingredientes:

- 45 ml de mezcal
- Tajín c/n
- 1 limón
- 500 ml de agua de Jamaica
- 2 tazas de hielo



Modo de preparación:

- 1.- Frotamos la orilla del vaso que utilizaremos para la bebida con el limón.
- 2.- En un plato colocamos el chile Tajín, colocamos la boquilla del vaso en el plato para escarchar.
- 3.- En una licuadora colocamos el hielo y el agua de jamaica, licuamos hasta obtener una consistencia de frappe.
- 4.- Agregamos el mezcal y licuamos por un minuto.
- 5.- Vertemos la mezcla anterior en el vaso escarchado y decoramos con una hoja de hierbabuena.

CONCLUSIONES

Con la finalidad de querer demostrar que actualmente existen una amplia variedad de platos, aun podemos hacer uso de aquellos que son elaborados con barro creados por maestros artesanos. Se investigó varias técnicas de emplatado dando como resultado un recetario en donde cada uno de los platillos fueron servidos en estas artesanías, todo con la finalidad de dar difusión de la alfarería de Ocuilapa de Juárez y contribuir a que esta arte que existe desde has años no se extinga.

GLOSARIO

Albumina: proteína animal y vegetal, que constituye el componente principal de la clara de huevo, se encuentra también en el plasma sanguíneo y linfático, leche y semillas de ciertas plantas.

Alfarero o alfarera: Persona que tiene por oficio hacer recipientes y otros objetos de barro.

Almidón: Sustancia blanca, inodora, insípida, granulada o en polvo, que abunda en otras feculentas, como la papa o los cereales.

Artesano (artisan): Artesano o artesana, es la persona que elabora objetos artesanales, también llamados artesanías, elaboran su trabajo a mano o con distintos instrumentos propio para manualidades.

Batir: Agitar los ingredientes mediante una varilla o una batidora, hasta adquirir la consistencia deseada.

Blanquear: Dar un hervor o cocer a medias, para quitar el mal gusto, mal sabor o mal olor a ciertos alimentos.

Bouquet-garni: Consiste en atar en un ramillete hierbas aromáticas.

Caolinita: es un mineral de arcilla que forma parte del grupo de minerales industriales.

Caramelizar: Derretir el azúcar hasta adquirir un color dorado para luego untar en un preparado o molde.

Chores: personajes del carnaval zoque Coiteco proviene de Sahara la palabra significa cuidadores

Coagular: Hacer que se solidifique una sustancia albuminosa disuelta en un líquido.

Clarificar: Dar limpieza o transparencia a una salsa, caldo o gelatina ya sea espumándola durante su cocción lenta.

Cohuina: casa del jefe donde se celebra la fiesta.

Cóncava: Curvado hacia dentro, como el interior de un cuenco.

Confitar: Cocinar un alimento a baja temperatura entre 60 a 90 grados sumergido por un medio graso.

Coulis: Salsa de consistencia similar al jarabe obtenida a partir del triturado de alimentos y la concentración de sabor.

Decorar: Embellecer con adornos un género para su presentación.

Engobe: Diccionario de la lengua española | RAE - ASALE. 1. m. En alfarería, pasta de arcilla que se aplica a los objetos de barro, antes de cocerlos, para darles una superficie lisa y vidriada.

Emplatar: Colocar los alimentos ya terminados en una fuente o plato, cuidando la presencia y decoración.

Feldespatos: Nombre común de diversas especies minerales, de color blanco, amarillento o rojizo, brillo resinoso o nacarado y gran dureza, que forman parte de rocas ígneas.

Lúdica: Pertenece o relativo al juego.

Palatable: Cualidad de un alimento de ser agradable para el paladar.

Pochar: Cocinar un alimento en un poco de aceite y a baja temperatura.

Saltear: Cocinar total o parcialmente con grasa y fuego violento para que no pierda su jugo un preparado que debe salir dorado.

Termolábiles: Que se altera fácilmente por la acción del calor.

Tiesto: Recipiente, generalmente de barro cocido y más ancho por la boca que por el fondo, que se utiliza, lleno de tierra, para cultivar plantas.

Tornear: Recortar las aristas de un género para embellecerlo.

REFERENCIAS DOCUMENTALES

- Aramoni Calderón, D., Lee Whiting, T. A., & Lisbona Guillen, M. (2006). *Presencia zoque una aproximación multidisciplinaria*. Mexico: UNAM.
- Armendariz , J. (2013). *Procesos de elaboracion culinaria*. España: Paraninfo.
- Bello Gutiérrez, J. (1998). *Ciencia y tecnologia culinaria*. España: Diaz de Santos.
- Caballero Chanona, A. L., Esponda Pérez, J. A., & Vela Gutiérrez, G. (2022). *Alimentación y costumbres zoques de los municipios de los municipios de Berriozábal, Tuxtla Gutiérrez, San Fernando y Ocozocoautla, Chiapas*. Tuxtla Gutiérrez, Chiapas: UNICACH.
- Carvajal, A. (15 de diciembre de 2015). *TimeOut*. Obtenido de www.timeoutmexico.mx
- Coppel, E. (2019). Los Mejores por Los Mjores. *Newsletter de Vice En Espanol* .
- Crespo, E., & Gonzalez, N. (2011). *Tecnicas culinarias* . Madrid : Paraninfo.
- Cuisinart. (30 de julio de 2020). *cuisinart*. Obtenido de www.cuisinart.com
- Cuisinart. (1 de julio de 2022). *Cuisinart*. Obtenido de www.cuisinart.com
- Debayle, M. (21 de octubre de 2021). *martha debayle*. Obtenido de www.marthadebayle.com
- Digital, M. (11 de Noviembre de 2019). *Estilo Gastronomía*. Obtenido de <https://www.milenio.com/estilo/gastronomia/karime-lopez-chef-mexicana-estrella-michelin>
- Escarimosa, L., Arroyo, R., Ocampo, M., & Del Carpio, C. (2017). Evaluación sísmica en dos prototipos de vivienda rural construidos con bloques de concreto hueco, en Ocuilapa de Juárez, Chiapas, México. *Revista ingeniería de construcción*, 29-40.
- Farera, S. O. (2019). *Conservacion y manejo sustentable de las plantas utiles en comunicaciones zoques del Occidente de Chiapas, México*. Tuxtla Gutierrez, Chiapas: UNICACH.
- FoodPoliceMx. (6 de marzo de 2021). *Gourmet de Mexico*. Obtenido de www.gourmetdemexico.com.mx
- García Avendaño , P. (2006). *Introduccion a la investigacion bioantropologica en actividad fisica, deporte y salud*. Caracas: universidad central de Venezuela.
- Garduño, M. (21 de enero de 2022). *Gastrolab*. Obtenido de www.gastrolabweb.com
- Gastrolab. (19 de junio de 2020). *Gastrolab*. Obtenido de www.gastrolab.com
- Gil Martínez, A. (2010). *Tecnicas culinarias*. España: AKA.
- Gonzalez Vargas , p. (2022). *Origen de exico*. Manzo Studio.

- Gourmet, E. (marzo de 24 de 2021). *Escuela Gourmet*. Obtenido de www.escuelagourmetonline.com
- Gutierrez Perez, C., & Faris Marroquin, R. (2010). *Evaluacion del funcionamiento de las Letrinas aboneras secas familiares (LASF) en la Comunidad de Ocuilapa de Juarez, Municipio de Ocozocoautla, Chiapas*. Tuxtla Gutierrez Chiapas: UNACH.
- Infoceramica. (10 de julio de 2018). *infoceramica*. Obtenido de www.infoceramica.com
- Larousse de la cocina. (2022). *Larousse Cocina*. Obtenido de Larousse Cocina.: <https://laroussecocina.mx/libro/diccionario-enciclopedico-de-la-gastronomia-mexicana/>
- Lopez Perez, J. (2017). *Elaboracion y presentacion de postres de cocina*. España: Paraninfo.
- magazine, C. (18 de junio de 2020). *Chic magazine*. Obtenido de www.chicmagazine.com.mx
- Menesses, F. (11 de marzo de 2022). *Mexico ruta magica*. Obtenido de www.mexicorutamagica.com
- México, G. d. (12 de Diciembre de 2022). *Alfarería y cerámica*. Obtenido de https://edomex.gob.mx/alfarer%C3%ADa_y_cer%C3%A1mica
- Nazar, M. (24 de septiembre de 2020). *topadventure*. Obtenido de www.topadventure.com
- Oscar. (2018). *universo de la cocina*. Obtenido de www.universodelacocina.com
- Perez Castañón , V. (2013). *Cocina Vreativa o de autor* . Paraninfo.
- Perez, D. (4 de agosto de 2019). *Cuarto poder*. Obtenido de www.cuartopoder.mx
- Porras Lara, R. (20 de diciembre de 2019). *Milenio*. Obtenido de www.milenio.com
- Poza Rica. (4 de enero de 2019). *la opinion*. Obtenido de www.laopinion.net
- Report, T. (19 de octubre de 2021). *Travel report*.
- Sam, V., & Velera Rebolledo, C. (24 de marzo de 2021). *Zenger*. Obtenido de www.zenger.news
- Sanchez Mejorada, A. (s.f.). *Discurso visual*. Obtenido de www.discursovisual.net
- Santacruz, J. (21 de Enero de 2022). GATROLAR. (M. Garduño, Entrevistador)
- Suckaer, I. (2000). *Barro y palabra. La ceramica artistica contemporanea de mexico*. Mexico y mundo: Ed. Paris, 2000.
- Tonála, L. r. (s.f.). *La reina de Tonalá*. Obtenido de <https://blog.lareinadetonala.com/la-alfareria-historia-de-una-tradicion-milenaria/>
- Torres Meixueiro, E. (2020). *Karime Lopez*. Mexico.
- Trejo Beas, A. P. (2021). *La Construccion Social de la Gourmetizacion en la Cocina Tradicional a Manera de Bricolaje*. Puebla, Puebla.

Vanguardia, L. (2020). Nouvelle cuisine. *La vanguardia*.

Zambrano Santana, J. M. (2016). *Análisis de los derechos y obligaciones tributarias para los artesanos alfareros de la parroquia la pila montecristi*. MANTA- MANABI-ECUADOR: Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí.

Zannie, M. (17 de agosto de 2022). *revista clase*. Obtenido de www.revistaclase.mx

Zehbrauskas, A. (25 de febrero de 2017). *The New York Times*. Obtenido de www.nytimes.com

Zepeda Pimentel, F. (2010). *Ocozocoautla, Chiapas*. Ocozocoautla.

