

República de Cuba
Universidad de Cienfuegos “Carlos Rafael Rodríguez”
Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales
Departamento de Estudios Contables



Tesis presentada en opción al grado de
Licenciado en Turismo

Título:

“Propuesta de Platos Típicos de la Región Centro Sur en el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos”

Autor:

Chef. Yeulet López Prieto

Tutor:

Ing. Carmen Baute Rodríguez
Especialista de A+B
División Islazul Cienfuegos

Consultante:

MSc. Lili Martín

Cienfuegos, Diciembre de 2009
“Año del 50 Aniversario del Triunfo de la Revolución.”



PENSAMIENTOS

“la cocina está vinculada a nuestra manera de ser, a la cultura y a la historia”.Néstor Luján.

“dime lo que comes y te diré quien eres... ”.Brillants Savarins



DEDICATORIAS

Dedicado a aquellos que de una forma tan especial han contribuido en mi formación:

- A mi Madre, por haberme orientado y educado con tanto amor y dedicación hasta lo que soy hoy.
- A mi hermano, por representar para mí un ejemplo a seguir.
- A la memoria de mi padre, siempre fue y será un paradigma.
- A la memoria de mi hijo, que me inspiró seguir estudiando.



AGRADECIMIENTOS

Quiero agradecer a todos los que de una u otra forma me ofrecieron su ayuda en la realización de la presente y especialmente:

- A mi madre por su constante e invaluable apoyo.
- A mi esposa, suegra y al resto de mi familia por brindarme tanta seguridad y su confianza en mí.
- A mi tutora y amiga Carmen, Xiomara y a la profesora Georgia por la valiosa cooperación que me han ofrecido.
- A los compañeros y la dirección del Hotel Pasacaballos por haber permitido y apoyado el desempeño de mi investigación.
- A todos mis profesores por la instrucción académica que me inculcaron a lo largo de estos años de estudio.
- A mis compañeros de estudio Roberto y David por su ayuda incondicional.

A todos ellos, muchas gracias.



RESUMEN

RESUMEN.

Teniendo en cuenta que el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos no ha velado por la situación que presenta su oferta gastronómica para enmarcarse con un Producto-Gastronómico turístico de la localidad; la investigación titulada “Propuesta de Platos típicos de la Región Centro Sur en el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos” se realizó con el objetivo de proponer una propuesta de platos típicos regionales del centro sur viables para la entidad turística, que propicie identificar la Empresa Islazul Cienfuegos de las demás. La misma se estructuró como sigue: Capítulo I: Fundamentación Teórica de tema, Capítulo II: Diagnóstico de la ofertas gastronómicas en el Hotel Pasacaballo y Capítulo III: Propuesta de elaboración de normas técnicas para su implementación en el Hotel Pasacaballo. Para su desarrollo se aplicaron diferentes herramientas investigativas como son; encuestas a clientes internos y entrevistas a miembros del consejo de dirección, se realizó una propuesta metodológica usando el método Delphi basado en el criterio de expertos para sondear la evolución del entorno de la entidad hotelera en la temática a investigar ; obteniendo como resultado un diagnóstico que le permite al Hotel Pasacaballo determinar la situación actual de la oferta gastronómica de platos típicos, siendo el punto de partida para la identificación de los problemas y causas de la misma, además de validar la propuesta de platos típicos de la región centro sur; revistiendo una gran importancia, ya que el país necesita que sus entidades hoteleras se identifiquen con su región de origen y ubicación geográfica, y pongan en práctica en materia de gustos, costumbres y preferencias de la zona, para poder incursionar con éxitos en el cada vez más turbulento y competitivo mercado turístico internacional y nacional, utilizando una propuesta de platos típicos de la región centro sur como herramienta administrativa que le permite a la dirección guiar su oferta gastronómica hacia un producto-gastronómico turístico de la localidad.



ABSTRACT

ABSTRACT.

Taking into consideration that Islazul Pasacaballo Hotel, from Cienfuegos, doesn't have a wide food variety to offer as a local tourist product variety. We started a research work which is a Proposal of Typical dishes originally recognized in the central and southern region of the Cuban Island. These dishes are properly selected to identify our tourist resort in Cienfuegos and make it different to the rest of the Islazul Hotel chair resort in Cuba. Our work was structured as follows: Chapter I -Theoretical Aspect of the Main Topic. Chapter II - Diagnosis of the food service and offers at the Pasacaballo Hotel. Chapter III - Proposal of the elaboration of technical regulation to be established in the hotel. Different research tools were used: surveys (to workers), interview (to the management team), Delphi Method (based on experts criteria).These tools and techniques were all applied to determine the real situation and characteristic of the offering of typical dish, also to identify if there are problems and their cause. The identification between the tourist resort and their localities in terms of likes preferences, costumers and foul habits is very important for the success of the development of the Tourism Industry of our country in the national are international market .With an acceptable and appropriate proposal of typical dishes of this locality, the food and beverage management department will be able to make an offer that could identify a local tourist food product from Cienfuegos.



ÍNDICE.

CONTENIDO.	PÁG.
RESUMEN	
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO 1: FUNDAMENTACIÓN TEORICA DEL TEMA.....	4
1.1 Fundamentación teórica internacional.....	4
1.1.1 Comer en América.....	8
1.1.2 Platos Europeos.....	8
1.1.3 Alimentos de Asia.....	9
1.1.4 Manjares de África.....	10
1.1.5 Sabores de Oceanía.....	10
1.2 Fundamentación teórica nacional.....	10
1.2.1 Componente aborigen.....	11
1.2.2 Componente hispánico.....	11
1.2.3 Componente africano.....	12
1.2.4 Otros componentes.....	14
1.2.5 Definición de diferentes tipos de cocina.....	14
1.3 Fundamentación teórica de la localidad.....	15
1.3.1 Influencia hispana.....	17
1.3.2 Influencia francesa.....	17
1.3.3 Influencia africana.....	18
1.3.4 Influencia china.....	18
1.3.5 Influencia norteamericana.....	18
1.4 Características de la comida cienfueguera.....	19
1.4.1 Preparaciones para el almuerzo.....	20
1.4.2 Preparaciones para la cena.....	21
1.4.3 Características del cienfueguero.....	22
CAPITULO 2:DIAGNOSTICO DE LAS OFERTAS GASTRONOMICAS EN EL HOTEL PASACABALLO	23

CONTENIDO.	PÁG.
2.1 Entidad Hotelera Islazul Cienfuegos.....	23
2.2 Historia del Hotel Pasacaballo.....	24
2.2.1 Caracterización del hotel.....	25
2.2.2 Áreas y Servicios que oferta la entidad.....	26
2.3 Funcionamiento de la cocina central y estructura organizativa.....	28
2.3.1 Caracterización de la cocina central.....	29
2.3.2 Ofertas gastronómicas en el Hotel Pasacaballo.....	30
2.4 Diagnostico de la oferta gastronómica del Hotel Pasacaballo.....	31
2.5 Propuesta metodológica a usar para la implementación de la propuesta de platos típicos.....	35
CAPITULO 3:PROPUESTA DE ELABORACIÓN DE NORMAS TÉCNICAS PARA SU IMPLEMENTACIÓN EN EL HOTEL PASACABALLO	41
3.1 Presentación a la dirección.....	41
3.2 Selección de los expertos.....	41
3.3 Análisis estadístico del resultado de las encuestas.....	45
3.4 Análisis de los platos típicos elaborados.....	48
3.5 Propuesta de los platos seleccionados y conformación de un menú.....	53
3.5.1 Platos seleccionados a criterios de expertos.....	53
3.5.2 Propuesta de menú a criterio de los expertos.....	57
CONCLUSIONES.....	61
RECOMENDACIONES.....	62
BIBLIOGRAFÍA	
ANEXOS	



INTRODUCCION

INTRODUCCIÓN.

Todas las organizaciones aplican la idea de identificarse ante el mercado, para llevar a cabo las distintas funciones de la empresa. Refiere (Juran et al., 1993: 4.2-4.4)

A lo largo de los años hasta la actualidad, se ha desarrollado una determinada manera de “hacer las cosas” que queda arraigada en la propia cultura de las empresas o entidades hoteleras y que, en muchas ocasiones, no es la forma más eficaz de proceder. En tales casos, las empresas y/o entidades llegan a asumir como inevitable la convivencia con la falsa creencia de que esto es lo que se vende y punto sin lograr determinar como atraer a los clientes, pero resulta que el verdadero problema, que puede estar frenando los cambios necesarios en un panorama empresarial cada día más exigente y competitivo, es que todavía falta dar el primer paso: “Darse cuenta de cuánto, cuándo y cómo se está fallando”. A partir del perfeccionamiento empresarial que se lleva a cabo en muchas empresas del país y que solo algunas han sido merecedoras de dicha distinción, la certificación que otorga la Organización Internacional de Normalización eleva el nivel de los productos y servicios a nivel nacional e internacional, son algunos de los casos de las empresas cubanas. No son muchas las entidades o instituciones que han hecho suyas el estudio y han trabajado en materia de ofertas de platos y bebidas típicas regionales lo que sería un logro que las empresas y principalmente las líderes tengan en cuenta su análisis.

Pero a pesar de la supuesta creciente importancia de nuevas ofertas gastronómicas, hay muchísimas entidades en las que aún no se percibe clara conciencia sobre sus ventajas.

Tomando en consideración el crecimiento turístico planteado para nuestro país y los señalamientos realizados por el Ministro del Turismo en retomar, preservar la identidad que nos caracteriza, transmitiendo la cultura culinaria mostrando aquellas comidas que nos identifican, nuestra música, costumbres y tradiciones que es lo que busca el mercado emisor. Se hace relevante teniendo en cuenta los resultados del Sistema de Retroalimentación de la satisfacción de los clientes que visitan la ciudad, en cuanto a la necesidad de variar e incrementar las ofertas gastronómicas, en este sentido se observan avances, sin embargo no se materializa como se esperaba. Por lo que se plantea como problema científico:

¿Cómo garantizar la introducción de comidas típicas de la región en las ofertas gastronómicas del Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos?

Llevándose a cabo esta investigación con la hipótesis de que con **La elaboración de las normas técnicas y la propuesta de un menú que incluya platos típicos de la región centro sur se garantiza la introducción de éstos en la oferta gastronómica del Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos.**

Para validar la hipótesis se define como objetivo general: Realizar una propuesta platos típicos de la región centro sur que incluya un menú y se garantiza la introducción de éstos en la oferta gastronómica del Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos.

Para lograr este objetivo general se plantean los siguientes objetivos específicos:

- Realizar una fundamentación teórica del tema.
- Diagnosticar el estado actual de la temática en el Hotel Pasacaballo.
- Elaborar las normas técnicas correspondientes y un menú que incluya los platos típicos de la región para su implementación en el Hotel Pasacaballo.

La investigación corresponde a un estudio exploratorio descriptivo, se selecciona este método debido a que no existen investigaciones al respecto que fundamenten la aplicación de la teoría del tema en la entidad objeto de estudio.

La investigación se justifica en los términos siguientes:

- Se cuenta con cuadros, especialistas y trabajadores preparados, con la profesionalidad y experiencia requerida para la actividad.
- La relevancia social que tiene, por cuanto el estudio de las comidas típicas de la región se orienta hacia la identidad del lugar y, por consiguiente, se pueden ofrecer servicios de excelente calidad.
- Desde el punto de vista institucional, dado que, a través de su estudio se pueden establecer parámetros que permitan resolver problemas de determinación, análisis de las compras y calidad de la oferta.
- Esta investigación tiene valor metodológico pues muestra la cultura culinaria de la localidad, que puede ser generalizado al resto de las entidades de la Empresa Islazul Cienfuegos.

La metodología que se emplea incluye del nivel teórico:

- Se utilizan los métodos de análisis – síntesis e inducción – deducción, para resumir, analizar, sintetizar e inferir información sobre el tema que se aborda, tanto en el ámbito nacional como internacional.
- Tránsito de lo abstracto a lo concreto para diagnosticar la situación actual que presenta la oferta gastronómica en el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos.

Del nivel empírico:

- Se aplican encuestas a clientes internos y entrevistas al Consejo de Dirección.

Del nivel estadístico:

- Se recurre a las hojas de cálculo para procesar las encuestas aplicadas, se utiliza el Método Delphi y se procesa en el paquete estadístico SPSS, analizando el criterio de concordancia entre los expertos.

La novedad de la presente investigación está dada porque en el Hotel Pasacaballos Islazul Cienfuegos no se trabaja con respecto a la identidad del lugar a pesar de poseer una ubicación geográfica envidiable y una historia de años, no cuenta con una gama de normas técnicas de platos típicos de la localidad y la zona, además de no poseer un restaurante especializado para presentar ofertas temáticas o típicas de una región donde, "PASACABALLO" gozando en la fama del ayer no ha podido experimentar esa fortaleza, lo que resulta alarmante para este tipo de entidad. La solución de esta problemática permitirá incrementar la variedad y calidad de las ofertas gastronómicas, rescatando tradiciones culinarias de la región que han sido olvidadas, lo que accederá transmitir la identidad Cienfueguera del lugar.



CAPITULO 1: FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA DEL TEMA.

Mucho se ha escrito acerca de cómo crear o buscar platos y/o bebidas que nos identifique en todas sus variantes. El mundo gastronómico ha dado pasos importantes en cuanto a su aplicación y mejor manejo. La globalización mundial y la pujante necesidad de las empresas de ser cada vez más competitivas han llevado a una mayor especialización y eficiencia en el su actividad gastronómica.

Por lo que hoy continúa constituyendo un problema a resolver por los profesionales vinculados al [Arte Culinario](#) en todo el mundo, el alcanzar niveles de costos mínimos en la elaboración de productos o en la prestación de servicios que aseguren niveles adecuados de beneficio, la calidad requerida en los artículos y un nivel de consumo de recursos materiales, humanos y financieros que se correspondan con la tecnología y grado de desarrollo existente; resultando por tanto extremadamente importante el estudio de la [Gastronomía](#).

En la proyección del trabajo partimos del presupuesto de que la cultura culinaria es una fuerte expresión de la cultura general de un país o localidad específica. También consideramos que abordar su importancia y relación con la actividad turística constituye una forma más de transmisión y defensa de nuestra identidad. Aspectos que caracterizan los lineamientos de trabajo del Ministerio de Turismo y en especial, de nuestra Delegación territorial.

En la actualidad, en el plano internacional las naciones luchan por mantener su identidad a pesar de las influencias de otras culturas, formando parte de ella las costumbres alimenticias de los pueblos.

[Arte Culinario](#): Corriente artística y de constante cambio. Es una forma creativa de preparar los alimentos y depende mucho de la cultura, en términos de conocimientos respecto a los alimentos, su forma de prepararlos, así como de los rituales sociales establecidos alrededor de la comida. (Matamoros. 2006.)

[Gastronomía](#): Es el estudio de la relación entre cultura y alimento. (Matamoros. 2006.)

1.1 Fundamentación teórica internacional.

La cocina criolla o regional de cualquier lugar del mundo es sin duda la más solicitada por el extranjero. Es la que representa sus hábitos alimentarios, costumbres, cultura e identidad y constituye además la expresión más valiosa de la influencia de otras culturas en la misma.

La cultura gastronómica ha sido siempre considerada en el contexto sociocultural, económico y político de cada época. Todos los acontecimientos importantes de una época se reflejan en la cocina y la alimentación.

El siglo XX tuvo varios momentos importantes que trazaron pautas para los cambios sociales y alimentarios en la segunda mitad del siglo XX. Las guerras, las escaseces primero, los modernos descubrimientos de la dietética, el aumento del nivel de vida, la racionalización de los sistemas de trabajo y la extensión del gusto por el deporte y por una vida más sana, han modificado profundamente los hábitos alimentarios de los pueblos y de la tecnología alimentaria.

En la segunda mitad del siglo XX, la revolución se desencadenó por varios elementos:

- El 1er elemento: La tecnología (nuevos aparatos, maquinarias), métodos de cocinas novedosos o redescubiertos y reactualizados, que permiten modificar los métodos de trabajo.
- El 2do elemento: La aparición incesante de nuevos productos en el mercado (productos frescos). Productos “conveniencefood”, novedosos y desarrollados con una calidad casi como alimentos hechos en casa.
- 3er elemento: Novedoso comportamiento alimentario. Los Clientes son cada vez más conscientes de los aspectos nutricionales y calidad de los alimentos, buscan más la variedad que otras veces.

A partir de 1960, la prodigiosa década de ocio, de placeres populares, de largas excursiones en automóviles, de “comer fuera”, en el mundo privilegiado del Occidente civilizado. Uno de los primeros países que recibió el maná de la prosperidad fue Francia, tierra de privilegio, madre de cultura, crisol de civilización. (Serna, 1987:59). Comenzaba el gran cambio, una revolución social, una revolución gastronómica. El mimetismo introducía ya todas las fórmulas americanas, inglesas, alemanas y ¡hasta chinas! En el sagrado recinto de la religión de Vatel, de Careme, de Escoffier. Comenzaban a aparecer los snack, pub, sándwich, mixed grill. Las bebidas yanquis de cola sustituían el litre de rouge., los jóvenes preferían un hot dog y despreciaban un aspic (Serna, 1987:62). Se acelera el desarrollo del arte culinario, es el momento mágico para la nueva cocina.

Uno de los grandes exponentes de la cocina fueron Fernand Point (1897-1955), renovador y maestro de cocina de la Escuela de Escoffier, la cual, él simplificó, utilizó y le devolvió la pureza de los sabores, la exquisitez de las materias primas frescas, elaboraciones sin trucos ni artificios. Bocouse, Troisgros, el suizo del pueblecito de Croissier, al sur de Lausana, Fredy Girardet y el excelente cocinero Vasco, de Donosti, Juan Mari Arzak.

La nouvelle cuisine.

No es más que la aplicación al viejo arte culinario de unos procedimientos racionales y lógicos nacidos de una reconsideración de los viejos sistemas descubiertos hace más de un siglo por Careme.... e introducida en la cocina Occidental por Bocouse, Jean y Pierre Troisgros, Michel Guérard, Alain Chapel, Fredi Girardet, Juan Maria Arzak, es sencillamente una puesta al día de la técnica cocinera a la luz de los descubrimientos en materia de (frigorífico, congelados, hornos, micro-ondas, etc.) y de una cierta imitación de viejas prácticas culinarias exóticas (como la de la cocina china), que indudablemente son más sabias que las europeas, (Serna, 1987:162).

El objetivo principal de la nueva cocina es crear una imagen distinta acorde con los tiempos actuales.

La cocina moderna.

Se crea sobre la base de la antigua (clásica). Ella asocia los conocimientos los más recientes en materia de fisiología alimentaria, a las exigencias de la clientela y la ecológica. La calidad es más importante que la cantidad.

La cocina moderna es estándar actual y futura de la gastronomía internacional de la Hotelería y de la restauración.

Las transformaciones en la tecnología alimentaria, fue eminente para poder dar repuesta al cambio, a las exigencias del mercado y obtener mejores beneficios en el negocio.

Como vemos el termino "Cocina fusión" es acuñado en el siglo XX por cocineros norteamericanos, pero no podemos hablar de fusión recién en ese momento de la historia, como dice el Prof. Louis Pascal Margarita deberíamos partir de Marco Polo, y ¿porqué no desde antes?, el hombre comienza a desplazarse por el mundo y a ocupar territorios antes vírgenes, a medida que se va trasladando se va adaptando a cada lugar desarrollando un método alimenticio acorde a los productos de la tierra, crea técnicas y desarrolla nuevas formas o adapta las anteriores haciendo así lo que denominamos cocina étnica o de la tierra. (www.cocinaelmundo.com/cocinadefusión/logbares.htm)

La cocina, tanto como sus elementos base y técnicas se fue fusionando a lo largo del tiempo y a través de los siglos se fue asentando en cada territorio llamándose la comida típica, pero no podemos hablar de una cocina fusión actual cuando la cocina se ha venido fusionando desde que el hombre comienza a tomar elementos de otras culturas para aplicarlos a su cultura creando una nueva cultura, y desde que se va trasladando en distintas zonas geográficas llevando tras de sí su acervo cultural ya sea integrándolo a una nueva sociedad, fusionándose

con una ya existente o siendo en parte el producto de un intercambio de conocimientos y materias primas con otros seres de su misma especie. Esta cocina requiere obviamente de un conocimiento profundo de varias cocinas regionales o de un equipo multi-étnico para su elaboración. Su resultado es usualmente atrevido y dependerá de la capacidad creadora del Chef involucrado. (Maincent, 1994)

Citemos como ejemplo:

- Noruega la refinada cocina que este país ofrece en la actualidad es el resultado de la fusión entre su patrimonio culinario más tradicional inspirado en sus tesoros naturales, muchas veces silvestres, y los sabores innovadores descubiertos en las últimas décadas.
- En el bar-restaurant, Bakú, la cocina se basa en una especie de tapeo de fusión Mediterráneo, con toques orientales servido en pequeños platos de cerámica.
- Otras vivencias se encuentran en diferentes restaurantes a nivel mundial, como son Restaurantes Asian-American, Japanese-Mexican, Asian-South American, Thai-French, Irish-American, Indian-British, Mexican-American o Franco-Asian, etc.)



Fusión de Andalucía y América, el gazpacho, ¿quién lo diría?

El gazpacho, sopa fría representativa de la cocina española, ideal en los menús vegetarianos de la región. (www.cocinadelmundo.com)

¿Qué desayunas? ¿Cuántas comidas haces al día? ¿Piensas que en todos los países se lleva una dieta equilibrada a base de carne, pescado, vegetales, frutas, lácteos y huevos? ¿Se come lo mismo en las zonas rurales y en las urbanas? ¿Cuál es el plato típico de tu región? ¿Y el que más te gusta a ti? (Flores & Estévez, 1995)

1.1.1 Comer en América

Por lo general, la comida de los países de Centroamérica y América del Sur se caracteriza por sus sabores fuertes y picantes. Los **frijoles**, el **maíz**, las **tortillas**, el **arroz**, la **sopa**, la **carne**, las **patatas** y las **ensaladas** son los alimentos básicos. En las áreas rurales a veces se utilizan trozos de tortillas de maíz en lugar de cubiertos.

Bananas, piñas, mangos, pomelos, cocos, melones, aguacates y ñames son muy comunes. Muchos alimentos se fríen y las **especias** se usan copiosamente en la cocina. Entre las bebidas más habituales están la **soda**, el **café**, las **batidas** (batidos de zumo de frutas) y el **tequila**.

- ¿Has oído hablar de la **feijoada** de **Brasil**? Son frijoles con carne de vaca y cerdo. ¿Y del **churrasco**, una barbacoa de diferentes carnes?
- En **Colombia** son típicos el **sancocho** (estofado de carne y vegetales) y la sopa de mandioca, maíz, patatas y pollo.
- La dieta varía algo de una región a otra de **México**, pero las **tortillas** (quesadillas, tacos, enchiladas y enfrijoladas), los **frijoles refritos** y el **mole** (salsa picante) son comunes en todo el país. Además han dado la vuelta al mundo sus sopas (**pozole**, de verduras y cerdo, y la **birria**, de cordero).
- Los **nacatamales** (carne y verduras con especias) se hacen en **Nicaragua**, al igual que el **mondongo** (casquería vacuna) y el **baho** (carne, vegetales y plátanos fritos).

Estados Unidos es el país de la comida rápida: hamburguesas, patatas fritas, perritos calientes, sándwiches, pizzas... Las grandes ciudades de todo el planeta han copiado esta forma de alimentarse: ¿en qué gran ciudad del mundo no hay un Burger King o un Mc Donald's? (www.cocinaelmundo.com/cocinadefusión/logbares.htm)

1.1.2 Platos Europeos

¿Sabías que cada región de **Alemania** tiene su propio tipo de **salchicha** y marcas de **cerveza**? Es este país se toma una comida ligera llamada **Abendbrot**, que consiste en una sola rebanada de pan con lonchas de carne, queso, salsa y ensalada. (www.cocinaelmundo.com)

En **España** es común desayunar una taza de café, bollos o pan con mermelada, o un chocolate caliente con **churros**. Antes de la comida es frecuente tomar **tapas** en el **aperitivo** (jamón

serrano, aceitunas, tortilla española, canapés de queso y chorizo...). Algunos platos típicos españoles, casi siempre *mojados* con ricos **vinos**, son el **gazpacho** (sopa fría de tomate con pepino, pimiento, pan, cebolla, ajo, agua, aceite, vinagre y sal); la **paella** (arroz aromatizado con azafrán al que se pueden añadir tropezones de pollo, pescado, marisco y verduras); y el **cocido** (guiso de garbanzos a los que se añaden gallina, chorizo, tocino y verduras).
(CONSULTUR, 1987)

Los famosos **croissants** rellenos, de **Francia** son tan famosos como otros platos del país: el **crôte monsieur** (emparedado de jamón y queso) y las **crêpes**. La cocina francesa está considerada la más exquisita del mundo; también es el país del **champán**, del **coñac**, de los buenos vinos y de los **quesos**, de los que dicen ¡que hay una clase por cada día del año!
(Le Cordon Blue ,2004)

En los **países del norte de Europa**, se come mucho pescado fresco (bacalao, halibut, arenque...) y el **skyr**, similar al yogur.

La **pasta** es el alimento básico de **Italia**. Se sirve en multitud de formas. ¿Has probado los ravioli (pequeños cuadrados rellenos de carne, queso o verduras) o los fettuccini (fideos anchos), espaguetis y canelones? ¿Y la **pizza**?

En **Rusia** se ofrece al invitado el **zakuski**, compuesto por una rica variedad de aperitivos, como ensaladas de verduras frescas o hervidas (patatas, zanahorias, remolachas y cebollas) y lonchas de carne o queso. También son habituales el **borsch** (sopa de col con remolacha) y los **blini** (tortitas amargas) con **caviar** acompañados de **vodka**.
(www.comidasregionales.com)

1.1.3 Alimentos de Asia

Tal vez deba decirse que el alimento esencial de este continente es el **arroz**. Se consume en todos los países, aunque cocinado y nombrado de diversas formas.

El plato más consumido en **Arabia Saudí** es el **kabsah** (arroz con cordero, ligeramente picante y acompañado de verdura y ensalada). Tras la fruta como postre, sigue el café saudí elaborado con cardamomo. El **suero de leche** es una bebida muy popular.

En **China** los platos con patatas, soja, harina de maíz, arroz y otros cereales son el alimento básico. Los **tallarines** (dice la leyenda que comerlos alarga la vida...) y el **man-tou** (pan cocido al vapor) también son habituales. ¿Sabías que los cubiertos son dos **palillos de madera**?

También son típicos de **Corea** y **Japón**. La comida japonesa incluye el pescado crudo (**sushi**) y las **algas** para envolverlo. (www.comidasregionales.com)

1.1.4 Manjares de África

En el continente africano se consumen cereales (**mijo** y **sorgo** principalmente), frutas (plátanos, piñas, mangos, papayas y aguacates en las zonas tropicales) y verduras (col, guisantes y repollo). Las **bananas** se preparan de diversas formas: asadas, fritas o formando una pasta que se mezcla con carne y salsa. La carne suele ser de pollo, cabrito, vaca y cordero, y suele acompañarse con una **salsa de pimienta**. En algunos países se hacen salsas y sopas con **aceite de palma**, **coco** o **cacahuete**.

El **arroz** y el **pescado** son alimentos básicos de las zonas costeras, donde se cocinan con gran variedad de **especias** (clavo, curry, canela, comino y pimienta picante).

En África oriental hay un tentempié popular, muy energético, llamado **kitumbua** (deliciosos buñuelos de harina de arroz). También se toma el **ugali** (puré espeso elaborado con harina de maíz, mijo, sorgo o mandioca). ([Cabrera, 2003](#))

1.1.5 Sabores de Oceanía

En las **Islas Fiji** muchos platos se cuecen en **lolo** (leche de coco).

En **Australia** mantienen la tradición británica: desayunan cereales (¿has probado el **muesli**?), toman una taza de **té** por la tarde y les gusta organizar *picnics* a base de pasteles de carne, **vegemite** (una especie de pasta para untar) y el tradicional pescado con patatas fritas envueltos en papel de periódico (*fish & chips*). ([Castro & Núñez, 2005](#))

1.2 Fundamentación teórica nacional

La Cocina Cubana ha adquirido sus particularidades producto del proceso de transculturación que ha experimentado la Isla a lo largo de su historia. Muchas y variadas han sido las influencias que hemos recibidos de otras culturas que al fundirse con la nuestra han conformado nuestra identidad, y como parte de ella han influido en nuestra cultura culinaria.

Los principales antecedentes étnicos de nuestro pueblo fueron el hispánico y el africano -y fueron ellos, sobre todo el primero, los que moldearon en lo fundamental los hábitos alimentarios del cubano, además de otros componentes que también contribuyeron en la formación del pueblo cubano, y su posible influencia en la alimentación.

([Rodríguez & Días, 2005.](#))

1.2.1 Componente aborigen

La población indígena de Cuba fue sometida, desde los inicios de la conquista y colonización de la isla, a un proceso de exterminio que llevó a su pronta desaparición como etnos propiamente dicho ya en el siglo XVI, sus restos poco a poco se diluyeron en la nueva población. No obstante, el aporte indígena en algunas esferas de la cultura cubana, y en particular en la alimentación, es innegable.

Así, en los primeros tiempos, los españoles se vieron obligados a adoptar algunas costumbres indígenas, con la yuca como principal elemento por su utilización en la elaboración del casabe - sustituto del pan- y el consumo de los alimentos que ofrecía la isla: otros tubérculos, maíz, algunas variedades de frijoles, frutas, etc. Además, pescados y otros productos del mar y las carnes de los animales que habitualmente consumían los indígenas: iguanas, jutías, cocodrilos, diferentes aves. Algunos de estos alimentos más tarde fueron rechazados; pero otros pasaron a ocupar un importante lugar en la alimentación no sólo de la nueva población, sino también de otros pueblos del mundo, como la propia yuca y el casabe, o el maíz. El abundante uso del ají como condimento en nuestra cocina, así como la forma de asar en parrilla, la "barbacoa" indígena, es considerado influencia aborigen.

En Cuba, en la zona central específicamente los indios vivían de forma comunitaria basando su alimentación fundamentalmente en la recolección, como de productos del mar y complementada con la caza y la pesca.

(Rodríguez & Días, 2005.)

1.2.2 Componente hispánico

Desde el mismo momento de la conquista el español trajo consigo los animales domésticos de que carecía la isla, y que en Cuba se reprodujeron con gran rapidez. Luego fueron introducidos en distintas épocas diferentes cultivos -originarios de diversas regiones del mundo-, entre los cuales serían de resaltar la caña de azúcar, el arroz, algunas variedades de leguminosas, múltiples hortalizas y tubérculos, frutas, especias, el trigo, el café, el cacao, la papa. Poco a poco se impuso el modelo de alimentación de los conquistadores, reforzado además con la importación de los productos a que estaban acostumbrados, como la harina de trigo, los aceites, los vinos. Del predominio de la dieta aborigen se pasó a una dieta basada en el arroz, los frijoles, las carnes, la leche, el huevo. Pero ya lo encontrado en la isla había sido incorporado. El ajiaco aborigen, por ejemplo, se fusionó con la olla española, al agregársele las carnes de cerdo y de res, y más tarde otras viandas de origen africano. Los tubérculos y el maíz se incluyeron en platos de la cocina española, en potajes y diferentes guisos. Los garbanzos y las habas, tradicionales de España, fueron sustituidos casi completamente en

Cuba, con el transcurso del tiempo, por las judías, los frijoles colorados y los negros, pero ya preparados en potajes al uso español. Y no sólo en Cuba, sino también aunque en menor medida, en algunas regiones de la propia España.

Después de la desaparición de la población indígena, a mediados del siglo XVI, y hasta finales del XVIII, la población blanca de origen español en Cuba siempre fue mayoritaria. Entre otras causas, por las constantes inmigraciones que llegaron a la isla a lo largo del tiempo, tanto espontáneamente desde la Península, como forzadas por los diferentes acontecimientos políticos que sacudían a la metrópoli. Como ejemplo de estas últimas se puede mencionar, a mediados del siglo XVII la provocada por la ocupación inglesa de Jamaica. Buena parte de la inmigración, y dentro de ella básicamente la de origen canario -mayoritaria por las relaciones privilegiadas existentes entre Islas Canarias y la colonia-, pasó a formar parte de los pequeños agricultores dedicados en gran medida al cultivo del tabaco, sobre todo en Pinar del Río, La Habana, Las Villas y algunas zonas de Oriente.

(Grandes ,1999.)

1.2.3 Componente africano

Es posible suponer que ya con Velásquez pasaron a Cuba los primeros negros, que habrían sido traídos de España. La importación de esclavos africanos fue poco significativa hasta finales del siglo XVI cuando comenzó a aumentar con el nacimiento de la industria azucarera y el establecimiento de los primeros ingenios.

Con la Revolución de Haití se produjo en Cuba una explosión en la producción azucarera -y también cafetalera-, que permite hablar ya de la economía cubana como de una economía de plantación esclavista, que alcanzó su momento culminante en las primeras décadas del siglo XIX.

El ritmo vertiginoso en la introducción de esclavos se mantuvo -no obstante la entrada en vigor, en 1820, del tratado sobre la abolición del tráfico de esclavos impuesto por Inglaterra a España- hasta 1830 aproximadamente. La trata ilegal continuó debilitándose paulatinamente, hasta 1860.

En 1827 Cuba fue dividida en 3 departamentos. El Occidental era el más poblado y concentraba la mayor cantidad de esclavos por el desarrollo de la industria azucarera, particularmente en La Habana y Matanzas. En el Central, donde la actividad fundamental era la ganadería, los blancos constituían la mayoría de la población. Por último, Oriente, con similar cantidad de blancos y negros esclavos, era la región de mayor concentración de negros libres.

Estos últimos en general, se empleaban en estancias de frutos menores y, aún más, se dedicaban a diferentes oficios en las ciudades, y al servicio doméstico.

Después de la Guerra de los Diez Años gran número de esclavos obtuvo de hecho la libertad. Esto, unido a que ya la esclavitud como sistema era un freno al desarrollo de la nueva industria azucarera, provocó la descomposición del régimen, hasta su total abolición en 1886. Las altas concentraciones de población negra que se localizaban hasta fines del siglo XIX en el occidente del país, además de emigrar a las ciudades, comienzan en esa fecha e inicios del siglo XX a desplazarse hacia las nuevas tierras azucareras de Oriente y Camagüey.

Ahora bien, a los negros esclavos, privados en gran medida de su identidad -a lo que hay que añadir la confluencia de diferentes etnias-, fueron obligados a adaptarse a la cultura del blanco dominante. En cuanto a la alimentación, esta población, en su mayoría hombres, y son generalmente las mujeres las encargadas de transmitir de generación a generación los conocimientos acumulados en esta esfera-, estaba imposibilitada de escoger su dieta, no sólo por las características del régimen de explotación al que estaba sometida, sino también por la ausencia, en el nuevo medio, de muchos componentes de la ración africana.

Pero los españoles, recibieron su influencia, aunque sólo fuera por el hecho de que eran negros -libres o esclavos- los que se ocupaban generalmente de la preparación de las comidas. Por otro lado, de África nos llegaron productos como la malanga, los plátanos, el ñame, el quimbombó, y muchos de los platos preparados con ellos, sin los cuales es imposible hablar de la cocina cubana.

El abundante consumo de arroz blanco en la dieta del cubano, solo o mezclado con frijoles -esto último ausente en España-, el congri (o "moros y cristianos"), el puerco asado en púa, parecen ser influencia africana, o productos de la recreación por los negros de los recursos disponibles para la elaboración de sus comidas.

La poca costumbre de consumir pescado, excepto en las zonas costeras, es también una influencia africana. Pero en este caso no puede obviarse el papel desempeñado por condiciones históricas y socioeconómicas, tanto del desarrollo de la pesca en Cuba, como de la distribución de los productos del mar. Tanto en África como en Cuba el poco desarrollo de las vías de comunicación y la falta de una infraestructura adecuada impedían el consumo de tales productos con mayor frecuencia.

(Ortiz, 1993.)

1.2.4 Otros componentes

Este breve esbozo de la historia étnica del pueblo cubano no puede concluir sin mencionar elementos como: [el francés](#), [el franco-haitiano](#), [el chino](#), y [otros](#) que, aunque en menor medida, más tarde y en diferentes épocas, también influyeron en la conformación de nuestro sistema alimentario.

[\(Chinea & Cortes ,2003.\)](#)

1.2.5 Definición de diferentes tipos de cocina.

Cocina.

Lugar donde se preparan los alimentos, para la mayor satisfacción del comensal y del orgullo profesional de quien o quienes lo preparan.

[\(Cárdenas, 1987.\)](#)

Cocina Criolla.

Es el arte que supieron mantener los esclavos traídos de África Occidental a las Antillas y Estados Sureños de los Estados Unidos de América, como puede ser Lousiana, Alabama, Mississippi, Florida o Georgia, aprovechando las materias primas que iban encontrando en sustitución de las que iban dejando atrás. Esta cocina ha sido transmitida de madres a hijos a lo largo de estos últimos 3 siglos, ya que además de arrancarlos de sus familias, tradiciones, costumbres ancestrales, etc., no les permitieron siquiera traerse sus libros de cocina.

La cocina Criolla aparte de los diversos adobos para carnes, verduras y pescado, se basa en ciertos frutos de origen tropical, Ejemplo: el plátano, el ñame, la piña, las chayotas , el pimiento, la mandioca, el ron, el coco, los mangos, los frutos secos.

[\(Fornet, 1980.\)](#)

Cocina Tradicional.

Concepto utilizado para resaltar ciertas maneras y platos de una cocina nacional o regional, que ha trascendido el tiempo por varias generaciones y se han establecido como gustos predominantes en ese entorno social.

[\(Boletín No 2:99. CDICulinaria. \)](#)

Cocina cubana Estilizada.

Concepto relacionado con la elaboración de alimentos, que se sustenta en el mantenimiento de platos tradicionales sin cambiar su esencia , acercándolos a las tendencia ecológicas modernas , donde los platos sean nutricionalmente adecuados, resaltando los colores del trópico y las características de nuestra idiosincrasia , en la presentación , potenciando así la cocina como una verdadera lucha cultural .

[\(Boletín No 2:99. CDICulinaria.\)](#)

Cocina Regional.

Cocina cuyas recetas son basadas en ingredientes locales, tradicionales y prácticos, dentro una zona geográfica o grupo cultural, político o social.

(Fornet, 1980.)

Cocina Típica.

Cocina cuyos platos representan las características esenciales de una cocina habitualmente nacional o regional.

(Cárdenas, 1987.)

1.3 Fundamentación teórica de la localidad

En el territorio que actualmente delimita nuestra provincia, hubo influencias mas marcadas que en el resto del país, lo que se tradujo en una diferenciación de la identidad de habitante de la región, y en específico de nuestra ciudad, característica esta que por lógica es apreciable también en los hábitos y estilos culinarios.

Cienfuegos no quedo ajena a la influencia de otras culturas a la que se refiriera Fernando Ortiz al definir la cocina cubana como un gran Ajiaco por la gran influencia que ejercieron estas otras culturas en la nuestra quedando esta casi olvidada en el tiempo. La cocina de nuestra región, abarcada desde la etapa aborígen hasta nuestros días, es un factor determinante en el desarrollo de una cultura propia y de la formación de una identidad que caracteriza al cienfueguero a lo largo de nuestro país, así como a niveles internacionales.

(Rousseau & Días de Villegas, 1920)

La comida Cienfueguera, si así se le quisiera llamar, hay que buscarla desde sus raíces, desde los primeros años de la colonización el territorio que ocupa hoy Cienfuegos era muy considerado por las bondades que ofrecía su bahía. En esta época se fueron fundiendo las actividades pesqueras de nuestros aborígenes con los productos de la flora y fauna utilizados por ellos en su alimentación con la tradicional dieta alimentaría de los colonizadores hispanos. La influencia marcada que dejo la Fundación Oficial de la Villa Fernandina de Jagua por parte de los colonos franceses , que a todas en su conjunto fueron creando las bases de lo que hoy podemos llamar una identidad característica del cienfueguero.

(Chepe, 2002)

Haremos descripciones de datos y hechos históricos del quehacer local a lo largo de varios años que han incidido directamente en los estilos y costumbres típicas del cienfueguero, brindaremos preparaciones de otras épocas que se han mantenido y otras que se han modificado a través de los años hasta nuestros días.

Elementos que nos llevarán a solidificar la acepción de que la cocina es un factor determinante en la expresión cultural e identidad de los naturales de nuestra región ya la cultura culinaria es el reflejo de hábitos generales y costumbres de un país o localidad específica. Considerando que en la medida que seamos capaces de defender las tradiciones y nuestra cultura alimentaria, estaremos defendiendo nuestra identidad.

(Utrera, 2002)

Independientemente de esta fusión entre todas las cocinas, la cocina cienfueguera mantuvo sus raíces aferradas al mar, ya que los platos que más nos caracterizan provienen de esa incalculable fuente de riquezas alimentarias. Podemos ejemplificar esto con la famosa **PAELLA**, por la que la Asturiana María Llano nos dio prestigio nacional e internacional durante la pseudo república famoso restaurante Covadonga, una verdadera combinación de la sazón hispana con los exquisitos mariscos locales.

“Plato representativo del restaurante Covadonga de Cienfuegos, históricamente símbolo culinario del territorio sureño. Que María Llano popularizo, producto que en su casa creo con mucho placer para su deleitada, una mezcla de sabores y costumbres españolas y criollas, que originó nuestra Paella Cienfueguera, única en Cuba por su exquisita combinación y cocción.”

Otro plato representativo es la **HARINA CON JAIBAS**, tradición cienfueguera mas humilde y cercana a la, que se le incorporo la grasa animal en su cocción, creado por la población del barrio “Las Minas” por el bajo nivel económico y que se ajustaba mas a su alcance.

(Rousseau & Días de Villegas, 1920)

Como influencias de otras culturas en la nuestra podríamos señalar varias, pero como las más representativas en nuestra cocina tenemos:

- * China
- * Africana
- * Canaria
- * Españolas
- * Francesa

Podemos afirmar que la cultura Francesa no se destacó tanto en la influencia de la cultura culinaria sino se marcó más en la arquitectura y refinamiento de la ciudad de Cienfuegos y Matanzas específicamente Cárdenas en las únicas dos Villas fundadas en el País por los colonos franceses. (Rodríguez & Días, 2005.)

1.3.1 Influencia hispana

De forma inigualable se representa la influencia de la cocina hispana en la Cocina Cienfueguera, con la incorporación de los embutidos tales como: el jamón, el chorizo, lacón y los tocinos, además de la ganadería con sus derivados (leche, carnes y quesos), introducción además de aves de corral y de otros cultivos como la caña de azúcar, la papa, el trigo, algunas variedades de granos y legumbres, sus técnicas de cocción en formas de potajes y fabadas combinados con viandas, carnes y condimentos que constituyen una dieta cargada de proteínas y grasas.

La colonización hispana no solo impuso su cultura religiosa, sino que transformo los conceptos alimentarios .El ajiaco se mantiene en la mesa del colonizador pero este destierra los productos frescos provenientes del mar y los sustituye por la ganadería y las aves.

Aunque se amplia la gama de alimentos entre los que incluimos el sabroso y estimulante café, las necesarias grasas, leche y huevos que tanto aportan desde un punto de vista nutricional, pasamos a consumir una dieta menos sana que la aborigen ,basada fundamentalmente en productos frescos y naturales. (Grandes ,1999.)

1.3.2 Influencia francesa

La presencia francesa en nuestra cultura Cienfueguera como tal tuvo su mayor influencia ,en el diseño y estilo de la ciudad ,calles anchas y rectas ,cuadrículadas uniformemente, bellos paseos y parques , y edificios al estilo Ecléctico dejando también su huella en el orgullo y don aire que caracterizan la personalidad del cienfueguero , su limpieza y elegancia así como su ponderación de sabores que amortiguo el pimiento salvaje que nos identifica con esa cultura que ha formado parte de nuestra identidad criolla.

Especial representación de esta huella en el arte culinario la tenemos en la pastelería francesa, con sus masas suaves y finas cremas , que la distinguen y caracterizaron como dulces finos que vienen acentuar la gran diferencia con los sabrosos dulces caseros.

Como ejemplo de lo anterior, citamos en el libro, “Memoria Descriptiva, Histórica y Bibliográfica de Cienfuegos...Russeau...Que apunta la presencia de Carlos Dudot Chef Francés que en 1852 estableció un Hotel con el nombre “ La Paz ” en San Fernando y Horruitinier .También por febrero de 1852 llego a Cienfuegos el Monsieur Julio Vilat Cocinero de Casas Reales de Europa y del Capitán general de la Isla. Personalidades estas que ejercieron su influencia en el cambio, transformación y desarrollo de nuestra cocina Cienfueguera.

Un ejemplo de ello lo constituye El Palais Royal , local de Rafael Barreras y Pedro Villar , que se ubicaba e Ave 52 y calle 37 y se caracterizaba por la venta de helados y dulces finos a base de Masa Hojaldre o(Mil Hojas) como Pasteles Dulces o de Carne, Tarros de Crema, Señoritas y Vol-Au-Vent entre otros muchos . Y de Pasta Choux como los Eclear o Monte cristos

cubiertos con Chocolate Fondant entre los mas famosos y señalados. (Rousseau & Días de Villegas, 1920)

1.3.3 Influencia africana

Con la introducción en Cuba de la esclavitud africana como mano de obra barata, se introduce también otra cultura que ejerce su influencia tanto en la música, las expresiones que nos identifican hoy, la religión así como la cocina

De ellos heredamos los guineos, los ñames, la malanga, la medicina verde en cocimientos y tizanas, el quimbombó, el echarle chicharrones a los tamales y hasta los sabrosos tachinos.

De los africanos podemos incluir que con la transculturación y mestizaje llego también un gran cambio en la religión, que hasta ese momento había sido (el catolicismo) implantado por los españoles en su conquista. Ahora con la presencia africana las religiones se sincretizaban para dar paso a la Afro-cubana con el nombre de Yoruba. Donde se mezclan los dioses u orishas con los santos cristianos, identificándose más por los colores que vestían que por la figura humana. Ejemplo de la sincretización de la religión (Ver Anexo 1.1) (Abres, 2002)

1.3.4 Influencia china

De los chinos obtuvimos el servicio de comidas rápidas. Al desempolvar la historia encontramos la presencia de **Fondas Chinas** cerca de la zona portuaria de Cienfuegos. El servicio de cantinas fue otra variante utilizada por los chinos que se incorporaron a la gastronomía cubana.

Desde el punto de vista culinario apporto varias y sabrosas recetas de arroces compuestos como el **Arroz Frito**, mayor utilización y consumo de vegetales como la col, en la agricultura urbana, salsas como la **Soya** y la **Agridulce**. Y en la repostería la fama sin igual de las **Calabacitas Chinas**. (Chuffat, 1937)

1.3.5 Influencia norteamericana

De Norteamérica copiamos sus avances tecnológicos en la cocina y su comida (Chatarra) como forma rápida de alimentarnos en el quehacer diario, un ejemplo de ello son los Sándwich y Emparedados que se consumen con refrescos industriales también copiados de la época o traídos y contruidos como es el caso de la Fábrica Embotelladora de Refrescos Irombeer en la Avenida 66 de nuestra ciudad

Una muestra de estas comidas fuera de horario y rápidas la encontramos en el libro "Cuba a Pluma y Lápiz" La Siempre Fiel Isla, escrito por Samuel Hazard, viajero norteamericano quien con un lenguaje asequible y elocuente hace alusión a su estancia en el Hotel La Unión de nuestra ciudad. Y un desayuno por horario a quien él llama almuerzo, que describe en forma de anécdota pintoresca caracterizando al cienfueguero y lo que comió en este lugar entre lo que se encontraba:

- * Pan
- * Tortilla con Guisantes
- * Ostras
- * Botella de Sauternes (Vino)
- * Club Sándwich (Plato Principal de Almuerzo)

(Pomares & Machín ,2006)

1.4 Características de la comida cienfueguera

Las investigaciones sobre la comida cienfueguera han sido enriquecidas a través de los años por muchos especialistas, historiadores, por amantes de nuestra cultura y por los aportes de la cocina doméstica. Miles de autores han estudiado, investigado y aportado nuevos elementos que destacan la variedad, riqueza, mezcla de aromas y sabores de nuestra cocina y lo han manifestado a través de diferentes formas, ya sea una receta, un libro, un poema o una canción. **(Ver Anexo1.2)**

Un ejemplo de esto es la metáfora del Ajiaco para entender la formación del pueblo cubano en especial el cienfueguero, mezcla de muchas influencias y de ahí su conocida conclusión de que los cubanos somos un ajiaco, dice Fernando Ortiz:...

"Ante todo una cazuela abierta .Esa es Cuba, la isla, la olla puesta al fuego de los trópicos (...)
".Cazuela singular la de nuestra tierra, como la de nuestro ajiaco, que ha de ser de barro y muy bien abierta. Luego, llama de fuego ardiente y fuego de ascuas y lento (...) y ahí van las sustancias de los mas diversos géneros y procedencia. La india nos dio el maíz ,la papa ,la malanga ,el boniato, la yuca, el ají que lo condimenta y el blanco xao-xao del casabe con que los buenos criollos Camaguey y Oriente adornan el ajiaco al servir Así era el primer ajiaco , el ajiaco precolombino, con carnes de jutia, iguana, cocodrilos, majas , tortugas, cobos y de otras alimañas de caza y pesca que ya no se estiman para el paladar .Los castellanos desecharon esas carnes indias y pusieron las suyas .Ellos trajeron sus calabazas y nabos ,las carnes frescas de res , los tasajos, las cecinas y el lacón . Y todo ello fue a dar sustancia al nuevo ajiaco de Cuba.Con los blancos de Europa, llegaron los negros del África y estos nos aportaron guineas, plátanos, ñames y sus técnicas culinarias. Luego los Asiáticos con sus misteriosas especias de Oriente y los Franceses con su ponderación de sabores que amortiguo la causticidad del pimiento salvaje , y los angloamericanos con sus mecánicas domesticas que simplificaron la cocina y quieren metalizar y convertir en caldera su estándar , el cacharro de tierra que nos fue dado por la naturaleza junto con el fogaje del trópico para calentarlo, el agua de los cielos para el caldo y el agua de sus mares para la salpicadura del salero. (Ortiz ,1993.)

Así como también nuestro plato nacional, por así llamarlo o como se conoce el **AJIACO CRIOLLO** con su conjunto de vegetales y carnes de diversos tipos cocinados juntos y que

varían la sazón y sabor de los ingredientes. La carne asada o frita de cerdo, los tostones o tachinos de plátano, los chicharrones de cerdo, el picadillo de carne res famoso en Cuba y el mundo como Picadillo a la Cienfueguera, que son un ejemplo de la sabrosa y amplia cocina.

(Utrera, 2002)

Si, la comida Cienfueguera ha sido de un proceso de transformación e incorporación de otros elementos, los hábitos y costumbres alimentarias del Cienfueguero también han ido transformándose y asimilando otros estilos.

A diferencia de otros países el cubano en general desayuna como mendigo, almuerza como un príncipe y cena como un rey.

Nuestro desayuno siempre es ligero, donde se consumen:

- ⇒ Pan con Mantequilla
- ⇒ Leche
- ⇒ Café
- ⇒ Café con Leche
- ⇒ Jugos
- ⇒ Yogurt
- ⇒ Refrescos

El café es imprescindible en el desayuno y que en muchas ocasiones puede que sea lo único que se consuma en la mañana.

1.4.1 Preparaciones para el almuerzo

En cuanto al almuerzo lo podemos definir como ligero y en este hacemos presencia de una sopa, ajiaco o caldosa incluyendo bocaditos y café. Este almuerzo es una gran parte de la población. O sea algo ligero para seguir en el quehacer diario.

Ejemplo de preparaciones para el almuerzo

- Refrescos
- Ajiaco o Caldosa
- Arroz Blanco o combinado
- Pastas
- Huevos en todas variedades
- Potajes
- Embutidos
- Viandas Hervidas c/ mojo
- Café

1.4.2 Preparaciones para la cena

La comida ya se toma como algo más serio y se realiza con un servicio a la española, ya que la misma se hace en la mesa con toda la familia. Se sirve gran variedad y todas en abundancia. Todos ricos en salsas, grasas, carbohidratos y muy condimentados. Siempre prefiere tener platos fuertes, arroces simples o compuestos, viandas generalmente fritas y ensaladas de vegetales, de postres en almibar sin olvidar el estimulante café.

Ejemplo de preparaciones para la cena

- Potajes o Sopas
- Arroz
- Carnes
- Ensaladas
- Viandas fritas
- Postre
- Café

En la noche antes de dormir se vuelven a preparar meriendas ligeras a base de jugos, refrescos, helados, ponches o simplemente un vaso de leche. (Chinea & Cortes ,2003.)

1.4.3 Características del cienfueguero

Acerca de las tradiciones y costumbres locales en cuanto a cocina se tratase, pudimos encontrar que entre vecinos se pasaban un platillo con dulce o mermelada por encima de la cerca colindante, a lo que el otro en gesto de reciprocidad le devolvía el platillo con otro dulce que ellos elaboraban. No hacer este gesto de reciprocidad se interpretaba muy mal gusto.

Es costumbre de Cienfuegos, reunirse con la familia a la hora de la comida o cena, utilizar manteles largos y poner la mesa, realizar un servicio a la española, o sea todo se lleva a la mesa en fuentes, incluso en cazuelas para cada cual se sirva a su gusto, el cabeza de familia o persona mayor de la familia juega un papel importante, y la sobremesa se realiza sin límites de tiempo, se utiliza este momento para conversar sobre problemas o vivencias cotidianas de la familia. Los almuerzos tienen menos ceremonias, pues en los momentos actuales por la agitación de la vida cotidiana muchas veces se almuerza en la calle, y los almuerzos son más ligeros. Es costumbre nuestra, reunirse la familia en fechas festivas, realizar comidas más especiales, y se consume en compañía de bebidas y saladitos. Celebramos fundamentalmente el 31 de Diciembre con una gran cena y festividad esperando el nuevo año.

Las mejores comidas se realizan los domingos. Lo mejor se deja para ese día, como dice el cubano en el lenguaje popular " **él domingo se come bueno**"

(Rousseau & Días de Villegas, 1920)

En los momentos actuales se ha desarrollado mucho la gastronomía popular, los cienfuegueros consumen mucho en la calle por diferentes motivos, esto además de darle vida a la ciudad por otra parte ha llevado que en muchas casas se halla perdido un poco las costumbres de la reunión familiar lo cual es importante.

El cienfueguero es por idiosincrasia, consumista de cerveza y ron, disfruta de reuniones de parejas y amigos en la vida social recreativa. Normalmente el cienfueguero degusta los platos con cerveza en vez de vino. (Chinea & Cortes ,2003.)



CAPÍTULO 2: DIAGNÓSTICO DE LAS OFERTAS GASTRONÓMICAS EN EL HOTEL PASACABALLO

El desarrollo económico y social de la República de Cuba exige, como complemento indispensable contar con un Ministerio de Turismo moderno, eficiente y que incorpore la cultura tradicional cubana (música, baile, costumbres, historia, hábitos alimentarios etc.) así como los últimos adelantos de la ciencia y la tecnología de esta esfera, así como la racionalidad y la utilización más eficiente de los recursos materiales, personales y financieros con que se cuentan para el desarrollo de esta actividad. Para llevar adelante el desarrollo integral del turismo en Cuba, se ha estructurado un sistema formado por entidades hoteleras y extrahoteleras, así como otras de carácter autónomo e independiente, que asumen funciones de apoyo.

Las entidades hoteleras que integran el Sistema de Turismo son: Cubanacán, Gaviota, Gran Caribe e Islazul, dedicadas fundamentalmente al turismo internacional; y las entidades extrahoteleras son: Palmares, Marinas Puertosol, Cubatur, Habaguanex; todas de alcance nacional. Las entidades autónomas e independientes, están conformadas por TRANSTUR, EMPRESTUR, EMPROTUR, PUBLICITUR, TURARTE, CUBAMAR, FINTUR, FINATUR, FONTUR, CARACOL, FORMATUR, además existen regiones de desarrollo turístico priorizados como: La Habana, Varadero, Jardines del Rey, Litoral Norte Holguinero, Los Canarreos y La Costa Sur, específicamente en Cienfuegos.¹

2.1 Entidad hotelera Islazul Cienfuegos

La Empresa Islazul Cienfuegos, se encuentra ubicada en la provincia que le da nombre y posee tres instalaciones: La Villa Yaguanabo, Hotel Punta La Cueva y el Hotel Pasacaballo. La empresa, fue creada como una estructura organizativa del Grupo Empresarial Hotelero Islazul S.A. , el 30 de Agosto de 1994, mediante el Acuerdo # 14 Junta General de Accionistas de la Cadena de Turismo Islazul S.A. Es una estructura empresarial para la administración, promoción y comercialización del producto turístico en el territorio, caracterizada por tener independencia jurídica, gestión comercial, balance financiero independiente y gestión contractual, su oficina central sita en Calle 37 # 5022, e/ 50 y 52, Cienfuegos.

ISLAZUL Cienfuegos tiene una alta responsabilidad en el desarrollo socio económico cultural de la provincia. A lo largo de estos años ha ganado en eficiencia y ha incrementado el número de clientes por año en sus instalaciones turísticas, ha elevado la calidad y el cumplimiento de los parámetros esperados. También sus recursos humanos se han desarrollado a partir de una mejor organización

¹ http://www.cubagob.cu/des_eco/turismo.htm

del trabajo, de una mejor gestión del capital humano y de las múltiples acciones de capacitación que se llevan a cabo, todo ello acorde a los valores y principios de esta sociedad, que se ponen de manifiesto en su misión y visión empresarial.

En este marco el Grupo Hotelero ISLAZUL S.A., que tiene como Objeto Social: administrar, promover y comercializar instalaciones hoteleras, dirigidas al turismo nacional e internacional; atendiendo los segmentos priorizados y otros usuarios. Prestar servicios al turismo nacional e internacional en todas sus modalidades, incluido de eventos, incentivos, naturaleza y otros, en grupos o individual, a través de agencias propias o de terceros, haciendo uso de instalaciones hoteleras propias o de terceros, bajo distintas modalidades y marcas, pretende desarrollar sus acciones siempre en Armonía Sostenible con el Entorno.

Misión: Lograr que el producto turístico que oferta ISLAZUL al cliente nacional e internacional, esté en Armonía con el Entorno, incorporando a todos los recursos humanos para ser realidad una imagen del Grupo Hotelero ISLAZUL.

Visión: Lograremos que el Grupo Hotelero Islazul brinde a los clientes una variada oferta del producto turístico en Armonía Sostenible con el Entorno.

2.2 Historia del Hotel Pasacaballo

El emblemático Hotel Pasacaballo, perteneciente al Grupo Hotelero Islazul, fue inaugurado por el Comandante Fidel Castro Ruz, el 18 de Julio de 1976; custodia junto a la fortaleza Nuestra Señora de los Ángeles de Jagua, en la estrecha entrada de la bahía cienfueguera. El nombre de Pasacaballo, es un legítimo empeño por conservar la legendaria tradición de una época en que atados a una canoa, o nadando con sus jinetes encima, los nobles brutos eran obligados a cruzar el estrecho canal de la bahía de Jagua para tomar la ruta, entonces más transitada, hacia la rica villa de la Santísima Trinidad. Desde sus balcones, terrazas y pasillos puede admirarse el esplendoroso paisaje de la naturaleza, apreciarse las bellas montañas del Escambray, el azul del cielo, las construcciones hechas por las manos de los hombres de diferentes centurias, y el típico poblado de pescadores. Cada año recibe turistas de rango nacional e Internacional, brindándoles un acogedor servicio de hospedaje, además ha sido visitado por numerosas personalidades del mundo artístico, científico, deportivo, cultural; sin desmerecer hombres de amplios bregar por las esferas de la vida política nacional e internacional.

2.2.1 Caracterización del hotel

La Unidad Empresarial de Base (U.E.B) Pasacaballo, perteneciente al organismo MINTUR, empresa territorial Islazul, Cienfuegos; se encuentra ubicada en la carretera Km. 23, Rancho Luna; de categoría hotelera 3 estrellas (**ver Anexo2.1**). La entidad tiene como objetivo, identificar los aspectos ambientales significativos y brindar posibles soluciones mediante los planes de acción por recurso impactado.

La instalación tiene como misión, visión, política, objeto social, lo siguiente:

Misión: Prestar servicios de alojamiento, gastronomía y recreación con la calidad esmerada por sus clientes internos, acorde a la categoría de la instalación, incorporando valores de profesionalidad y trato agradable. Lograr que el producto turístico que ofertamos al cliente nacional e internacional esté en armonía con el entorno.

Visión: Ser preferidos y escogidos por la calidad de los servicios dentro de la cadena Islazul y ganar la confianza de los clientes que nos visiten, para competir con otras instalaciones de la provincia. Lograremos que el hotel Pasacaballo, brinde a los clientes y a la comunidad un ambiente limpio y seguro.

Política: Desarrollar todas las acciones en armonía sostenible con el entorno.

Objeto Social: Operar, comercializar y promover, en pesos cubanos y convertibles, el producto turístico de ciudad, incentivo, naturaleza, playa, eventos y otros similares, individual o en grupos, a través de agencias propias o de terceros, haciendo uso de instalaciones hoteleras propias o de terceros, dirigidos al turismo nacional e internacional bajo distintas modalidades o marcas.

Clientes: Nuestra entidad cuenta con el colectivo de trabajadores, que conforman el cliente interno; y nuestros clientes externos, que son: Turistas Nacionales e Internacionales.

Desde hace más de treinta años el Hotel Pasacaballos se ha identificado por un logo, que guarda una estrecha relación con su nombre y le atribuye una sin par elegancia y distinción. El tiempo se convierte en testigo de su historia y cuenta a sus visitantes los hechos más relevantes que han acontecido al transcurrir de los años.

2007: UN AÑO DE DESAFÍO Y VOLUNTAD

Desde su fundación, el Hotel Pasacaballos, ha gozado de un excelente prestigio, dando lo mejor de sí por su razón de ser: el cliente; y contando con una gran aceptación por la calidad de los servicios que ofrece.

El 7 de septiembre del 2005, dejando atrás sus funciones de hotel, Pasacaballos, pasó a formar parte de una heroica misión, asignada por nuestro Comandante en Jefe en apoyo al hermano pueblo de Venezuela: la Misión Milagro. Durante esta etapa la instalación se convirtió en el hogar de muchos latinoamericanos y caribeños, brindando alojamiento e innumerables servicios médicos. Muchos de ellos pudieron recuperar la vista con la Misión y hoy agradecen a Cuba por esa oportunidad, que debido a cuestiones propias de las sociedades capitalistas, en su país se les impidiera aprovechar.

En el mes de agosto del 2007, concluida la Misión, el hotel retornó a sus funciones, con la tarea fundamental de crear nuevas estrategias que le permitieran ganar una vez más la preferencia de sus clientes y recuperar una buena posición competitiva. Para ello se llevó a cabo una reestructuración tanto de sus áreas, como de sus servicios y se implantó el Plan de Mejoras de estándares de Calidad orientado a lograr un nivel de acuerdo a la categoría o estrellaje del hotel y las normas que lo regulan.

Prestar servicios con la mayor calidad requerida y distinguirse dentro del mercado competitivo eran objeto de la nueva misión y visión creadas para un nuevo público objetivo.

El 2007 fue un año difícil, de arduo trabajo, pero nunca imposible para la acostumbrada disposición del colectivo del Hotel Pasacaballo.

Al 2008 se le impone la entrega de esos trabajadores que dan día a día lo mejor de sí para que la estancia de sus visitantes sea más placentera.

2.2.2 Áreas y Servicios que oferta la entidad

La instalación cuenta con un módulo habitacional compuesto por 188 habitaciones con capacidad para 392 clientes, acondicionadas por el equipo de Ama de Llaves, que se encarga de desarrollar

una relación directa con el turista. La instalación posee además, 6 restantes áreas para el pleno disfrute del turista (**ver Anexo 2.2**) como son:

- Recepción.
- Restaurante.
- Cocina.
- Bares.
- Recreación.
- Limpieza.

Guía de servicios:

➤ **Gastronomía.**

Restaurante internacional: “El Paisaje”.

Restaurante:” El Ranchón”.

Cafetería:”Las Golondrinas”.

Snack Bar.

Bar Lobby.

➤ **Recreación.**

Salvavidas.

Sala de Fiestas.

Sala de Juegos.

➤ **Otros Servicios.**

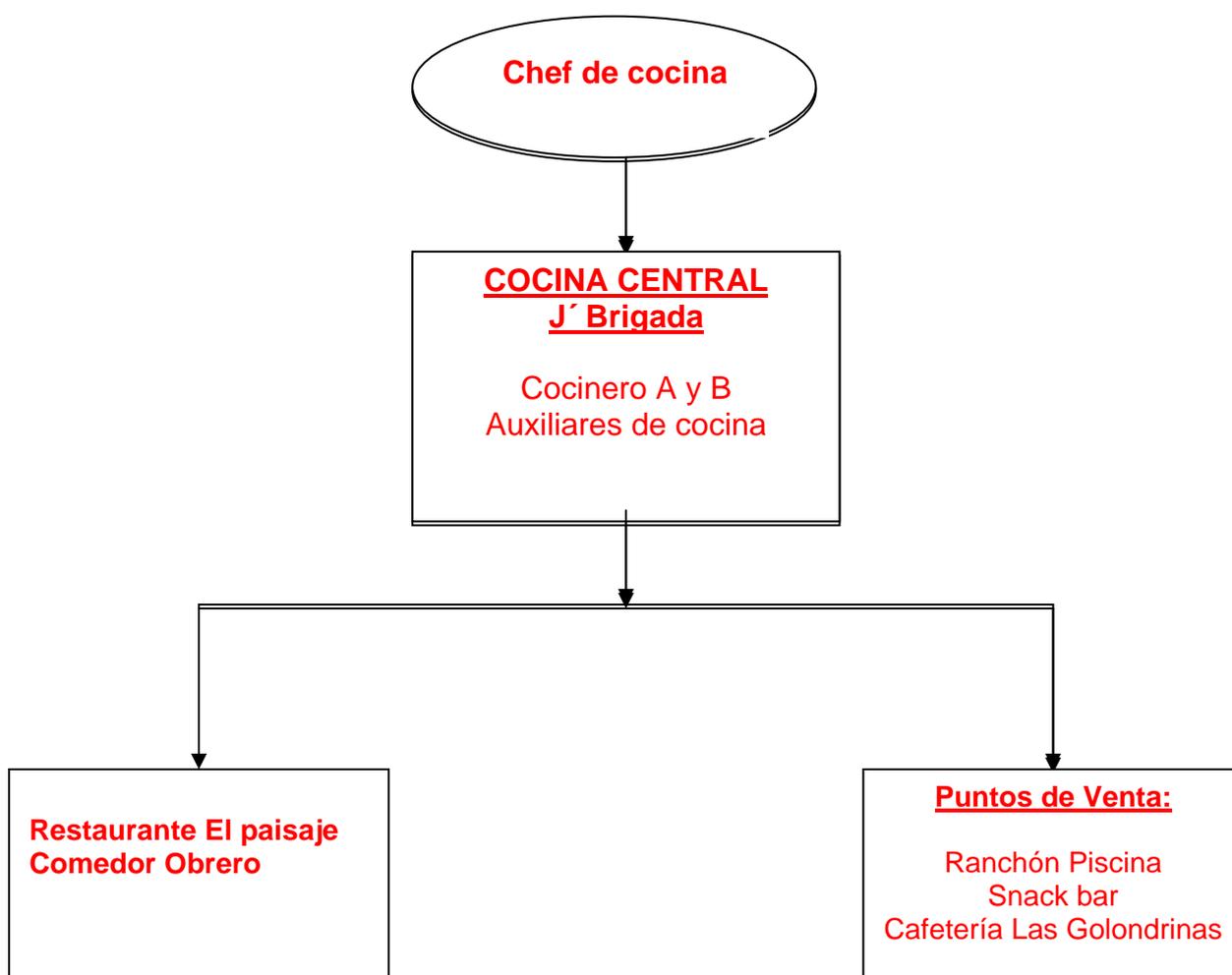
Correo.

Tienda.

2.3 Funcionamiento de la cocina central y estructura organizativa

Este departamento garantiza la elaboración de platos que componen las ofertas para las diferentes áreas que prestan servicios gastronómicos en la instalación, recogen en la Recepción por la mañana el estado ocupacional, así como cualquier otra información necesaria para realizar el trabajo, controla, organiza y distribuye todas las materias primas para la elaboración de las ofertas gastronómicas en los puntos de ventas. Diariamente se tiene un contacto con las áreas de alojamiento, servicios, abastecimiento, calidad y mantenimiento, para la planificación de los menús y cualquier otra decisión que se deba tomar.

Figura 2.1 Estructura organizativa cocina central



Fuente:(Elaboración propia)

2.3.1 Caracterización de la cocina central

La Cocina Central del Hotel Pasacaballo cuenta con un equipamiento modernizado por la nueva incursión de Turismo de Salud en el 2005. Cumple con las normativas de Normalización como el **proceso de cocina (ver anexo 2.3)**, cumple con el principio de “marcha hacia adelante”, sistema de inyección –extracción y campana para escape de los gases, tiene una plantilla de 27 trabajadores, cuenta con áreas climatizadas para la realización de diferentes funciones Inter-departamentales:

- **Área de Legumier:** Área donde se procesa las frutas, vegetales y tubérculos, que la misma cuenta con: Peladora de papa, rebanadora de vegetales y una cámara fría, así como los insumos necesarios para ese servicio.
- **Área de Carnicería:** Área donde se procesa todo tipo de variedad de carnes, que la misma cuenta con: Dos cámaras frías, trituradora de carne, máquina de moler y un tajo profesional para porcionar carnes.
- **Área Caliente:** Área donde se procesa los alimentos que por su textura y composición llevan cocción, la misma cuenta con un equipamiento: Un fogón con salamandra, horno y 6 hornillas, 4 fogones con 5 hornillas cada uno, dos sartenes les, dos hornos (uno convencional, 1 rational), a demás de poseer 3 marmitas y una mesa caliente.
- **Área de lunch:** Área donde se procesa los alimentos fríos listos al consumo, posee una cámara fría, carro para helado, frizzer para conservar alimentos congelados y una rebanadora de fiambres. Así como los insumos necesarios para la prestación del servicio planificado
- **Área de fregado de vajillas:** Posee una fregadora moderna que cumple con las especificaciones higiénicas y de fácil manipulación.
- **Área de Cacerolie:** Es una de las áreas más importante porque de ella depende el estado higiénico de los medios de trabajo para brindar un buen servicio.

De ella dependen los servicios brindados al Restaurante “El Paisaje “con 150 plazas donde él cual posee una oferta variada internacional con un servicio buffet. También presta servicio al Comedor obrero que no deja de ser menospreciado por sus características; a la cocina se le subordina la cocina del **Ranchón Piscina** donde la misma posee su propio equipamiento basado en:

- Fogón de 4 hornillas con fretera de gas y horno
- Mesa Caliente para conservar los alimentos
- Refrigerador de mantenimiento
- Frizzer
- Rebanadora de Fiambres

2.3.2 Ofertas gastronómicas en el Hotel Pasacaballo

¿Cómo fue la oferta gastronómica en el Hotel Pasacaballo en sus inicios?

Para hacer referencia a esta pregunta se indagó con los trabajadores de la época para conocer quien fue el Chef que dio pie a la oferta gastronómica en sus inicios.

Chef que dio paso a la oferta gastronómica: Chef Vivian Rodríguez Salina (1976-1988) quien ocupaba ese cargo en esos momentos y se encuentra en la FACRC (Federación de Asociados Culinarios de la República de Cuba) en el cargo de Vice- Presidente.

La oferta gastronómica en los inicios del Hotel Pasacaballo fue novedosa, creativa, extensa, caracterizada por platos complejos y varios. Existía variedad de carnes y elaboraciones representando platos típicos de la zona. El Hotel contaba con los servicios de Restaurante Especializado: **Restaurante “El Bambú” y el Restaurante “El Criollito”**, ambos con una amplia carta fija y exquisita.

La carta menú poseía platos complejos a la orden donde su marcha hacia delante se realizaba en la Cocina Central con un número extenso de platos principales, entrantes fríos y calientes, guarniciones y postres. También se ofertaban platos marineros unidos a vinos para su degustación y maridaje con guarniciones deseadas por el cliente o los clientes.

Siempre se buscaba la forma de tener 4 variedades de platos principales por cada tipo de carne disponible para procesar.

Los postres eran lo llamativo de la casa donde se ofertaban más de diez postres encabezados por el tocino del cielo (**postre de la casa en esos momentos**)

El servicio de la oferta siempre era a la Carta, el buffet solo era para días festivos. Además de poseer un estrecho vínculo de trabajo y organización entre Comprador, Maître y Chef

¿Cómo es la oferta gastronómica actual en el Hotel Pasacaballo?

La oferta gastronómica actual del Hotel Pasacaballo cuenta con una gama de “Platos” carente de iniciativas para el paladar, o sea, no se enmarca como **Producto-Gastronómico**. La oferta es basada por un paquete de viaje que no le permite el desarrollo de la misma.

Normalmente cada entidad gastronómica posee una oferta que la identifique sea típica, autóctona, temática, etc. Principalmente propia de la región donde se encuentra ubicada o de nueva creación que lleve su nombre. La oferta gastronómica del Hotel Pasacaballos no tiene concebido platos representativos de la zona centro sur, no posee especialidades marineras de la localidad que dan

fama a Cienfuegos y no se exponen en las entidades gastronómicas como se elaboran y presentan tradicionalmente. En la etapa investigativa no se revelan evidencias de la existencia de normas técnicas de elaboración tradicionales y menú, lo cual es un hecho alarmante para la entidad turística lo cual se procede a realizar un diagnóstico en la entidad sobre el comportamiento de la oferta gastronómica.

2.4 Diagnóstico de la oferta gastronómica del Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos

Para realizar un diagnóstico sobre la oferta gastronómica en el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos, se comenzó con un levantamiento de problemas aplicando las herramientas investigativas creadas para este fin: encuestas a clientes internos (trabajadores), entrevista al consejo de dirección. Primeramente se seleccionó el tamaño de la muestra requerida, siendo el principal tipo de muestreo probabilístico utilizado en investigaciones como esta; el muestreo aleatorio, pues cada elemento de la población tiene la misma oportunidad de ser seleccionado.

En el caso que ocupa se trata de una población finita donde el tamaño de la misma es conocido y la varianza desconocida, la fórmula para calcular el tamaño de la muestra es:

$$n = \frac{N p q}{z^2 + (N-1) p q}, \text{ donde:}$$

n: Tamaño de la muestra

N: Tamaño de la población

p: Proporción muestral o su estimado, q: 1 – p

B: Error permisible

z: Valor de z para un nivel de significación dado.

Obviamente, esta fórmula requiere alguna decisión sobre que proporción muestral a utilizar. Si no hay una inclinación a priori sobre el valor de la prevalencia esperada del parámetro a evaluar, se aplica la opción más desfavorable de $p = 0,5$, utilizado frecuentemente ya que garantiza el máximo de n en la expresión anterior, para esta aplicación se tomó por tanto $p = q = 0,50$. El valor correspondiente a la distribución de Gauss es $z = 1,96$ para $\alpha = 0,05$. Para un error permisible de un 10%, se introduce el valor $B = 0,10$, teniendo la seguridad del 95% (para $\alpha = 0,05$). Mientras mayor sea el tamaño muestral n, se puede mejorar la calidad de la estimación aumentando la precisión, pues disminuye la amplitud del intervalo o aumentando la seguridad, disminuye el error admitido.

Se seleccionaron aquellas áreas más significativas de la función de la entidad para realizar encuestas a clientes internos, siendo: Departamento de Servicios Gastronómicos, Departamento de Cocina, Departamento de Economía y Departamento de Aseguramiento. Se calculó en el **Anexo 2.4** el tamaño de la muestra por áreas, aplicándose a un total de 96 trabajadores según la fórmula estadística, donde se incluyeron los expertos a seleccionar.

Se puede observar en el **Anexo 2.5** un modelo de la encuesta aplicada a todos los trabajadores, (y a su vez se encuentra representado a través de gráficos en el Anexo **2.5 a**, los resultados de las encuestas de los trabajadores de Servicios Gastronómicos, **2.5 b**, los de Cocina Central, **2.5 c**, Departamento de Aseguramiento y **2.5 d**, los trabajadores del grupo de Economía y por último un consolidado de los criterios de todos los encuestados en el **2.5 e**, donde se refleja lo derivado del procesamiento de los datos y utilizando el paquete estadístico SPSS se obtuvieron los estadísticos que se describen en el **Anexo 2.6**, que corroboran la siguiente información:

- El 59,1% afirma que hay problemas de iniciativa y creatividad, (donde la totalidad de los encuestados del área de Economía lo considera así).
- El 59,1% considera que existen problemas de carencia de un Restaurante Especializado, (donde la totalidad de los encuestados del área de Economía lo valora así).
- Consideran que existen problemas de conocimientos de los platos típicos el 49,5% de los encuestados, (se destaca Servicios Gastronómicos con el 57,4%).
- El 47,3% alega que se hallan deficiencias en la presencia de estos en la oferta, (se destaca con un 83,3% el área de Economía).
- El 46,2% alega que hay falta de motivación por la administración en el trabajo, (el 53,7% del área de la Cocina Central resulta la más significativa).
- El 45,2% considera que existen problemas por la falta de personal, (siendo el área más representativa la de Servicios Gastronómicos con un 50%).
- El 44,1% piensa que existe falta de normas técnicas, (el mayor porcentaje es del área de la Cocina Central con un 57,4%).
- El 43% alegan que existen dificultades con la falta de preparación del personal (donde el área de Servicios Gastronómicos resulta la más representativa con un 53,7%).
- El 43% piensa que el desconocimiento del tema puede ser la causa de las problemáticas, (con un 70,4% prevalece el área de la Cocina Central).
- El 36,6% reflexiona que los métodos y estilos de dirección no son los adecuados, (despuntando con 48,1% Servicios Gastronómicos).
- El 31,2% piensa que la calidad de los productos no son los mejores (el 48,1% representa el mayor por ciento, del área de la Cocina Central).

- El 19,4% considera que hay negligencia, (sobresaliendo con un 33,3% Cocina Central).
- El 16,1% valora que existen ineficiencias con los proveedores, (predominando con un 20,4% Servicios Gastronómicos).
- El 12,9% considera que los problemas de la oferta radica en la disciplina laboral, (el 18,5% del área de Servicio Gastronómico lo valora así).
- Un 4,3% asegura que hay problemas por enfermedad, (destacándose con un 7,4% el área de Cocina Central).
- Consideran que no existen problemas de ausentismo que afecten la presencia de platos típicos.

Según se puede ver en el **Anexo 2.7** en entrevistas realizadas a miembros del Consejo de Dirección:

- Los dos problemas existentes más representativos es la falta de normas técnicas de esos platos típicos y comunicación, ya que en ocasiones las personas consideran que una oferta y/o servicio es complejo por ser insuficiente la falta de estos.
- Un problema objetivo que la oferta gastronómica presenta es el insuficiente abastecimiento material de los proveedores producto al desconocimiento de los platos típicos.
- Los directivos del área de abastecimiento se sienten alejados de la gestión de los recursos que necesita la entidad para la realización de estos platos característicos, ya que en Consejos de Dirección se analizan los problemas y en La Habana otros realizan la gestión.
- Aunque se han realizado capacitaciones sobre la gestión de A+B insuficientes.
- El Hotel no está orientado a prestar el servicio de platos típicos de la región sur y en especial las especialidades marineras.
- Las compras centralizadas influyen negativamente en la calidad del equipamiento que se recibe del nivel superior para prestar una oferta de platos típicos con calidad.
- Los problemas de las ofertas gastronómicas se analizan periódicamente en los Consejos de Dirección.
- Los problemas de las ofertas gastronómicas de platos típicos y la ausencia de la misma en el área objeto de estudio influyen directamente en la calidad del servicio que percibe el usuario.
- Existe desconocimiento por parte del 70% de los miembros del Consejo de Dirección de platos típicos de la región centro sur, resaltando en la PAELLA y algunas preparaciones caseras de la zona.
- Se consta preparación en los directivos sobre métodos y estilos de trabajo.

- Se adquieren recursos y productos que poseen la calidad que exige este tipo de entidad turística.
- La falta de seriedad de algunos proveedores contratados es otra de las causas de no concebir platos de la localidad en la oferta gastronómica.
- Los compradores no cuentan con toda la información necesaria para seleccionar los mejores productos para ofrecer así una mejor oferta.
- En ocasiones la falta de iniciativa y creatividad constituye eventualmente problemas en la calidad de la oferta gastronómica.
- La carencia de un Restaurante Especializado implica que no se le preste atención al tema y no se han creado los mecanismos para restaurar un área para ello.
- No existen referencias de platos de la localidad en la entidad por lo que se hace necesario recopilar la información para los trabajadores y administración, lo que constituye una barrera en la oferta gastronómica de platos de la región.
- Hay falta de preparación del personal que atiende al usuario así como en la gestión de alimentos y bebidas por parte del personal interno lo que hace sensible a la entidad para enmarcarse en un producto-gastronómico típico.
- Se reconoce la necesidad de las ofertas locales así como la necesidad de adquirir las cartas técnicas para mejorar e incrementar la oferta actual.

Según se muestra en el **Anexo 2.8**, de Gestión de A+B utilizando el capital intelectual y del conocimiento.

- El 20% de los encuestados constituye que rara vez la organización aprende con la experiencia y no repite errores, el 40% que a veces, el 20% con frecuencia y el otro 20% considera que siempre.
- El 40% considera que cuenta con las habilidades necesarias para utilizar la información que genera la organización de manera satisfactoria con los elementos necesarios de la materia gastronómica, el 40% siempre y el 20% a veces.
- El 60% reflexiona que el Hotel cuenta con una estrategia de calidad gastronómica, el 20% que a veces y el 20% que con frecuencia.
- El 60% de los encuestados valora que la organización pone a su disposición los canales necesarios que le facilitan la adquisición del conocimiento y el 40% siempre.
- El 80% afirma que se comunica con los expertos o de mayor conocimiento de su organización para apoyar sus conocimientos y el 20% que con frecuencia.

- El 60% considera que con frecuencia el Hotel reconoce el valor de la oferta gastronómica que se presta con excelencia y el 40% que siempre.
- El 40% considera que a veces el Hotel estimula la capacidad de generar y adquirir conocimientos que tributen a la mejora de la oferta gastronómica, el 40% con frecuencia y el resto que siempre.
- El 40% considera que a veces el Hotel estimula la aplicación de FORUM o aportes que eleven la imagen y la variedad de la ofertas gastronómica de la organización, el 40% que siempre y el 20% que rara vez. **(anexo 2.8 a)**

Resumiendo este aspecto; se evidencia que no existe una unificación de criterios en lo referido a la utilización del capital intelectual y del conocimiento con respecto a la Gestión de (A+B), lo cual constituye un elemento alarmante debido a su importancia, principalmente para el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos.

2.5 Propuesta metodológica a usar para la implementación de la propuesta de platos típicos

No son muchas las entidades o instituciones que han hechos suyos el estudio y han trabajado en materia de retomar las tradiciones culinarias de época y región, lo que sería un logro que las entidades hoteleras y principalmente las líderes tengan cuenta una propuesta de Platos típicos. Para ello se hace imprescindible implementar un menú donde cualificas los recursos materiales para lograrlo, teniendo presente la disponibilidad de la Logística.

En el caso de Islazul Cienfuegos no se ha creado una propuesta de Platos Típicos que le permita sus entidades turísticas hacer referencia a ello. En opinión del autor la causa fundamental de este problema es que no se le presta la importancia que lleva la temática y solo se piensa en ¿cuanto cuesta?

Como requisito indispensable para lograr la propuesta es que esté implantado el Sistema de Gestión de la Calidad, elemento que tiene a su favor el Hotel Pasacaballo, lo cual no esta totalmente implantado. La propuesta servirá de punto de partida, ganando perfectamente convivir con el modelo más detallado o perfeccionado aplicado por algunas entidades a nivel particular.

Se toma como punto de referencia.

- Inventario Patrimonio Cultural intangible de la localidad, donde posee un Catalogo de platos Castelleros patronizado por la UNESCO, 2009.

- Rescate de las Tradiciones Culinarias Cubanas y Cienfuegueras en las instalaciones turísticas del territorio por: Teresita Chepe Rodríguez e Isabel Utrera Velásquez, 2003.
- Inventario Patrimonio intangible comidas y bebidas. Palmira Museo Municipal, 2002.
- Guía Básica para Confeccionar un Menú. Empresa Islazul Cienfuegos, 2009.

Esta selección se basa fundamentalmente en los siguientes aspectos:

- Constituyen unas de las metodologías más modernas publicadas y aplicadas sobre el tema.
- Se fundamentan bajo conceptos históricos y a la vez muy actualizados al respecto.
- La autora Isabel Utrera Velásquez es una reconocida Chef de Cocina del país e incluso a nivel internacional, altamente valorada en reiterados eventos Internacionales y Nacionales de platos regionales.
- Los Pasos a seguir para la propuesta de Platos típicos se basan en estudios realizados en instalaciones turísticas del territorio.

Para elaborar la propuesta de “Platos Típicos” de la región centro sur se utiliza la metodología Delphi, técnica que se basa en la opinión de expertos para sondear la evolución del entorno de la entidad hotelera en la temática, se listan seguidamente las etapas que se siguieron.

Etapas:

Etapas:

Etapas:

Etapas:

Etapas:

Etapas:

Etapas:

Etapas:

Etapas:

Se define entonces a continuación el procedimiento:

Etapas:

El objetivo de esta primera fase será lograr el apoyo de la dirección para el programa de Elaboración de Propuesta de Platos típicos de la región centro sur. La presentación, debe ser clara y breve,

explicándose el concepto de platos típicos y la metodología Delphi usada. Una vez que la dirección apoye la propuesta, se puede iniciar la segunda etapa.

Etapa 2: Selección de los expertos

- ¿Cómo consiste la selección de expertos?
- ¿Qué se tiene en cuenta para su selección?
- ¿Cuáles son las características de un experto a seleccionar?
- ¿Quiénes son los expertos seleccionados?
- Calcular el coeficiente de conocimiento kc de los expertos.

Tabla 2.1: Coeficiente de conocimiento kc de los expertos

Experto No.	Coeficiente de conocimiento kc
1	
2	
3	
4.....n	

Fuente: [Elaboración propia]

- Calcular el coeficiente de argumentación o fundamentación ka

Tabla 2.2: Grado de influencia de cada una de las fuentes de argumentación de los expertos

Experto No.	Análisis teóricos realizados.	Experiencia obtenida como directivo.	Experiencia obtenida como trabajador.	Su intuición.	Total ka
1					
2					
3					
4....n					

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 2.3: Fuentes y grado de argumentación

Fuentes de argumentación	Grado de influencia de cada una de las fuentes según sus criterios.		
	Alto	Medio	Bajo

Fuente: [Elaboración propia]

Etapas 3: Análisis estadístico del resultado de las encuestas

Tabla 2.4: Rangos

Variables	Rango promedio

Fuente: [Paquete estadístico SPSS]

Tabla 2.5: Estadísticos de contraste

N	
W de Kendall(a)	
Chi-cuadrado	
gl	
Sig. asintót.	

Fuente: [Paquete estadístico SPSS]

Etapa 4: Análisis de los platos típicos elaborados

- Esta etapa constara con la presentación de los platos típicos y el análisis de los posibles seleccionados teniendo en cuenta la viabilidad de los mismos por el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos

Etapa 5: Propuesta de los platos seleccionados y conformación de un menú

- Esta etapa consiste en la presentación de los platos seleccionados basado en los criterios de los expertos y conformación de un menú

Tabla 2.6: Menú guía

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Lunes
Desayuno								
Almuerzo								
Cena								

Fuente: [Elaboración propia]

Como conclusiones parciales en este capítulo se pueden apuntar que en sentido general:

- A pesar que la entidad tiene una oferta gastronómica, que recoge algunos platos característicos de la región, no ha logrado la entidad caracterizarse con un producto gastronómico.
- Se aplicaron diferentes herramientas investigativas para realizar un diagnóstico preliminar, detectándose las principales problemáticas que afectan la presencia de platos típicos de la región centro sur en la oferta gastronómica.
- Se realizó una de propuesta metodológica de platos típicos para su implementación acorde a las características propias de la entidad utilizando el método Delphi.



CAPÍTULO 3: PROPUESTA DE ELABORACIÓN DE NORMAS TÉCNICAS PARA SU IMPLEMENTACION EN EL HOTEL PASACABALLO

Conforme las actividades comerciales, industriales y de servicios han evolucionado hasta compenetrarse en una globalización cada vez más completa, las organizaciones de todo el mundo, incluyendo ISLAZUL Cienfuegos que participa en esto, han tenido que ir adaptando sus servicios y administrativos, han tenido que buscar formas de ofrecer servicios de calidad que sean atractivos para el consumidor. Se ha visto que la oferta gastronómica es un concepto, una filosofía, una estrategia, un modelo de hacer negocios enfocado hacia el cliente, que no solo se refiere al producto o servicio en sí, sino que abarca la dinámica de toda la organización en la que cada trabajador está comprometido con los objetivos de la instalación en pro de mejorar día a día su desempeño como entidad social.

3.1 Presentación a la dirección

Para lograr el apoyo de la dirección en el programa de Elaboración de Propuesta de Platos típicos de la Región Centro Sur, se realizó un encuentro con el Director General, Especialista de Alimentos y Bebidas, Especialista de la Calidad y directivos involucrados en las áreas de elaboración de alimentos y ventas de los mismos. Se comienza la presentación con un breve concepto de platos típicos o regionales: No son más que aquellos platos calientes y fríos que caracterizan un país, localidad o un lugar, que hacen manifiesto en su identidad. Con este concepto se dio paso a la idea concebida, lograr llamar la atención a la Administración referente al tema.

Se hace difícil hoy en la actualidad llegar a una entidad turística y no encontrar una oferta aunque sea pequeña que identifique el lugar o la región donde se encuentre ubicada la misma. Se pone de ejemplo la entidad objeto de estudio, donde la misma no hace representación en su oferta gastronómica de platos castilleros y/o de la localidad que pueden llegar hacer un producto-gastronómico para la entidad y uso de una herramienta estratégica para la Dirección en especial para el Departamento de A+B. El problema esencial de esta investigación es: "como garantizar la introducción de comidas o platos típicos en la oferta gastronómica del Hotel Pasacaballo", donde se hará uso del Método Delphi técnica basada en la opinión de expertos para sondear la evolución del entorno de la entidad. Realizado esto la dirección llevo a votación la propuesta planteada quedando aprobada por unanimidad, lo que posibilito iniciar la segunda etapa.

3.2 Selección de los expertos

Se empleó el Método Delphi, que consiste en la selección de un grupo de expertos a los que se les pregunta su opinión sobre cuestiones referidas a acontecimientos del futuro. La capacidad de

predicción del Delphi se basa en la utilización sistemática de un juicio intuitivo emitido por el grupo seleccionado. La calidad de los resultados depende, sobre todo, del cuidado que se ponga en la elaboración del cuestionario y en la elección de los expertos consultados.

Para la aplicación de este método se tuvo en cuenta: **el anonimato de los expertos** para eliminar las posibles influencias de aquellos que pudieran ser considerados más concedores del tema en cuestión, la retroalimentación controlada, pues una vez obtenidas las respuestas de la ronda de preguntas, fueron totalmente procesadas de forma tal que se les ofreció nuevamente a los expertos para que conozcan los criterios de los otros encuestados sobre las propias preguntas a él formuladas y mantener un procesamiento estadístico de los resultados, permitiendo al investigador conocer la evolución de las respuestas de los encuestados lo que permitió sacar conclusiones finales de la temática que está abordando. A partir de determinadas **características esenciales en los expertos**, como: competencia, creatividad, disposición a participar en la encuesta, capacidad de análisis y de pensamiento, espíritu colectivista y autocrítico, se seleccionaron por tanto como expertos:

1. Jefe de Brigada Cocina Central
2. Asistente al Maître de Hotel
3. Especialista de la Calidad
4. Especialista de Economía
5. Jefe de Equipo Abastecimiento
6. Jefe de Equipo Carpeta
7. Jefe de Equipo de RRHH
8. Capitán de Salón

Es importante destacar la tendencia a considerar a una persona experta a partir de su grado científico, título académico o cargo que ocupa. Sin embargo, estas condiciones algunas veces no determinan la competencia de una persona, esta se podrá considerar a partir de la valoración que se realice del nivel de calificación que posea en una determinada esfera del conocimiento y se puede medir a partir de obtener el coeficiente k, que se calcula mediante la fórmula siguiente:

$$K = \frac{1}{2}(k_c + k_a)$$

Donde k_c , es el coeficiente de conocimiento que tiene el experto sobre la temática que se aborda, el cual se calcula mediante la autovaloración del propio experto en una escala del 0 al 10 y multiplicado por 0.1. Luego para cada experto se obtiene su coeficiente de conocimiento k_c sobre el tema.

Tabla3.1 Coeficiente de conocimiento k_c de los expertos

Experto No.	Coeficiente de conocimiento k_c
1	1,0
2	0,9
3	0,9
4	0,8
5	0,9
6	0,8
7	0,8
8	1,0

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla3.2 Grado de influencia de cada una de las fuentes de argumentación de los expertos

Experto No.	Análisis teóricos realizados.	Experiencia obtenida como directivo.	Experiencia obtenida como trabajador.	Su intuición.	Total k_a
1	0,2	0,4	0,3	0,1	1,0
2	0,2	0,4	0,3	0,1	1,0
3	0,2	0,4	0,3	0,1	1,0
4	0,2	0,35	0,3	0,1	0,95
5	0,15	0,25	0,3	0,1	0,8
6	0,15	0,4	0,3	0,1	0,95
7	0,15	0,4	0,3	0,1	0,95
8	0,2	0,25	0,3	0,1	0,85

Fuente: [Elaboración propia]

Para calcular el coeficiente de argumentación o fundamentación ka , se empleó como patrón las fuentes y grado de argumentación brindadas en la Tabla 3.3 que a continuación se muestra, donde para cada experto se indican las que se consideran de mayor influencia sobre el tema.

Tabla 3.3 Fuentes y grado de argumentación

Fuentes de argumentación	Grado de influencia de cada una de las fuentes según sus criterios.		
	Alto	Medio	Bajo
1. Análisis teóricos realizados.	0,2	0,15	0,05
2. Experiencia obtenida como directivo de la entidad.	0,4	0,35	0,25
3. Experiencia obtenida como trabajador de la entidad.	0,3	0,25	0,15
4. Su intuición.	0,1	0,05	0,05

Fuente: [Elaboración propia]

Posteriormente se suman todos los valores obtenidos y ese resultado será el coeficiente de argumentación ka de cada experto. Teniendo como datos los coeficientes de conocimientos kc y de argumentación ka , se calcula el coeficiente de competencia de cada experto (K).

De este modo, se obtiene para los expertos:

Jefe de Brigada Cocina Central	$K = \frac{1}{2}(1,0+1,0)=1,0$
Asistente al Maitre de Hotel	$K = \frac{1}{2}(0,9+1,0)=0,95$
Especialista de la Calidad	$K = \frac{1}{2}(0,9+1,0)=0,95$
Especialista de economía	$K = \frac{1}{2}(0,8+0,95)=0,875$
Jefe de Equipo Abastecimiento	$K = \frac{1}{2}(0,9+0,8)=0,85$
Jefe de Equipo Carpeta	$K = \frac{1}{2}(0,8+0,95)=0,875$
Jefe de Equipo RRHH	$K = \frac{1}{2}(0,8+0,95)=0,875$
Capitán de Salón	$K = \frac{1}{2}(1,0+0,85)=0,925$

El código para la interpretación del coeficiente de competencia (K) es el siguiente:

Si	$0.8 < K < 1.0$	entonces el coeficiente de competencia es alto.
Si	$0.5 < K < 0.8$	entonces el coeficiente de competencia es medio.
Si	$K < 0.5$	entonces el coeficiente de competencia es bajo. (Landeta, 1999)

Como se puede observar el grado de competencia de los expertos seleccionados es alto. Por lo que se le aplicaron rondas de preguntas en forma de entrevistas con los mismos términos de las encuestas a trabajadores además de otro tipo de criterio que a su consideración se debían agregar, a continuación se midió el grado de concordancia de los mismos teniendo en cuenta todas las preguntas e indicadores utilizando el coeficiente de concordancia de Kendall o coeficiente de correlación de rango, recomendado para utilizarlo cuando $n > 7$.

3.3 Análisis estadístico del resultado de las encuestas

El paquete de programa SPSS permite validar la hipótesis estadística sobre el grado de consenso entre los expertos consultados, planteándose entonces como sigue:

H_0 : No existe concordancia entre los expertos (**)

H_1 : Existe concordancia entre los expertos

Al procesarse estadísticamente los datos que se presenta, ellos permiten apreciar los **rangos promedios obtenidos**, un listado organizado del consenso de los criterios de éstos y los resultados de los estadísticos de contraste; se determinó de acuerdo a la hipótesis establecida anteriormente (**) que al rechazarse H_0 , puede afirmarse de que existe concordancia entre los expertos.

Tabla3.4 Rangos

Variables	Rango promedio
Falta de personal	7,00
Falta de preparación del personal	5,94
Desconocimiento del tema	7,38
Proveedores	14,31
Falta de las normas técnicas	5,94
Negligencia	12,31
Métodos y estilos de dirección	13,31
Calidad de los productos	13,88
Iniciativa y creatividad	5,94
Presencia de estos en la oferta	5,94
Disciplina laboral	12,31
Enfermedad	14,31
Ausentismo	14,63
Carencia de Restaurante Especializado	5,94
Motivación de la administración	6,94
Conocimiento de los platos	6,94

Fuente: [Paquete estadístico SPSS]

A partir del análisis realizado de las respuestas efectuadas por los expertos sobre los problemas existentes que afectan la presencia de “Platos Típicos” de la región centro sur y los rangos promedios obtenidos al procesar los datos, se llegó a un consenso de criterios según los expertos, listándolo a continuación:

- Se carece de un Restaurante Especializado para la oferta gastronómica de la región y el Hotel posee áreas en desuso trayendo consigo una mala gestión de A+B.
- En muchos casos se evidencian problemas de iniciativa y creatividad a la hora de prestar un servicio o crear la oferta, no se le proporciona la importancia que lleva la misma.
- No se conocen los platos de la localidad solamente hablan de la Harina con Jaibas y la Paella y algunos platos caseros, siendo esto un problema por la necesidad de cartas de elaboración.
- Existen grandes problemas con las normas técnicas, la entidad no posee cartas técnicas de elaboración de platos de la localidad para su oferta gastronómica.
- La falta de preparación del personal referente al tema posibilita que la entidad no logre enmarcarse con un producto-gastronómico típico.
- Problemas en la motivación de la administración, lo que por su descontento no se le presta la atención que lleva la oferta gastronómica para su desarrollo.
- Falta de personal, resulta insuficiente la cantidad de trabajadores para la oferta gastronómica y servicio, y mantener en óptimas condiciones las quejas y sugerencias.
- Existe una buena cantidad de trabajadores que no posee conocimiento acerca de la temática.
- La oferta se ve afectada por la escasa presencia de platos típicos en la oferta, y la entidad no se ha replanteado.(platos marineros)
- Los proveedores, poca disciplina, métodos y estilos de dirección, calidad de los productos, enfermedad y ausentismo no constituyen elementos significativos que afecten la presencia de platos típicos de la región en la oferta gastronómica del Hotel.

A continuación se muestran los resultados que arrojaron los estadísticos de contraste empleados para el análisis; según el criterio de los 8 expertos pudo arribarse a la conclusión de que el coeficiente de concordancia de Kendall $0,710 > 0,7$, lo que es favorable, se obtiene un valor de 90,832 de Chi-cuadrado, el cual resulta estar lejano de cero pues el volumen de la muestra ($n = 8$) no es muy grande, con 16 grados de libertad y de acuerdo a la hipótesis establecida (**), dado que $\alpha=0,05 > \text{Sig. Asintót.} = 0,000$ se rechaza la hipótesis nula y por tanto se arribó a la conclusión de que existe concordancia entre los expertos con un nivel de significación del 5%.

Tabla 3.5 Estadísticos de contraste

N	8
W de Kendall(a)	,710
Chi-cuadrado	90,832
gl	16
Sig. asintót.	,000

a Coeficiente de concordancia de Kendall

Fuente: [Paquete estadístico SPSS]

Una vez terminado el análisis de las diferentes herramientas investigativas aplicadas, se utiliza dicha información para completar el diagnóstico, se realizó un diagrama causa – efecto (también llamado espina de pescado por su forma similar al esqueleto de un pez, o diagrama de Ishikawa) (**ver anexo 3.1**), como medio de organizar y representar las diferentes teorías sobre las causas reales y potenciales de la ausencia de platos típicos de la localidad en la oferta gastronómica. Además fue idóneo para motivar el análisis y la discusión grupal, de manera que cada experto pudo ampliar su comprensión del problema, visualizar las razones, motivos, identificar posibles soluciones y organizar planes de mejora.

Se reunió el Comité de Expertos con la directiva y se le entregó la información arrojada estadísticamente para identificar las causas de los problemas que existen, que imposibilitan la presencia de platos típicos en la oferta gastronómica. Una vez procesada la información se llega por el comité de expertos a criterios múltiples valida la hipótesis del problema planteado: **¿Cómo garantizar la introducción de comidas típicas de la Región en las ofertas gastronómicas del Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos?**

Con la Elaboración de las Normas Técnicas y la propuesta de un Menú que incluya Platos Típicos de la región centro sur se garantiza la introducción de éstos en la oferta gastronómica del Hotel Pasacaballo.

3.4 Análisis de los platos típicos elaborados

Tabla 3.6 Variedad de arroces y sopas

No.	Platos Regionales
1.	arroz con calamares
2.	arroz con camarones
3.	arroz con pescado
4.	arroz mar y campo
5.	arroz con maíz tierno
6.	arroz con cerdo
7.	arroz con frijol caballero
8.	arroz con gandul y carne de cerdo
9.	paella covadonga
10.	arroz frito
11.	arroz con vegetales
12.	arroz con mariscos
13.	potaje de garbanzos
14.	sopa de ajos
15.	potaje de frijoles negros
16.	frijoles dormidos
17.	sopa de plátano y carne de cerdo
18.	gazpacho tropical
19.	sopa de cebolla
20.	sopa de marisco a la cienfueguera
21.	potaje serrano
22.	lenteja con carne de cerdo
23.	sopa o sopón de pescado

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.7 Variedad de pescados

No.	Platos Regionales
1.	albóndigas de macabí
2.	minutas
3.	pescado asado
4.	pescado relleno
5.	escabeche
6.	manjúa
7.	bacalao (pescado salado)
8.	churrismo o churrasco de pescado
9.	crudo de pescado
10.	sardina española
11.	ruedas de pescado fritas
12.	filete de tiburón
13.	enchilado de raya
14.	filete de carey
15.	filete de robalo
16.	pulpeta de macabí
17.	filete de pescado cienfueguero
18.	longaniza marinera
19.	pescado a la obi
20.	cóctel de pescado

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.8 Variedad de camarones

No.	Platos Regionales
1.	camarón al ajillo
2.	camarón al diablo
3.	camarón empanizado
4.	camarón en enchilado
5.	camarón seco
6.	camarones río arimao
7.	camarones salteados con mango y piña
8.	trilla o camarones
9.	ensalada de camarones con frutas
10.	saoco de camarón
11.	camarones al sofrito en cazuela
12.	aguacate relleno con camarones

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.9 Variedad de langosta y otros mariscos

No.	Platos Regionales
1.	langosta rebozada
2.	langosta salteada
3.	cóctel de langosta
4.	langosta con mayonesa
5.	langosta cocida a la bahía
6.	ensalada de langosta y mango
7.	cóctel de cangrejos
8.	salpicón
9.	canoa de frutas y mariscos
10.	mariscada fría isla bella
11.	calamares en su tinta
12.	calamares rellenos mar del sur
13.	harina con jaiba
14.	picadillo de cobo
15.	picadillo de sigua
16.	enchilado de cangrejo moro y jaiba
17.	ensalada de pulpo
18.	cóctel tradicional de ostiones

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.10 Variedad de guarniciones

No.	Platos Regionales
1.	plátano relleno con picadillo
2.	frituras de malanga
3.	yuca con mojo
4.	bolitas de fufú
5.	frituras de maíz
6.	plátanos maduros fritos
7.	munñetas
8.	quimbombó criollo
9.	puré africana
10.	panecillos de maíz

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.11 Variedad de postres

No.	Platos Regionales
1.	dobo
2.	buñuelos en almíbar
3.	puddín de pan
4.	pastel de guayaba
5.	turrón de maní
6.	pasteles de carne
7.	dulce de coco prieto
8.	dulce de boniato con coco
9.	señoritas
10.	cremita de leche
11.	tocinillo del cielo
12.	puddín de malta
13.	torrejas en almíbar
14.	majarete
15.	cafiroletas
16.	boniatillo
17.	sorpresa de pan

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.12 Variedad de cerdo, pollo, res y ensaladas

No.	Platos Regionales
1.	puerco asado
2.	escalope de cerdo con frutas a la hierba buena
3.	chuletas de cerdo con frutas frescas
4.	lomo enrollado de cerdo
5.	cerdo a la albahaca
6.	cerdo frito
7.	pollo rancho luna
8.	pollo cajío
9.	pollo mayombe
10.	aporreado de tasajo
11.	carne de res asada
12.	bistec en cazuela
13.	albóndigas de res
14.	picadillo de res a la cienfueguera
15.	ropa vieja
16.	pata y panza de res
17.	melón con salsa miel
18.	ensalada de frutas
19.	macedonia guateque
20.	ensalada cienfueguera
21.	mariscada fría isla bella
22.	col salteada con pimientos y guisantes
23.	habichuela salteada al vapor

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.13 Otros platos

No.	Platos Regionales
1.	huevo frito con jamón
2.	croquetas de pescado
3.	maripositas chinas
4.	ponche de leche
5.	cóctel de tomate
6.	chop suey
7.	juliana de jamonada
8.	revoltillo con queso
9.	revoltillo mixto
10.	juliana de jamón y frutas naturales
11.	club sándwich

Fuente: [Elaboración propia]

Proveedores del Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos

1. ITH Cienfuegos (**ver anexo 3.2**)
2. CUBALSE S.A. Doña Nelly (Proveedora de toda variedad de panes y dulces según la demanda del cliente)
3. D LEONE, S.A. (**ver anexo3.3**)
4. CONFITERIA GAMBY.
5. PAPAS AND COMPANY.S.A
6. LACTEO ESCAMBRAY. (Proveedora de helados , Yogurt de sabores, quesos, mantequilla)
7. EMPRESA .CULTIVOS VARIOS CFG.(Proveedora de todo tipo de frutas y vegetales en su época)
8. UEB FRUTI -FLORA CFG
9. FRUTAS SELECTAS VILLA CLARA.(Proveedora de todo tipo de frutas y vegetales en su época, además de carnes varias(cerdo entero, chivo, carnero y conejo)
10. AVICOLA CIENFUEGOS
11. UEB VENTAS AL TURISMO. Cítricos Arimao
12. EMPRESA CULTIVOS VARIOS HORQUITA
13. PECUARIA EL TABLON
14. CITRICOS VICTORIA DE GIRON

15. PESCA CARIBE MATANZAS

16. PESCAVILLA, CUBAGO S.A.(Comercializadora principal con mitades de jaiba para cualquier empleo en al cocina)

Dentro de este aspecto el comité de expertos llega a consenso teniendo en cuenta los siguientes criterios.

1. Viabilidad de la elaboración de los platos teniendo en cuenta los ingredientes.
2. Viabilidad de la elaboración teniendo en cuenta los productos que comercializa cada proveedor.
3. Platos que se caracterizan por la ubicación geográfica de la instalación turística.

3.5 Propuesta de los platos seleccionados y conformación de un menú.

Según los expertos, los platos seleccionados son viables para la instalación en ingredientes, proveedores y características de la instalación. No se tiene presente el gusto o no del cliente, eso depende de la gestión de venta que realice la entidad en la presentación de la oferta, en el carisma que se le ponga en presentación, decoración y elaboración del plato. Se identificaron proveedores con productos verdaderamente tradicionales (Comercializadora Vima, ITH Cienfuegos, Frutas selectas Villa Clara y Pesca Villa) no quiere decir que los demás no son importantes pero estos influyen en el desarrollo de la oferta gastronómica de platos típicos de la región centro sur.

Productos tales como:

1. Pulpo
2. Jaiba
3. Ostión
4. Cangrejo
5. Maíz etc.

Sin quitarle la importancia que tiene el producto a la hora de la compra, según como se comporte la demanda del mismo se evalúa la cantidad a comprar, no necesariamente se necesitan toneladas para mantener una oferta tentadora y llamativa hacia los clientes. A demás esta selección se basó para la propuesta de un servicio a la carta (Restaurante Especializado) (**ver anexo 3.4**) donde el mismo se respalda por un costo de mercancía planificada por la entidad y con un margen de utilidad a la hora de su venta.

3.5.1 Platos seleccionados a criterios de expertos

Tabla 3.14 Variedad de arroces y sopas

No.	Platos Regionales
1.	arroz con calamares
2.	arroz con camarones
3.	arroz con pescado
4.	arroz mar y campo
5.	arroz con maíz tierno
6.	arroz con cerdo
7.	paella covadonga
8.	arroz frito
9.	arroz con mariscos
10.	potaje de garbanzos
11.	sopa de ajos
12.	potaje de frijoles negros
13.	frijoles dormidos
14.	sopa de plátano y carne de cerdo
15.	gazpacho tropical
16.	sopa de cebolla
17.	sopa de marisco a la cienfueguera
18.	potaje serrano
19.	sopa o sopón de pescado

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.15 Variedad de pescados

No.	Platos Regionales
1.	minutas
2.	pescado asado
3.	pescado relleno
4.	escabeche
5.	bacalao (pescado salado)
6.	crudo de pescado
7.	sardina española
8.	ruedas de pescado fritas
9.	pescado a la obi
10.	cóctel de pescado

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.16 Variedad de camarones

No.	Platos Regionales
1.	camarón al ajillo
2.	camarón al diablo
3.	camarón empanizado
4.	camarón en enchilado
5.	camarón seco
6.	camarones río arimao
7.	ensalada de camarones con frutas
8.	camarones al sofrito en cazuela

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.17 Variedad de langosta y otros mariscos

No.	Platos Regionales
1.	langosta rebozada
2.	langosta salteada
3.	cóctel de langosta
4.	langosta con mayonesa
5.	langosta cocida a la bahía
6.	ensalada de langosta y mango
7.	cóctel de cangrejos
8.	mariscada fría isla bella
9.	calamares en su tinta
10.	calamares rellenos mar del sur
11.	harina con jaiba
12.	ensalada de pulpo
13.	cóctel tradicional de ostiones

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.18 Variedad de guarniciones

No.	Platos Regionales
1.	plátano relleno con picadillo
2.	frituras de malanga
3.	yuca con mojo
4.	bolitas de fufú
5.	frituras de maíz
6.	plátanos maduros fritos
7.	munñetas
8.	quimbombó criollo
9.	puré africana

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.19 Variedad de postres

No.	Platos Regionales
1.	dobo
2.	buñuelos en almíbar
3.	puddín de pan
4.	pastel de guayaba
5.	pasteles de carne
6.	dulce de coco prieto
7.	dulce de boniato con coco
8.	señoritas
9.	cremita de leche
10.	tocinillo del cielo
11.	puddín de malta
12.	torrejas en almíbar
13.	majarete
14.	cafiroletas
15.	boniatillo
16.	sorpresa de pan

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.20 Variedad de cerdo, pollo, res y ensaladas

No.	Platos Regionales
1.	puerco asado
2.	chuletas de cerdo con frutas frescas
3.	lomo enrollado de cerdo
4.	pollo rancho luna
5.	pollo cajío
6.	pollo mayombe
7.	albóndigas de res
8.	picadillo de res a la cienfueguera
9.	ropa vieja
10.	ensalada de frutas
11.	macedonia guateque
12.	ensalada cienfueguera
13.	mariscada fría isla bella
14.	col salteada con pimientos y guisantes
15.	habichuela salteada al vapor

Fuente: [Elaboración propia]

Tabla 3.21 Otros platos

No.	Platos Regionales
1.	huevo frito con jamón
2.	croquetas de pescado
3.	maripositas chinas
4.	chop suey
5.	revoltillo con queso
6.	revoltillo mixto
7.	club sandwich

Fuente: [Elaboración propia]

3.5.2 Propuesta de menú a criterio de los expertos

Tabla 3.22 Menú guía

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Lunes
1. Jugo de guayaba 2. Tostada c/ manteq. 3. Café c/leche 4. Tortilla de J y Q 5. Café	1. Jugo de Mango 2. Galletas de sal c/ 3. Mantequilla 4. Leche Caliente 5. Revoltillo Mixto 6. Café	1. Jugo de Piña 2. Tostada con Mantequilla 3. Leche 4. Croquetas 5. Café	1. Jugo de Naranja 2. Pan Acemita c/Mantequilla 3. Leche 4. Revoltillo c/ Queso 5. Café	1. Jugo de melón 2. Pan c/ Mantequilla 3. Leche c/ Chocolate 4. Club 5. Sándwich 6. Café	1. Jugo de Garapiña 2. pan Roll 3. Yogurt 4. revoltillo c/ Q 5. Café	1. Jugo de Guayaba 2. Tostada c/ Mantequilla 3. Yogurt 4. Croquetas 5. Café	1. Jugo de Mango 2. Pan y Mantequilla 3. Café c/ Leche 4. Huevos Fritos/ bacón 5. Café
1. Ensalada de col+pimientos +guisantes 2. Sopa de Ajos 3. Arroz c/ Marisco 4. Langosta 5. Cocida a la Bahía 6. Dulce de Coco Prieto 7. Café	1. Ensalada de Veg. 2. Arroz c/ pescado 3. Minuta 4. Rebozada 5. Plátano M. Frito 6. Buñuelos 7. Café	1. Pasteles de Carne 2. Sopa de Cebolla 3. Arroz c/ Cerdo 4. Quimbombó Criollo. 5. Dulce Boniato c/Coco 6. Café	1. Ensalada de Frutas 2. Ensalada de Pulpo 3. Harina de Maíz c/ Jaiba 4. Frituras de Maíz c/ Salsa Agridulce 5. Boniatillo 6. Café	1. Ensalada de Mixta 2. Potaje Serrano 3. Arroz Blanco 4. Albóndiga de res 5. Munñetas 6. Majarete 7. Café	1. Macedo. Guat 2. Crudo de Pescado 3. Paella 4. Pastel de Covadonga 5. Guayaba 6. Café	1. Escabeche. 2. Cóctel d Cangrejos 3. Puré Africana 4. Arroz Blanco 5. Enchilado de Jaiba 6. Helado 7. Café	1. Ensalada de Vegetales. 2. Ensalada de camarones c/ frutas 3. Arroz Mar y Campo 4. Pollo Cajío 5. Torrejas 6. Café
1. Papas fritas 2. Potaje garbanzo 3. Ensalada Mixta veg. 4. Arroz Blanco 5. Pollo Rancho. Luna 6. Sorpresa de Pan 7. Café	1. Habichuela S. al Vapor. 2. Cóctel de Cangrejo 3. Sopa de Mariscos 4. Estocada 5. Cienfueguera 6. Pudín de Malta 7. Café	1. Ensalada. Cienfueguera 2. Frijoles Dormidos 3. Arroz Blanco 4. Picadillo a la Cienfueguera 5. Fritura de Malanga. 6. Pudín de Pan 7. Café	1. Maripositas China 2. Col+Pimiento s y Guisantes. 3. Chop Suey 4. Arroz Frito 5. Bolitas de fufú 6. Dobo 7. Café	1. Ensalada de frutas 2. Arroz c/ Maíz Tierno 3. Chuletas de Cerdo c/ frutas 4. Col Salteada c/Pimiento y Guisantes 5. Buñuelos 6. Café	1. Fritura de Maíz 2. Langosta c/ Mayonesa 3. Arroz c/ Calamares 4. Plátano Relleno c/ Picadillo 5. Cremita de Leche 6. Café	1. Ensalada Mixta 2. Cóctel de Ostión 3. Arroz c/ Camarones 4. Pescado Relleno 5. Fritura de Maíz 6. Tocinillo del Cielo 7. Café	1. Macedonia Guateque 2. Puerco Asado 3. Frijoles Dormidos 4. Arroz Blanco. 5. Plátano Maduro Frito 6. Cafiroletas 7. Café

Fuente: [Elaboración propia]

Autor: Chef Yeulet López Prieto

A partir de los resultados derivados del criterio de los expertos, determinan la presentación de la normas técnicas como herramienta de trabajo para su posterior uso en las fichas de costo (**ver anexo 3.5**)

Una vez validada la propuesta de platos típicos de la región centro sur en el Hotel Pasacaballo para su oferta gastronómica, se propone en la **tabla 3.23 a** y **tabla 3.23 b** un plan de mejoras de cómo lograr una disertación del tema abordado y un desarrollo eficaz del mismo por parte del cliente interno.

Tabla 3.23 a Plan de mejoras

No.	Acciones de Mejoras	Responsable	Participantes	Fecha	Observaciones	Cumplida.	
						Sí	No
1.	Capacitación del personal de Servicio y Cocina en Comida Cienfueguera	Especialista de A+B	Jefes de Áreas y trabajadores	1er Semestre del 2010	Brindará la información y el conocimiento		
2.	Hacer gestión de compra	Especialista de A+B	Chef -Maître	Inmediata	Profundiza las posibilidades de mejorar la oferta gastronómica con los proveedores		
3.	Habilitar un área de servicio para crear un Restaurante Especializado	Director General	Especialista de A+B Chef -Maître.	1er Semestre del 2010	Debe incluir los principios de la "marcha hacia adelante"		
4.	Crear las fichas de costo por plato de las normas técnicas de platos típicos	Especialista de A+B	Chef -Maître	Inmediata	Determinará el precio de cada plato para su oferta al mercado		
5.	Hacer reunión de servicio	Especialista de A+B	Chef-Maître-Comprador.	Una vez a la semana	Se planifica y puntualiza la oferta para la compra de productos necesarios para la misma		

TABLA 3.23 b Plan de mejoras

No.	Propuesta de Mejora	Responsable	Participantes	Fecha	Observaciones	Cumplida.	
						Sí	No
6.	Hacer reunión de apertura antes de comenzar los servicios	Especialista de A+B.	Chef-Maître	Diario	Permite el desarrollo y el flujo de la oferta, además se conoce cuales platos se consumen más.		
7.	Hacer implementación del Sistema de Gestión de la Calidad.	Director General	Especialista de A+B Especialista de la Calidad	2do Semestre del 2010	Permite la evaluación de los procesos de las áreas que prestan servicio gastronómico		
8.	Fomentar una mejor comunicación interpersonal	Especialista de A+B	Recursos Humanos y Jefes de Áreas.	Inmediata	Profundizar trabajo de los Recursos Humanos.		
9.	Establecer un mejor mecanismo de pago para incentivar la gestión de ventas.	Director General	Especialista de A+B Chef-Maître- Director General- Economía y rrhh	Inmediata	Promover al desarrollo del sentido de pertenencia y motivación		
10.	Fomentar una mejora de los métodos y estilos de dirección	Director General	Jefes de Áreas	Inmediata.	Profundizar el trabajo con los recursos humanos.		

Fuente: [Elaboración propia]

Como conclusiones parciales de este capítulo se constituyeron:

- Se implanta la propuesta metodológica usando el método Delphi, validando la hipótesis del problema planteado.
- Se listó los platos típicos de la localidad y se realizaron las normas técnicas, para su posterior confección de las fichas de costo por el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos.
- Se listó una propuesta menú, guía a tener en cuenta según los platos típicos propuesto, para que sirva de apoyo en su posterior implementación
- Se planteó un plan de mejora sobre la base de las problemáticas detectadas en la oferta gastronómica por los expertos.



CONCLUSIONES

CONCLUSIONES.

Tomando en consideración el análisis realizado en el desarrollo de esta investigación se logró arribar a las siguientes conclusiones:

- Sirviendo de base conceptual para el estudio, se elaboró una fundamentación teórica acerca del tema abordado para llegar a la esencia de de la investigación con el objetivo de mostrar a donde se quiere llegar.
- Se caracteriza la entidad turística, donde se lleva a cabo un diagnostico preliminar de la oferta gastronómica a partir de los del cliente interno (trabajadores y cuadros) que arrojó como resultado las principales problemáticas y causas que la afectan.
- Se evidencia que la oferta gastronómica de platos típicos se ve afectada principalmente por falta de normas técnicas y desconocimiento de los platos de la localidad por parte de la directiva y los trabajadores lo que representa la causa fundamental de la ausencia de estos en la oferta gastronómica del Hotel Pasacaballo.
- Se propuso el método Delphi como metodología de la investigación basada en criterios de expertos para acreditar las causas y problemáticas que posee la oferta de platos típicos de la región centro sur.
- Se valida la hipótesis planteada, con los resultados estadísticos analizados por el método delphi.
- El análisis de los resultados por los expertos permitió reflexionar y arribar a conclusiones para la determinación del problema esencial de la oferta gastronómica liderado por la ausencia de normas técnicas de elaboración.
- Se hizo una selección de platos típicos de la región centro sur viable para la entidad turística.
- Se elaboró las normas técnicas para su posterior uso como herramienta de trabajo por la administración y confección de ficha de costo.
- Se propuso un menú guía teniendo en cuenta la propuesta de platos típicos propuestos, para que sirva de apoyo en su posterior implementación.
- Se propuso un plan de mejoras para mejorar el desarrollo de la oferta gastronómica en el Hotel Pasacaballo.



RECOMENDACIONES

RECOMENDACIONES.

Como el Hotel Pasacaballo Islazul Cienfuegos aspira ser “una entidad turística de avanzada, competitiva, de clase internacional y nacional en constante transformación en función del servicio gastronómico a los clientes,” se debe buscar continuamente la mejora de la oferta gastronómica para lograr enmarcarse como producto turístico de la región centro sur, aplicando métodos tradicionales de cocción y elaboración de platos para apoyarlos y alentarlos, lo cual se puede lograr contando con una Propuesta de Platos Típicos de la Región Centro Sur. Por lo que se recomienda considerando los resultados obtenidos en esta investigación lo siguiente:

- Sensibilizar a toda la organización en la necesidad de cambio de actitud para asimilar nuevos conceptos y cambiar su mentalidad sobre la oferta gastronómica de un lugar.
- Potenciar el intercambio de conocimiento entre entidades turísticas acerca de la identidad culinaria de la localidad, llevándolo a nuevas tendencias culinarias.
- Planificar y desarrollar acciones de capacitación sobre Comidas Marineras y Comida Cienfueguera para el personal clave y sobre temáticas acordes a su contenido de trabajo.
- Habilitar un área de servicio para crear un Restaurante Especializado, que el mismo permita variar los servicios en diferentes horarios y no tengan que hacer una gran inversión, teniendo presente que cumpla con el principio de “marcha hacia adelante”.
- Lograr un mejor mecanismo de compra de productos de alta calidad necesarios para elevar la seguridad de la oferta de este tipo de entidad turística, así como mantener su abastecimiento, además de realizar revisiones de estos materiales adquiridos, mejorando de esta forma la actividad preventiva.
- La propuesta de platos típicos servirá de herramienta de trabajo para la administración para identificar la entidad con un producto-gastronómico de la localidad, siendo esto una manera de entrar en la competencia gastronómica turística.
- Aplicar el plan de mejoras propuesto para incentivar la calidad de los servicios y en especial la sostenibilidad de una oferta temática.
- Aprobar e instaurar las normas técnicas de elaboración de platos típicos y confeccionar las fichas de costo e introducir el menú propuesto por los expertos.



- Abres, Caridad. Las Comidas y las bebidas de los Orishas / Caridad Abres
-- Palmira: Museo Municipal, 2002
- Ávalos Pomares, Léster Mario y Machín Pérez, Maikel. Tradiciones culinarias
Norteamericanas en Cuba / Léster Mario Ávalos Pomares, Maikel Machín
Pérez. – 2006
- Brillat –Savarin, Anthelme Jean .La comida como la Fisiología del Gusto.1830
- Cabrera, Consuelo. Historia de las Sociedades Afrocubanas en Palmira /
Consuelo Cabrera. -- Palmira: Museo Municipal ,2003
- Cárdenas, B. Breve historia de la cocina / B. Cárdenas. -- La Habana:
-- ACRC, 1987
- Catalogo de platos Castelleros, UNESCO. Inventario Patrimonio Cultural
intangible de la localidad, Cienfuegos, 2009
- Chepe Rodríguez, Teresita. Cienfuegos. Las sazones de su ajiaco.
Inédito. Cienfuegos 2002
- . Rescate de las tradiciones culinarias cubanas y
cienfuegueras / Teresita Chepe, Ana I. Utrera. – Cienfuegos, 2002
- China Díaz, Sergio Eduardo. La Cocina Cienfueguera desde la colonia hasta
nuestros días / Sergio Eduardo China Díaz, Rodolfo Cortes Cruz.
Cienfuegos, 2003
- Chuffat Latourt. Antonio.Apuntes históricos de los chinos en Cuba.Editorial
Molina y CIA. La Habana ,1937
- CONSULTUR. – España: Consultores turísticos S.A. ,1987
- Cueto, Lázaro Hilario. Cocina cubana; Identidad y Nacionalidad. La Cubita.
Trabajo de curso. – Cienfuegos, 2003
- Fornet Piña, Fernando. Diccionario Gastronómico Cubano / Fernando
Fornet Piña. -- 423 p. 1980
- Flores, A. Gestión de la Calidad en la Restauración Gastronómica / A.
Flores, M^{ra} Estévez. España: Editorial INEM, 1995. -- t. 1
- Gallego. L. F. Dirección estratégica de los hoteles del siglo XXI. – España,
1999
- Grandes, Jesús. España en la sabiduría de Cuba. -- La Habana: Editorial de
Ciencias Sociales, 1999

- Grau, Luis. La comida típica de Cienfuegos. En: “Luis Grau con ustedes”
Programa radial DESDE AQUÍ, CIENFUEGOS.2009/06/20
- . Postres caseros de Cienfuegos. En: “Luis en casa” .Programa de TV
TARDES DE JAGUA .2009/07/20
- Inventario Patrimonio intangible comidas y bebidas. -- Palmira: Museo
Municipal, 2002
- Jordá, Miguel J. Diccionario práctico de Gastronomía y Salud, 1985
- Juran, J.M. & Gryna, F.M., 1993. *Manual de Control de la Calidad* Cuarta
Edición., España: Mc Graw – Hill.
- Lachatañeré, Rómulo. El Sistema religioso de los afrocubanos.
-- La Habana: Editorial Ciencias Sociales ,2000
- Landeta, J. El método Delphi; una técnica de previsión para la incertidumbre.
– Barcelona: Editora Ariel, 1999
- Le Cordón Blue. -- París, 2004
- Linstone, H. *El método Delphi; técnicas y aplicaciones* / H. Linstone, M.
Turoff. – Addison Wesley, 1975
- Maincent, M. Cocina de referencia. -- Francia ,1994
- Matamoros, A. Historia del arte culinario. – Ciudad de la Habana: EAEHT,
2006
- Ming Hernández, Sandra. La Comida de los Orishas / Sandra Ming
Hernández. -- La Habana: S.L, 2000
- Morales, Florentino. Fichas de investigación. -- Cienfuegos: Colección
privada y Museo Histórico Provincial ,2003
- 900 recetas de repostería, postres y helados. Pequeña antología para
reposteros y chef de cocinas y hotelerías. – Madrid: Editorial Paraninfo,
1980
- Nuevas tendencias culinarias. En: Boletín del Centro de Información Culinaria
(La Habana) 2, 1999
- Ortiz, Fernando. Etnia y sociedad. -- La Habana: Editorial de Ciencias
Sociales, 1993

Precis de la cuisine professionnelle. En: Precisiones de la cocina profesional.

– Suiza : Societé des Produits Nestlé S.A., 1983

Pauli, F. Tecnología Culinaria. -- Suiza, 1996

Ramírez, J. Diagrama Causa- Efecto; available at. -- 2008

Reyes Suárez del Villar, Rafael José. La exquisita pastelería Francesa /

Rafael José Reyes Suárez del Villar, Lázaro Enseñat Casales. -- 2006

Rodríguez Velásquez, Leandro. Antropología Socio-Cultural de la

Alimentación en Cuba / Leandro Rodríguez Velásquez, María Elena Díaz

Sánchez. — Ciudad Habana: Editorial Ciencias Medicas, 2005

Rousseau, Pablo L. Memoria descriptiva, histórica y biográfica de

Cienfuegos y su jurisdicción y las fiestas de su centenario / Pablo L.

Rousseau, Pablo Díaz de Villegas. – La Habana: Editorial “El siglo

XX”, 1920

San Miguel Pagés, Carmencita. ¡100 Delicias Horneadas! En: Suplemento

Culinario a la edición especial de la Revista”Romances”, dic. 1960

Serna. V. de la Parada y Fonda. – España: .Editorial TUSQUETS, 1987

Utrera, Velásquez, Ana Isabel. Platos representativos de la cocina cubana /

Ana I. Utrera /et. al /. -- Cienfuegos, 2002. -- Inédito

Villapol, Nitza. Cocina al minuto / Nitza Villapol

INTERNET COCINA CUBANA

<http://www.afuegolento.com/noticias/65/firmas/gaffoglio/2536/>

<http://www.ciberchef.com/recetas.php3?ID=2032>

<http://www.clarin.com/suplementos/viajes/2005/06/19/v-03101.htm>

http://www.cocinalo.com/foro/5_1300_o.htm/

<http://www.mundogar.com/ideas/ficha.asp?FN=4&ID=11432>

<http://www.gores.net/modules.php?name=news&file=article&sid=10>

<http://www.kike.c.telefonica.net/edosan/eeuu.htm#receta73>

<http://www.ciberjob.org/cocina/eu/index.htm>

http://wikipedia.org/wiki/Am%C3%A9rica_del_Norte

http://www.publicityphoto.es/siglo21/edicionactual/23/cocina_internacional/cocina_internacional.htm

http://www.legumechef.com/recetario_sp.asp?ID=247

<http://www.cibertchef.com/plosario.php3?L=A>

Autor: Chef Yeulet López Prieto

<http://azurina.cult.cu/app/culinaria/muestrapserie.asp?ID.serie=17>

<http://azurina.cult.cu/app/culinaria/muestrapserie.asp.ID.serie=19>

<http://azurina.cult.cu/app/culinaria/muestrapserie.asp.ID.serie=20>

<http://www.monografias.com/trabajos42/diagrama-causa-efecto/diagrama-causa-efecto>

www.comidasregionales.com

www.cocinaelmundo.com/cocinadefusión/Desconstrucción frente a Fusión. Artículo de Louis Pascal.

www.cocinaelmundo.com/cocinadefusión/logbares.htm

www.cocinaelmundo.com/cocinadefusión/logbares.htm “Temas de restauración y gastronomía en Catalunya”. Alimentaria 2006

www.cocinaexotica.com « Un mundo de sabores ». Álvaro Castro y Elena Núñez. 2005

www.cocinadelmundo.com “Cocina de fusión. Fusión gastronómica. Una clase de cocina japonesa y catalana. Carlos Maribona. 2006



ANEXO 1.1 INFLUENCIA AFRICANA

Ejemplo de la sincretización de la religión

- Caridad del Cobre ,Patrona de Cuba : Viste de amarillo y es Oshun
- Virgen de las Mercedes :Viste túnica blanca y es Obbatala
- Santa Bárbara :Viste de rojo y blanco ,y es Chango
- San Lázaro :Viste de traje morado y es Babalu Ayee

Con los africanos llegaron las fiestas religiosas y ofrendas a los santos, donde se realizan preparaciones culinarias que caracterizan a cada Orisha

Ejemplo de preparaciones Culinarias que caracteriza a cada Orisha

Orisha: **Obbatala—Virgen de las Mercedes**

Todo lo que come este Orisha es sin sal y comidas elaboradas con alimentos blancos, ya que representa la pureza y la paz.

Comidas Representativas

- Fricase de Paloma blanca
- Arroz con leche
- Rositas de maíz

Orisha: **Yemayá –Virgen de Regla**

A todo lo que se le ofrende a este orisha se le puede agregar sal y se le puede ofrendar lo mismo crudo que cocinado.

Comidas Representativas

- Pato , Dulce de toronja ,Melado de caña
- Carnero , Dulce de coco , Moros y Cristianos
- Guineo , Boniatillo , Frutas Naturales
- Gallo , Raspadura , todos los platos que se deseen

Orisha: **Oshun**

Las carnes se pueden cocinar en fricase o asadas excepto las codornices que no se cocinan, se dejan para rituales religiosos.

Comidas y Bebidas Representativas

- Chiva o Chivo capón , Harina de maíz dulce, Cidra
- Gallina , Huevos de codornices con miel o vino dulce , Cerveza
- Guineos, Huevos de codornices con miel o vino dulce, Moros y cristianos.

- Codornices , Eco o Almidu

Orisha: Elegua—San Roque

Las carnes que se le ofrecen se hacen en fricase con papas .Se le pueden añadir puré de tomate, ajo, cebolla, y todos los sazones que usted desee, además miel de abeja

Comidas Representativas, Bebidas y preferencias

- Chivo , Viandas hervidas (yuca, boniato, plátano) , Moros y Cristianos)
- Gallo , Ensalada de Tomate , Arroz Blanco
- Jutía , Ensalada de Col , Vino seco
- Pollones , Pan , Tabaco y cafe

Orisha:Chango—Santa Barbara

Las carnes que se le ofrendan se cocinan en forma de fricase excepto las Codornices

Comidas y Bebidas Representativas

- Carnero
- Gallo
- Jicotea
- Guineo
- Codornices
- Vino Tinto
- Vino Seco

Orisha: Ogun Árele—San Antonio

Las carnes que se le ofrecen se cocinan en fricase

Comidas Representativas, Bebidas y preferencias

- Gallo
- Paloma
- Guineo
- Jutia
- Chivo
- Tabaco
- Aguardiente

Orisha: Babalu Ayee—San Lázaro**Comidas Representativas, Bebidas y preferencias**

- Fricase de Chivo
- Fricase de Gallo

- Fricase de Guineo
- Arroz con guineo
- Arroz con lenteja
- Arroz con frijoles carita
- Dulce de maní
- Dulce de ajonjolí
- Maíz tostado
- Tapi Tapi
- Vino Seco
- Tabaco

ANEXO 1.2 POEMA DEDICADO A CIENFUEGOS

**La comida nutre y place,
surge con creatividad,
es signo de identidad,
y es sagrada a quien la hace,
pues cada plato que nace,
Aunque también en la manera de
aquella forma primera,
¿sabes cuanto cambiaría
de la colonia a este día
la cocina cienfueguera?**

**Nuestra cocina es fusión
de nativos y españoles,
que por colonizadores,
van cambiando la Nación.
De Francia su tradición,
Llega hasta nuestra cocina,
Norteamérica, genuina,
Impone su preferencia,
Hay del África presencia y
Mucho aporte de China.**

**Y como Cienfuegos cuenta
Con una hermosa bahía,
Pueblo de sabiduría,
Del pescado se alimenta.
Cada menú se incrementa
Con mariscos, vegetales,
Frutas y viandas, son tales
Las ofertas que tenemos porque
Todos nos conocemos
De sus valores vitales**

Lic. Paula de Arma

ANEXO 2.1 FOTOS DEL HOTEL PASACABALLO



ANEXO 2.1 CONTINUACIÓN



ANEXO 2.1 CONTINUACIÓN



ANEXO 2.2 AREAS DEL HOTEL PASACABALLO

RECEPCION



AMA DE LLAVES



RECREACION



BAR



ANEXO 2.2 CONTINUACIÓN

COCINA--RESTAURANTE



COCINA--RESTAURANTE



ANEXO 2.2 CONTINUACIÓN

RESTAURANTE



RESTAURANTE



 Hotel Pasacaballo	Sistema de Gestión de la Calidad FICHA DE PROCESO	Código: FP 09
	Elaboración de Alimentos	Página: 1 de 11
		Revisión: 00
		Ejemplar: _____

Anexos 2.3.1 Proceso del Departamento Cocina Central.

	Nombre y Apellidos	Cargo	Fecha	Firma
Elaborado	Yeulet López Prieto	Jefe de cocina		
Revisado	Iliana Yáñez Gómez	Espec .Calidad		
Aprobado	Juan Carlos Villar Hernández	Director		

	Sistema de Gestión de la Calidad FICHA DE PROCESO	Código: FP 09
	Elaboración de Alimentos	Página: 2 de 11
		Revisión: 00
		Ejemplar: _____

Propósito

Lograr la adecuada elaboración y presentación de los alimentos, conjugando las normas higiénicas sanitarias, de control y normas de conducta establecidas con el fin de satisfacer las necesidades y expectativas de los clientes internos y externos.

Responsabilidades y Autoridades

Jefe de Cocina

Es el máximo responsable del proceso y rector de la actividad de elaboración de los alimentos en la instalación.

- Velar por la calidad de las ofertas de alimentos y bebidas.
- Exigir y controlar las normas de servicio y procedimientos establecidos.
- Hacer solicitudes al almacén.
- Atender las quejas y sugerencias que se presenten.
- Participar con cierta regularidad en las reuniones de apertura.

Maestro Cocinero de Salón:

- Velar por el correcto acondicionamiento y funcionamiento del área de trabajo.
- Comunicar al Jefe de Servicios las necesidades de insumos y otros productos.
- Realizar la reunión de apertura cumpliendo con todos los pasos de la misma.
- Chequear la calidad de los productos que marchan de la cocina y el bar.
- Aplicar las normas de cortesía.
- Informar al Jefe de Servicio las incidencias del día.
- Elaborar los platos especiales.
- Velar por la limpieza, higiene y organización de la cocina

Auxiliar General de Cocina:

- Fregar todo tipo de insumos y utensilios que se utilicen en el servicio de restauración.
- Mantener ordenado y limpio su puesto de trabajo.

	Nombre y Apellidos	Cargo	Fecha	Firma
Elaborado	Yeulet López Prieto	Jefe de cocina		
Revisado	Iliana Yáñez Gómez	Espec .Calidad		
Aprobado	Juan Carlos Villar Hernández	Director		

Recursos Humanos:

Cargo	Cantidad
Jefe de Equipo de Cocina	1
Maestro Dulcero Panadero	2
Cocinero A	8
Cocinero B	8
Auxiliar General de Cocina	8
Total	27

Materiales:

Para implementar este proceso se cuenta con: Mobiliario, insumos, útiles de limpieza y equipos de cocina

Financieros:

Se cuenta con el presupuesto necesario para asumir la gestión de cocina

Proveedores, Elementos de Entrada y Requisitos

Elementos de Entrada	Proveedor	Requisitos
<ul style="list-style-type: none"> • Rack de Clientes 	<ul style="list-style-type: none"> • Proceso de Recepción. 	<ul style="list-style-type: none"> • Oportuno.
<ul style="list-style-type: none"> • Productos y Materias Primas 	<ul style="list-style-type: none"> • Almacén 	<ul style="list-style-type: none"> • En los plazos pactados, en correspondencia con las solicitudes. • Que cumplan con los requisitos que se exigen.
<ul style="list-style-type: none"> • Utensilios, insumos y productos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Proceso de Gestión de Compras 	<ul style="list-style-type: none"> • En los plazos pactados, en correspondencia con las solicitudes. • Que cumplan con los requisitos que se exigen.

Cientes, Elementos de Salida y Requisitos

Elementos de Salida	Cientes	Requisitos
<ul style="list-style-type: none"> • Platos elaborados 	<ul style="list-style-type: none"> • Proceso de Restauración 	<ul style="list-style-type: none"> • Cumpliendo los estándares de Calidad.
<ul style="list-style-type: none"> • Cuadre del Turno 	<ul style="list-style-type: none"> • Proceso Económico. 	<ul style="list-style-type: none"> • Por turnos.

Interrelación con otros Procesos Generales

Del proceso	Recibe	Acción Resultante
Recepción	<ul style="list-style-type: none"> • Rack de Clientes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Confección de la oferta.
Restauración	<ul style="list-style-type: none"> • Solicitud de los Platos 	<ul style="list-style-type: none"> • Prestación del Servicio de Restauración

Compras	<ul style="list-style-type: none"> • Productos complementarios. • Utensilios e Insumos. • Medios Básicos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de los Platos
Medición Análisis y Mejora.	<ul style="list-style-type: none"> • Auditorias, • Supervisiones • Controles y Documentación del SGC. 	<ul style="list-style-type: none"> • Acciones correctivas y preventivas. • Control de la documentación.
Mantenimiento	<ul style="list-style-type: none"> • Reparaciones. • Mantenimiento programado. 	<ul style="list-style-type: none"> • Buen funcionamiento de los medios y equipos.

Diagrama de actividades (Flujo) del proceso

Ver **Anexo A**

Metodología para determinar la eficacia del proceso

El Jefe del Proceso, en su carácter de Responsable del Proceso que abarca esta Ficha de Proceso, evaluará trimestralmente la eficacia del mismo; para lo cual tomará en consideración los **aspectos, puntuación y criterios** que se exponen a continuación, pudiendo agregar **aspectos específicos** de cada proceso que por su interés no deben obviarse. Los Objetivos del Proceso aparecen en el **Anexo B**

Aspectos a evaluar	Puntuación.			
	0	10	15	20
1. Nivel de Satisfacción de Clientes Internos	$X < 70\%$	$70\% \leq X < 80\%$	$80\% \leq X < 90\%$	$90\% \leq X \leq 100\%$
2. Nivel de implantación de la documentación del SGC en el Proceso	$X < 85\%$	$85\% \leq X < 90\%$	$80\% \leq X < 100\%$	$X = 100$
3. Resultado de Auditorias e Inspecciones	Deficiente o Mal	-	-	Aceptable o Satisfactorio
4. Cumplimiento de acciones correctivas y preventivas	$X < 65\%$	$65\% \leq X < 75\%$	$75\% \leq X < 85\%$	$85\% \leq X \leq 100\%$
5. Cumplimiento de los Estándares de Calidad.	$X < 70\%$	$70\% \leq X < 80\%$	$80\% \leq X < 90\%$	$90\% \leq X \leq 100\%$
6. Cumplimiento de las informaciones establecidas	$X < 70\%$	$70\% \leq X < 80\%$	$80\% \leq X < 90\%$	$90\% \leq X \leq 100\%$

Criterios:

- ✓ Para que el proceso sea eficaz se debe alcanzar como mínimo el 80% de los puntos posibles y ningún aspecto puede obtener la mínima puntuación.
- ✓ Para eliminar los problemas existentes se deben tomar las acciones correspondientes.
- ✓ Las puntuaciones obtenidas deben entregarse trimestralmente al Proceso de Seguimiento, Análisis y Medición, dentro de los primeros 12 días del mes posterior al cierre del trimestre.

Documentación a utilizar

- Manual de Calidad
- PG 04-01 Gestión de la Documentación y Control de los Registros.
- PG 08-02 Seguimiento y Control de la Calidad
- PG 08-04 Auditorias Internas.
- PG 08-05 Aplicación de Acciones Correctivas y Preventivas.
- FP 06 Seguimiento, Análisis y Mejora
- FP 07 Compras
- PE Mise en place
- Cartas Técnicas

Todos los Documentos Externos del Proceso se recogerán en el **RPG 01-02** Control de Documentos Externos

Registros

Código	Título	1	2	3	4	5
RFP 09-10	Control de la Temperatura	5	Cocina	- J'Dpto Cocina - Cocinero	J'Dpto Cocina	J'Dpto Cocina
RFP 09-11	Control de las Muestras Testigo	5	Cocina	- J'Dpto Cocina - Cocinero	J'Dpto Cocina	J'Dpto Cocina

Leyenda:

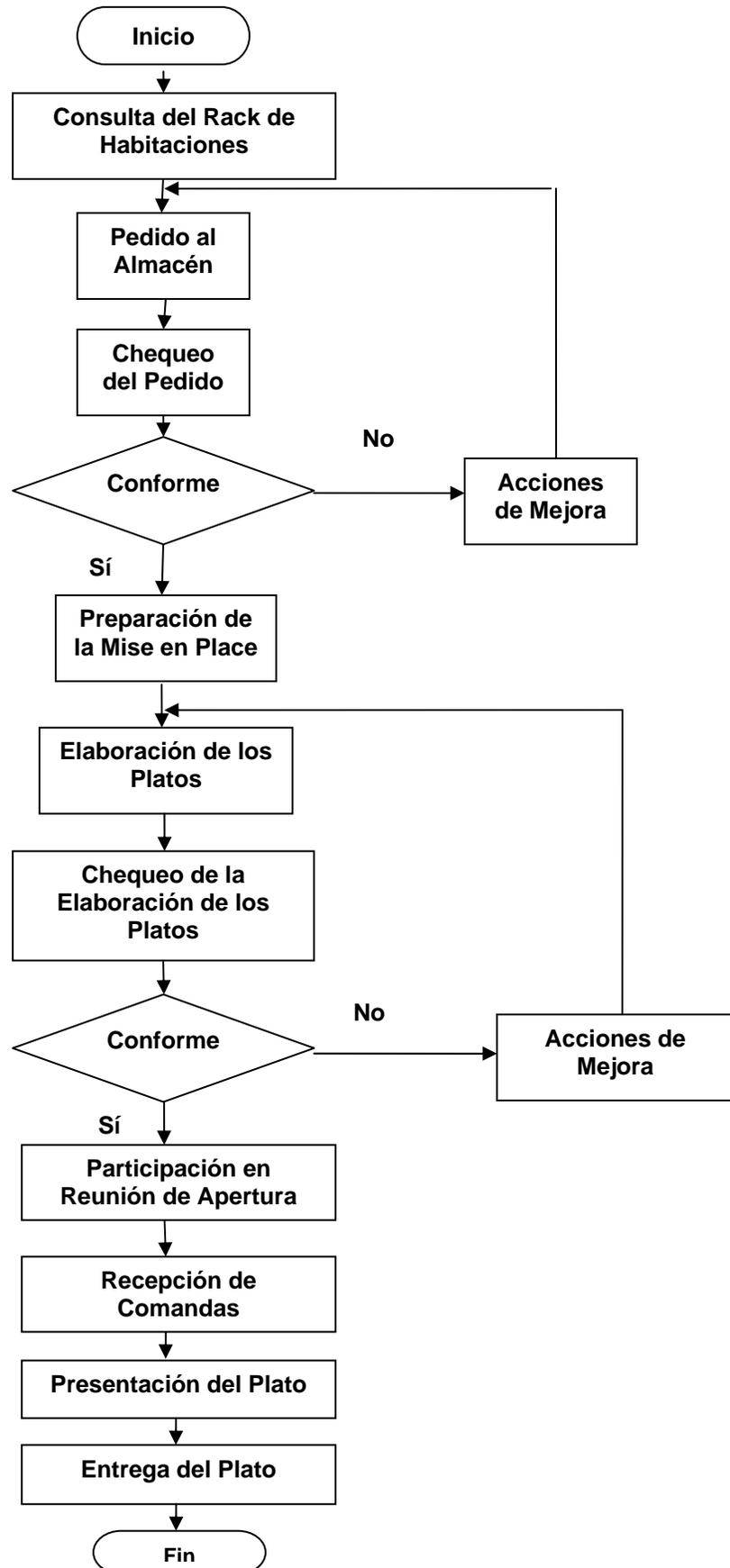
- 1- Tiempo de conservación del registro (años)
- 2- Lugar de conservación
- 3- Nivel de acceso
- 4- Responsable de su llenado
- 5- Responsable de su conservación y recuperación

RPG 01-04 Registros a utilizar en el Proceso

Anexos

- A. Diagrama de actividades (Flujo) del proceso.
- B. Objetivos a alcanzar
- C. Estándares de Calidad
- D. Formulario e Instrucciones de Llenado del RFP 09- 10 Control de la Temperatura
- E. Formulario e Instrucciones de Llenado del RFP 09-11 Control de las Muestras Testigo

ANEXO A



ANEXO B

Objetivos a alcanzar

1. Lograr un nivel de satisfacción del Cliente Interno del 90 %

Responsable: J' Proceso

Cumplimiento: Trimestral

2.- Lograr el cumplimiento de los Estándares de Calidad al 90%

Responsable: J' Proceso

Cumplimiento: Mensual

3.- Cumplimiento de las informaciones establecidas

Responsable: J' Proceso

Cumplimiento: Según programación

4.- Nivel de implantación de la documentación del SGC en el Proceso

Responsable: J' Proceso

Cumplimiento: 2do Semestre 2010

ANEXO C

Estándares de Calidad

- ❖ Mantener en la carta los platos presentados en los FORUM y tener en la sugerencia del Chef uno de ellos permanentemente
- ❖ Que los bocaditos y sándwich salgan del lunch con servilleta y una banderilla, tiempo de salida 10 minutos
- ❖ Los helados deben ser montados con granillo sirope y dos biscochos, tiempo de salida 5 minutos
- ❖ El tiempo máximo de salida de un plato después de tomada la orden es de 30 minutos, en caso de demora debe ser explicado al cliente por el Chef o su representante o el J'de Servicios según corresponda
- ❖ Mantener el pudín de pan como símbolo de nuestra repostería

- ❖ En el Lobby bar los café deben ir acompañados de 2 biscochos como un servicio especial

INSTRUCCIONES DE LLENADO

- (1) Se marca con una Cruz (X) si el registro de temperatura es de la Mesa Buffet
- (2) Se marca con una Cruz (X) si el registro de temperatura es después de la Cocción de los Alimentos
- (3) Se refleja la fecha en que se toma la temperatura
- (4) Se pone la hora en que se toma la temperatura
- (5) Se pone el nombre del alimento en el área en que corresponda (Fría o Caliente)
- (6) Se pone la temperatura registrada
- (7) Se refleja algún tipo de observación que se entienda necesaria

INSTRUCCIONES DE LLENADO

- (1) Se pone el número de hojas
- (2) Se pone el número de orden
- (3) Se refleja la fecha de elaboración del plato
- (4) Se refleja la hora de elaboración del plato
- (5) Se pone la descripción de los platos a los que se les toma la temperatura
- (6) Se pone el nombre del cocinero que elabora el plato

ANEXO 2.4 DETERMINACIÓN DEL TAMAÑO DE LA MUESTRA POR ÁREAS.
Cálculo de muestra para el Grupo de Servicios Gastronómicos:

$$n = \frac{N P q}{\frac{(N-1)B^2}{z^2} + P q} = \frac{118 * 0,5 * 0,5}{\frac{(118-1)*0,10^2}{1,96^2} + 0,5*0,5} \approx 54 \text{ personas.}$$

Cálculo de muestra para el Grupo de Cocina Central

$$n = \frac{N P q}{\frac{(N-1)B^2}{z^2} + P q} = \frac{28 * 0,5 * 0,5}{\frac{(28-1)*0,10^2}{1,96^2} + 0,5*0,5} \approx 22 \text{ personas.}$$

Cálculo de muestra para el Grupo de Abastecimiento:

$$n = \frac{N P q}{\frac{(N-1)B^2}{z^2} + P q} = \frac{12 * 0,5 * 0,5}{\frac{(12-1)*0,10^2}{1,96^2} + 0,5*0,5} \approx 11 \text{ personas.}$$

Muestra para **el Grupo de Economía**: en el Grupo de Economía se encuestaron el 100% de los clientes internos, pues solo son 6 personas.

Se totalizan 93 encuestados, donde estará incluido algunos de los expertos más tres que serán de otras áreas, resultando un total de 96 personas, siendo además confiable la cantidad pues al aplicar dicha fórmula para el total de trabajadores de la entidad resulta factible, como se observa:

$$n = \frac{N P q}{\frac{(N-1)B^2}{z^2} + P q} = \frac{439 * 0,5 * 0,5}{\frac{(439-1)*0,10^2}{1,96^2} + 0,5*0,5} \approx 79 \text{ personas.}$$

ANEXO 2.5 MODELO DE LA ENCUESTA APLICADA A LOS TRABAJADORES.

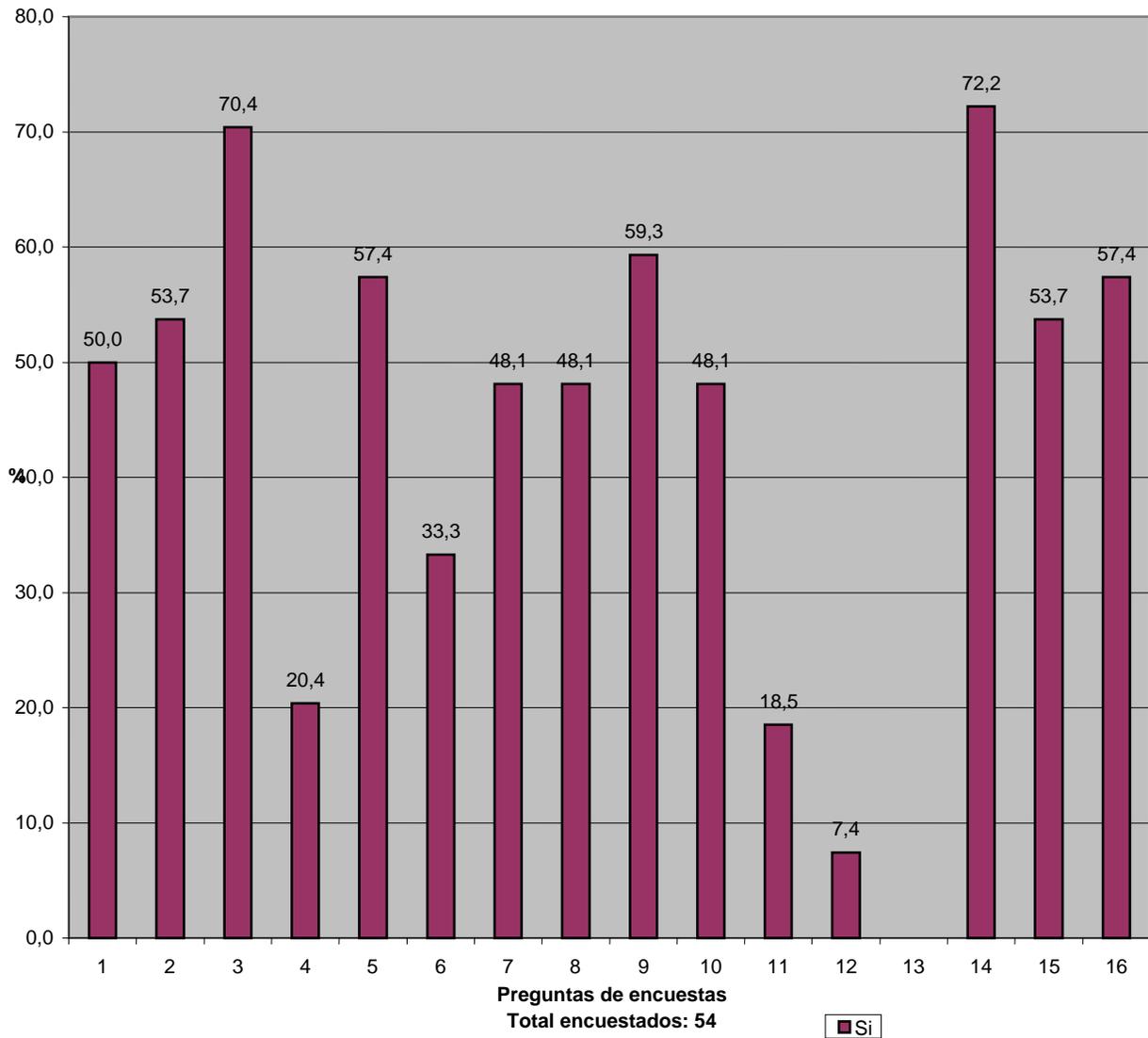
Responda las preguntas que más abajo se detallan, las que serán de gran utilidad para el diagnóstico que se desarrolla en su instalación sobre la oferta gastronómica.

PROBLEMAS QUE EXISTEN EN EL HOTEL PASACABALLO QUE AFECTAN LA PRESENCIA DE PLATOS TÍPICOS O REGIONALES.

No.	<u>Concepto</u>	<u>SI</u>	<u>NO</u>	<u>No se</u>
1	Falta de personal			
2	Falta de preparación del personal			
3	Desconocimiento del tema			
4	Proveedores			
5	Falta de normas técnicas			
6	Negligencia			
7	Métodos y estilos de dirección			
8	Calidad de los productos			
9	Iniciativa y creatividad			
10	Presencia de estos en la oferta			
11	Disciplina laboral			
12	Enfermedad			
13	Ausentismo			
14	Carencia de Restaurante Especializado			
15	Motivación de la administración			
16	Conocimiento de los platos			

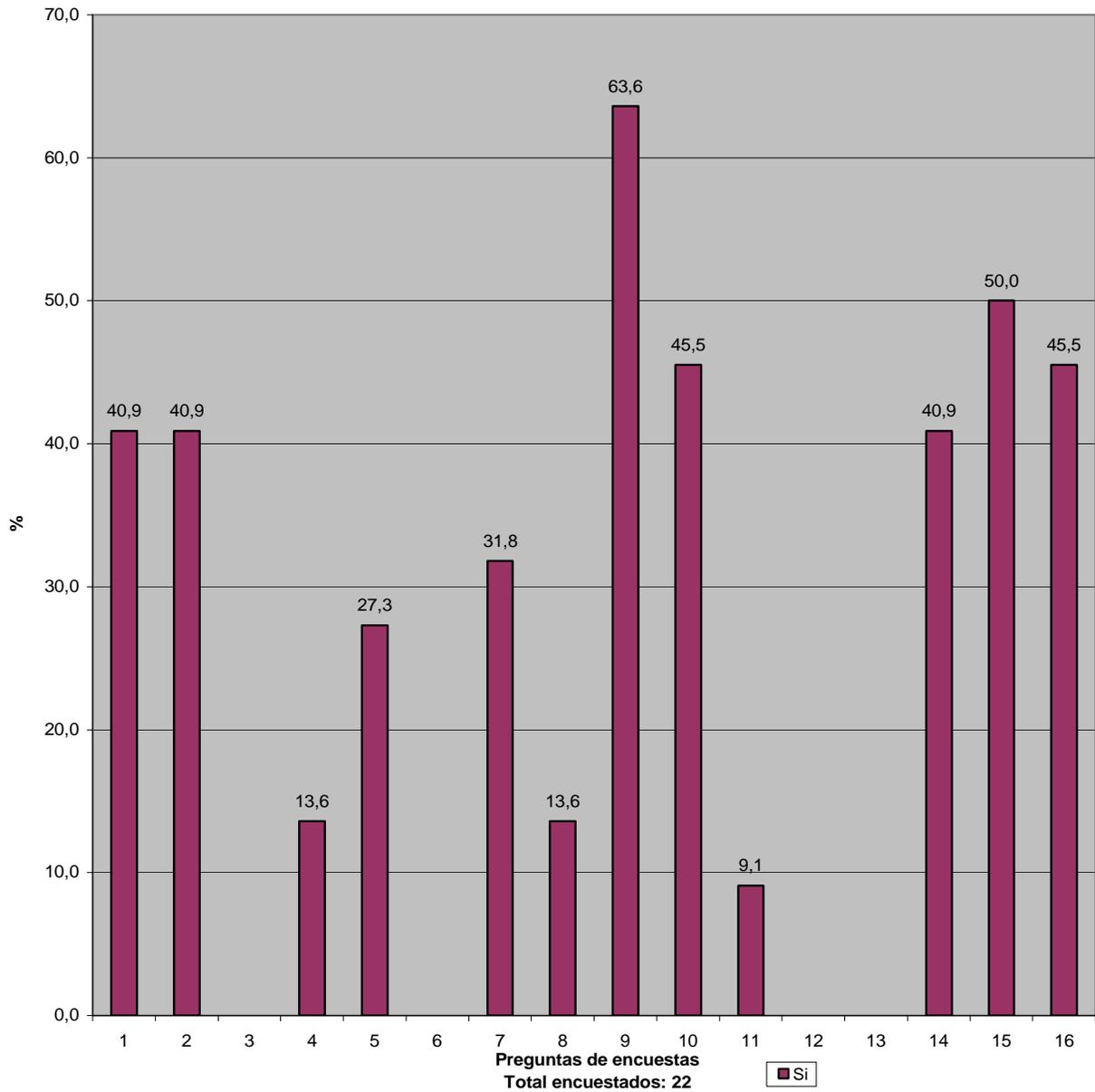
Fuente: [Elaboración propia]

ANEXO 2.5 a. RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS APLICADAS A LOS TRABAJADORES DE SERVICIOS GASTRONÓMICOS.



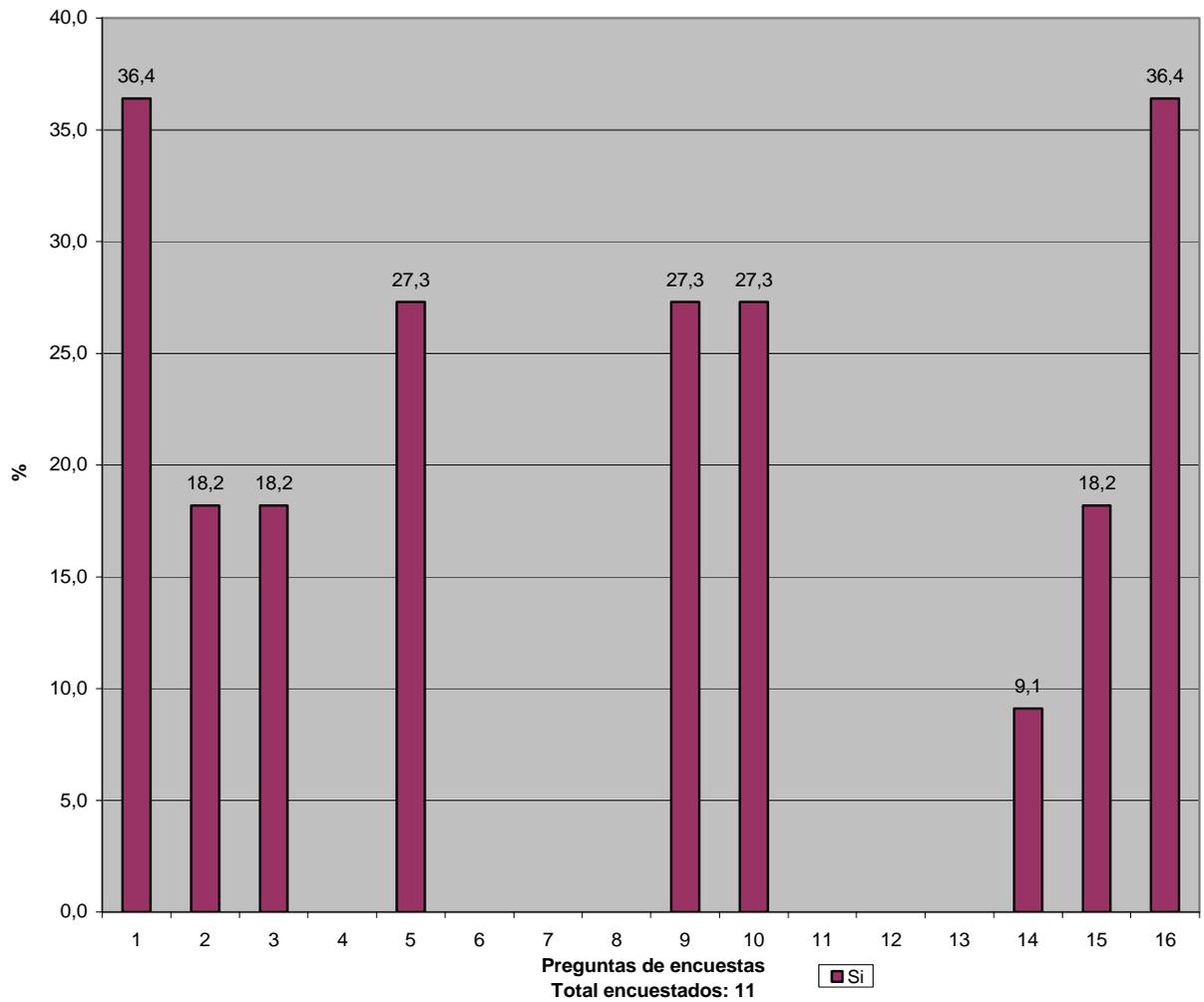
Fuente: [Hoja de cálculo de Microsoft Excel]

ANEXO 2.5 b. RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS APLICADAS A LOS TRABAJADORES DE COCINA CENTRAL.



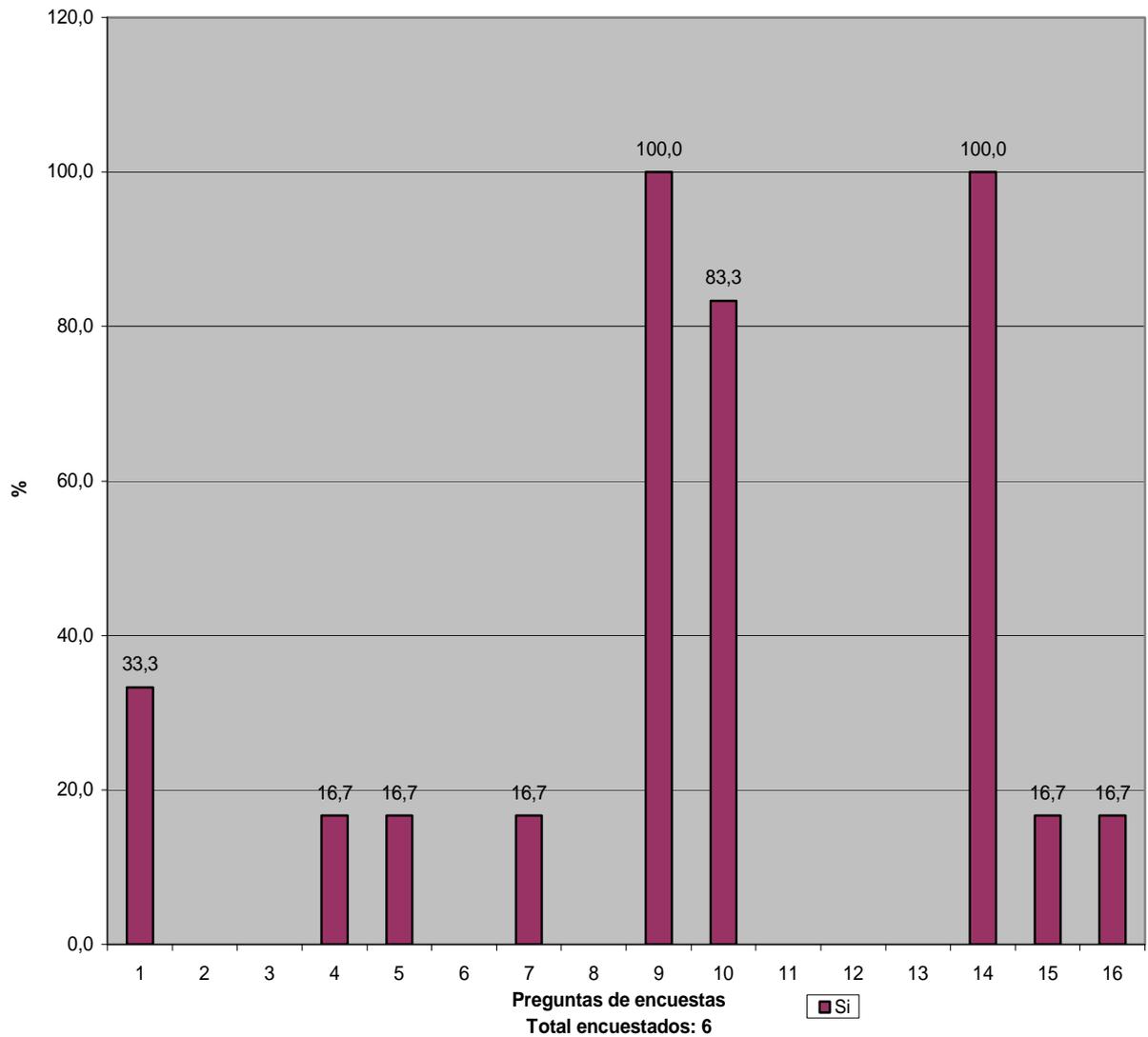
Fuente: [Hoja de cálculo de Microsoft Excel]

ANEXO 2.5 c. RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS APLICADAS A LOS TRABAJADORES DEL GRUPO DE ABASTECIMIENTO.



Fuente: [Hoja de cálculo de Microsoft Excel]

ANEXO 2.5 d. RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS APLICADAS A LOS TRABAJADORES DEL GRUPO DE ECONOMÍA.



Fuente: [Hoja de cálculo de Microsoft Excel]

ANEXO 2.6 ESTADÍSTICOS DE LAS VARIABLES ANALIZADAS.
Estadísticos.

Variables	N	Mínimo	Máximo	Media	Moda
	Estadístico	Estadístico	Estadístico	Estadístico	Estadístico
Falta de personal	96	1,000	3,000	1,64583	2,000
Falta de preparación del personal	96	1,00	3,00	1,5938	2,000
Desconocimiento del tema	96	1,00	3,00	1,6979	2,000
Proveedores	96	1,00	3,00	1,9688	2,000
Falta de normas técnicas	96	1,00	3,00	1,6458	1,000
Negligencia	96	1,00	3,00	1,9167	2,000
Métodos y estilos de dirección	96	1,00	3,00	1,7292	2,000
Calidad de los productos	96	1,00	3,00	1,7917	2,000
Iniciativa y creatividad	96	1,00	3,00	1,4583	1,000
Presencia de estos en la oferta	96	1,00	3,00	1,6146	1,000

Continuación Anexo 2.6.

Variables	N	Mínimo	Máximo	Media	Moda
	Estadístico	Estadístico	Estadístico	Estadístico	Estadístico
Disciplina laboral	96	1,00	3,00	1,9167	2,000
Enfermedad	96	1,00	3,00	2,1042	2,000
Ausentismo	96	2,00	3,00	2,1042	2,000
Carencia de Restaurante Especializado	96	1,00	3,00	1,5208	1,000
Motivación de la administración	96	1,00	3,00	1,5833	1,000
Conocimientos de los platos	96	1,00	3,00	1,5938	1,000
N válido (según lista)	96				

Fuente: [Paquete estadístico SPSS]

Luego del procesamiento de los datos en el paquete estadístico SPSS, se pudo asegurar que no hubo valores perdidos, o sea que la muestra válida de 96 permite considerar:

- Con respecto a los valores mínimos y máximos que toman las variables; en todos los casos se obtuvo como mínimo: 1 y como máximo: 3, excepto en el ausentismo que no se recibió ninguna respuesta afirmativa, lo que permite confirmar que no constituye una causa que afecte la calidad de los servicios.
- Se muestra además los valores promedio que toma cada variable; la media.
- La moda permite determinar que prevalecen las respuestas afirmativas o negativas por variables, o sea que la duda no caracterizó ninguno de los casos; adquiriendo una mayor fiabilidad de los criterios recabados. Además las variables: falta de preparación del personal, falta de las normas técnicas, iniciativa y creatividad, presencia de estos en la oferta gastronómica, carencia de un restaurante Especializado, motivación de la administración y conocimiento de los platos, fueron las de mayor influencia como causantes de los problemas de la oferta gastronómica de platos típicos en el Hotel Pasacaballo.

ANEXO 2.7 ENTREVISTAS A MIEMBROS DEL CONSEJO DE DIRECCIÓN.

Nombre del entrevistado _____

Cargo _____

Tiempo en el cargo _____

OBJETIVO

Identificar los problemas que existen en el Hotel Pasacaballo y las causas que los originan que afectan la oferta gastronómica de los platos típicos de la región centro sur.

PROBLEMAS

1. ¿Cuáles son los problemas existentes en el hotel que afectan la oferta gastronómica de platos típicos?
2. ¿Se analizan periódicamente en los consejos de dirección o consejos esos problemas?
3. ¿Qué implicación tienen en el área que usted dirige los problemas antes mencionados?
4. ¿Conoce usted platos típicos de nuestra región centro sur?

CAUSAS

5. ¿Cuáles son las causas fundamentales que los originan?

POSIBLES SOLUCIONES DESDE SU PUNTO DE VISTA

6. ¿Qué acciones deben desarrollarse en la instalación para resolver los problemas antes señalados?
7. ¿Desea usted añadir algo más?

Fuente: [Elaboración propia]

ANEXO 2.8 GESTIÓN DE A+B UTILIZANDO EL CAPITAL INTELECTUAL Y DEL CONOCIMIENTO.

Cuestionario	Nunca (1)	Rara vez (2)	A veces (3)	Con frecuencia (4)	Siempre (5)
La organización se enfoca hacia la mejora de la oferta con la presencia de platos típicos y aprende con la experiencia.					
Cuenta con las habilidades necesarias para utilizar la información que genera la organización sobre la oferta gastronómica de la localidad de manera satisfactoria.					
Cuenta con una estrategia gastronómica el Hotel acerca a la presencia de platos típicos de la localidad en la oferta.					
La organización pone a su disposición los canales necesarios que le faciliten la adquisición del conocimiento.					
Se comunica con los expertos o los de mayor conocimiento de su organización para apoyar sus conocimientos.					
El Hotel reconoce y da valor a la oferta que se realiza con excelencia.					
El Hotel estimula la capacidad de generar y adquirir conocimientos que tributen a la mejora de la oferta gastronómica.					
El Hotel estimula la aplicación de las ofertas gastronómicas o aportes que eleven la imagen de la organización.					

Fuente: [Elaboración propia]

ANEXO 2.8 a FORUM REALIZADO EN EL 2007 HOTEL PASACABALLO



ANEXO 2.8 a CONTINUACION

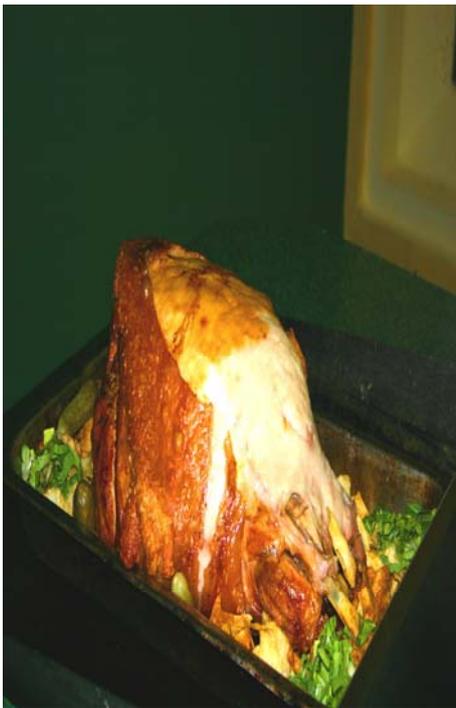


ANEXO 2.8 a CONTINUACION

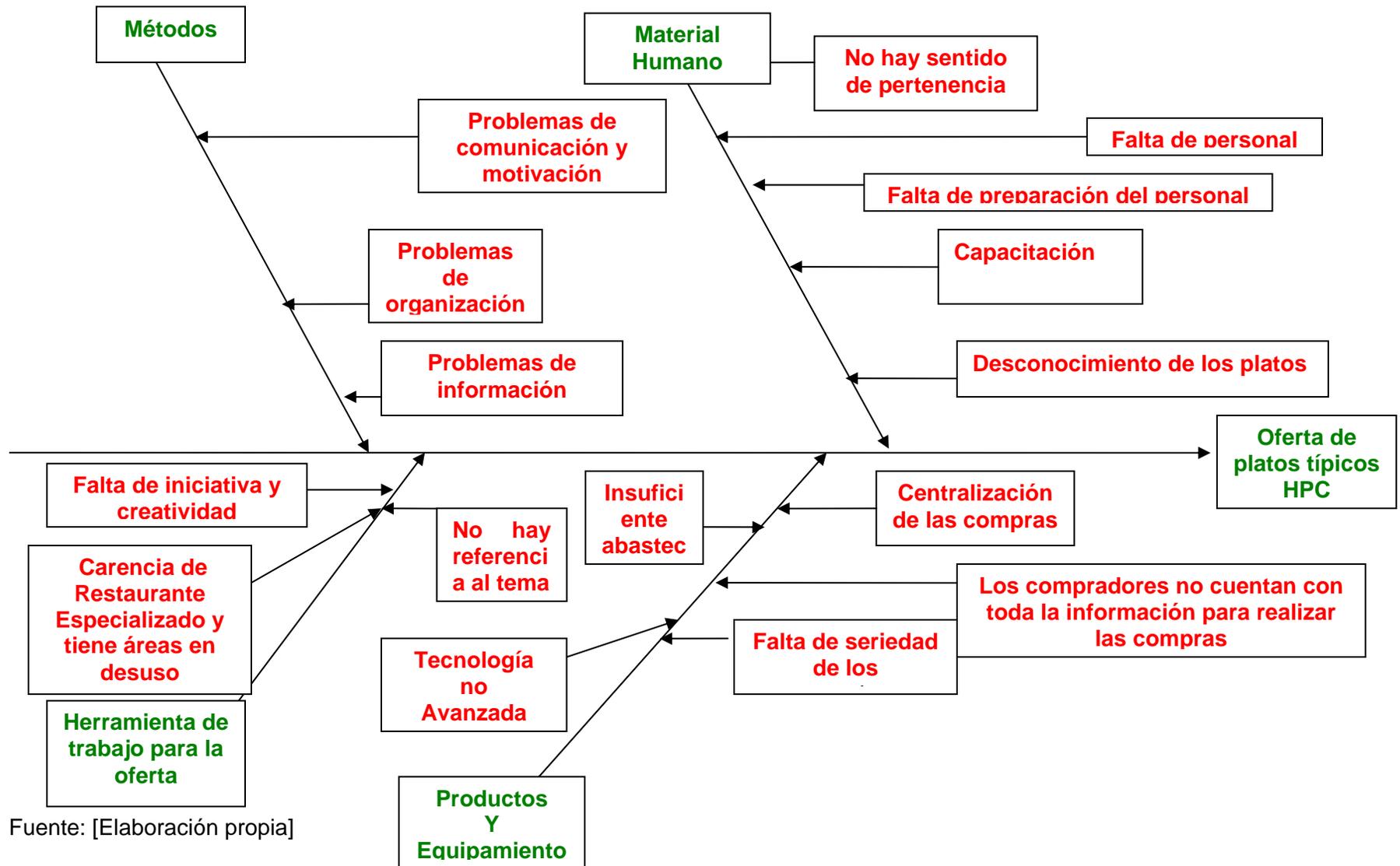


ANEXO 2.8 a CONTINUACION





ANEXO 3.1 Diagrama Causa y Efecto en el proceso que afectan la presencia de platos típicos.



ANEXO 3.2 ALGUNOS PRODUCTOS DE LA COMERCIALIZADORA ITH CIENFUEGOS

CONSULTA A PRODUCTOS	ORDENADO POR : [Asc]Descripción		Fecha : 2009/10/13	
Cod Prod	Descripción	* Umed_Comer	* disponible	* Vent_Divi *
* 0032431	* ANGOSTURA aromatic bitter 200 mL	BOT	1.	4.3050 *
* 0000047	* Aceite de oliva FRAGATA Pet 1 LT	UNO	2.	7.4375 *
* 0419361	* Aceite de soya EL COCINERO tanquetas de 1/3/5 LT	UNO	3.	7.0980 *
* 0714672	* Aceituna Verde S/H lata LORETO 1/6/3.1Kg *	UNO	4.	7.1199 *
* 0714883	* Aceituna Verde S/H mini dosis bolsa LORETO 1/24/2 *	UNO	5.	0.4163 *
* 0810581	* Aceitunas rellena con pimiento (1/2 galón) FRUYPE *	UNO	6.	6.6817 *
* 0015067	Aceitunas verdes sin hueso FRAGATA lata 1/6/3 Kg.	UNO	7.	8.6973 *
* 0470231	Agua carbonatada CIEGO MONTERO en pet 1/12/0.5 LT	CAJ	8.	3.1231 *
0469431	Agua carbonatada CIEGO MONTERO en pet 1/12/0.5 LT	UN	9.	0.2603 *
* 9024191	Agua carbonatada LOS PORTALES 1/1.5 litro	O	10.	2.5553 *
* 0470471	Agua mineral natural CIEGO MONTERO en pet 1/12/0.5	CAJ	11.	3.1231
* 0470451	Agua mineral natural CIEGO MONTERO en pet 1/6/1.5	CAJ	12.	2.5554 *
* 0503311	Ajo molido LA CONSTANCIA pote 1/16/710 - 810 g	CAJ	13.	3.4748
* 0715923	Alubias blancas VEGAGEL/VILLA CAMPO lata	UNO	14.	3.4723 *

Autor: Chef Yeulet López Prieto

	1/6/250			
* 0003766	Alubias blancas al natural CELORRIO lata1/6/ 3 Kg.	UNO	15.	3.0889 *
* 0030791	* Amargos (bitters) 1/12/1 LT	UNO	16.	2.7226 *
* 0213101	* Arroz blanco grano largo 10% quebrado saco 1/50 Kg	BOT	17.	0.4377 *
* 0214241	Arroz blanco grano largo 20% quebrado saco 1/50 Kg	KGS	18.	0.3904 *
* 0715691	Atún claro en aceite lata 1/6/1800g	KGS	19.	9.0474 *
* 0352581	Azúcar crudo de cana Buen Día 1/12/1 Kg.	UNO	20.	0.4141 *
* 0197201	* Azúcar super refinado de cana saco 1/50 Kg.	UNO	21.	0.4345
* 0560365	* Banderillas en vinagre (dulces) (pe1000) TRE 1/ *	KGS	22.	6.5942 *
* 0714892	* Banderillas dulces VEGAGEL- VILLA CAMPO pomo 1/6/ *	UNO	23.	11.5890 *
* 0016095	* Banderillas en vinagre FRUYPER pomo 1/4/3150g	UNO	24.	12.0491 *
* 0016136	* Banderillas en vinagre FRUYPER pomo 1/6/2 Kg. o 1/1 *	UNO	25.	7.2294 *
* 0015965	* Banderillas picantes FRUYPER pomo 1/4/1 gal./3150g	UNO	26.	12.0491 *
* 0894841	* Brandy Perigan 36% 1/12/70 CL	UNO	27.	2.2933 *
* 0032691	* Brandy SOLERA VETERANO 1/12/700 ml	BOT	28.	5.7608 *
* 0032871	* Brandy BARDINET Napoleon 700 ml	BOT	29.	2.4913 *
* 0194771	* Brandy Carlos I 1/6/700 ml	BOT	30.	14.3650 *
* 0827581	* Brandy FUNDADOR 1/12/750 ml	BOT	31.	6.5176 *
* 0827611	* CAMPARI 1/12/1 LT	BOT	32.	11.6110 *
* 0249401	Café molido tueste oscuro INDIANA bolsa 1/20/460 g	BOT	33.	3.4899 *
* 0214061	* Café tostado molido s/vacío TE ROUGE pqt. 1/1 K	UNO	34.	6.3882 *
* 0214071	Café tostado molido s/vacío TURQUINO pqt. 1/4/250	UNO	35.	1.6562 *
* 0017511	Canela en rama LA CONSTANCIA pote 1/16/410 g	UNO	36.	7.9346 *
* 0017481	Canela molida LA CONSTANCIA pote 1/16/710 g	UNO	37.	4.2649 *

* 9014391	Cebolla Molida Indiana 1/15/750g	UNO	38.	3.9039 *
* 0408591	Cebolla molida LA CONSTANCIA en pote 1/16/700 g	UNO	39.	4.7908 *
* 0715842	* Cebollita en vinagre CAL 18/21 LORETO pomo 1/4/4	UNO	40.	7.0542 *
* 0015956	Cebollitas en vinagre TRE pomo 1/4/4 Kg. . 3750 g	UNO	41.	7.3827 *
* 0015854	* Cebollitas en vinagre calibre (21/23) FRUYPER pomo	UNO	42.	8.2152 *
* 0560392	Cerezas rojas confitadas CELORRIO (PE 1450) 1/	UNO	43.	12.3996 *
* 0240377	Cerezas rojas confitadas PONY lata 1/2900gr netos	UNO	44.	12.5858 *
* 0470522	Cerveza HEINEKEN en lata 1/24/330 ml	UNO	45.	12.0930 *
* 0726721	* Champagne Moet & Chandon 1/24/200 ml	CAJ	46.	13.0459 *
0726761	Champagne Veuve Clicquot Rose Vintage sin estuche	BOT	47.	58.7118 *
* 0715981	Champiñón al natural enteros C NAVARRA lata 1/6/ *	BOT	48.	6.3313 *
* 0002494	Champiñón al natural laminado AVENIDA lata 1/6/250	UNO	49.	5.1483 *
* 0481982	* Champiñón entero al natural AVENIDA lata 1/6/2500	UNO	50.	5.8931 *
* 9027731	* Chocofiñe vitaminado 1/200gr	UNO	51.	0.3724 *
* 0036565	Cigarros SALEM Filter box en pqt. 1/50/10 cajetilla	UNO	52.	7.4486 *
* 0715972	* Cocktail de frutas en almíbar VERDEGAL/C NAVARRA	PQT	53.	5.3345 *
* 0032481	Cognac COURVOISIER Napoleon 1/12/ 700 ml	UNO	54.	31.0976 *
* 0032611	Cognac COURVOISIER VSOP 1/12/700 ml	BOT	55.	16.0780 *
* 0032512	* Cognac HENNESSY VSOP 1/12/700 ml	BOT	56.	30.6485 *
* 0331171	* Comino molido LA CONSTANCIA pote 1/16/810 g	BOT	57.	5.3493 *
* 0426341	Comino molido pote 1/750 g	UNO	58.	4.9959
* 0830643	Confitura de melocotón en mini dosis JUMEL/RUMBOS	UNO	59.	17.0658 *

* 0018081	Curry en polvo LA CONSTANCIA pote 1/16/910 g	CAJ	60.	3.7454 *
* 9027581	Ensalada de vegetales marinados No 10	UNO	61.	4.0222 *
* 0017281	* Especies para carne LA CONSTANCIA pote 1/16/910 g	UNO	62.	5.8086 *
* 0021133	Flan chino (50 porciones) HOTELSA bolsa 1/72/50 g	UNO	63.	2.0045 *
* 0504781	Frijol Blanco 1/50kg	PQT	64.	1.3339 *
* 0438281	* Frijol negro 1/100 lbs (45.36 Kg)	KGS	65.	1.8846 *
* 0649371	Frijol negro 1/50Kg)	KGS	66.	1.5648
* 0532621	Frijoles colorado 1/100 lb. (50 Kg.)	KGS	67.	1.5723 *
* 0438401	* Frijoles colorado corto 1/100 lb. (45.36 Kg.)	KGS	68.	1.6129 *
* 0716102	* Garbanzos al natural C NAVARRA lata 1/6/2650 gr. ne *	KGS	69.	2.7713 *
* 0004235	* Garbanzos al natural CELORRIO lata 1/6/2500 g neto	UNO	70.	3.2095 *
* 0206022	* Gelatina de fresa HOTELSA bolsa 1/8/750 g	UNO	71.	4.9292 *
* 0020782	Gelatina de limón HOTELSA bolsa 1/8/730	PQT	72.	4.9292 *
* 0206043	* Gelatina de pina HOTELSA bolsa 1/8/750 g	UNO	73.	4.9292 *
* 0032991	* Ginebra BEEFEATER 1/12/1 LT	PQT	74.	9.8534 *
* 0033091	* Ginebra Bombay Sapphire Reg 1/12/750 ml	BOT	75.	3.5448 *
* 0033071	Ginebra GORDON'S 1/12/750 ml	BOT	76.	4.6086 *
* 0033042	Ginebra MG 1/700 ml	BOT	77.	2.9779 *
* 0219116	Grajeas multicolor HOTELSA bolsa 1 Kg	BOT	78.	4.6882 *
* 0022794	Granillo de chocolate HOTELSA bolsa 1/10/1 Kg	UNO	79.	5.4878 *
* 0716112	Guisantes al natural C NAVARRA lata 1/6/2500 g	UNO	80.	3.4505*
* 0032431	ANGOSTURA aromatic bitter 200 mL	UNO	81.	17.2284 *

ANEXO 3.3 ALGUNOS PRODUCTOS DE LA COMERCIALIZADORA VIMA

	Listado de Productos	
	Comercializadora D Leone S.A.	
	3 de noviembre de 2009	
01001	SALSAS	T-2
1010205	KETCHUP 1900 GR C/6	5.84
1010206	KETCHUP 320 GR C/12	1.22
1010207	KETCHUP MINIDOSIS 7 GR 160 U	7.95
1010112	MAYONESA 3600 ML C/2	11.55
1010110	MAYONESA CASERA 225 ML C/12	1.53
1010107	MAYONESA CASERA 450 ML C/12	2.62
1010108	MAYONESA CASERA 700 ML C/12	3.56
1010111	MAYONESA MINIDOSIS 7 GR 160 U	7.95
1010306	MOSTAZA 1900 GR C/6	5.56
1010305	MOSTAZA 320 GR C/12	1.19
1010308	MOSTAZA MINIDOSIS 6 GR 160 U	7.95
1010502	SALSA ALIOLI 225 GR C/12	1.58
1010702	SALSA BARBACOA 320 GR C/12	1.73
1011501	SALSA BRAVA 320 GR C/12	1.50
1010401	SALSA COCKTAIL 225 GR C/12	1.31
1010602	SALSA ROQUEFORD 225 GR C/12	1.45
1010902	SALSA TARTARA 225 GR C/12	1.35
01002	ENCURTIDOS	
1020903	ALCAPARRA 314 GR C/24	3.39
1020304	BANDERILLAS DULCES 1900 GR C/6	10.43
1020305	BANDERILLAS PICANTES 1900 GR C/6	10.43
1020203	CEBOLLITA 1900 GR C/6	7.47
1031101	COCKTAIL DE ENCURTIDOS 1900 GR C/6	7.61
1020103	PEPINILLO 1900 GR C/6	7.68
01003	ACEITUNAS	
1031001	ACEITUNA ALIÑADA 1900 GR C/6	7.37
1030109	ACEITUNA ENTERA 3000 GR C/4	11.61
1030108	ACEITUNA ENTERA 950 GR C/6	4.45
1030801	ACEITUNA NEGRA ENTERA 1900 GR C/6	7.06
1030811	ACEITUNA NEGRA ENTERA 3000 GR C/4	11.61
1030812	ACEITUNA NEGRA S/HUESO 3000 GR C/4	12.20
1030303	ACEITUNA R/PIM 1900 GR C/6	8.77
1030307	ACEITUNA R/PIMIENTO 245 GR C/12	1.54
1030309	ACEITUNA R/PIMIENTO 3000 GR C/4	13.07
1030207	ACEITUNA S/HUESO 245 GR C/12	1.54

ANEXO 3.3 CONTINUACIÓN

1030209	ACEITUNA S/HUESO 3000 GR C/4	12.51
1030208	ACEITUNA S/HUESO 950 GR C/6	5.04
1030704	BOLSITA ACEITUNA C/HUESO 150 GR C/36	0.57
1030706	BOLSITA ACEITUNA R/PIMIENTO 150 GR C/36	0.62
1030705	BOLSITA ACEITUNA S/HUESO 150 GR C/36	0.57
01004	CONSERVA DE VEGETALES	
1041601	ALUBIA BLANCA EXTRA 2.5 KG C/6	7.11
1041102	CHAMPINON LAMINADO 2840 GR C/6	10.31
1041301	CORAZON PALMITO 800 GRS C/12	8.42
1041211	ESPARRAGO BLANCO 13/16 580 ML C/12	4.24
1041501	GARBANZOS EXTRA 2.5 KG C/6	7.11
1040502	GUISANTES 390 GR C/24	1.25
1041701	LENTEJAS 2.5 KG C/6	7.10
1040302	MACEDONIA VERDURAS 390 GR C/24	1.25
1041407	MAIZ 2950 GR C/6	7.04
1041409	MAIZ DULCE EN GRANOS 340 GR C/24	1.27
1040118	PASTA TOMATE 28/30 400 GRS C/24	1.12
1040113	PASTA TOMATE 28-30 BRIX 3 KG C/6	9.48
1040117	PASTA TOMATE 4500 GRS C/6	13.73
1040802	PIMIENTO PIQUILLO 390 GR C/24	4.49
1040702	PIMIENTO ENTERO 390 GR C/24	1.75
1040705	PIMIENTO ENTERO PELADO 2.5 KGS C/6	10.00
1040706	PIMIENTO MORRON ENTERO 2500 GR C/6	7.37
1040803	PIMIENTO PIQUILLO 390 GR C/24	4.49
1040201	REMOLACHA RALL. 2.4 KG C/6	5.96
1040116	TOMATE ENTERO PELADO 4 KG C/3	11.60
1040112	TOMATE FRITO 2.5 KG C/6	6.41
1040102	TOMATE FRITO 390 GR C/24	1.57
01005	CONSERVA DE FRUTAS	
1050404	CONFITURA ALBARICOQUE 454 GR C/12	1.66
1050304	CONFITURA CIRUELA 454 GR C/12	1.66
1050816	CONFITURA CIRUELA MINID. CRIST 30 GR 24U	13.25
1050204	CONFITURA FRESA 454 GR C/12	1.95
1050818	CONFITURA FRESA MINID. CRIST 30 GR 24U	13.25
1050104	CONFITURA MELOCOTON 454 GR C/12	1.66
1050819	CONFITURA MELOCOTON MINID. CRIST 30 G 24	13.25
1051404	CONFITURA NARANJA 454 GR C/12	1.66
1050817	CONFITURA NARANJA MINID. CRIST 30 GR 24U	13.25
1051602	FRESA EN ALMIBAR 3 KG C/6	6.20
1051102	MANGO 3000 GR C/6	6.52
1050503	MELOCOTON ALMIBAR 425 GR C/24	1.15
1050603	PERAS ALMIBAR 425 GR C/24	1.36
1051303	PIÑA RODAJAS ÑO 2950 GR C/6	7.11
1051305	PIÑA RODAJAS ÑO 3035 GR C/6	7.11

ANEXO 3.3 CONTINUACION

1051304	PIÑA RODAJAS ÑO 425 GR C/24	1.13
1050917	SIROPE CARAMELO 1200 GR C/6	6.83
1050915	SIROPE CHOCOLATE 1200 GR C/6	7.61
1050916	SIROPE FRESA 1200 GR C/6	6.83
1050918	SIROPE VAINILLA 1200 GR C/6	6.83
01007	CONSERVA DE PESCADOS	
1073701	ANCHOA E/AC OLIVA OCTAVILLO 50 GR C/50	1.99
1070312	ATUN "ÑO" ACEITE VEGETAL 1000 GR C/12	6.99
1070313	ATUN EN ACEITE VEGETAL "ÑO" 175 GR C/48	1.22
1070310	ATUN EN ACEITE VEGETAL 170 GR C/48	1.55
1070205	SARDINAS EN TOMATE ÑO 425 GR C/24	1.84
1070601	TINTA CALAMAR 200 GR	9.82
01008	OTROS ALIMENTOS SECOS	
1080201	PAPAS COPOS 2X5 KG	4.13
01010	VINOS	
1100102	VINO CASAL DE BAIÑA RHIN 750 ML C/12	4.57
1100101	VINO PAZO BAIÑA BORDELESA 750 ML C/12	7.99
01011	VINAGRES	
1110401	VINAGRE BALSAMICO 1/2 LT BORDELSA C/12	5.13
1110402	VINAGRE BALSAMICO 250 ML C/12	2.62
1110201	VINAGRE ESTRAGON 1/2 LT BORDELESA C/12	5.00
1110301	VINAGRE RIOJA 1/2 LT BORDELESA C/12	4.07
1110104	VINAGRE VINO BLANCO PET VIMA 1LT C/15	2.49
01013	GRANOS	
1130107	ALUBIA NEGRA BOLSA C/25 KG	1.96
01014	CEREALES	
1140203	ARITOS AVENA MIEL 18 BOLSAS 500 GR	2.45
1140202	ARITOS FRUTADOS 16 BOLSAS 400 GR	2.43
1140105	COPOS MAIZ AZUCARADOS 18 BOLSAS 500 GR	2.48
1140106	COPOS MAIZ/CORN FLAKES 16 BOLSAS 500 GR	2.29
02001	VEGETALES	
2011403	BROCOLI (CN) 10X1 KG	3.11
2010204	CHAMPIÑON ENTERO 10X1 KG	6.82

ANEXO 3.3 CONTINUACION

2010202	CHAMPIÑÓN LAMINADO 10X1 KG	6.82
2010401	COLIFLOR BOLSAS (CN) 10X1 KG	2.42
2010501	ENSALADILLA COMUN 10X1 KG	2.86
2010502	ENSALADILLA DE MAIZ 10X1 KG	3.97
2011503	ESPINACAS (CN) 10X1 KG	3.47
2010919	FRESAS (CN) 450 GR C/9 KG	2.41
2012401	GARBANZO 10X1 KG	4.13
2010705	JUDIAS VERDES BOLSAS (CN) 10X1 KG	2.75
2010803	MAIZ BOLSAS (CN) 10X1 KG	3.29
2010901	MENESTRAS 10X1 KG	3.07
2011324	PAPAS FRITAS RIZADAS 4X2.5 C/10 KG	2.54
2011326	PAPAS HASH BROWN PREFRITAS 4X2.5 KG	3.15
2011319	PAPAS PREFRITAS 10/10 MM 4X2.5 C/10 KG	2.06
2011325	PAPAS PREFRITAS EXTRAS BOLSAS 10X1 KG	2.07
2011321	PAPAS ROAST POTATOES 4X2.5 C/10 KG	2.79
2011322	PAPAS RODAJAS CORTE ONDULADO C/10 KG	2.49
2011318	PAPAS STEAK 10X18MM 4X2.5 C/10KG	2.31
02002	PESCADOS	
2031301	ANILLAS CALAMAR GRANEL C/5 KG	9.01
2033891	ATUN LOMO BLANCO (APROX 13 KG) C/1 KG	12.94
2033854	ATUN LOMO REGULAR (APR 13 KG) C/1 K	12.66
2033895	ATUN LOMO REGULAR (APR 14 KG) C/1 K	12.66
2033883	ATUN LOMO ROJO (APROX 11 KG) C/1 KG	18.21
2030617	BACALAO LOMO DESALADO C/6 KG	18.25
2030666	BACALAO LOMO ESPECIAL C/7 KG	15.74
2030714	BACALAO MIGAS C/10 KG	16.70
2032599	BESUGO (APROX 18 KG) C/1 KG	50.88
2035025	BROCHETA ATUN CALAMAR VEGETALES C/10 KG	11.45
2035024	BROCHETA ATUN CHILLO VEGETALES C/10 KG	10.97
2035026	BROCHETA ATUN VEGETALES 100 GR C/10 KG	11.45
2032201	BUEY MAR C/10 KG	17.17
2034755	CALAMAR ENTERO (APROX 16 KG) C/1 KG	2.97
2030807	CALAMAR PUNTILLA C/12 KG	5.57
2032878	CAVIAR DE SALMON POTE 120 GR	14.80
2035405	CENTOLLA (APROX 15 KG) C/1 KG	42.29
2033103	COCOCHAS MERLUZA (APROX 10 KG) C/1 KG	27.56
2033105	COCOCHAS MERLUZA 18 BOLSA 500 GR	31.79
2030340	COCOCHAS MERLUZA NAMIBIA C/10 KG	31.80
2031416	DELICIAS DE MAR SABOR CAMARON 20X500 GR	4.16
2031414	DELICIAS DE MAR SABOR CANGREJO 20X500 GR	3.05
2031418	DELICIAS DE MAR SABOR LANGOSTA 20X270 GR	2.07
2034621	EMPERADOR LOMO (14 KG APROX) C/1 KG	11.61
2030577	FILETE EMPERADOR (APROX 10 KG) C/1KG	12.72
2030404	FILETE MERLUZA S/PIEL 4 OZ-UP C/10 KG	4.04
2034846	FILETE MERO C/20 KG	7.94
2030598	FILETE PERCA (1000/3000 GR) C/6 KG	11.23

ANEXO 3.3 CONTINUACION

2030588	FILETE PERCA (500/1000 GR) C/6 KG	10.70
2030575	FILETE PERCA 1000/2000 GR C/6 KG	10.43
2032362	FILETE REAL EMPANIZADO 4/8 OZ C/10 KG	6.37
2032885	FILETE SALMON PREMIUM C/10 KG	15.37
2034862	FILETE TILAPIA S/P C/9.60 KG	8.66
2033603	GULA BAND 200 GR C/4 KG	10.00
2035301	LUBINA 1.5-2 (APROX 13 KG) C/1 KG	47.70
2035302	LUBINA 1.5-2 C/13 KG	47.70
2031607	MEJILLON 1/2 CONCHA C/10 KG	6.24
2032574	MERLUZA AUSTRAL No. 5 (APROX 11 KG) 1 KG	15.83
2032588	MERLUZA ENTERA (APROX 17 KG) C/1 KG	16.79
2032571	MERLUZA NO. 5 (APROX 17KG) 1 KG	16.63
2031686	OSTRA 1/2 CONCHA 8-10 CM C/15 DOCENAS	10.03
2031691	OSTRA 1/2 CONCHA L C/10 KG	10.34
2031417	PALITOS DE MAR 40X250 GR	1.20
2032298	PECHITOS CANGREJO MITADES 15/30 C/10.40K	7.21
2035214	PULPO (APROX 13 KG) C/1 KG	21.24
2035219	PULPO BABY 30/50 C/12 KG	5.73
2030952	RAPE S/PIEL (APROX 30 KG) C/1 KG	28.73
2030954	RAPE TRONQUITO 80/180 C/12 KG	5.04
2033896	RODAJAS ATUN C/10 KG	7.68
2034615	RODAJAS EMPERADOR C/10 KG	7.95
2034645	RODAJAS EMPERADOR C/10 KG	7.95
2031220	RODAJAS MERLUZA (R) C/7 KG	10.07
2031225	RODAJAS PEZ ESPADA C/7 KG	6.09
2031246	RODAJAS SALMON (R) C/7 KG	10.43
2032843	SALMON (APROX 10 KG) C/1 KG	8.96
2036010	SALMON AHUMADO PRECORT(APROX 10 K)C/1 KG	27.79
2035919	SALMON AHUMADO RECORTES C/12.50 KG	14.95
2036014	SALMON ENT PREMIUM 6-7(APRO 25 KG) C/1 K	14.94
2032825	SALMON ENTERO PREMIUM 2-3 C/25 KG	14.21
2032802	SALMON HG GRADO 1 C/25 KG	8.96
2033021	SARDINA C/15 KG	3.60
2033003	SARDINA C/7 KG	3.59
2034720	SUPREMA CALAMAR C/18 KG	2.99
2034753	TUBO POTA C/8 KG	10.66
2031744	VIEIRA CARNE C/10 KG	37.10
2036402	VIEIRA 1/2 CONCHA C/7 KG	23.90
02003	PRECOCINADOS	
2021720	ALBONDIGAS C/10 KG	6.57
2021108	BOCADITO PATATA 4X2.5 C/10 KG	4.88
2021306	BUÑUELO BACALAO BOLSA 5X800 GR	4.88
2020402	CALAMAR ROMANA BOLSA 8X500 GR	4.14
2022432	CANELONES DE CARNE C/16 KG	6.25
2020639	CROQUETA ARTESANA ESPINACAS 8X500 GR	3.61
2020643	CROQUETA ASADO 10X350 GR	2.87

ANEXO 3.3 CONTINUACION

2020610	CROQUETA BACALAO BOLSA 8X500 GR	1.85
2020611	CROQUETA CASERA BACALAO 8X500 G	2.42
2020631	CROQUETA CASERA CHORIZO 8 X 500 GR	2.42
2020638	CROQUETA CASERA JAMON 8X500 GR	2.42
2020637	CROQUETA CASERA POLLO 8X500 GR	2.42
2020630	CROQUETA CHORIZO BOLSA 8X500 GR	1.85
2020642	CROQUETA IBERICO 10X350 GR	2.87
2020628	CROQUETA JAMON BOLSA 8X500 GR	1.85
2020634	CROQUETA MINI JAMON C/4 KG	4.81
2020629	CROQUETA POLLO BOLSA 8X500 GR	1.85
2020338	EMPANADA HOJALDRE ATUN 600 GR 8 UNID	9.52
2020339	EMPANADA HOJALDRE CARNE 600 GR 8 UNID	9.52
2020332	EMPANADILLA ATUN 96 UNID C/3 KG	0.25
2021721	HAMBURGUESA C/11.32 KG	5.26
2022431	LASAÑA BOLONESA C/16 KG	6.25
2020910	MUSLITO MAR 40X250 GR	1.89
2021003	PREPARADO PAELLA C/7 KG	7.00
2022433	ROLLITO FRUTAS 400 UNID	0.22
2022201	SALCHICHA COCTEL 3 X 2000 GR	7.33
2022702	SAMOSAS CAMARONES 400 UNID	0.22
2020202	SAN JACOBO GRANEL C/6 KG	6.23
2021815	TORTILLA ALIOLI 500 GR C/8 UNID	3.97
2021819	TORTILLA PIMIENTOS 500 GR C/8 UNID	4.29
2021807	TORTILLON 800 GR 10UNI. C/8KG	4.75
02007	EMBUTIDOS Y FIAMBRES	
3070401	BACON AHUMADO (APROX 12 KG) C/1 KG	9.23
2070403	BACON AHUMADO MOLDEADO (APR 13 KG) C/1K	8.11
3070106	CENTRO JAMON IBER. MOLD.(APR 4 KG) C/1 K	82.04
2070703	CHORICITO CASERO (APROX 8 KG) C/1	12.47
2070704	CHORIZO ARTESANO C/7.20 KG	12.47
2070707	CHORIZO CASERO (APROX 4 KG) C/1 KG	12.47
2070706	CHORIZO CASERO C/8.25 KG	12.47
2070709	CHORIZO CRIOLLO FRES (APROX 8 KG) C/1 KG	12.47
3070708	CHORIZO IBERICO BELLOTA(APR 10 KG) C/1 K	33.16
3070108	JAMON CURADO (APROX 8 KG) C/1 K	23.55
3070107	JAMON IBERICO (APROX 8 KG) C/1 K	52.99
3070104	JAMON PECHUGA DE PAVO (APROX 8 KG) C/1 K	11.31
3070802	LOMO IBERICO BELLOTA (APROX 3 KG) C/1 K	84.57
3070302	MORTADELA (APROX 10 KG) C/1 KG	5.55
2071102	SALCHICHA COCTEL (APROX 6 KG) C/1 KG	7.95
2071103	SALCHICHA CRIOLLA P (APROX 6 KG) C/1 KG	13.17
3071103	SALCHICHON IBER. BELLOT(APR 10 KG) C/1 K	36.59
04001	PANES	
2052206	BARRA GALLEGA 240 GR 24 UNID	1.75
2052207	BARRA GALLEGA 240 GR 24 UNID BOLSAS	1.43

ANEXO 3.3 CONTINUACION

2052187	PAN BAGUET 220 GR 40 UNID	1.05
2052171	PAN DE MOLDE BLANCO 570 GR 20 UNID	2.22
2052172	PAN DE MOLDE INTEGRAL 570 GR 20 UNID	2.22
2052190	PAN DE MOLDE INTEGRAL 800 GR 6 UNID	4.70
2052127	PAN GALLEGO 240 GR 24 UNID BOLSAS	1.42
2052117	PAN GALLEGO 24X240 GR C/5.76 KG	1.84
2052163	PAN HAMBURGUESA C/SESAMO 53 GR 90 UNID	0.30
2052406	PAN ROLL BLANCO 45 GR 120 UNID	0.32
2052407	PAN ROLL INTEGRAL 45 GR 120 UNID	0.32
2052801	PAN TIPO KORNSPITZ 220 GR 50 UNID	1.47
2052702	PAN ZEPELIN PREC NEGRO 200 GR 41 UNID	1.21
2052183	PANECILLO 1/2 BAGUET 125 GR 76 UNID	0.46
2052165	PANECILLO AJO 21 GR 150 UNID	0.18
2052164	PANECILLO CEBOLLA 21 GR 150 UNID	0.18
2052186	PANECILLO CHAPATA MINI 40 GR 190 UNID	0.30
2052159	PANECILLO MANTEQUILLA 21 GR 150 UNID	0.18
2052184	PANECILLO PREC. MINI 58 GR 140 UNI	0.26
2052182	PANECILLO PREC. MINI INTEGRAL 50 GR 170	0.29
2052185	PANECILLO PREC. MINI INTEGRAL 58 GR 140	0.29
04002	PASTELERIA	
2055103	CREMA CATALANA BARRO 125 GR 12 UNID	1.95
2055004	CROISSANT HOSTELERO 45 GR 80 UNID	0.29
2051990	MADALENA CAPSULA 72 UNID	0.41
2051991	MADALENA CAPSULA APROX 72 UNID	29.77
2051989	MINI OK (FRIPANETES) C/1.8 KG	13.53
2055305	PLANCHA FRAMBUESA 1800 GR 1 UNID	17.52
2055304	PLANCHA LIMON 1800 GR 1 UNID	17.52
2055308	PLANCHA QUESO FRESA 1800 GR 1 UNID	17.96
2055306	PLANCHA QUESO LIMON 1800 GR 1 UNID	17.96
2055301	PLANCHA SAN MARCOS 1800 GR 1 UNID	17.52
2055302	PLANCHA SELVA NEGRA 1800 GR 1 UNID	17.52
2055303	PLANCHA TIRAMISU 1700 GR 1 UNID	17.52
2055507	TARTA DE SANTIAGO 700 GR 6 UNID X CAJA	13.63
04005	OTROS ALIMENTOS CONGELADOS	
2060308	MANTEQUILLA C/SAL 8 GR 576 UNID	69.36
2060307	MANTEQUILLA S/SAL 8 GR 576 UNID	69.36
2060303	MANTEQUILLA S/SAL BLOQUES C/25 KG	8.42
(ART003)		

ANEXO 3.4 RESTAURANTE ESPECIALIZADO

15. Restaurantes

15.1. Los establecimientos de alojamiento turístico contarán como mínimo con los restaurantes que se muestran a continuación según la categoría y cantidad de habitaciones

Categoría	5 estrellas					4 estrellas					3 estrellas					2 estrellas				
	HABITACIONES					HABITACIONES					HABITACIONES					HABITACIONES				
	101 a 100	151 a 150	201 a 200	> de 250	> de 250	101 a 100	151 a 150	201 a 200	> de 250	> de 250	101 a 100	151 a 150	201 a 200	> de 250	> de 250	101 a 100	151 a 150	201 a 200	> de 250	> de 250
Restaurante Buffet y/o Restaurante Internacional	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Restaurante Especializado Temático		X	X	X	X			X	X	X					X					
Restauración ligera: cafetería y/o snack bar	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X					O O

17. Restaurantes Especializados o Temáticos

17.1. El horario de servicio se establecerá de acuerdo a la operación del hotel y tomando en consideración la oferta gastronómica de la instalación de manera integral.

17.2. De acuerdo al nivel de servicio del establecimiento se contará con cartas diferenciadas del Servicio, como:

- a. Carta Menú
- b. Carta de Vinos
- c. Carta de Bar
- d. Carta de Postres e Infusiones.

17.3. Las cartas se mantendrán en buen estado de conservación y en correspondencia con el diseño y categoría del establecimiento. Deberán redactarse en no menos de dos idiomas (español e inglés). De acuerdo a los principales mercados que se trabaje podrán incluirse otros idiomas. Ofrecerán siempre la información necesaria sobre los alimentos y bebidas que se ofertan. Resultarán atractivas y estimularán al consumo.

17.4. La Carta Menú deberá poseer una breve descripción de los componentes de cada plato.

- 17.5.** La estructura de oferta deberá ser variada y estará en correspondencia con el tipo de producto, nivel de calidad del servicio del establecimiento y modalidad del servicio. En todos los casos contará como mínimo con:
- a. Entrantes fríos y calientes
 - b. Platos Principales
 - c. Postres
 - d. Guarniciones
 - e. Infusiones
 - f. Bebidas
- 17.6.** La Carta de Vinos deberá contener variedades de:
- Vino Blanco
Vino Rosado
Vino Tinto
Vino Espumoso
- 17.7.** La selección de vinos estará en correspondencia con la categoría del establecimiento.
- 17.8.** Antes de ofrecer la carta, se le brindará al cliente una pequeña cortesía representativa de la oferta de la casa.
- 17.9.** En los restaurantes de más alto nivel de servicio, se deberá cumplir con:
- a. El servicio de sopas, sopas cremas, cremas y caldos se realizará, directamente en la mesa al cliente mediante el uso de soperas. U otras variantes que le atribuyan elegancia al servicio.
 - b. Los platos saldrán de la cocina cubiertos con campanas, con excepción de lo alimentos fritos, empanados y gratinados.
 - c. Servicio de carros de postres.
 - d. Servicio de carros de licores.
 - e. Servicio de café a la mesa.
 - f. Somelier.
 - g. Tabla de quesos.
 - h. El servicio de postres, ensaladas y otras preparaciones se presentará en platos de asado.
- 17.10.** Los Restaurantes Especializados o Temáticos contarán como mínimo con la siguiente dotación de insumos gastronómicos:

DESCRIPCIÓN	DOTACIÓN	CANT.	REPOSICIÓN ANUAL %
Plato de Presentación	Por plaza	1.5	50
Plato p/ Asado	Por plaza	2.5	80
Plato p/ Postre y Ensalada	Por plaza	5	80
Plato Hondo p/ Sopa	Por plaza	1.5	50
Plato p/ Pan y Mantequilla	Por plaza	2	50
Taza p/Consomé 2/asas c/Plato	Por plaza	1.5	50
Taza p/Café c/ Plato	Por plaza	2	50
Taza p/Café c/ Leche c/ Plato	Por plaza	1.5	50
Cafetera	Por Estación	2	10
Cremera	Por Estación	2	10

Azucarera	Por Estación	2	10
Copa p/ vino blanco	Por plaza	2.5	80
Copa p/ vino tinto	Por plaza	2	80
Copa p/ agua	Por plaza	2.5	100
Copa p/ champagne	Por plaza	1.5	80
Copa p/ cerveza	Por plaza	2	100
Copa p/ licor	Por plaza	1	70
Copa p/ brandy	Por plaza	1	70
Copa p/ helados	Por plaza	1.5	70
Elemento decorativo	Por Mesa	1.5	50
Cenicero de Cristal	Por Mesa	1	100
Angarilla de Aceite y Vinagre	Por Estación	2	50
Salero	Por Mesa	1.5	50
Pimentero	Por Mesa	1.5	50
Tenedor p/ Mariscos	Por plaza	1.5	20
Tenedor p/ Frutas y Ensaladas	Por plaza	3	20
Tenedor p/ Pescados	Por plaza	1.5	20
Tenedor p/ Asado	Por plaza	2.5	20
Paleta p/ Mantequilla	Por plaza	2	20
Cuchillo p/Frutas y Ensaladas	Por plaza	3	20
Cuchillo p/Pescado	Por plaza	1.5	20
Cuchillo P/Asado	Por plaza	2.5	20
Cuchara p/ Te Frió	Por plaza	1	20
Cuchara p/Café/Leche	Por plaza	1	20
Cuchara p/ Café	Por plaza	3	30
Cuchara p/ Postre	Por plaza	2	20
Cuchara p/ Helado	Por plaza	1.5	20
Cuchara p/ Consomé	Por plaza	2	20
Cuchara p/ Sopa	Por plaza	2	20
Molinillo de Pimienta	Por Estación	2	20
Raspona	Por Estación	2	10
Porta Palillos p/ Dientes	Por mesa	2	10
Champanera	Por estación	4	20
Pie de Champanera	Por estación	4	20
Abridor Múltiple	Por dependiente	1	20
Cesta p/ botella de vino	Por estación	2	30
Salsera	Por estación	4	20
Cenicero	Por mesa	1	40

17.11. La dotación antes expuesta, podrá variar según la especialidad o tema distintivo que caracteriza la oferta y servicio del restaurante.

18. Bares

18.1. La Carta de Bares deberá contener variedades de bebidas según la categoría de la instalación:

- a. Para todas las categorías
- Refrescos
 - Jugos
 - Aguas
 - Ronés Cubanos
 - Cerveza Nacional
 - Cócteles Nacionales e Internacionales. Los cócteles deberán poseer una breve descripción de sus componentes
 - Aguardientes
 - Brandy
 - Tequila
 - Ginebra
 - Vodka
 - Whisky
 - Licores
 - Cerveza Importada

18.2. La calidad de las bebidas estará en correspondencia con la categoría del establecimiento.

18.3. Los Bares contarán como mínimo con la dotación siguiente:

DESCRIPCIÓN	MEDIDA
Vaso cordial	2 ½ oz.
Vaso de jugos	6 oz.
Vaso Hi - Ball	8 oz.
Vaso Tall Hi - Ball	10 oz.
Vaso Zombie	12 oz.
Vaso Old Fashioned	8 oz.
Jarra o copa de cerveza	10 - 12 oz.
Copa de jerez	3 oz.
Copa whisky sour	4 ½ oz.
Copa Brandy	9 - 11 ½ oz.
Copa flauta	4 ½ oz.
Copa baja cóctel	5 oz.
Copa alta cóctel	7 ½ oz.
Copa vino	6 - 10 ½ oz.
Copa Irish Coffee	8 ½ oz.
Copa Margarita	7 oz.
Vaso p/ Mezclar	20 oz.
<i>Accesorios y utensilios</i>	
<i>Colador de Espiral A/I</i>	<i>U</i>
<i>Colador de Malla</i>	<i>8 cm.</i>
<i>Embudo Chico A/I</i>	<i>10 cm.</i>
<i>Exprimidor Manual A/I</i>	<i>15cm</i>
<i>Pomo Gotero/ Tapa A/</i>	<i>4 oz.</i>
<i>Coctelera/Shaker/ A/I</i>	<i>599 ml</i>
<i>Cucharilla de Espiral A/I</i>	<i>30 cm.</i>

- 18.4.** Las cantidades de dicha dotación estará en dependencia de la afluencia de clientes, cantidad de plazas y ubicación del bar en el hotel

Fuente: Requerimientos básicos obligatorios en Establecimientos de Alojamiento Turístico

ANEXO 3.5 NORMAS TECNICAS DE LA REGION CENTRO SUR
Salpicón

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se realiza un picadillo bien sazonado ➤ En el centro de la masa se colocan huevos hervidos picados en ruedas. ➤ Se le da forma de cilindro y rebozar en huevo y pan rallado o galleta. ➤ Freír en grasa bien caliente. ➤ Envolver en un paño fino y colocarlo en agua hirviendo bien sazonada. ➤ Cuando la salsa se haya reducido retirar del fuego y al refrescar retirar el paño y se porciona en ruedas 	Picadillo	580	gr.
	Sazones	58	gr.
	Huevo	232	gr.
	Pan rallado	200	gr.
	Grasa	100	gr.

Longaniza Marinera

Plato de la barriada de O´bourke propia de los pescadores

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Limpiar y filetear el pescado ➤ Colocar los huevos en un bolo y batirlos. Cernir la harina. ➤ Pasarlo por una maquina de moler junto con el ají picante. ➤ En un recipiente adecuado mezclar los ingredientes ya molidos y agregar la sal, el pimentón, la harina de trigo, el vino y 116 gr. del aceite. Mezclar bien hasta obtener una masa homogénea. ➤ Lavar bien las tripas o la bicora y remojarlas durante 30 minutos aproximadamente. ➤ Embutir la masa dentro de la tripa, amarrarla con un hilo fuerte. ➤ Hervir las longanizas en caldo durante 25 minutos aproximadamente, sacarlas y refrescarlas. Freír en el resto del aceite hasta que doren al momento de servir se les quita los hilos. 	Pescado	2140	gr.
	Harina de Trig	130	gr.
	Ajo	58	gr.
	Ajíes Picantes	74	gr.
	Cebolla	350	gr.
	Sal	40	gr.
	Pimentón D.	60	gr.
	Huevos	116	gr.
	Vino seco	74	gr.
	Aceite	176	gr.
	Tripa de cerd/o bicora	1000	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Señoritas

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Extender la masa bien fina y se cortan de 3 pulgadas de ancho por 9 de largo. ➤ Se pinchan con un tenedor en distintas direcciones (para que no se inflen) Hornearlas. ➤ Retirarlas del calor y dejar refrescar. ➤ Se monta una tira de masa y encima se cubre con crema moka. e espolvorea con azúcar en polvo y se cubre con otra tira. ➤ Se repite la operación hasta montar 3 o 4 tiras. Se espolvorea bien con el azúcar y se cortan en pequeños rectángulos. 	Masa hojald.	87	gr.
	Crema Moka	40	gr.
	Azúcar Lust	40	gr.
	Huevo	58	gr.

Maripositas Chinas

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Poner la harina en la mesa y en el centro se hace un espacio donde se echan los huevos, a sal y el aceite. ➤ Se amasa con la mano para hacer una masa ➤ Se estira con rodillo y se espolvorea con maicena. ➤ Debe quedar de un milímetro de grosor ➤ Se corta y se fríe en grasa bien caliente 	Harina	920	gr.
	Huevos	580	gr.
	Sal	5	gr.
	Aceite	20	gr.
	Maicena	40	gr.

Chicharrón de Espuma

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se realiza una mezcla fina de harina y agua fresca que quede sobre lo líquido. ➤ Se coloca en un molde un poco de esta mezcla, que solo cubra el fondo y se coloca este molde en baño de María solamente hasta que cambie de color la mezcla y se torne cocida ➤ Se pone a secar al sol 3 días hasta que seque y endurezca. ➤ Al secar se fríe en grasa bien caliente y se espolvorea con sal. 	Harina de T	50	gr.
	Aceite para freir	100	ml
	Sal	3	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Dulce de Boniato con Coco

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
Se pelan los boniatos, se ablandan y se pasan por el colador .Agregando azúcar al gusto. Hervir la leche con la canela. Ponerlo a cocinar con la leche revolviendo hasta que la masa vaya espesando. Cuando comienza el hervor se le agrega el coco rallado y se continua revolviendo hasta formar una crema	Boniato	920	gr.
	Canela en rama	2	gr.
	Leche	1000	ml.
	Coco Rallado	100	gr.
	Azúcar	580	gr.

Dulce de Coco Prieto

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
Rallar los cocos y añadirle el azúcar, el agua y la canela. Cocinarlo en una cazuela de hierro hasta que tenga el punto. Luego se deslíen las yemas de huevo con leche y el vino seco y se añaden rápidamente al dulce revolviendo rápidamente. Cocinar durante unos minutos, luego retirar y dejar enfriar.	Azúcar	230	gr.
	Yemas de h.	58	gr.
	Cocos secos	200	gr.
	Leche	10	ml
	Vino seco	30	ml
	Azúcar P.	920	gr.
	Canela en rama	2	gr.

Croquetas de Pescado

Plato propio del barrio de pescadores

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ El pescado salcochado se desmenuza, se le agrega la cebolla, el perejil y el sumo de limón, se sazona con sal y pimienta. ➤ En una cazuela al fuego se agrega el pescado la mantequilla, el caldo de pescado y la harina .Se cocina bien la masa. ➤ Se retira del fuego y se deja reposar, formar las croquetas y se envuelven en pan rallado. ➤ Freír en aceite bien caliente 	Pescado	460	gr.
	Mantequilla	20	gr.
	Leche	500	ml
	Huevos	232	gr.
	Perejil	30	gr.
	Cebolla	58	gr.
	Sumo de limón	10	ml
	Aceite	174	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Cóctel de Cangrejos

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se salcochan los cangrejos, dejándolos enfriar. Sacarle la masa, cortarla en pedacitos. ➤ Agregar sal y el limón. ➤ Echarle mayonesa y salsa de tomate. Poner a enfriar por 2 o 3 horas. ➤ Servir en copas 	Cangrejos	400	gr.
	Salsa de tomat	40	gr.
	Salsa mayone	87	gr.
	Limón	29	ml

Pasteles de Carne

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se extiende la masa, se corta en cuadrados de 20 cm2 aproximadamente. ➤ Se corta las tiras de guayaba y ubicarlas al centro. ➤ Luego doblar los lados paralelos. ➤ Se montan en una tartera engrasada y espolvoreada con harina, untar con una brocha el huevo. ➤ Hornear hasta dorar. 	Dulce de Guay	20	gr.
	Masa Hojaldre	43	gr.
	Huevo Batido	58	ml

Potaje serrano

Propio de las regiones montañosas, muy a tono con el macizo montañoso Escambray que circunda esta instalación. (5 raciones)

PROCEDIMIENTOS	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cortar calabaza en trozos y picar en jardinera pequeña jamón, tocino y chorizo. ➤ Sofreír salsa de tomate, chorizo, jamón y tocino, agregar calabaza y los frijoles previamente ablandados. ➤ Puntear con sal y pimienta. ➤ Agregar agua y cocer durante 1 hora 	Calabaza	100	gr.
	Fríjol blanco	300	gr.
	Tocino	50	gr.
	Chorizo	50	gr.
	Jamón	50	gr.
	Salsa de tomate	100	ml.
	Agua	600	ml.
	Pimienta	5	gr.
	Sal	20	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Lenteja con carne de cerdo

Muy aceptado por el mercado francés y de gran popularidad en la cocina campesina del cienfueguero.

(5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ablandar lentejas, retirar del fuego y freír carne de cerdo y tocino. ➤ Sofreír cebolla, ajo, tocino, carne de cerdo y las lentejas. Remover hasta formar una pasta o con caldo como potaje. 	Lentejas	460	gr.
	Agua	3000	ml.
	Cebolla	50	gr.
	Ají	29	gr.
		60	ml.
	Aceite	100	gr.
	Tocino	460	gr.
	Carne de cerdo	40	gr.
	Ajo	5	gr.
	Pimienta	20	gr.
Sal			

Picadillo de res a la cienfueguera

Es un plato típico cienfueguero en el que prevalece la presencia hispana por la incorporación de aceitunas y uvas pasas. (100 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Después de haber molido la carne, sazonar con sal y pimienta. ➤ Tener lista la salsa criolla. ➤ Calentar la grasa hasta una temperatura de noventa grados Centígrados. ➤ Sellar ligeramente la carne en la grasa. ➤ Adicionar la salsa criolla, las papas, aceitunas y uvas pasas. ➤ Realizar su cocción. 	Carne de res molida	7800	gr.
	Papas fritas en jardinera	3900	gr.
	Salsa criolla	1200	gr.
	Salpimienta	115	gr.
	Aceitunas	100	gr.
	Uvas pasas	100	gr.
	Aceite	460	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Ropa vieja

Plato que refleja la influencia canaria en nuestro territorio. (Para 6 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cocer la carne en 2 litros de agua con pimienta y laurel. ➤ Cuando esté blanda separarla del caldo y deshilarla. ➤ Reducir el caldo a ¼ de litro y colarlo. ➤ Limpiar y cortar especies frescas en juliana. ➤ Saltear especies hasta que se marchiten. ➤ Agregar la pasta de tomate, pimentón, vino seco y el caldo reducido. ➤ Cocer a fuego lento durante 15 minutos. ➤ Incorporar nuevamente la carne y cocer por 5 minutos más. 	Carne de res		
	de 2da.	460	gr.
	Cebolla	50	gr.
	Ajo	3	gr.
	Ají	58	gr.
	Tomate	100	gr.
	Pimienta	5	gr.
	Laurel	0.001	gr.
	Aceite	30	ml.
	Pimentón dulce	10	gr.
Vino seco	87	ml	
Sal	23	gr.	

Arroz con maíz tierno

Por su forma de preparación este plato ha devenido en típico de la cocina campesina de Cienfuegos. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Colocar la grasa en un caldero y adicionar la cebolla, el pimienta bien trinchado, los ajos majados, la salsa de tomate, la pimienta y el vinagre. ➤ Se agrega el maíz desgranado, se rehoga y se adiciona la sal. ➤ Se revuelve y cuece 5 minutos. ➤ Se añaden 4 tazas de agua caliente, se tapa y se deja hervir 7 u 8 minutos. ➤ Se echa el arroz y se deja secar a fuego lento. 	Arroz	460	gr.
	Pimienta	58	gr.
	Salsa de tomate	43	gr.
	Mazorcas de maíz	800	gr.
	Ajo	1	gr.
	Sal	20	gr.
	Pimienta	2.5	gr.
	Vinagre	5	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Frituras de malanga

También de la cocina campesina. Sirve como guarnición. (6 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Rallar la malanga cruda	Malanga	506	gr.
➤ Agregar el resto de los ingredientes y mezclar bien.	Sal	5	gr.
	Huevo	58	gr.
➤ Freír en abundante grasa bien caliente.	Manteca		
	Ajo	3	gr.

Yuca con mojo

El uso del mojo es típico de la cocina campesina cienfueguera. Por su agradable sabor y su aceptación por parte del turismo internacional y nacional se propone para esta instalación y otras del territorio. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Pelar y cortar la yuca en trozos.	Yuca		
		2000	gr.
➤ Ablandarla y servir con el mojo por encima.	Aceite	40	ml.
	Ajo	40	gr.
	Naranja	10	gr.
	Cebolla	116	gr.
	Sal	20	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Bolitas de fufú

Forma parte de la influencia canaria en la cocina cienfueguera. Puede ofertarse como guarnición. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se ponen a hervir los plátanos sin quitarles la cáscara con un poco de sal. ➤ Cuando estén blandos se escurren. ➤ Se retira la cáscara al plátano y se maja todo junto hasta hacer un puré. ➤ Se hacen albóndigas que se pasan por aceite bien caliente. 	Plátanos pintones	600	gr.
	Sal	20	gr.
	Aceite	179	ml

Frituras de maíz

Plato que forma parte de la culinaria campesina cienfueguera. (10 razones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Rayar el maíz tierno. ➤ Hacer una mezcla con el resto de los ingredientes, menos la manteca. ➤ Freír en manteca bien caliente. 	Maíz	500	gr.
	Sal	15	gr.
	Harina de trigo	60	gr.
	Manteca	100	gr.

Plátanos maduros fritos

Muy utilizados como guarnición en la cocina tradicional cubana y cienfueguera. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pelar plátanos. ➤ Cortarlos transversalmente. ➤ Freír en abundante grasa. ➤ Voltarlos por ambos lados. ➤ Retirarlos y dejarlos escurrir. 	Plátano macho	580	gr.	
	Maduro			
	Aceite			0,5

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Harina con jaiba

Típico de la cocina cienfueguera y creado por los pescadores del barrio Las Minas. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hervir la jaiba limpia, extrayendo las masas del pecho y dejando las muelas con el caparazón. ➤ Elaborar una salsa criolla y cocinar la jaiba en ella. ➤ Añadir agua y la harina de maíz. ➤ Sazonar con sal y cocer a fuego lento revolviendo constantemente hasta cuajar. ➤ Dejar cocer 10 minutos más. ➤ Servir en recipiente de barro. 	Harina de maíz	580	gr.
	Jaiba	490	gr.
	Puré de tomate	240	gr.
	Ajo	50	gr.
	Cebolla	145	gr.
	Pimiento	145	gr.
	Ají picante	25	gr.
	Sal	20	gr.
	Aceite	145	gr.
	Agua	2300	ml.

Boniatillo

Postre tradicional en la cocina doméstica cienfueguera. (10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se hace un almíbar muy claro con el azúcar. ➤ Espumar. ➤ Agregar cáscaras de limón y rajas de canela. ➤ Apartar del fuego. ➤ Pasar por máquina de moler. ➤ Colar. ➤ Cocer a fuego lento, revolviendo poco a poco hasta que alcance un buen punto. ➤ Al retirar el boniatillo del fuego, agregar las 2 yemas del huevo desleídas. 	Boniato hervido	690	gr.
	Azúcar	690	gr.
	Limón (cáscara)	50	gr.
	Rajas de canela	1	gr.
	Yemas de huevo	58	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Cafioletas

Postre de la cocina tradicional cienfueguera. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Pelar, lavar y hervir boniatos.	Boniato	500	gr.
➤ Hacer almíbar y mezclar con los boniatos.	Azúcar	400	gr.
➤ Pasar por licuadora y colar. Cocer e incorporar yemas de huevo, jugo de naranja, vino blanco, coco rallado y jugo de limón.	Limón	29	gr.
	Coco rayado	200	gr.
	Huevo	116	gr.
➤ Espolvorear canela.	Jugo de naranja	100	ml.
	Vino blanco	80	ml.
	Agua	400	ml
	Sal	10	gr.
	Canela	5	gr.

Majarete

Proveniente de la cocina típica campesina cienfueguera. (19 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Hervir en un recipiente leche, canela en rama y sal durante 3 minutos.	Maíz tierno molido	464	gr.
➤ Colar el agua y el maíz tierno y verterlo en un recipiente aparte.	Agua	348	ml.
	Azúcar	3	gr.
➤ Hervir durante 3 minutos.	Sal	1	gr.
➤ Incorporar el azúcar refinado.	Canela en rama	1	gr.
➤ Añadir la leche hervida con la canela en rama y la sal.	Mantequilla	58	gr.
➤ Colar.	Vainilla	20	gr.
➤ Dejar hervir de 30 a 45 minutos.	Leche fresca	928	ml.
➤ Posteriormente incorporar mantequilla y vainilla. Durante la cocción revolver constantemente con paleta de madera.	Canela en polvo	5	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Torrejas en almíbar

Presencia de la influencia canaria en la cocina cienfueguera. (100 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Situar rebanadas de pan en tarteras bien limpias. ➤ Incorporar leche ➤ Espolvorear con canela. ➤ Escurrir la leche de las rebanadas. ➤ Rebosar con huevos batidos. ➤ Freír en aceite caliente. ➤ Escurrir y depositarlas en bandejas. Rociar con vino seco y verter almíbar encima. ➤ Dejar refrescar. 	Pan de molde	2900	gr.
	Huevos	928	ml.
	Leche	7000	ml.
	Vino seco	1000	ml.
	Sal	20	gr.
	Canela en polvo	100	gr.
	Aceite	2900	gr.
	Almíbar	5800	gr.

Arroz con mariscos

Aunque descendiente de la culinaria española, este plato devino en tradicional en la cocina cienfueguera. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
Saltear camarones, langosta, pescado, calamar cortado en jardinera. Añadir caldo de marisco, salsa criolla, vino blanco, arroz, guisantes y vegetales. Añadir azafrán y cocinar tapado durante 20 minutos	Camarones	150	gr.
	Langosta	150	gr.
	Calamares	150	gr.
	Pescado	150	gr.
	Arroz	400	gr.
	Aceite	20	ml.
	Limón	58	gr.
	Caldo	600	ml.
	Laurel	0.001	gr.
	Vino blanco	100	ml.
	Cebolla	60	gr.
	Salsa criolla	200	ml.
	Guisantes	40	gr.
	Pimientos	40	gr.
	Ajo	20	gr.
Azafrán	5	gr.	

	Pimienta	2.5	
	Sal	20	gr. gr.

Filete de pescado cienfueguero

Plato típico de la región. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
Se filetea el pescado en forma de escalope. Se pelan los camarones y se cortan bien finos.	Pescado de masa blanca	990	gr.
Se pelan las papas y se cortan en cuartos	Cola de camarones	320	gr.
Se adoba el pescado con sal y pimienta.	Sal	25	gr.
Se prepara un picadillo de camarones con sal, pimienta, ajo, limón y huevo batido.	Ajo	50	gr.
Se lasquea el queso y se prepara la salsa de tomate.	Pimienta	15	gr.
Se rellenan 2 escalopes de pescado con la farsa de camarones, se sitúan al horno y 5 minutos antes de terminar la cocción se cubre con una lámina de queso y se gratina.	Limón	58	gr.
Se sirve en plato de asado sobre salsa de tomate, guarnecido con papas doradas y decorado con colas de camarones	Huevo	116	gr.
	Queso amarillo		
	Aceite	240	gr.
	Papa	235	gr.
	Salsa de tomate	580	gr.
		290	ml.

Sopa de mariscos a la cienfueguera

Típicamente de Cienfuegos. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
Se lavan y limpian los subproductos de mariscos.	Subproductos de pescado, camarón y langosta	580	gr.
Se ponen a hervir con agua de coco y sal.	Agua de coco	250	ml.
Se le agregan las viandas cortadas en trozos pequeños.	Arroz	90	gr.
Luego de sofridas las especies en aceite vegetal se vierten en el caldo y se deja cocinar hasta que las viandas estén blandas.	Papas	30	gr.
Luego se le agrega el arroz, comino, bijol y justo antes de servir se le adiciona el vino seco.	Calabaza	30	gr.
	Ajo	1	gr.
	Cebolla	29	gr.
	Ají	18	gr.
	Tomate natural maduro	58	gr.
	Sal	20	gr.
	Pimienta	15	gr.
	Comino	10	gr.
	Bijol	3	gr.
	Vino seco	20	ml.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Camarones río Arimao

Típico de Cienfuegos. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
Se pelan y limpian los camarones, dejando enteras las colas.	Camarones	1150	gr.
Se adoban con sal y comino.	Sal	20	gr.
Se maceran con ajo, cebolla, ají picante, jugo de limón y aguardiente de caña por más de 1 hora.	Ají picante	75	gr.
	Jugo de limón	58	ml.
	Aguardiente de caña	290	ml.
Se pelan los plátanos y se hacen tachinos.			
Se escurren los camarones y se saltean con grasa de cerdo.	Grasa de cerdo		
	Plátanos burros	240	gr.
Se sirven en plato de asado con el mojo del adobo por encima guarnecidos con plátanos tachinos y decorados con rodajas de limón y ajo puerro.		580	gr.

Langosta cocida a la bahía

Propio de la cocina cienfueguera.

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Se corta la cola de langosta en anillas.	Cola de langosta	2300	gr.
➤ Se pone a cocinar con agua de coco y sal por 10 ó 12 minutos.	Sal	5	gr.
	Pimienta	3	gr.
➤ Se saltea en mantequilla con ajo, cebolla, ajíes, pimienta y zanahoria.	Ajo	2	gr.
	Cebolla	145	gr.
➤ Se flamea con ron Habana Club 7 años.	Ají	86	gr.
	Mantequilla	145	gr.
	Agua de coco	500	ml.
➤ Se sirve en plato de asado, guarnecida con arroz pilaff, decorado con rodajas de zanahoria y ajo puerro.	Zanahoria	435	gr.
	Arroz	580	gr.
	Ajo puerro	50	gr.
	Ron Habana		

	Club 7 años	35	ml.
--	-------------	----	-----

Estocada cienfueguera

Conocido como plato típico cienfueguero.

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ En una broqueta grande en forma de espada se ensartan dados de filete de res, pescado, lomo ahumado y colas de camarones intercaladas con rodajas de cebolla y pimientos rojos. ➤ Se adoba con sal y pimienta. ➤ Se grilla sobre brazas de carbón vegetal y se flamea con el ron. ➤ Se elaboran papas fritas risolé. ➤ Se sirve en fuentes sobre un zócalo de pan de molde, guarnecido con papas fritas y espolvoreado con el perejil picado bien fino. 	Colas de camarones	86	gr.
	Filete de pescado	86	gr.
	Filete de res	86	gr.
	Lomo de cerdo ahumado	86	gr.
	Cebolla	48	gr.
	Sal	5	gr.
	Pimienta	3	gr.
	Ron Habana Club 5 años	29	ml.
	Pan de molde	120	gr.
	Limón	232	gr.
	Papas fritas	580	gr.
	Pimientos rojos	48	gr.
	Perejil	20	gr.

Calamares rellenos Mar del Sur

Plato que se relaciona con nuestras tradiciones de comidas marineras. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sofreír cebolla con mantequilla. ➤ Incorporar los tentáculos, uvas pasas, jamón y salpimenta. ➤ Mezclar con huevos duros y vino blanco. ➤ Rellenar los calamares con esa farsa y bridar la parte superior. Sofreír en aceite con mantequilla a media cocción. ➤ Agregar ron y después pan rallado y uvas pasas. ➤ Cocer a fuego lento tapado. 	Calamares	500	gr.
	Jamón	150	gr.
	Uvas pasas	30	gr.
	Cebolla	100	gr.
	Huevo duro	116	gr.
	Mantequilla	50	gr.
	Ron añejo	50	ml.
	Vino blanco	100	ml.
	Aceite	20	ml.
	Pan rallado	40	gr.
	Sal	20	gr.
Pimienta	2.5	gr.	

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Camarones al sofrito en cazuela

Vinculado a la tradición marinera de la localidad (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saltear en aceite y mantequilla la cebolla en jardinera, la zanahoria cortada en brunesa y el ajo, hasta dorarlo. ➤ Añadir tomate y pimiento en jardinera pequeña y saltear. ➤ Agregar vino y camarones. ➤ Cocinar durante 3 minutos, sacar los camarones y reducir la salsa. ➤ Incorporar nuevamente los camarones y flamear con ron. ➤ Espolvorear con perejil trinchado fino. 	Camarones	450	gr.
	Pimiento morrón	75	gr.
	Tomate natural	75	gr.
	Cebolla	75	gr.
	Ajo	10	gr.
	Mantequilla	35	gr.
	Aceite	35	ml.
	Vino blanco	80	ml
	Perejil	5	gr.
	Sal	20	gr.
	Pimienta	5	gr.
Ron añejo	58	ml.	
Zanahoria	75	gr.	

Grillada mixta

Relacionado con nuestras tradiciones de cocina marinera. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Salpimentar la cola de langosta. ➤ Limpiar los camarones y salpimentar. ➤ Salpimentar los filetes de pescado. ➤ Engrasar la plancha con aceite y colocar los productos. ➤ Grillar por separado hasta cocer bien. ➤ Colocar en fuente, acompañado con ruedas de limón y pimientos. 	Cola de langosta	0.500	Kg.
	Camarones	0.495	Kg.
	Filetes de pescado	1.215	Kg.
	Salpimienta	0.015	Kg.
	Aceite	0.35	Kg.
	Limón	0.25	Kg.
	Pimientos	0.25	kg.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Calamares en su tinta

Relacionado con nuestras tradiciones de cocina marinera. (4 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se lavan y se limpian bien los calamares. ➤ Quitarles las bolsas de tinta y conservarlas. ➤ Cortas las patas y el cuerpo en ruedas y anillos gruesos. ➤ Trinchar la cebolla en ruedas. ➤ Saltear la cebolla en aceite e ir agregando el puré de tomate y luego el vinagre. ➤ Añadir los calamares y mezclar bien con la salsa.. Dejar cocer a fuego lento para que se ablanden. ➤ Desleír la tinta de las bolsas en agua bien caliente, colar y añadir a lo anterior. ➤ Sazonar con sal y pimienta. 	Calamares	800	gr.
	chicos		
	Cebolla	50	gr.
	Puré de tomate	43	gr.
	Vinagre	10	ml.
	Sal	10	gr.
	Pimienta	2	gr.
	Aceite	20	ml.
	Agua caliente	40	ml.

Col salteada con pimientos morrones y guisantes

Plato que refleja la influencia de la culinaria hispana en Cienfuegos. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Seleccionar la col. ➤ Lavarla y blanquearla en agua caliente. ➤ Calentar sartén con mantequilla y saltear la col con la sal y el azúcar por pocos minutos. Agregarle pimientos morones y guisantes. 	Col	550	gr.
	Sal	10	gr.
	Azúcar	20	gr.
	Mantequilla	50	gr.
	Guisantes	300	gr.
	Pimientos morrones	200	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Munñetas

Es una guarnición que refleja la influencia canaria en Cienfuegos. (10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Remojar los garbanzos de un día para otro en una solución de agua con sal. ➤ Ponerlos a cocer hasta que ablanden y escurrir. ➤ Los granos se muelen y se añade mantequilla, sal, harina y las yemas de huevo. ➤ Las claras se baten a punto de merengue y se agrega a lo demás. ➤ Se vierten por cucharadas en manteca bien caliente. 	Garbanzos	0.500	Kg.
	Sal	5	gr.
	Harina	10	gr.
	Huevos	116	gr.
	Mantequilla	5	ml

Puré africana

Como su nombre indica, esta preparación se corresponde con el quehacer de las diferentes etnias africanas, que enriquecieron con su trabajo a las clases adineradas locales y por su procedimiento, logró determinado refinamiento en su ejecución. Funciona como entrante. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hervir frijoles hasta ablandar. ➤ Sofreír especies y pasar todo por la batidora. ➤ Añadir sofrito y sal. ➤ Servir con costrones de pan. 	Frijol negro	350	gr.
	Aceite	50	gr.
	Ajo	20	gr.
	Cebolla	40	gr.
	Pimiento	100	gr.
	Pan	640	gr.
	Comino	5	gr.
	Orégano	5	gr.
	Sal	20	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Sopa de cebolla

Entrante relacionado con la cocina local. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Derretir mantequilla y agregar cebolla picada hasta dorar. ➤ Añadir harina, incorporar agua, sal y pimienta para dejarla hervir. 	Cebolla	460	gr.
	Sal	20	gr.
	Mantequilla	29	gr.
	Harina de trigo	10	gr.
	Pimienta	5	gr.
	Agua	200	ml.

Mariscada fría Isla Bella

Relacionada con nuestras tradiciones de cocina marinera. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Elaborar Salsa Isla Bella. ➤ Cocinar los mariscos y el pescado en agua con sal, limón, pimienta y laurel durante 20 minutos. ➤ Escurrir. ➤ Servir frío decorado con hojas de lechuga, frutas y rodajas de limón. ➤ Presentar salsa aparte. 	Langosta	200	gr.
	Camarón	200	gr.
	Pescado	100	gr.
	Salsa	200	ml.
	Pimienta	5	gr.
	Laurel	0.001	gr.
	Sal	20	gr.
	Limón	20	ml
	Lechuga	50	gr.

Ensalada cienfueguera

Característica de la cocina cienfueguera y muy apreciada por el turismo internacional en cuanto al consumo de vegetales y productos del mar. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hervir las habichuelas. ➤ Cortar pimientos rojos en tiras. ➤ Desmenuzar el pescado ➤ Cortar las cebollas en rodajas. ➤ Mezclar todos los productos y agregar la sal y el aliño. 	Habichuelas	290	gr.
	Pimientos rojos	145	gr.
	Pescado o mariscos	580	gr.
	Cebolla	145	gr.
	Sal	29	gr.
	Aliño	250	ml.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Juliana de jamón y frutas naturales

De la tradición culinaria cubana en cuanto a la mezcla de sabores. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Cortar el jamón en juliana.	Jamón	580	gr.
➤ Seleccionar frutas de estación pulposas y lavar previamente.	Frutas	580	gr.
➤ Cortar las frutas en juliana.			
➤ Colocar en platos o fuentes de forma decorativa.			

Pudín de malta

Postre típico de la dulcería cienfueguera. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Utilizar pan viejo cortado en rebanada y picado en pedazos.	Malta	750	ml
➤ Mezclar malta con leche y remojar en ella el pan, añadir huevo batido, sal y canela.	Pan	174	gr.
➤ Verter todo en molde engrasado con mantequilla.	Leche condensada	230	ml
➤ Cocinar una hora en baño de María	Huevo	174	gr.
	Sal	10	gr.
	Canela	10	gr.

Gazpacho tropical

Esta preparación que sirve como entrante, es una muestra de la presencia hispana en nuestra culinaria, adaptada a los productos cubanos. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Cortar las naranjas y toronjas en suprema, la piña, la fruta bomba y el mango en brunesa.	Fruta bomba	50	gr.
➤ Mezclar bien en la batidora tomate, azúcar y jugo de limón.	Tomate	200	gr.
➤ Mezclar.	Piña	50	gr.
	Mango	50	gr.
	Limón	50	gr.

	Azúcar	50	gr.
	Naranja dulce	300	gr.

Revoltillo mixto

De la cocina tradicional cubana. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Saltear en un sartén puesto al fuego con grasa, los vegetales trinchados, limpios y escurridos. ➤ Añadir el embutido y después la salsa criolla. ➤ Poner al fuego otra sartén con grasa hasta que comience a despedir el humo del centro. ➤ Batir huevo y sazonarlo. Añadir a la sartén y revolver con un batidor. ➤ Cuando comience a tomar solidez incorporar el salteado. Después la leche. ➤ Terminar cocción hasta que quede jugoso. 	Huevo	580	gr.
	Papa	72.5	gr.
	Habichuela	87	gr.
	Acelga	145	gr.
	Embutido	72.5	gr.
	Salsa criolla	145	gr.
	Aceite	72.5	ml.
	Sal	14.5	gr.
Leche fresca	1500	ml.	

Revoltillo con queso

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Poner al fuego una sartén con grasa y dejar calentar hasta que comience a despedir humo en el centro. ➤ Batir los huevos y sazonar con sal. ➤ Incorporar el queso y verter en la sartén. ➤ Revolver con un batidor hasta que comience a tomar solidez. ➤ Verter la leche y terminar la cocción. ➤ Debe quedar jugoso 	Huevo	580	gr.
	Queso	290	gr.
	Mantequilla	72.5	ml.
	Sal	14.5	gr.
	Leche fría	52.2	ml.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Albóndigas de res

Forma parte de la cocina cienfueguera. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Moler la carne de res. ➤ Agregar 2 huevos batidos. ➤ Añadir ajo, cebolla trinchada fina, pimienta y sal. ➤ Se forman unas bolas que se envuelven en harina. ➤ Se prepara una salsa con tomate, ajo, cebolla, 2 tazas de agua y en ella se echa con cuidado las albóndigas. ➤ Se cuece a fuego lento. 	Carne de res	460	gr.
	Huevo	116	gr.
	Ajo	14.5	gr.
	Cebolla	29	gr.
	Pimienta		
	Sal	20	gr.
	Agua	174	ml.
	Aceite	50	ml

Cóctel de pescado

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
Hervir y desmenuzar pescado. Mezclar mayonesa con catsup y picante. Unir. Servir frío.	Pescado	920	gr.
	Mayonesa	60	ml.
	Catsup	30	ml.
	Picante	5	ml
	Sal	20	gr.
	Limón	50	gr.

Cerdo frito a la criolla

Muy degustado en la cocina campesina. (10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Extraerle los filetes a la banda de cerdo. ➤ Cortar en pedazos de 7 x 10 cm. aproximadamente. ➤ Sazonar los filetes con sal y pimienta. ➤ En una cazuela de fondo grueso verter la grasa y colocar al fuego hasta que se caliente. ➤ Moderar el fuego y dejar cocinar hasta que se ablande. ➤ Retirar la carne y subir la temperatura 100 	Cerdo en banda	5700	gr.
	Sal	32	gr.
	Pimienta	2	gr.
	Manteca	920	gr.

grados centígrados.			
➤ Verter nuevamente la carne y dejar que dore			

Arroz con vegetales

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Raspar la zanahoria y lavar bien.			
➤ Hervirla en agua con vinagre.	Arroz	870	gr.
➤ Cocinar los granos de maíz en agua con sal.	Zanahoria	145	gr.
➤ Cortar tocino en dados de 2 cm.	Habichuelas	290	gr.
➤ En una cazuela de hierro verter aceite y tocino y saltear.	Maíz tierno	430	gr.
➤ Adicionar el arroz.	Tocino	290	gr.
➤ Rehogarlo e incorporar la salsa criolla, el caldo bien caliente, sal, bijol y los vegetales.	Salsa criolla	580	gr.
➤ Introducir en el horno hasta que abra el grano, a 95 grados centígrados por espacio de 15 a 20 minutos.	Vino seco	150	ml.
	Bijol	2	gr.
➤ Sacar del horno y dejar cocinar a fuego lento durante 5 minutos.	Sal	30	gr.
	Aceite	110	gr.
	Caldo	150	ml.
➤ Espolvorear con perejil.	Vinagre	50	gr.
	Perejil	145	gr.

Macedonia guateque

Vinculado a las tradiciones de la cocina campesina y de influencia hispana por sus ingredientes.
(5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Cocer las leguminosas y saltear cebolla, zanahoria, pimiento y maíz cortados en jardinera pequeña.	Fríjol negro	50	gr.
➤ Mezclar con los frijoles y añadir tomate cortado en jardinera.	Fríjol colorado	50	gr.
➤ Añadir limón, ajo, sal y pimienta.	Fríjol blanco	50	gr.
	Garbanzo	50	gr.
	Zanahoria	50	gr.
	Cebolla	50	gr.
	Maíz	50	gr.
	Tomate	50	gr.
	Aceite de oliva	100	ml.
	Limón	50	gr.
	Pimientos	100	gr.
	Ajo	15	gr.
	Sal	20	gr.
	Pimienta	5	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Arroz con gandul y carne de cerdo

De la influencia hispana en nuestra cocina tradicional. (16 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Se cuece el gandul en agua hasta ablandarlo.	Gandul	920	gr.
➤ Se hace un sofrito con las especias y condimento y en este se cuece la carne de cerdo cortada en dados pequeños.	Ajo	15	gr.
	Cebolla	580	gr.
➤ Posteriormente se añade el gandul y después el arroz lavado y escurrido.	Ají	300	gr.
	Comino	5	gr.
➤ Todo se rehoga en la salsa.	Puré de tomate	40	gr.
	Laurel	1	gr.
➤ Se agrega vino seco, agua, sal y pimienta.	Arroz	920	gr.
	Carne de cerdo	230	gr.
➤ Se cuece a fuego lento hasta secar y ablandar.	Aceite	580	gr.
	Sal	20	gr.
	Vino seco	20	gr.

Arroz frito

Plato que evidencia la influencia de la culinaria china en Cienfuegos.

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Se cocina el arroz sin sal y desgranado.	Arroz	690	gr.
➤ En una cacerola aparte se vierten 3 cucharadas de manteca. Se echa el jamón o carne en juliana, los camarones y la cebolla trinchada y se fríe todo.	Carne de cerdo	230	gr.
	ahumada o jamón	460	gr.
➤ Se agrega salsa china y se va incorporando el arroz, que se va friendo y tiñendo con la salsa, hasta incorporarlo todo. Se agrega el final el ajo puerro bien trinchado crudo y la tortilla cortada en juliana.	Camarones		
	Ajo puerro	100	gr.
	Cebolla	50	gr.
	Huevo	116	gr.
	Salsa china	29	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Chop Suey

Muy apreciado en la cocina cubana por su agradable sabor y representativo de la presencia china en nuestra cultura culinaria. (6 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Se deshuesa el pollo y se corta la maza en pedazos pequeños, al igual que la carne de cerdo.	Pollo	920	gr.
➤ Se le echa maicena diluida en agua y una cucharadita de salsa china, (esta mezcla se llama Si-yao), suficiente sal y una clara de huevo.	Carne de cerdo	460	gr.
➤ Todo se une.	Frijolitos chinos	230	gr.
➤ Después en un sartén aparte se hace un mojo con ajo, se le echa la carne de cerdo con el pollo, se fríen y después se incorporan los demás ingredientes. Se coce todo hasta ablandar.	Cebolla	50	gr.
	Apio	100	gr.
	Sicuá chino	120	gr.
	Orejitas (Huang-yo)	29	gr.
	Ajo	1	gr.

Quimbombó criollo

Esta preparación forma parte de la cocina tradicional cienfueguera y evidencia la presencia africana en la misma.

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Se escoge y limpia el quimbombó.	Quimbombó	200	gr.
➤ Se echa en una cacerola con carne de cerdo cortada en pedazos y agua para su cocción.	Carne de cerdo	58	gr.
➤ Una vez cocidas ambos productos, se saltean en una sartén ajo, hoja de laurel, cebolla y pimientos y todo se le echa al cocido anterior ya reducido.	Ajo	3	gr.
	Laurel	10	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Pimientos	5	gr.
➤ Se le agrega un poco de ajonjolí molido y se deja cocer un poco.	Ajonjolí molido		gr.

➤ Se sirve con bolas de fufú.			
-------------------------------	--	--	--

Aporreado de tasajo

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se lava bien el tasajo. ➤ Se hierve, se bota el agua, se machaca y se deshilachan las fibras. ➤ En manteca, se saltea ajo, bastante cebolla, perejil, tomates trinchados y se añade el tasajo. ➤ Si es necesario se agrega pimienta y sal. ➤ Se sirve en fuente con casabe tostado o mojado en caldo base, encima el aporreado y alrededor plátanos maduros fritos y chicharritas de plátano verde. 	Tasajo	870	gr.
	Agua	870	ml
	Manteca	29	gr.
	Ajo	20	gr.
	Cebolla	100	gr.
	Perejil	50	gr.
	Tomate	290	gr.
	Pimienta	10	gr.
	Sal	30	gr.

Frituras de maíz con salsa agridulce

Platillo que mezcla las tradiciones hispanas y chinas en nuestra cocina. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Moler maíz tierno. ➤ Montar salsa agridulce ➤ Mezclar el maíz con huevo, azúcar, anís, sal y pimienta. ➤ Tomar porciones con una cucharada y freírlas. ➤ Servir con salsa aparte. 	Maíz tierno	300	gr.
	Anís	5	ml
	Huevo	58	gr.
	Azúcar	20	gr.
	Aceite	200	ml.
	Salsa		
	agridulce	60	gr.
	Sal	15	gr.
	Pimienta	5	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Sopa de plátano y carne de cerdo

Receta típica de la cocina cienfueguera. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Calentar caldo y hacer un sofrito con cebolla, ají, ajo y tomate. ➤ Añadir cerdo y revolver bien hasta que empiece a dorar. ➤ Rociar con jugo de naranja agria y añadir 2 cucharadas de caldo. ➤ Cocer a fuego lento hasta que la carne esté blanda. ➤ Escurrir la carne y colar la salsa. ➤ Añadir el resto del caldo. ➤ Cuando rompa el hervor se añadirán los fideos y los plátanos pintones previamente cocidos con cáscaras y cortados en trozos. 	Caldo de res	2500	ml
	Manteca	22	gr.
	Cebolla	50	gr.
	Ajo	1	gr.
	Ají	29	gr.
	Fideos	116	gr..
	Tomates	145	gr.
	Masa de cerdo	460	gr.
	Naranja	120	gr.
Plátano	300	gr.	

Canoa de mariscos y frutas

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cocinar la langosta, los camarones y los anillos de calamar en agua con yerbas aromáticas. ➤ Mezclar mayonesa con catchup y brandy. ➤ Cortar las frutas en suprema y la langosta en anillos. ➤ Mezclar con la salsa, frutas y jugo de naranja. ➤ Colocar dentro de una fruta bomba o aguacate. 	Fruta bomba	1000	gr.
	Camarones	104	gr.
	Calamares	100	gr.
	Langosta	160	gr.
	Piña	50	gr.
	Naranja	240	gr.
	Mayonesa	120	ml.
	Catchup	30	ml.
	Brandy	20	ml.
	Apio	20	ml.

	Perejil	20	ml.
--	---------	----	-----

Jaiba enchilada

Plato típicamente cienfueguero proveniente de la tradición de los pescadores locales. (6 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Separe y golpee los pechos de las jaibas para extraer la masa. ➤ Adobar con sal y pimienta y saltear ligeramente en aceite bien caliente. ➤ Cortar en juliana las especias secas y frescas, marchitadas previamente en aceite. ➤ Agregar pasta de tomate, pimentón, vino seco y una taza de agua o fumet ➤ Cocer la salsa durante 10 minutos. ➤ Incorporar las jaibas y cocer a fuego lento por 20 minutos. 	Jaiba	600	gr.
	Ajo	3	gr.
	Ajíes medianos	100	gr.
	Pimentón dulce	10	gr.
	Pimienta	0.5	gr.
	Pasta de tomate	20	gr.
	Vino seco	120	ml
	Aceite	30	ml.
Sal	20	gr.	

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Cóctel de ostiones tradicional

Preparación típica de Cienfuegos, muy consumida entre los pescadores. Fue comercializado en la red gastronómica local durante algún tiempo en esta misma esquina. Se puede ofertar como entrante y dentro de la coctelería cubana. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Extraer y lavar los moluscos. Añadirles salsa de tomate, sal, pimienta, jugo de limón y salsa tabasco.	Ostiones	400	gr.
	Salsa de tomate	80	ml.
	Sal	30	gr.
	Pimienta	5	gr.
	Tabasco	2.5	ml
	Jugo de limón	10	ml

Sándwich cubano

De la cocina tradicional cubana e influido por las modalidades norteamericanas que se implantaron en el país. (5 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Picar al medio el pan de flauta. ➤ Agregar mantequilla, lechuga, el escalope, tomate, pepinos y el jamón con la cebolla a una tapa del pan. ➤ Colocar encima la otra tapa y servir decorado.	Pan de flauta	460	gr.
	Jamón	145	gr.
	Escalope de cerdo	154	gr.
	Tomate	145	gr.
	Cebolla	87	gr.
	Pepino	145	gr.
	Lechuga	87	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Tocinillo del cielo

Influencia española, principalmente de Asturias

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Realizar un caramelo y untarlo en el molde ➤ Mezclar todos los ingredientes y se vierten en el molde acaramelado. ➤ Cocinar a fuego lento en baño de maría aproximadamente 45 minutos, hasta que al introducir un palillo salga seco. 	Leche condensada	230	gr.
	Refresco de Naranja	250	ml
	Huevo	174	ml
	Cáscara de naranja	50	gr.
	Azúcar(caramelo)	348	gr.

Cremita de leche

Plato creado en 1933 por Julio Capdevila en el poblado de Gavilán

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se pone a hervir la leche a fuego lento y se agrega el azúcar. Revolver continuamente con una espumadera. ➤ Una vez que la mezcla comienza a cuajar y a tomar color amarillo, bajarla del fuego y continuar revolviendo hasta que comience a endurecer. ➤ La mezcla se va vertiendo en porciones de 1 o 2 cucharadas en un papel estraza o tártara con grasa húmeda. 	Leche fluida	1000	ml
	Azúcar	690	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Buñuelos en almíbar

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pelar y cortar las viandas en trozos no muy grandes. ➤ Colocarlas en un caldero de agua hirviendo hasta que las cubra, se cocinan con sal, cuando estén blandas escurrirles el agua y molerlas en una maquina con la cuchilla más fina. ➤ A esta masa se le agrega el azúcar. El anís y la mantequilla. Poco a poco se le van añadiendo los huevos con la harina hasta que vaya cogiendo consistencia .Cuando todo este bien mezclado se pasa la masa para una mesa de mármol a la que previamente se cisne con un poquito de harina y se amasa. ➤ Coger pequeñas porciones para formar el número 8 característico del buñuelo, se fríen en manteca bien caliente hasta dorar.Se escurren y se colocan en una dulcera con almíbar. <p>Nota: Se pueden presentar con melado o sirope</p>	Yuca	920	gr.
	Boniato	460	gr.
	Huevos	174	gr.
	Anís	2.5	ml
	Azúcar	30	gr.
	Mantequilla	20	gr.
	Harina	20	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Dobo

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hacer un merengue duro con azúcar, cuando esté montado agregar el caramelo y continuar batiendo. ➤ Se divide el panque en tres lascas transversales, se almíban por capas y se les va colocando la natilla entre ellas. ➤ Vestir con el merengue duro y poner a congelar. 	Panque	400	gr.
	Natilla de chocolate	160	ml
	Almíbar	80	ml
	Caramelos fuertes batidos	80	gr.
	Merengue duro	1600	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Paella Covadonga

(10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Limpiar, filetear y cortar en jardinera gruesa el pescado, langosta en dados, el pollo en octavos y el jamón en jardinera mediana. ➤ Hervir las muelas de cangrejo hasta ablandar la carne. ➤ Elaborar un fumé y un caldo de ave y a los dos se le agrega colorante amarillo. ➤ Elaborar una salsa criolla ➤ Saltear las carnes en aceite según su dureza y por separado. ➤ Macerar las masas de pescado en aceite con sal y pimienta y dejar reposar. ➤ En la grasa donde se saltearon las carnes rehogar el arroz, agregar salsa criolla y continuar rehogando. ➤ Incorporar las carnes y revolver. ➤ Agregar los caldos bien caliente, la mitad de cada uno. ➤ Cuando el grano comience abrir se va agregando caldo, logrando que el arroz no seque completamente. ➤ Cuando el arroz halla ablandado y este húmedo se perfuma con toda la cerveza y se colocan encima la masa de pescado frito. ➤ Al servir se sirven en recipiente de barro decorado con pimientos morrones, guisantes y muelas de cangrejo. 	Arroz	580	gr.
	Pollo en octavos	580	gr.
	Camarones	350	gr.
	Pasta de Tomate	250	gr.
	Almejas	40	gr.
	Pescado masa B.	350	gr.
	Cola langosta	350	gr.
	Jamón pierna	300	gr.
	Aceite	120	gr.
	Ajo	10	gr.
	Pta Blanca	1	gr.
	Sal	10	gr.
	Cebolla	140	gr.
	Ají	38	gr.
	Caldo Fumé	1600	ml
	Caldo Ave	1600	ml
	Pimientos	150	gr.
	Muelas de cangrejo	500	gr.
	Cerveza	355	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Potaje de frijoles negros:

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	• U/M
➤ Remoje frijoles.	Frijoles negros	1000	gr.
➤ Ablandar los frijoles en agua con 1 laurel, 1 ají pimiento y 2 dientes de ajo.	Laurel	0.5	gr.
	Cebolla	30g	gr.
➤ Preparar un sofrito con la cebolla, ajo, ajíes, comino, orégano, laurel.	Ají pimiento	50	gr.
	Ajo	30	gr
➤ Incorporarlo a los frijoles blandos.	Vino seco	58	ml
➤ De ser necesario aplastar un cucharón de frijoles blandos para espesar el caldo.	<i>Sofrito:</i>		
	Aceite	60	ml
➤ Añadir sal, pizca de pimienta, azúcar, vino seco. Cocción hasta cuajar.	Cebolla	60	gr.
	Ajíes	30	gr.
	pimientos	20	gr.
	Ajo	5	gr.
	Comino	5	gr.
	Orégano	5	gr.
	Azúcar	5	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Ensalada de frutas

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pelar las frutas, excepto el plátano que debe pelarse minutos antes del servicio de la ensalada. ➤ Quitarle las semillas a los que sean necesarias. ➤ Cortar la naranja y la toronja en rodajas o en gajos. ➤ Cortar la fruta bomba y el melón en rodajas o perlas. ➤ Cortar el mango en tajadas finas. ➤ Colocar las frutas artísticamente en un plato, rociarle la salsa. ➤ Decorar con ramitas de hierba buena o menta. <p>Variantes de salsa:</p> <p>Zumo de frutas, licor marrasquino o Triple C.</p> <p>Zumo de fruta, gotas de ron Habana Club.</p> <p>1cucharada de mayonesa y 1cda de yogurt, 5g de zumo de limón, sal, pimienta, mezclados bien.</p> <p>Miel de abeja y zumo de limón.</p> <p>Sirope</p>	Naranja	240	gr.	
	Toronja	240	gr.	
	Plátano fruta	120	gr.	
	Melón	800	gr.	
	Mango	100	gr.	
	Piña	500	gr.	
	Fruta bomba	100	gr.	

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Pescado a la obi

Obi (coco), en el lenguaje yoruba. Plato perteneciente a la cocina afro cubana. (10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Cocción del coco rayado en agua de coco, ralladuras de limón, canela, azúcar hasta ablandar. ➤ Escurrir. Rellenar los filetes de pescados con las masas de coco blandas. ➤ Colocarlos en una tártara, verter el líquido resultante de la cocción del coco. ➤ Cocción, rectificar sabor con sal y pimienta. ➤ Servir en un recipiente elaborado con la cáscara del coco. 	Filete de pescado	1800	gr.
	Coco rallado	300	gr.
	Ralladuras de limón	30	gr.
	Azúcar	30	gr.
	Canela en polvo	5	gr.

Enchilado de camarones

(10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pelar y limpiar camarones. ➤ Elaborar salsa criolla. ➤ Saltear en aceite caliente los camarones, flamear con ron Habana Club (Brandy), perfumar con vino blanco. ➤ Incorporar salsa criolla, tabasco al gusto. ➤ Cocción durante 5 minutos. ➤ Servir acompañado de arroz blanco. Sustituir Brandy por ron Habana Club. 	Camarones	180	gr.
	Brandy	200	ml
	Aceite	200	ml
	Tabasco	30	ml
	Salsa criolla	2320	ml
	Vino blanco	200	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION
Arroz con camarones y obi (coco)

Plato representativo afrocubano (10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Pelar y limpiar camarones.	Camarones	500	gr.
➤ Pelar y majar ajos fritos con sal, pimienta y hojas de orégano.	Arroz	1000	gr.
	Cebolla	180	gr.
➤ Trinchar el perejil.	Ajíes	60	gr.
➤ Limpiar y pelar cebollas cortadas finamente.	Albahaca	30	gr.
➤ Pelar, despepitar y triturar tomates.	Orégano de la tierra	10	gr.
➤ Limpiar y trinchar ajíes.	Ajo	30	gr.
➤ Elaborar un sofrito con ajo mondado, cebolla, ajíes tomate, y perejil. Incorporar los camarones y el jugo de limón (naranja agria).	Tomate natural	180	gr.
	Perejil	30	gr.
➤ Cocción durante 5 minutos).	Pimienta	5	gr.
➤ Agregar agua de coco, de ser necesario caldo de pescado (fumé de marisco).	Aceite o manteca	60	ml
	Sal	30	gr.
➤ Cuando comience a hervir incorporar el arroz; cocinar hasta ablandar, debe quedar ensopado.	Naranja agria o limón	500	ml
➤ Decorar con perejil al servir.			

Pollo mayombe

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
---------------	----------	----------	-----

<ul style="list-style-type: none"> ➤ Limpiar y cortar el pollo en cuartos. ➤ Adobarlo con sal, pimienta y zumo de naranja agria. ➤ Conservar como mínimo 2 horas en refrigeración, cortar la tocineta en dados pequeños. ➤ Pelar y cortar cebolla en rodajas. ➤ Pelar y cortar zanahoria en rodajas. ➤ Limpiar y trincar perejil y acelga. ➤ Escaldar tomate quitarle la piel y trincar. ➤ Pelar y cortar las papas en cuartos. ➤ Despojar de hojas marchitas la albahaca. Trincar jengibre y nuez moscada. ➤ En una cazuela gruesa calentar manteca (aceite preferiblemente), dorar los cuartos de pollo, sacarlos una vez dorados y reservarlos al calor. ➤ Decantar parte de la grasa. ➤ En el propio recipiente sofreír tocino, incorporar cebolla, zanahoria; cocción hasta reducir. ➤ Agregar tomates trinchados, perejil, uvas, pasos y acelga. Incorporar el pollo, cocción durante varios minutos. ➤ Agregar el caldo cuando comience a hervir, agregar las papas; aún duras añadir, albahaca, jengibre y nuez moscada. ➤ Se deja cocinar a fuego lento y tapado durante 20 minutos aproximadamente; añadir acelga hasta su total cocción. ➤ De ser necesario agregar caldo. ➤ Servir en fuente, sobre rebanadas de pan fritos y encima ramita de hierba buena o albahaca. 	Pollo	1200	gr.
	Sal	15	gr.
	Pimienta	5	gr.
	Tocineta	80	gr.
	Naranja agria	60	ml
	Manteca (aceite)	30	ml
	Cebolla	80	gr.
	Papas	80	gr.
	Zanahoria	100	gr.
	Perejil	15	gr.
	Acelga	100	gr.
	Tomates	100	gr.
	Uvas pasas	60	gr.
	Ron Habana Club	60	ml
	Caldo de ave	500	ml
	Albahaca	10	gr.
	Jengibre	15	gr.
Nuez moscada	3	gr.	
Costrones de pan	30	gr.	

ANEXO 3.5 CONTINUACION

Pollo Rancho Luna

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M	
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Limpiar el pollo, macerar sal, pimienta, ajo, naranja agria. ➤ Colocar los pollos en una placa engrasada. ➤ Con ayuda de una brocha embadurnar los pollos de grasa. ➤ Introducirlo en el horno a 20°C durante 25 minutos. ➤ Virarlo con la pechuga hacia abajo, continuar en el horno 20 minutos más; una vez transcurrido el tiempo verter el líquido de la maceración. ➤ Virar nuevamente el pollo con la pechuga hacia arriba por espacio de 5 minutos hasta dorar. ➤ Sacarlo del horno, refrescar, porcionar en mitades. ➤ Se sirve con la guarnición al lado y el jugo del asado por encima. 	Pollo	1500	gr.	
	Sal	15	gr.	
	Ajo	1000	gr.	
	Naranja agria	60	ml	
	Papa	145	gr.	
	Aceite o manteca	30	gr.	

ANEXO 3.5 CONTINUACION

Pollo Caiño

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Trocear el pollo en pedazos de aproximadamente 2 pulgadas. ➤ Cada pedazo de pollo debe quedar con hueso. Preparar un adobo con ajo, azúcar sal, salsa china, vino seco. ➤ Macerar el pollo con el adobo anterior. Mantenerlo en conservación como mínimo 1 hora, si es posible desde el día anterior. ➤ Esta preparación se puede freír o asar. ➤ Para freírlo, se debe enharinar previamente. ➤ Para asar, se colocan en una tártara a temperatura de 160° C durante 30 minutos. ➤ De vez en vez se debe bañar con el líquido de la maceración. 	Pollo	1200	gr.
	Ajo	20	gr.
	Azúcar	30	ml
	Salsa china	15	gr.
	Pimienta	5	gr.
	Aceite	250	ml
	Sal	15	gr.
	Vino seco	60	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION

Chuleta de cerdo con frutas frescas

(10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Salpimentar chuletas, saltearlas en mantequilla.	Chuleta de cerdo	1740	gr.
➤ Reservarla caliente, desgrasar el sartén y desgrasarlo con vino blanco.	Sal	30	gr.
	Pimienta	15	gr.
➤ Incorporar jugo de fruta, cocción durante 5 minutos a fuego lento.	Mantequilla	300	gr.
	Vino blanco	200	ml
➤ Añadir crema de leche.	Jugo de fruta	200	ml
➤ Rectificar sabor, incorporar chuletas y encima tajadas de frutas frescas.	Crema de leche	200	ml
	Mango, piña, o		
➤ Calentar suavemente.	fruta bomba o		
➤ Servir acompañada de la salsa y las tajadas de frutas.	naranja		
NOTA: Las frutas que se utilizan es a elección del cliente.			

ANEXO 3.5 CONTINUACION

Autor: Chef Yeulet López Prieto

Lomo enrollado de cerdo

(10 raciones)

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abrir el lomo, colocarlo como mínimo 2 horas en una maceración (adobo criollo, de ajos mondados, sal, orégano y zumo de naranja agria. ➤ Limpiar y lavar hojas de acelga, escaldarlas por espacio de 2 minutos en agua hirviendo, refrescarlas en agua fría, secarlas. ➤ Lavar y pelar las zanahorias, cortarlas en bastones y cocinarlos, por espacio de 5 a 7 minutos en agua hirviendo, refrescar. <p>Sacar la carne de la maceración.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Escurrirla, colocarla abierta sobre una tártara, encima colocar las hojas de acelga, y sobre ella los bastones de zanahoria. ➤ Envolver en forma de rollo. ➤ Atar con un hilo bramante. ➤ Colocar el rollo en una tártara engrasada, hornear en el horno bien caliente, por espacio de 20 minutos; bajar la temperatura a 160°C. ➤ Cocción hasta asar, de vez en vez rociar con el líquido de la maceración y el vino seco. ➤ Dejar refrescar. ➤ Cortar en lonjas. ➤ Elaborar salsa con el líquido resultante de la cocción. ➤ Servir acompañado de plátano chatino, yuca con mojo, moros y cristianos. 	Lomo de cerdo	3000	gr.
	Sal	30	gr.
	Pimienta	30	gr.
	Aceite	30	ml
	Orégano	10	gr.
	Zumo de naranja agria	232	ml
	Acelga	20	gr
	Zanahorias	200	gr.
	Vino seco	232	ml
	Ajo	50	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
MINUTAS
Variante 2

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se adoba con sal, ajo y limón. ➤ Posteriormente se empana con huevo y harina de pan y se fríen en aceite caliente. ➤ Se acompaña con rodajas de cebollas. 	Minutas de rubia o chicharro.	116	gr.
	Limón	10	ml
	Ajo	5	gr.
	Harina de trigo	14.5	gr.
	Huevo	29	ml
	Pan rallado	20	gr.
	Aceite	40	ml
	Cebollas	29	gr.

SOPA O SOPÓN DE PESCADO
Variante 2

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se salcocha, o hierva todo lo anterior, se deja enfriar y se desmenuza. ➤ Posteriormente se hace un sofrito con ajo cebolla, tomate, comino y sal. ➤ El agua donde se hirvió la cabeza se cuela y se le agregan las masas, el arroz, papas, se deja hervir hasta que se espese. ➤ Refieren que gustan el sopón con color que lo pinta con bijol o salsa de tomate. ➤ Se sirve caliente o tibio y se acompasa con boniato hervido. ➤ De igual manera emplean el caldo, el cual obtienen de la hervidura y lo sirven en tasa. ➤ Se acompaña con boniato salcochado y limón más que vinagre. 	Pargo o cubera	58	gr.
	Arroz	15	gr.
	Papas	29	gr.
	Ajo	5	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Tomate	29	gr.
	Comino	1	gr.
	Sal	3	gr.
	Bijol	1	gr.
	Boniato	116	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION
PESCADO ASADO
Variante 3

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pescado asado a cazuela. Pescado se saca en banda y se le quita o no el pellejo asado a vapor. ➤ El pescado se sala y se adoba con especias como laurel, cebolla, ajo, limón, comino, ají y tomate un día antes o por lo menos 23 horas. ➤ Se cocina con una cerveza. ➤ Se pican papas o boniato preferentemente y se colocan en el fondo encima colocan el pescado. ➤ Se cocina en su propia grasa y jugos que suelta el pescado. ➤ Lo ponen a cocinar a fuego lento con carbón, luego se da vuelta y se pincha y prueba el punto y el olor. ➤ Todo lo que suelta se queda en el fondo de la cazuela ➤ Acompaña con arroz con pescado, congrí. 	Atún, pargo o chern	500	gr.
	Sal	10	gr.
	Limón	10	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Ají	10	gr.
	Comino	5	gr.
	Laurel	1	gr.
Cerveza	177	ml.	

PESCADO RELLENO
Variante 1

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se elimina el espinazo. ➤ Se coloca jamón y queso se cose el pescado. ➤ Se asa. ➤ Se vira con una tapa y espumadera entre dos o más personas. ➤ Acompaña con el arroz amarillo coloreado con bijol. 	Pescado grande	500	gr.
	Limón	5	gr.
	Naranja agria	5	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Ajo	5	gr.
	Salsa de tomate	29	gr.
	Laurel	0.5	gr.
	Aceite	10	ml
	Jamón	29	gr.
Queso	29	gr.	

ANEXO 3.5 CONTINUACION
ENSALADA DE PULPO
Variante 1

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se ablanda a golpes (pedazo de madera o tubo). ➤ Se hierve cortado en dados con cebolla, aceite oliva, vinagre, pimienta y pimentón. ➤ Luego se le agrega una salsa con tomates. ➤ Se deja cocinar. 	Pulpo	160	gr.
	Cebolla	20	gr.
	Aceite de oliva	5	ml
	Vinagre	5	ml
	Pimentón	1	gr.
	Pimienta negra tomate	1 29	gr. gr.

ESCABECHE
Variante 2

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se pica en ruedas, se sala y se sofríe, luego se coloca en camadas en un pomo con pepinillos cubriéndolos con vinagre y aceite. ➤ Se deja reposar durante cuarenta días o más. 	Pescado fresco	500	gr.
	Vinagre	5	ml.
	Aceite	5	ml.
	Pepinillos	58	gr.
	Sal	20	gr.

ANEXO 3.5 CONTINUACION

LANGOSTA REBOZADA
Variante 1

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se coge la cola de la langosta, se le quita el cascarón y se abre en filetes. ➤ Se adoba con ajo y pimienta. ➤ Se pasa por huevo y harina de pan rallado. ➤ Se pone a freír con aceite, a fuego lento y se le da vuelta hasta que toma el color rojo. 	Langosta	58	gr.
	Sal	3	gr.
	Aceite	40	ml.
	Ajo	5	gr.
	Pimienta	1	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Vino seco	10	ml
	Ají picante	5	gr.
	Harina de trigo	14.5	gr.
	Huevo	29	ml
	Pan rallado	20	gr.

LANGOSTA SALTEADA

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Picamos la langosta en anillos dejándole el caparazón ➤ Saltear con un poco de aceite y posteriormente se agrega los ingredientes (ajo, ají picante, pimienta, cebolla,), se deja cocer hasta ablandarse la langosta. 	Langosta	58	gr.
	Sal	3	gr.
	Aceite	15	ml.
	Ajo	5	gr.
	Pimienta	1	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Vino seco	10	ml
Ají picante	5	gr.	

ANEXO 3.5 CONTINUACION
ARROZ CON CALAMARES
Variante 1

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Se lava el calamar, pica y se hierva en agua con sal. ➤ Posteriormente con el agua entintada del calamar se le hace un sofrito criollo de ajo, cebolla, ají tomate y se le incorpora el arroz, cocinándose todo junto. Se acompaña con boniato.	Arroz	116	gr.
	Calamar	116	gr.
	Sal	5	gr.
	Aceite	12	ml
	Bijol	2	gr.
	Salsa criolla	43	ml.
	Vino seco	20	ml
Cerveza	177	ml.	

ARROZ CON CAMARONES
Variante 1

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
➤ Se cocina el arroz con sofrito criollo (ajo, cebolla, comino, ají). ➤ Se coge el camarón de pequeño tamaño (ajillo) se saltea en aceite caliente hasta alcanzar el color rosado y se une al arroz ➤ Cuando este se está secando se le echa una cerveza o vino seco y se deja secar. Se acompaña con boniato hervido, frito o tachino.	Arroz	116	gr.
	Camarones	116	gr.
	Sal	5	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Ají	10	gr.
	Comino	2	gr.
	Ajo	5	gr.
	Bijol	2	gr.
	Aceite	12	ml
	Vino seco	20	ml
	Cerveza	177	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION
ARROZ CON PESCADO
Variante 1

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se toma el pescado se adoba con sal y limón, se fríe hasta dorarlo. ➤ Se confecciona el arroz amarillo con sofrito criollo que tiene ajo, sal, cebolla, comino, este se realiza en su mismo aceite. ➤ Cuando se está secando el arroz, se introduce las ruedas de pescado frito y se culmina el secado a fuego lento. ➤ Se acompaña de ensalada y viandas fundamentalmente boniato y aguacate 	Arroz	116	gr.
	Cherna o pargo	116	gr.
	Sal	5	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Ají	10	gr.
	Comino	2	gr.
	Ajo	5	gr.
	Bijol	2	gr.
	Aceite	12	ml
	Vino seco	20	ml
Cerveza	177	ml	

ARROZ MAR Y CAMPO

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se saltean las carnes de pescado de carne blanca, cerdo, pollo, camarón, langosta en aceite con ajo, cebolla y ají. ➤ Luego se agrega el arroz con igual cantidad de agua incorporándole el colorante y tomate, se deja secar. ➤ Se acompaña con ensaladas, papa frita y boniato frito 	Arroz	116	gr.
	Cherna o pargo	23.2	gr.
	Cerdo	23.2	gr.
	Pollo	23.2	gr.
	Camarón	23.2	gr.
	Langosta	23.2	gr.
	Sal	5	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Ají	10	gr.
	Comino	2	gr.
	Ajo	5	gr.
	Bijol	2	gr.
	Aceite	12	ml.
	Vino seco	20	ml.
Cerveza	177	ml.	

ANEXO 3.5 CONTINUACION

BACALAO (PESCADO SALADO)

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se toma el pescado ya salado y se coloca al fuego a hervir. ➤ Después de pasado 15 minutos se bota el agua. Este procedimiento se realiza 2 veces seguidas. ➤ Se desmenuza el pescado y se le agrega salsa criolla, dejándose cocer por varios minutos <p>Se acompaña con boniato hervido</p>	Bacalao Salsa Criolla Boniato	160 43 116	gr. ml gr.

CAMARÓN AL AJILLO

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pela dos cabezas de ajo y se pica en rodaja se sofríe en aceite hasta estar bien dorado. ➤ Luego se le introduce el camarón crudo pelado con la mano. ➤ Se sofríe dando vueltas hasta tomar el color rojo y se puntea con sal. <p>Se acompaña con limón, papas fritas, o boniato frito y chicharritas.</p>	Camarón pequeño, Sal Ajo Aceite o mantequilla	160 3 20 10	gr. gr. gr. ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION
CAMARÓN AL DIABLO

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se pela el camarón y se sala al gusto. ➤ Se grilla en una plancha hasta tomar su color rojo. <p>Se introduce en plato lleno de picante criollo (vinagre o limón, ajo, pimienta ají picante)</p>	Camarón, Ají picante criollo Sal	160 5 3	gr. gr. gr.

CAMARÓN EMPANADO

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se pela el camarón crudo con la mano y se deposita en agua hirviendo con sal hasta que tome el color rosado. ➤ Se saca y se deja enfriar, se empana con huevo, harina de pan y ajo puerro y se fríe en aceite. ➤ Aparte se confecciona una salsa utilizando el agua de la hervidura del camarón la cual posee ajó, cebolla, comino, laurel y tomate la cual se sirve en la mesa para ser utilizada. Se acompaña con arroz blanco 	Camarón Sal Harina de trigo Huevo Pan rallado Ajo puerro Ajo Cebolla Comino Laurel Tomate Aceite	58 3 14.5 29 20 5 3 5 1 0.001 29 40	gr. gr. gr. gr. gr. gr. gr. gr. gr. gr. ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION

CÓCTEL DE LANGOSTA

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se pica en pedazos bien pequeños preferentemente la cola, se hierve durante cinco minutos, se refresca. ➤ Se pica ruedas de una cebolla blanca grande. ➤ Se mezcla la mayonesa con dos cabezas de ajo y para lograr picar. <p>Todo se liga en un recipiente y se sirve frío.</p>	Langosta	58	gr.
	Sal	3	gr.
	Ajo	5	gr.
	Pimienta	1	gr.
	Cebolla	5	gr.
	Vino seco	5	ml
	Ají picante	5	gr.
	Mayonesa	20	ml

CRUDO DE PESCADO

Variante 1

Comunidad pesquera Perché

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se filetea el pescado y se le retira el pellejo y se cubre con vinagre, limón, sal y bastante cebolla y se deja reposar durante una o dos horas. ➤ Se sirve y junto se coloca las salsas picantes. ➤ Se acompaña con pan o galleta. <p>Se refieren a emplearse acompañándolo con arroz blanco.</p>	Pescado fresco	58	gr.
	Cebolla,	10	gr.
	Vinagre,	10	ml
	Limón,	10	ml
	Salsa picante criolla o tabasco.	5	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION

HABICHUELA SALTEADA AL VAPOR

Calzada de Dolores en el número 5110 altos

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Se lavan todos los ingredientes. ➤ Se ponen a secar. ➤ Se corta cada habichuela en trozos de cuatro o cinco centímetros. ➤ Se pelan los cinco dientes de ajo y se trituran bien. ➤ Se pica la cebolla en ruedas finas, se pica el ají bien pequeñito. ➤ Se le añade a una cazuela aceite para embarrar toda la superficie interior, se pone a calentar a fuego lento. ➤ Después que esté caliente se le agregan todos los ingredientes relacionados anteriormente y se mueve constantemente, se le pone tapa. ➤ Cuando ya todas las habichuelas aparecen brillosas en la cazuela y han cambiado el color por un verde más intenso, se le agrega una pizca de comino, se remueve nuevamente y se vuelve a tapar durante un minuto. ➤ Se le echa una cucharada de vinagre, se tapa durante dos minutos. ➤ En un vaso se vierten dos dedos de agua, se le echa sal, se diluye, se vierte en la cazuela y se tapa. ➤ Se remueve cierto tiempo. ➤ Esto se realiza durante cuarenta y cinco minutos. Se sirve en una fuente y esta lista para comer 	Habichuela	460	gr.
	Ajo	5	gr.
	Cebolla	10	gr.
	Comino	1	gr.
	Ají	5	gr.
	Aceite	29	ml
	Vinagre	29	ml
	Sal	10	gr.
	Agua	500	ml

ANEXO 3.5 CONTINUACION**SORPRESA DE PAN**

Centro ciudad

PROCEDIMIENTO	PRODUCTO	CANTIDAD	U/M
<ul style="list-style-type: none">➤ Se pela el pan y se le hacen tres cortes en el medio sin llegar a las esquinas.➤ Con azúcar hacemos un caramelo espeso y una natilla de chocolate espesa también y se rellena el pan con la natilla y se envuelve con el caramelo.	Barra de pan Azúcar blanca Natilla de chocolate	460 174 87	gr. gr. ml