



RECETARIO

Asignación:

Cocina Latino Americana 4.4

DÍA 1

Tema: Cocina Argentina

Empanadas Argentinas

Guiso Trifón

Malfattis Quattro Fromagi (cuatro quesos)

Tomate sorpresa

Pollo al Chimi

Salsa Chimichurri

Asado Argentino

DÍA 2

Tema: Cocina Brasileña.

Dobradinha

Pão de Queijo

Arroz Brasileiro

Acaraje

Vatapá

Escondidinho de Carne Moida

DÍA 3

Tema: Cocina Brasileña.

Peixe na Telha

Espadas de Frango

Freijoada

Moqueca de Peixe

Empanada Brasileira

Frango com Quiabo

Arroz con Banana

DÍA 4

Tema: Cocina Peruana

Cocada
Aji de Camaron
Causa Limeña
Ceviche Peruano
Leche de Tigre
Arroz con Leche Cremoso

DÍA 5

Tema: Cocina Peruana

Sopa Huachana
AjÍ de Gallina
Papa a la huancaína
Suspiro de Limeña
Adobo Arequipeño
Arroz Chaufa

DÍA 6

Tema: Cocina Venezolana

Pabellon criollo
Bien me sabe
Mojito en coco
Pisca andina
Arepas
Guasacaca

DÍA 7

Tema: Cocina Colombiana, Hondreña, Salvadoreña, Panameña y de Costa Rica.

Ajiaco colombiano
Agua panela
Almojabanas
Carimañolas
Pupusa
Gallo pinto
Chifrijo

DÍA 8

Tema: Cocina Urugaya, Paraguaya y Chilena.

Pamplona Uruguaya

Faina Uruguaya

Chipa Guasu

Vori Vori

Payagua Mascada

Tomantican

Sopaipillas Pasadas

DÍA 9

EXAMEN



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - ARGENTINA.

Nombre de la receta:	Empanadas Argentinas	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	1

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Aceite de oliva	Lt	0.030	
Cebolla	Kg	0.150	
Carne de res	Kg	0.250	
Huevo	Kg	0.120	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Comino	Kg	0.005	
Pimienta Roja Molida	Kg	0.005	
Aceituna Verde s/hueso	Kg	0.020	
Pasas	Kg	0.020	
Aceite vegetal	Lt	0.300	

METODO DE PREPARACION:

1. Sofreimos la cebolla en aceite de oliva. Le agregamos la carne molida, condimentar.
2. Mientras colocar los huevos a hervir en agua con sal. Retirar cuando sean huevos duros.
3. Combinar la carne, aceituna, pasas y los huevos. Dejar enfriar.
4. Rellenar la masa y cerramos. Se pueden cocinar al horno o fritas.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - ARGENTINA.

Nombre de la receta:	Guiso Trifon	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	1

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Aceite Vegetal	Lt	0.050	
Cebollas	Kg	0.300	
Laurel	Kg	0.020	
Costilla de Res	Kg	0.300	
Chorizo Español	Kg	0.100	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta del Molino	Kg	0.005	
Fondo de res	Lt	0.100	
Panza de res	Kg	0.400	
Pure de Tomate (opcional)	Kg	0.050	
Tocino	Kg	0.100	
Col	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Calentar el aceite dorar las cebollas. Agrega los trozos de costillas y panza. Por ultimo el fondo y el laurel.
2. Incorporar el tocino, chorizo y col.
3. Reducir el fuego a bajo.
4. Agregar el pure de tomate y dejar que reduzca bien el caldo. Rectificar la sal.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - ARGENTINA.

Nombre de la receta:	Malfattis Cuatro Quesos	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	1

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Espinaca	Kg	0.100	
Papa	Kg	0.300	
Huevo	Kg	0.060	
Leche	Lt	0.300	
Queso Fresco	Kg	0.050	
Harina de trigo	Kg	0.200	
Nuez Moscada	Kg	0.005	
Queso manchego	Kg	0.100	
Queso crema	Kg	0.050	
Margarina	Kg	0.050	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Queso parmesano	Kg	0.050	

METODO DE PREPARACION:

1. Cortar y Blanquear la espinaca. Resevar. Cocinar a la inglesa la papa, hacer pure y combinar.
2. Agregar a la preparacion el queso fresco y la nuez moscada. Usar harina de trigo para formar la masa.
3. Cocinar los malfatis en coccion a la inglesa.
4. Acompañarlos con una salsa de cuatro quesos. De base una bechamel. Agregar al final los quesos.
5. Cubrir con parmesano y gratinar.

Nota el huevo es opcional



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - ARGENTINA.

Nombre de la receta:	Tomates Sorpresa	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	1

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Tomate	Kg	0.300	
Jamon	Kg	0.100	
Granos de Elote	Kg	0.100	
Carne de Cangrejo	Kg	0.100	
Queso fresco	Kg	0.050	
Cebolla cambray	Kg	0.020	
Perejil	Kg	0.010	
Mayonesa	Kg	0.050	
Sal	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. Cortar la tapa de los tomates y retirar toda la pulpa.
2. Combinar en un bolw el elote, el queso, cebolla, mayonesa, vegetales, jamon, sal y la pulpa de cangrejo.
3. Rellenar los tomates.
4. Servir frio.

Nota utilizar la parte verde y blanca de la cebolla.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - ARGENTINA.

Nombre de la receta:	Pollo al Chimi Rojo	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	1

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pimienta Cayena	Kg	0.005	
Paprika Dulce	Kg	0.005	
Ajo	Kg	0.020	
Comino	Kg	0.005	
Vinagre de Vino Tinto	Lt	0.020	
Aceite de Olivo Extra Virgen	Lt	0.100	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta del Molino	Kg	0.005	
Pollo Entero	Kg	medio	
Pimiento Rojo	Kg	0.100	
Pimiento Naranja	Kg	0.100	
Pimiento Amarillo	Kg	0.100	
Cerveza Ligera	Lt	0.170	
Fecula de maiz	Kg	0.030	

METODO DE PREPARACION:

1. En un bolw, mezcle paprika, pimienta, ajo, comino, vinagre, 3 cucharadas de aceite de oliva, la sal y la pimienta negra hasta formar una pasta suave. Frote la mezcla en la piel. Deje reposar a durante 30 minutos.
2. En un tazón, mezcle los pimientos cortados, 2 cucharadas de aceite de oliva, sal y pimienta negra. Coloque los pimientos en una charola como base. Colocar sobre los pimientos el pollo.
3. Vierta la cerveza y la marinada que quedo del pollo. Cubrir con papel aluminio.
4. Coloque al horno y cocine a 180°F. Aproximadamente 30 minutos de cada lado.
5. Cuando este listo el pollo retire el papel y deje cocinar 15 minutos mas para dorar la piel.
6. Retire del fuego coloque en una tabla para cortar, deje reposar durante 10 minutos antes de rebanarlo.
7. Con le liquido que queda en el fondo hacer una salsa.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - ARGENTINA.

Nombre de la receta:	Chimichurri	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	1

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Perejil	Kg	0.150	
Ajo	Kg	0.070	
Aceite de Olivo Extra Virgen	Lt	0.125	
Vinagre de Vino Blanco	Lt	0.045	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Chile de Arbol	Kg	0.002	
Pimiento rojo	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Cortar finamente los ingredientes. Utilizar un mortero.
2. Añadir al perejil, sal, ajo, chile sin semillas y pimiento.
3. Incorporar el aceite y el vinagre.
4. Mover bien todos los ingredientes. Hasta que se incorporen.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - ARGENTINA.

Nombre de la receta:	Asado Argentino	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	1

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pulpa de Res (corte para asar)	Kg	0.500	
Cebolla morada	Kg	0.050	
Cebolla Cambray	Kg	0.100	
Ajo	Kg	0.080	
Vino Tinto	Lt	0.150	
Tomillo fresco	Kg	0.005	
Cilantro	Kg	0.015	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Salchicha Argentina	Kg	0.100	
Chorizo Argentino	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. En la parrilla colocar a dorar la Carne, salchichay chorizo por ambos lados.
2. En un Sarten acitronar la cebolla morada junto con el ajo.
3. Incorporar tomillo y cilantro.
4. Desglacear con el Vino y Ajustar Sazon. Para una salsa acompañante.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Dobradinha	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	2

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Callos (Panza de res)	Kg	0.300	
Tomates	Kg	0.400	
Cebollas	Kg	0.200	
Chorizo	Kg	0.100	
Alubias Blancas	Kg	0.100	
Limonas	Kg	0.100	
Puré de Tomate	Kg	0.100	
Oregano	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Ajo	Kg	0.020	
Aceite para Freir	Lt	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Limpiar la panza, poner a hervir en agua y jugo de 2 limones.
2. Escurrir y enjuagar los callos. Cortar.
3. Sofreír la cebolla en un poco de aceite y añadir los tomates.
4. Coloque los callos, las alubias blancas, el agua y la pasta de tomate pasta.
5. Aparte en otro Sarten, freir el chorizo hasta dorar.
6. Agregar el chorizo y el oregano para terminar. Ajustar Sazon



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Pão de Queijo (Pan de Queso)	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	2

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Leche Entera	Lt	0.130	
Margarina	Kg	0.050	
Almidon de Yuca	Kg	0.250	
Queso fresco	Kg	0.150	
Huevos	Kg	0.120	
Aceite para Untar	Kg	0.030	
Sal	Kg	0.005	
Polvo de hornear	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. En una olla colocar a hervir la leche con el aceite de girasol y la sal.
2. Poner en un bolw el almindon (harina o tapioca) de yuca y el polvo de hornear, verter encima el liquido caliente. Mezclar
3. En el momento que se logra una masa homogénea, añadir los huevos uno a uno, siempre amasando con las manos. Al final incorporar el queso.
4. Formar pelotitas y Distribuir en una bandeja de horno untada con aceite.
5. Hornear entre 20 y 25 minutos a 180° C.
6. Hornear con agua dentro el horno.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Arroz Brasileiro	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	2

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Arroz Largo	Kg	0.200	
Cebolla	Kg	0.100	
Ajo	Kg	0.020	
Aceite Vegetal	Lt	0.030	
Sal	Kg	0.005	
Curcuma	Kg	0.005	
Zanahoria	Kg	0.050	

METODO DE PREPARACION:

1. Calentar el aceite sofreir cebolla y ajo. Colocar el arroz y zanahoria.
2. Agregar el liquido, sal, pimienta y curcuma.
3. Dejar cocinar.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Acaraje	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	2

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Chicharos	Kg	0.150	
Cebolla	Kg	0.100	
Agua	Kg	0.050	
Harina de maiz PAN	Kg	0.050	
Aceite para Freir	Lt	0.300	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. Agregar al procesador los chicharos, el agua, la cebolla y la sal.
2. Sacar de el procesador y agregar la harina de maiz.
3. Calentar el aceite para freír.
4. Porcionar la pasta de chícharo en la sartén cucharada a cucharada y freír las hasta que se dore a color marron dorado.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Vatapá	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	2

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Camarón Seco	Kg	0.050	
Camarón Fresco	Kg	0.300	
Cebolla blanca	Kg	0.100	
Ajo	Kg	0.060	
Chile morita	Kg	0.005	
Chile arbol	Kg	0.005	
Malagueta (pimienta dulce)	Kg	0.005	
Aceite	Lt	0.050	
Fondo	Lt	0.250	
Crema de Maní	Kg	0.050	
Leche de Coco	Lt	0.100	
Pan Molido	Kg	0.050	
Pimienta de Molino	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. Moler en un procesador, la cebolla, el ajo, los chiles y el camarón seco hasta que llegue a una pasta.
2. Calentar un Sarten con aceite. Agregar la pasta de camarón.
3. Agregar el fondo, la crema de maní, el pan rallado, sal y pimienta. Incorporar los sabores.
4. Agregar los camarones y leche de coco. Cocinar a fuego bajo.
5. Servir con el Acarajé al lado.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Escondidinho de Carne	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	2

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Papas	Kg	0.800	
Carne Molida	Kg	0.200	
Queso Mozzarella	Kg	0.100	
Aceite	Lt	0.050	
Cebolla	Kg	0.100	
Leche	Lt	0.100	
Oregano	Kg	0.005	
Pimienta Blanca	Kg	0.005	
Mantequilla	Kg	0.020	
Tomate	Kg	0.200	
Pure de tomate	Lt	0.050	
Ajo	Kg	0.020	
Sal	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. Cocinar la papas a la inglesa.
2. Sofreír cebolla y ajo saltear carne molida de res, condimentar con sal, pimienta. Agregar el tomate y el pure. Reservar.
3. Engrasar un recipiente para honear cubrir con la mitad del puré de papas, una capa de queso y la carne picada.
4. Cubrir con el resto de las papas. Finalizar con el queso.
5. Llevar al Horno a 180 grados por 20 minutos o hasta que dore.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Peixe na Telha	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	3

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pescado Entero	Kg	0.500	
Limon	Kg	0.050	
Ajo	Kg	0.030	
Aceite	Lt	0.100	
Leche de Coco	Lt	0.100	
Harina de maiz (maseca)	Kg	0.050	
CALDO			
Perejil	Kg	0.010	
Cilantro	Kg	0.010	
Chile Serrano	Kg	0.010	
Cebolla Cambray (toda)	Kg	0.030	
Pimienta	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	
Cebolla	Kg	0.150	
Ajo	Kg	0.040	
Aceite	Lt	0.100	
Paprika (dulce)	Kg	0.005	
Fondo	Lt	0.500	
Perejil	Kg	0.010	
Cebollin	Kg	0.250	
Cilantro	Kg	0.010	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
DECORACION			
Cebolla Cambray	Kg	0.030	
Tomate	Kg	0.050	
Pimiento Verde	Kg	0.100	
Aceitunas Verdes	Kg	0.030	

METODO DE PREPARACION:

1. Marinar el Pescado con el Ajo y el Zumo de Limon.
2. Dorar el Pescado en una sarten con aceite y reservar.

Para el Caldo

1. Calentar el aceite, dorar la cebolla, agregar el ajo y paprika.
2. Verter el fondo en una cazuela de barro, con el fuego encendido.
3. Combinar la leche de coco con la harina como slurry.
4. Añadir la preparacion de la leche de coco al caldo.
5. Agregar el pescado.
6. Decorar con cebolla cambray (parte verde y blanca), los pimientos, el perejil, el cilantro, los tomates y aceitunas.
7. Permitir que todo hierva junto.
8. Servir Bien Caliente



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Espadas de Frango	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	3

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Churrasco	Kg	0.300	
Pechuga de pollo	Kg	0.300	
Aceite de Olivo	Lt	0.150	
Limon	Kg	0.100	
Cebolla Morada	Kg	0.150	
Pimiento Rojo	Kg	0.150	
Pimiento Verde	Kg	0.150	
Calabaza	Kg	0.150	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Perejil (decoracion)	Kg	0.005	
Ajo	Kg	0.500	
Queso crema	Kg	0.080	
Piña	Kg	0.300	
Azucar	Kg	0.050	
Canela molida	Kg	0.005	
Bolillo	pz	2	
Carbon	Kg	1	

METODO DE PREPARACION:

1. Limpiar y Sanitizar las Espadas. Precaentar el Grill.
2. Porcionar la pechuga, la carne y los vegetales. Macerar los ingredientes por separado con el aceite y el limon.
3. Montar y asar las Espadas.
4. Rellenar los panes con ajo, queso, sal y perejil.
5. Colocar la piña en la espada y cubrir con una combinacion de azucar y canela. Llevar luego al fuego.
6. Servir caliente.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Feijoada	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	3

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Para La Carne			
Costilla de Cerdo	Kg	0.100	
Lomo de Cerdo	Kg	0.100	
Machaca	Kg	0.050	
Chorizo Blanco	Kg	0.100	
Frijol y Adjuntos			
Frijol Negro	Kg	0.200	
Cebolla	Kg	0.100	
Cebolla Cambray	Kg	0.050	
Laurel	Kg	0.005	
Ajo	Kg	0.020	
Pimienta	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. En una olla colocar los frijoles con el laurel, cebolla ajo. Cuando esten ligeramente suave pero firmes continuar paso 2.
2. En un sartén dorar las carnes y reservar.
3. Agregar las carnes a los frijoles permitir que hiervan todas juntas.
4. Rectificar la sazón.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Moqueca de Peixe	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	3

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pescado	Kg	0.400	
Pimiento Verde	Kg	0.100	
Pimiento Rojo	Kg	0.100	
Chile california	Kg	0.010	
Tomate	Kg	0.100	
Cebolla	Kg	0.100	
Aceite de Olivo	Lt	0.030	
Salsa de Soya	Lt	0.020	
Azafran	Kg	0.005	
Limon	Kg	0.020	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Fondo	Lt	0.300	
Perejil	Kg	0.010	
Leche de Coco	Lt	0.150	

METODO DE PREPARACION:

1. En una cacerola colocar una capa de cebolla, tomate y pimientos surtidos.
2. Finalizar con los filetes de Pescado
3. En un bolw mezclar los ingredientes saborizantes y la mitad del fondo bañar el pescado lentamente.
4. Combinar la leche de coco y el fondo sobrante, incorporar al pescado.
5. Tapar con el resto de los vegetales.
7. Cubrir on papel aluminio llevar al horno a 180.
9. Cuando el pescado está cocido, espolvorear con el perejil y cebollino.

Nota recomendacion servir Caliente con Arroz Blanco



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Empanada Brasileira	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	3

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Para La Masa			
Harina trigo	Kg	0.400	
Crema acida	Lt	0.200	
Aceite para freir	Lt	0.500	
Sal	Kg	0.005	
Harina extra	Kg	0.050	
Para El Relleno			
Camaron	Kg	0.300	
Cebolla	Kg	0.150	
Tomate	Kg	0.060	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Ajo	Kg	0.030	
Queso crema	Kg	0.050	
Aceite de oliva	Lt	0.050	
Yema	Kg	0.060	

METODO DE PREPARACION:

1. Preparación masa: combinar la harina tamizada con la crema. Dejar reposar 30 minutos estirar y cortar los discos.
2. Relleno: Sofreír la cebolla, el ajo y el tomate. Incorporar el camarón sazonar. Apagar y agregar el queso.
3. Permitir que el relleno se enfrie antes de continuar.
4. Rellenar la masa. Cerrar barnizar con la yema batida.
5. Hornear 20 minutos a 180 grados.

Nota La masa permite tambien que se fria la empanada. Solo no barnice la empanada.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Frango com Quiabo	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	3

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Okra	Kg	0.150	
Pollo pechuga	Kg	0.300	
Ajo	Kg	0.030	
Cebolla	Kg	0.100	
Aceite	Lt	0.050	
Pimiento verde	Kg	0.150	
Perejil	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Paprika	Kg	0.005	
Fondo de pollo	Lt	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Sazonar el Pollo con la paprika, el ajo, sal y pimienta.
2. Cortar la okra. Colocar en agua con sal.
3. En una olla blanquear la okra.
4. Sofreir en un sarten cebolla y ajo, incorporar el pollo.
5. Agregar la okra el pimiento al pollo. Dejar reducir lentamente.
6. Decorar con perejil picado.

Nota recomendacion servir Caliente con arroz y/o frijol negro.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - BRASIL

Nombre de la receta:	Arroz con Banana	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	3

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Arroz	Kg	0.300	
Platano Macho Maduro	Kg	0.200	
Crema de Leche	Kg	0.100	
Mozzarella	Kg	0.050	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Aceite	Lt	0.300	

METODO DE PREPARACION:

1. Cocinar el arroz blanco.
2. Cortar el maduro en rodajas finas y saltearlo hasta casi caramelizar.
3. Agregar al arroz la crema el queso y el platano.
4. Servir caliente.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Cocada	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	4

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Coco rallado	Kg	0.150	
Huevo	Kg	0.120	
Limon	Kg	0.050	
Leche condensada	Lt	0.150	
Vainilla	Lt	0.015	
Harina de trigo	Kg	0.060	

METODO DE PREPARACION:

1. Batir los huevos hasta doblar el volumen.
2. Incorporar la leche condensada y el coco
3. Agregar la ralladura del limon .
4. Con una cuchara poner en una charola la masa, hornear a 180° por 20 min o hasta que tomen color dorado.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Aji de Camarones	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	4

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Camarones frescos	Kg	0.600	
Cacahuete	Kg	0.100	
Ajo	Kg	0.020	
Leche evaporada	Lt	0.200	
Pan de molde	Pza	2	
Queso fresco	Kg	0.100	
Pimiento amarillo	Kg	0.200	
Crema de leche	Lt	0.100	
Cebolla	Kg	0.200	
Agua	Tz	1	
Pasta de aji	Kg	0.020	
Aceite	Lt	0.050	

METODO DE PREPARACION:

1. Saltearlas en aceite las cascaras del camaron hasta que cambien de color, agregar agua y cocinar, licuar y reservar.
2. Cortar la mitad de la cebolla. Quitarle las venas y semillas al ají amarillo, licuarlo ambos con un poco de leche.
3. Remojar los panes con la leche restante y licuar.
4. Acitronar la cebolla en aceite junto con el ajo. Agregar la preparacion del ají. Incorporar el pan con la leche.
5. Finalizar con la crema.
6. Incorpora los camarones limpios en la salsa y dejar reducir a temperatura baja.
7. En un sartén tostar el cacahuete sin aceite. Enfriar y cortar finamente con el cuchillo.
8. Cortar el queso en cubos medianos.
9. Servir los camarones en la salsa terminar con el queso y el cacahuete de decoracion.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Causa Limeña	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	4

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Papa amarilla	Kg	0.800	
Aceite de oliva	Lt	0.050	
Sal	Kg	0.005	
Pimiento amarillo	Kg	0.150	
Habanero	Kg	0.005	
Aguacate	Kg	0.200	
Huevo	Kg	0.120	
Limon	Kg	0.050	
Mayonesa	Lt	0.050	
Cebolla morada	Kg	0.080	
Cilantro	kg	0.010	
Aji en pasta	Lt	0.020	
Pimiento rojo	Kg	0.150	
Pollo pechuga	Kg	0.300	
Sal	Kg	0.005	
Crema	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Cocinar las papas a la inglesa, hacer un pure. Sazonar con sal pimienta y jugo de limon.
2. Saltear en aceite de oliva, el pimiento amarillo, el aji y el habanero. Retire del fuego y licuar.
3. Regrese al sartén mezcle con el pure de papa para que tome color. Reservar.
4. Picar en julianas finas el pimiento rojo y cebolla morada. Macerar con el limon y sal.
5. Colocar en agua con sal los huevos hasta que sean huevos duros.
6. Cocinar el pollo a la inglesa, enfriar. Deshebrar y combinar con la mayonesa.
7. Cortar el aguacate reservar.
8. Para el montaje Colocar por capas.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Ceviche Peruano	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	4

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pescado blanco	Kg	0.500	
Limon	Kg	0.200	
Ajo	Kg	0.015	
Apio	Kg	0.080	
Cebolla morada	Kg	0.200	
Camote	Kg	0.150	
Cilantro	Kg	0.020	
Pepino	Kg	0.200	
Sal	Kg	0.005	
Naranja agria	Kg	0.300	
Chile california	KG	0.005	
Lechuga Francesa	KG	0.100	
Maiz pozolero	Kg	0.070	
Chile amarillo	Kg	0.005	
Aceite vegetal	Lt	0.300	
Platano verde	Kg	0.200	

METODO DE PREPARACION:

1. Pelar los camote y cocinar en Chips. Freir en aceite.
2. Picar el pepino sin semillas, chile y Apio en brunoise. Mezclar, sazonar y reservar.
3. Exprimir el limon, la naranja y licuar con los chiles y un ajo.
4. Marinar el pescado con la leche de tigre.
5. Cortar la cebolla en juliana. Agregar al ceviche junto con el cilantro.
6. Rectificar el sabor.

Decorar con la Lechuga francesa, Camote y elote.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Leche de Tigre	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	4

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Limon	Kg	0.050	
Marinada de Ceviche	Lt	0.200	
Ajo	Kg	0.020	
Vino Blanco	Lt	0.050	
Vodka	Lt	0.050	
Aji Verde (Serrano)	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Hielo	Kg	0.020	
Chile tajin	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. Mezclar en un bolw la marinada de ceviche, con ajo y jugo de limon.
2. Incorporar vino blanco y vodka a la mezcla.
3. Colocar el toque de chile sin semillas.
4. Enfriar una copa martinera en hielo.
5. Retire el hielo haga un escarchado de sal y chile a la copa.
6. Servir la mezcla fria y disfrutar.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Arroz con Leche Cremoso	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	4

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Arroz	Kg	0.200	
Leche evaporada	Lt	0.200	
Agua	Lt	0.400	
Canela en rama	Kg	0.010	
Canela en polvo	Kg	0.005	
Pasas	Kg	0.050	
Azucar	Kg	0.150	
Vainilla	Lt	0.020	
Naranja	Kg	0.200	
Clavo de olor	Kg	0.002	
Manta de cielo			

METODO DE PREPARACION:

1. Hacer un sache con la canela en rama, clavos y cascara de naranja.
2. Cocina en una olla el arroz con el agua y el sachet a fuego medio.
3. A mitad de la coccion agrega el azucar, leche evaporada, pasas y vainilla cocinar a fuego lento.
4. Cuando el arroz este a en el punto cremoso retire el sache.
5. Al momento de servir espolvoree con canela molida.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Sopa Huachana	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	5

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Agua	Lt	1.500	
Cebolla	Kg	0.100	
Fideos cabellos de ángel	Kg	0.050	
Pavo	Kg	0.200	
Jitomate	Kg	0.200	
Ajo	Kg	0.020	
Sal y pimienta	Kg	0.005	
Costillas de cerdo	Kg	0.200	
Carne de res	Kg	0.200	
Perejil	Kg	0.005	
Chile de arbol	Kg	0.005	
Achiote	Kg	0.010	
Manteca de cerdo	Kg	0.020	
Aji	Kg	0.010	
Platano macho maduro	pza	1	
Salchicha de cerdo	Kg	0.100	
Aceitunas verdes	Kg	0.020	

METODO DE PREPARACION:

1. En una olla colocar las carnes, el agua y deje cocinar.
2. Corte los vegetales como le indique el chef reserve. En la manteca sofria el achiote, la salchicha y los vegetales. Agregar a la
3. En otro sartén freir los cubos de platano y reservar.
4. Para finalizar agregar al caldo los fideos, pasas, platano, aceitunas y cocinar 5 minutos mas.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Ají de Gallina	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	5

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pollo	Kg	0.300	
Pimiento amarillo	Kg	0.100	
Chile California	Kg	0.010	
Habanero	Kg	0.010	
Ajo	Kg	0.020	
Cebolla blanca	Kg	0.200	
Aji	Kg	0.020	
Nuez	Kg	0.070	
Leche evaporada	Lt	0.250	
Sal	Kg	0.005	
Galleta Salada	pza	10	
Guarnicion			
Huevo	Kg	0.120	
Papa	Kg	0.250	
Perejil	Kg	0.010	
Aceituna negra	pza	5	

METODO DE PREPARACION:

1. Poner a cocer el pollo con suficiente agua. Reservar el agua para ahí mismo cocer el huevo y la papa.
2. En otra olla cocer los chiles. Llevar a la licuadora junto con el aji.
3. Cortar cebolla y ajo en brunoise.
4. Sofreir en un sartén la cebolla ajo, agregar la pasta de chiles, la nuez y las galletas saladas bien molidas.
5. Incorporar la leche evaporada poco a poco para no perder el sabor picoso ni el color.
6. Agregamos el pollo desebrado.
7. Finalizar con la papa, huevo duro, aceituna y perejil para decorar.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Papa a la huancaína	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porción:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparación:	
Costo por porción:		Día	5

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Papa	Kg	0.600	
Crema	Lt	0.100	
Ajo	Kg	0.020	
Sal	Kg	0.005	
Agua	Lt	0.500	
Mantequilla	Kg	0.050	
Galletas saladas	Pza	3	
Huevo	Kg	0.120	
Aji amarillo	Lt	0.030	
Chile California	Kg	0.100	
Leche evaporada	Lt	0.100	
Queso crema	Kg	0.100	
Leche entera	Lt	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. En una olla colocar las papas en cocción a la inglesa. Reservar
2. Colocar en la licadora los chiles, galleta, la leche y la crema sal pimentar. En una olla colocar la salsa con el queso.
3. Cocinar el huevo a la inglesa.
4. Para servir colocar las papas bañar con la salsa y decorar con el huevo.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Suspiro de Limeña	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	5

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Leche Evaporada	Lt	0.130	
Leche Condensada	Lt	0.130	
Huevo	Kg	0.120	
Azucar refinada	Kg	0.130	
Jerez	Lt	0.050	
Canela en polvo	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. Hervir la leche evaporada junto con la leche condensada hasta espesar un poco.
2. En un bolw blanquear las yemas con 50 gr de azucar, batir las yemas hasta punto liston.
3. Agregar la leche a las yemas y temperar, regresar al fuego bajo la preparcion, remover hasta espesar.
4. Dejar enfriar y colocar en una copa.
5. Con las Claras, Batir hasta punto de turrón, agregar poco a poco 100 gramos de azucar hasta obtener un merengue Suizo.
6. Por ultimo agregar el Jerez a las claras.
7. Colocar el merengue en una manga y servir sobre la salsa. Terminar el plato rociando canela en polvo.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Adobo Arequipeño	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	5

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Chuleta de cerdo	Kg	0.400	
Canela en rama	Pza	2	
Chile Manzano	Kg	0.030	
Habanero	Kg	0.100	
Pimiento rojo	Kg	0.200	
Cebolla Morada	Kg	0.200	
Vinagre de vino tinto	lt	0.030	
Sal	Kg	0.005	
Comino	Kg	0.005	
Chile Dulce	Kg	0.010	



METODO DE PREPARACION:

1. Poner en una olla con agua todos los chiles y cebolla a hervir, hasta lograr una pasta.
2. Adobar las chuletas con la pasta y Sazonar. Marinar minimo 20 minutos
3. Calentar en un sartén aceite y colocar las chuletas. Agregar 100 ml de agua dejar que se cocinen.
4. Cuando esten listas reetirar y hacer una salsa con lo que queda en el sartén .
5. Servir en la salsa. Caliente con la chuleta.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PERÚ

Nombre de la receta:	Arroz Chaufa	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:		Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	5

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Arroz	Kg	0.250	
Pollo pechuga	Kg	0.150	
Salchicha	Kg	0.100	
Huevos	Kg	0.120	
Jengibre fresco	Kg	0.020	
Pimiento rojo	Kg	0.150	
Cebolla cambray	Kg	0.080	
Sal	Kg	0.005	
Aceite vegetal	Lt	0.100	
Pimienta	Kg	0.005	
Salsa soja	Lt	0.100	
Aceite ajonjoli	Lt	0.030	

METODO DE PREPARACION:

1. Cocina en una olla el arroz blanco sin sal a fuego medio. Cuando este listo retire del fuego deje enfriar en una charola.
2. Bata ligeramente los huevos cocine como omelet delgado en un sarten. Retire del fuego corte en tiras.
3. Cortar el pollo y la salchicha en cubos. Al igual que los pimientos. Corte la parte blanca y verde de la cebolla cambray.
4. En un sarten sofria la parte blanca de la cebolla el pollo, salchicha y el jengibre rallado.
5. En lo que este listo el pollo agregar el pimiento.
6. Coloque en un wok o sarten una cucharada de aceite y caliente.
7. Incorpore el arroz y sofreir un poco.
8. Agregar la salsa de soja. Incorpora el pollo con salchicha.
9. Luego incorpora el omelet. Rectifique el sabor apague y agregue el aceite de ajonjoli.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - VENEZUELA

Nombre de la receta:	Pabellon criollo	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:		Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	6

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Carne (para deshebrar)	Kg	0.200	
Frijoles negros	Kg	0.100	
Arroz	Kg	0.200	
Platano macho maduro	Kg	0.200	
Pimiento rojo	Kg	0.150	
Sal	Kg	0.005	
Pure tomate	Lt	0.050	
Ajo	Kg	0.020	
Cebolla	Kg	0.300	
Aceite vegetal	Lt	0.200	
Achiote	Kg	0.010	
Zanahoria	Kg	0.150	
Queso panela	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. En una olla cocinar el arroz blanco.
2. Coloque una olla y cocine la carne a la inglesa, deje enfriar y luego desebre.
3. En un sartén hacer un sofrito con el aceite, achiote, cebolla y ajo agregar la carne.
4. Incorpore el pure de tomate a la preparación.
5. En una olla cocinar el frijol con laurel y agua. Hasta que este suave pero firme.
6. En un sartén sofreír la cebolla y el ajo agregarlo al frijol. Sal pimentar.
7. Corte los platanos diagonal. y colocar a freír en abundante aceite.
8. Colocar a freír los platanos en abundante aceite.
9. Porcione el queso.

Nota: sugerencia del montaje coloque cada preparación por separado en el mismo plato.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - VENEZUELA

Nombre de la receta:	Bienmesabe	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	6

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Bizcocho			
Harina de trigo	Kg	0.200	
Azucar	Kg	0.200	
Huevos	Kg	0.360	
Vainilla	Lt	0.015	
Relleno			
Leche de coco	Lt	0.250	
Huevos/ yemas	Kg	0.180	
Azucar	Kg	0.100	
Agua	Lt	0.250	
Fecula de maiz	Kg	0.030	
Merengue			
Azucar	Kg	0.080	
Huevos (clara)	Kg	0.100	
Sirop			
Azucar	Kg	0.050	
Coco rallado	Kg	0.050	
Ron añejo	Lt	0.050	
Leche de coco	Lt	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Para el bizcocho batir los 6 huevos con el azucar. Hasta que doble su tamaño. Agregar entonces la vainilla.
2. Incorporar la harina tamizada en forma de lluvia.
3. Colocar en el molde para hornear. Llevar al horno por 20 minutos a 180 grados.
4. Para preparar el sirop. Mezclar el coco, la leche de coco y el azucar. Agregar el ron. Revolver. Reservar.
5. En un bolw combinar las yemas con la fecula.
6. En un olla calentar la leche, agua y azucar. Temperar con el contenido del bolw.
7. Llevar nuevamente al fuego hasta espesar.
8. Preparar un Merengue suizo. Para la parte superior del postre.

Montaje

9. Cortar el bizcocho en capas cuando este frio y colocar en la base del reciente la primera capa.
10. Bañar con sirop el bizcocho.
11. Colocar el relleno y repetir bizcocho. Formar la siguiente capa.
12. Sobre la ultima capa de bizcocho bañe con sirope y finalizar con el merengue.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - VENEZUELA

Nombre de la receta:	Mojito en coco	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:		Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	6

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Carne	Kg	0.300	
Cebolla	Kg	0.100	
Sal	Kg	0.005	
Achiote	Kg	0.010	
Ajo	Kg	0.015	
Laurel	Kg	0.005	
Aceite vegetal	Lt	0.050	
Leche de coco	Lt	0.150	
Chile Arbol	Kg	0.005	
Cebolla de canbray	Kg	0.050	
Pimienta roja	Kg	0.150	
Agua	Lt	0.250	
Coco rallado (sin azucar)	Kg	0.050	

METODO DE PREPARACION:

1. Lipiar la carne, colocar en una olla con poca agua, sal, laurel y dejar hervir. Hasta que se encuentre al dente.
2. Sofreir en un sartén aceite, cebolla, ajo, chile, pimienta y achiote. Retire del fuego y agregue a la carne.
3. Incorporar la leche de coco a la carne. Sal y pimienta.
4. Permitir que todos los sabores se combinen.

Nota: Servir caliente.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - VENEZUELA

Nombre de la receta:	Pisca Andina	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:		Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	6

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Fondo de pollo	Lt	0.500	
Papas	Kg	0.300	
Queso blanco fresco	Kg	0.100	
Cebolla cambray	Kg	0.050	
Ajo	Kg	0.015	
Margarina	Kg	0.050	
Leche	Lt	0.250	
Cilantro	Kg	0.010	
Huevos	Kg	0.120	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Pollo	Kg	0.200	

METODO DE PREPARACION:

1. En una olla sofreir la cebolla y el ajo en la margarina.
2. Agregar el fondo y las papas a cocinar a temperatura media. Cuando suavice incorporar la leche.
3. Hervir y agregar los huevos mover para formar los hilos.
4. Al momento de servir agregar el queso y el cilantro.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - VENEZUELA

Nombre de la receta:	Arepas	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:		Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	6

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Harina maiz (P.A.N)	Kg	0.250	
Sal	Kg	0.005	
Agua	Lt	0.350	
Relleno			
Mayonesa	Kg	0.100	
Aguacate	Kg	0.250	
Cilantro	Kg	0.010	
Ajo	Kg	0.020	
Cebolla	Kg	0.100	
Aceite vegetal	Lt	0.100	
Limon	Kg	0.050	
Tomate	Kg	0.080	
Queso blanco	Kg	0.100	
Margarina	Kg	0.050	
Pollo pechuga	Kg	0.200	

METODO DE PREPARACION:

1. Para la masa coloque en un bolw el agua y la sal. Agregue poco a poco la harina de maiz.
2. Amasar dentro del bolw hasta conseguir. La textura debe ser firme y manejable al final.
3. Caliente 1 cucharada de aceite en un sarten coloque las arepas hasta dorar. Retire del fuego y hornee. Servir caliente.
4. Para el pollo cocine a la inglesa, retire del fuego y deshebrar.
5. Deje enfriar y agregue la mayonesa.
6. Corte los vegetales como indique el chef.
7. En un bolw mezcle los ingredientes del relleno como le indique el chef.

Montaje

8. Abra la arepa como le indique el chef y coloque el relleno.

Nota las arepas tienen diferentes rellenos al igual que algunas variaciones en la masa dependiendo de la zona del país.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - VENEZUELA

Nombre de la receta:	Guasacaca	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	6

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Cebolla blanca	Kg	0.200	
Cilantro	Kg	0.020	
Pimiento verde	Kg	0.150	
Aguacate	Kg	0.200	
Ajo	Kg	0.020	
Aceite vegetal	Kg	0.080	
Sal	Kg	0.005	
Pimienta	Kg	0.005	
Limon	Kg	0.030	

METODO DE PREPARACION:

1. Cortar todos los ingredientes menos el limon en petit brunoise.
2. Al cortar el aguacate agregar el limon.
3. Mezclar todos los ingredientes en juntos. Terminar con la sal y pimienta.
4. Colocar el toque de aceite.
5. Servir frio.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - COLOMBIA.

Nombre de la receta:	Ajiaco Colombiano	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	7

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pollo	Kg	0.200	
Papa blanca	Kg	0.200	
Papa cambray	Kg	0.200	
Elote	pieza	1	
Crema	Lt	0.100	
Cebolla cambray	Kg	0.050	
Cilantro	Kg	0.010	
Ajo	Kg	0.015	
Cebolla	Kg	0.150	
Pimienta	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	
Agua			

METODO DE PREPARACION:

1. Cortar el pollo y la papa en cubos.
2. Porcionar el elote en 3 partes.
3. En una olla cocine el pollo, elote y las papas a la inglesa, Sal pimentar.
4. En un sartén sofreír la cebolla y el ajo. Agregar al caldo.
5. Permita que todos los sabores se combinen, retire del fuego cuando la papa este suave.

Nota: La crema y el cilantro se coloca al momento de servir.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - COLOMBIA.

Nombre de la receta:	Agua de panela	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	7

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Piloncillo	Kg	0.250	
Limonos	Kg	0.300	
Agua	Lt	1	
Hielo			

METODO DE PREPARACION:

1. En una olla hervir el piloncillo en agua.
2. Retire del fuego y dejar enfriar la infusion.
3. Agregar el jugo de limon a la infusion.
4. Servir frio con abundante hielo.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - COLOMBIA.

Nombre de la receta:	Almojobana	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	7

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Harina de maiz P. A. N.	Kg	0.250	
Queso fresco	Kg	0.100	
Huevo	Kg	0.060	
Azucar	Kg	0.030	
Polvo de Hornear	Kg	0.010	
Sal	Kg	0.005	
Leche	Lt	0.050	
Queso cotija	Kg	0.100	
Agua	Lt	0.2	

METODO DE PREPARACION:

1. Soltar el queso con las manos.
2. En un bolw incorporar a la leche, la sal y el azucar. Luego la harina y polvo de hornear poco a poco.
3. Por ultimo agregar el queso, el huevo es opcional si falta humedad.
4. Cuando tengas la consistencia porcionar y bolear.
5. Llevar al horno de 25 a 30 minutos a 180 grados.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PANAMEÑA, COLOMBIANA.

Nombre de la receta:	Carimañola	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	7

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Harina de yuca	Kg	0.300	
Queso manchego	Kg	0.100	
Carne molia	Kg	0.100	
Agua	Lt	0.100	
Pimiento rojo	Lt	0.100	
Sal	Kg	0.005	
Pure tomate	Lt	0.015	
Ajo	Kg	0.010	
Cebolla	Kg	0.200	
Aceite vegetal	Lt	0.400	
Harina de trigo	Kg	0.100	
Huevo	Kg	0.060	
Harina de maiz PAN	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Pelar y Cocinar la yuca en una olla con agua y sal.
2. Retire la yuca del fuego y haga un pure.
3. Deje reposar incorpore el huevo y el queso. Luego poco a poco la harina necesaria.
4. En un sartén sofreír en aceite cebolla y ajo agregar la carne, pimiento y pure de tomate. Reservar.
5. Darle forma al pure y rellenar con la carne y cerrar
6. En una olla con abundante aceite freír cada pieza.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - HONDURA, SALVADOR.

Nombre de la receta:	Pupusas	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	7

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Masa maiz nixtamal	Kg	0.300	
Frijoles negros	Kg	0.100	
Cebolla morada	Kg	0.300	
limon	Kg	0.050	
Col	Kg	0.100	
Sal	Kg	0.005	
Vinagre blanco	Lt	0.050	
Chicharron Asiento	Kg	0.050	
Cilantro	Kg	0.005	
Aceite vegetal	Lt	0.050	
Queso fresco	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Cocina en una olla los frijoles. Retire del fuego moler.
2. Combine en un bolw la masa con la sal y la mitad del asiento.
3. Combinar en un bolw los frijoles, el queso y el resto del asiento.
4. Mezclar la masa de maiz, agregar los frjoles como relleno y cerrar en forma redonda.
6. Calentar un comal con poco aceite, colocar las pupusas hasta dorar por ambos lados.
7. Cortar la cebolla en juliana y colocar en un bolw a encurtir con sal, vinagre y limon.
8. Cortar el repollo en juliana. Y blanquear.

Nota: para el montaje servir la pupusa y colocar por arriba la col y la cebolla preparada.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - COSTA RICA.

Nombre de la receta:	Gallo Pinto	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	7

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Cebolla	Kg	0.200	
Frijoles negros	Kg	0.150	
Arroz	Kg	0.200	
Pimiento rojo	Kg	0.100	
Aceite vegetal	Kg	0.050	
Sal	Kg	0.005	
Ajo	Kg	0.020	
Cilantro	Kg	0.010	

METODO DE PREPARACION:

1. Cocinar en una olla los frijoles con agua, sal y la mitad de la cebolla. Deben quedar con caldo.
2. En una olla cocinar el arroz en blanco. Cuando este listo distribuir en una charola para enfriar.
3. Calentar en una olla aceite agregar la cebolla, pimiento y el ajo. Incorporar el arroz y los frijoles.
4. Permitir que todo se cocine junto.
5. Finalizar con el cilantro al momento de servir.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - COSTA RICA.

Nombre de la receta:	Chifrijo	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	7

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Chicharron	Kg	0.100	
Pierna de cerdo	Kg	0.150	
Tomate	Kg	0.100	
Cilantro	Kg	0.010	
Pepino	Kg	0.100	
Sal	Kg	0.005	
Oregano	Kg	0.005	
Ajo	Kg	0.020	
Cebolla	Kg	0.150	
Aceite vegetal	Lt	0.250	
Limon	Kg	0.050	
Frijoles rojos o pintos	Kg	0.100	
Harina Maseca	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Porcionar las carnes de cerdo y marinar con el oregano.
2. Cocinar las carnes del cerdo.
3. Cortar pepino, tomate, mitad de la cebolla y cilantro. Hacer un pico de gallo con el limon y reservar.
4. En una olla cocinar el frijol en agua.
5. Sofreir en un sarten la cebolla y el ajo agregar al frijol. Sal pimentar.
6. Hacer la masa de tortillas pasar por el comal. Corte las tortillas en triangulos y freir en abundante aceite.

Nota:

Montaje servir los frijoles arriba el pico de gallo y por ultimo el cerdo. Servir con las tortillas crocantes y el chicharon.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - URUGUAY.

Nombre de la receta:	Pamplona Uruguaya	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	8

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pechuga de pollo	Kg	0.300	
Jamon rebanado	Kg	0.100	
Queso manchego	Kg	0.100	
Tocino	Kg	0.100	
Oregano	Kg	0.005	
Ajo en polvo	Kg	0.005	
Margarina	Kg	0.100	

METODO DE PREPARACION:

1. Cortar la pechuga estilo mariposa.
2. Sobre una porcion de papel aluminio colocar el tocino ordenado, luego la pechuga de pollo.
3. Colocar sal, pimenta, ajo y oregano a el pollo, rellenar con jamon y queso.
4. Cerrar el pollo sobre el tocino.
5. Llevar al horno a 180 por 20 minutos, voltear 20 minutos mas.
6. Retirar el papel y colocar el pollo en un sarten o grill para que dore el tocino antes de servir.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - URUGUAY.

Nombre de la receta:	Faina Uruguaya	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	8

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Garbanzos Harina	Kg	0.200	
Agua	Lt	0.500	
Sal	Kg	0.005	
Aceite de oliva	Lt	0.050	
Ensalada			
Lechugas mixtas	Kg	0.050	
Corazon de alcachofas	Kg	0.030	
Tomates	Kg	0.050	
Aceite de oliva	Lt	0.050	

METODO DE PREPARACION:

1. En un bowl colocar la sal y el agua agregar poco a poco la harina de garbanzos.
 2. Agregar 2 cucharadas de aceite de oliva a la mezcla y dejar reposar en el refri 2 horas.
 3. En el recipiente de horno colocar 2 cucharadas de aceite de oliva y calentar. Retire del horno y agregar la mezcla.
 4. Llevar al horno por 20 minutos a 180, hasta que dore.
- Nota para la ensalada cortar y mezclar los ingredientes.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PARAGUAY.

Nombre de la receta:	Chipa Guasu	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	8

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Maiz en grano	Kg	0.250	
Huevos	Kg	0.060	
Queso blanco cremoso	Kg	0.130	
Cebolla	Kg	0.080	
Leche	Lt	0.130	
Sal	Kg	0.005	
Margarina	Kg	0.050	

METODO DE PREPARACION:

1. Cortar la cebolla. Calentar un sartén con la margarina acitronar la cebolla en la grasa y reservar.
2. En la licuadora colocar el maiz,sal y la leche.
3. En un bowl colocar la mezcla, agregar los huevos y el queso.
4. Incorporar la cebolla y mezclar.
5. Colocar en un refratorio para horno.
6. Hornear a 170 grados por 40 a 45 minutos.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PARAGUAY.

Nombre de la receta:	Vori Vori	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	8

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Pierna de pollo	Kg	0.300	
Cebolla	Kg	0.150	
Cebolla cambray	Kg	0.050	
Pimiento rojo	Kg	0.100	
Oregano	Kg	0.005	
Pimiento verde	Kg	0.100	
Harina de maiz PAN	Kg	0.100	
Aceite de oliva	Lt	0.030	
Queso fresco	Kg	0.050	

METODO DE PREPARACION:

1. Porcionar el pollo, cortar la cebolla y pimiento.
2. En un sartén colocar el aceite sofreír los vegetales, agregar el pollo. Dejar hervir 5 minutos.
3. En un bolw colocar la harina y agregarle poco a poco caldo de pollo mezclar con una cuchara. En lo que enfrie hacer bolitas y reservar.
4. Cuando el pollo ya este bajar la temperatura agregar la masa ando floten. Apague agregue el queso, oregano y la parte verde de la cebolla cambray.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - PARAGUAY.

Nombre de la receta:	Payagua Mascada	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	8

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Harina de trigo	Kg	0.100	
Polvo de hornear	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	
Carne molida	Kg	0.250	
Harina de yuca	Kg	0.200	
Ajo	Kg	0.010	
Aceite vegetal	Lt	0.300	
Cebolla de Cambray	Kg	0.030	
Comino	Kg	0.005	
Perejil	Kg	0.020	
Pimienta	Kg	0.005	

METODO DE PREPARACION:

1. En un bolw mezclar las dos harinas y la sal. Reservar.
2. En un sartén acitronar la cebolla con el ajo, agregar el comino y la pimienta. Deje enfriar.
3. En un bolw coloque la carne agregar la cebolla, sal, pimienta, perejil y la parte verde de la cebolla cambray.
4. Incorporar la carne a las harinas y recctificar el sabor.
5. Porcionar la mezcla
6. Freir en abundante aceite.

Nota: Es mas comun hacerlo con la yuca fresca por su textura.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - CHILE.

Nombre de la receta:	Tomantican	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	8

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Aceite vegetal	Lt	0.050	
Tomate	Kg	0.300	
Maiz de lata	Kg	0.100	
Cebolla	Kg	0.150	
Ajo	Kg	0.020	
Ajo en polvo	Kg	0.010	
Carne de res	Kg	0.300	
Paprika dulce	Kg	0.005	
Aji	Kg	0.020	
Oregano	Kg	0.005	
Pimiento verde	Kg	0.150	
Fondo de res	Lt	1	

METODO DE PREPARACION:

1. Cortar la carne en tiras de 1 dedo de grosor.
2. Escaldar los tomates y cortar en juliana.
3. Cortar cebolla, pimiento en julia y finamente el ajo.
4. En una olla calentar el aceite, acitronar la cebolla y el ajo, incorpora la carne. Dejar hasta que tome color.
5. Agregar los saborizantes, el pimiento y el tomate.
6. Por ultimo incorpore el fondo y deje reducir.
7. Cuando la carne este suave agregar el maiz.



TÉCNICO SUPERIOR UNIVERSITARIO

CHEF DE COCINA INTERNACIONAL

RECETA DE LATINO AMERICANA - CHILE.

Nombre de la receta:	Sopaipillas Pasadas	Clasificación de la receta:	
Número de porciones:	4	Tamaño de la porcion:	
Importe total de la receta:		Tiempo de preparacion:	
Costo por porcion:		Dia	8

INGREDIENTES	UNIDAD DE MEDIDA	CANTIDAD	EJEMPLO DE MONTAJE
Harina de trigo	Kg	0.200	
Polvo de hornear	Kg	0.005	
Sal	Kg	0.005	
Calabaza de castilla	Kg	0.080	
Margarina	Kg	0.020	
Azucar	Kg	0.020	
Aceite vegetal	Lt	0.300	
Salsa			
Piloncillo	Kg	0.100	
Naranja	Kg	0.150	
Clavos	Pz	3	
Fecula de maiz	Kg	0.030	
Agua	Lt	0.250	

METODO DE PREPARACION:

1. Colocar la calabaza a cocinar en agua con sal.
2. Retire del fuego y deje enfriar. Agregar la margarina
3. Tamizar la harina y el polvo de hornear, incorporar con el azucar hasta conseguir una masa manejable.
4. Estirar la masa sobre la mesa, cortar circulos, pinchar con un tenedor. Luego freir hasta dorar.
5. En una olla colocar los ingredientes de la salsa y dejar hervir hasta que se disuelva el piloncillo.
6. Servir la sopaipillas bañadas con la salsa.