



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA EQUINOCCIAL**

**FACULTAD DE TURISMO, HOTELERÍA Y GASTRONOMÍA**

**CARRERA DE GASTRONOMIA**

**Estudio de la repostería tradicional navideña de las culturas  
extranjeras con mayor influencia gastronómica en la ciudad de Quito.**

**Tesis previa a la obtención de título de Administradora Gastronómica**

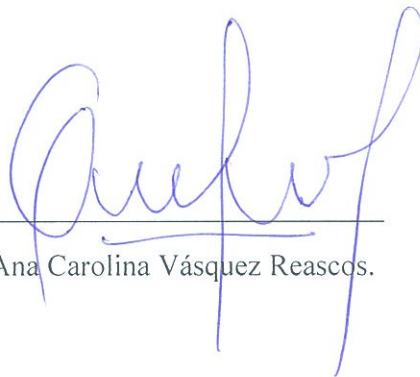
**Autora: Ana Carolina Vásquez Reascos**

**Dir. De tesis: Adm. Gastronómico Camila Burbano.**

**16-06-13**

## AUTORÍA

Del contenido del presente trabajo se responsabiliza el autor.



---

Ana Carolina Vásquez Reascos.

Quito, 16 de Junio de 2013

MSc.  
José Velasco  
Decano de la Facultad de Turismo, Hotelería y Gastronomía  
Presente.-

De mi consideración:

Por medio de la presente informo que la señorita, VÁSQUEZ REASCOS ANA CAROLINA, terminó su tesis titulada "ESTUDIO DE LA REPOSTERÍA TRADICIONAL NAVIDEÑA DE LAS CULTURAS EXTRANJERAS CON MAYOR INFLUENCIA GASTRONÓMICA EN LA CIUDAD DE QUITO", bajo todos los parámetros establecidos por la institución, por lo que indico a usted que está lista para ser revisada por el tribunal que se designe para ello.

Atentamente,



Adm. Camila Burbano

Docente - Tutora

## **Agradecimiento**

Un gran sueño se materializa, dando paso a otro lleno de retos.

Mi agradecimiento va especialmente dirigido a Dios, a mi familia  
y a todos aquellos que han estado presentes en esta  
etapa de mi vida que esta por culminar, y la cual me ha enseñado  
entre muchas cosas la importancia de la humildad.

## Índice

Índice de tablas .....	VII
Plan de tesis.....	VIII
Resumen.....	28
Introducción.....	29
Marco teórico.....	30
1 CAPITULO I “Principales símbolos de la época navideña y fiesta de la primavera” .....	31
1.1.1 Teorías sobre el origen del Árbol de navidad .....	31
1.1.2 Teoría sobre el origen del pesebre .....	33
1.1.3 Teoría sobre el origen de los reyes magos .....	34
1.1.4 Teoría de la historia de dar regalos .....	34
1.1.5 Teoría de la historia de Santa Claus.....	35
1.1.6 Historia del origen del muñeco de nieve.....	37
1.1.7 Teoría sobre el origen del Olentzero.....	38
1.1.8 Teoría sobre el origen de la Befana.....	40
1.1.9 Leyenda del Nian .....	41
2 CAPITULO II “Diagnostico sobre la oferta de la repostería navideña en las culturas con mayor influencia gastronómica de la ciudad de Quito” .....	42
2.1 Colombia.....	43
2.2 Perú .....	44
2.3 EEUU.....	44
2.4 España.....	45
2.5 Cuba.....	46
2.6 Venezuela.....	47
2.7 Chile.....	47
2.8 Italia .....	48
2.9 China.....	48
2.10 Argentina.....	48
2.11 México .....	49
2.12 Japón.....	49
2.13 Francia.....	50
2.14 Ecuador .....	51
3 CAPITULO III “Historia de las tradiciones y repostería de cada país” .....	52

4	Colombia.....	52
4.1	Historia del arequipe .....	54
4.2	Historia de los buñuelos antioqueños.....	55
4.3	Historia de las brevas con arequipe o queso .....	55
4.4	Historia del desamargado o Navidad .....	56
4.5	Historia de la natilla colombiana .....	56
4.6	Historia de la torta de pastores.....	57
5	Perú .....	57
5.1	El panettone .....	59
6	EEUU.....	59
6.1	Historia del pudín navideño .....	61
7	España.....	61
7.1	Historia de los Alfajores de Medina Sidonia.....	64
7.2	Historia del Pan de Cádiz.....	64
7.3	Historia del Pastel de Gloria.....	65
7.4	Historia de las peladillas.....	65
7.5	Historia de los Polvorones.....	66
7.6	Historia de la Sopa de almendras.....	66
7.7	Historia del Turrón.....	67
8	Cuba.....	68
8.1	Historia de los Buñuelos Cubanos.....	69
9	Venezuela.....	70
9.1	Dulce de lechosa (papaya).....	71
10	Chile.....	72
10.1	Duraznos con crema.....	73
11	Italia .....	73
11.1	Historia del la Bisciola.....	75
11.2	Historia del Mostaccioli.....	76
11.3	Historia del Pandoro de Verona.....	76
11.4	Historia del Panettone Marietta.....	77
11.5	Historia del Panforte Margarita, panforte blanco o panpepato.....	77
11.6	Historia del Panettone Milanes.....	78
11.7	Historia del Ricciarelli di Siena.....	79
11.8	Historia del struffoli napolitano, la cicerata y el turdilli calabres.....	80
12	China.....	80

12.1	Nian-gao (Pastel de arroz glutinoso).....	83
13	Argentina.....	83
13.1	Alfajores Santafesinos.....	84
14	México. ....	84
14.1	Buñuelos de navidad y a la canasta.....	86
14.2	Historia de la capirotada de navidad. ....	87
15	Japón. ....	87
15.1	Daifuku. ....	93
15.2	El Kagami mochi. ....	93
15.3	Hanabiramochi. ....	94
15.4	Kurikinton. ....	94
15.5	Kusamochi. ....	94
15.6	O-shiruko. ....	95
16	Francia.....	95
16.1	Historia de la Bûche de Noël. ....	97
16.2	Historia de les treize desserts o los trece postres. ....	98
17	Ecuador. ....	100
17.1	Pristiños.....	102
18	CAPITULO IV “Medición de impactos”.....	103
19	CAPITULO V “Conclusiones y Recomendaciones”.....	105
20	Conclusiones.....	105
21	Recomendaciones. ....	106
22	Anexos .....	110

## Índice de tablas

Tabla N° 1. Postres de Colombia.....	XII
Tabla N° 2. Postres de Perú.....	XIII
Tabla N° 3. Postres de EEUU.....	XIV
Tabla N° 4. Postres de España.....	XV
Tabla N° 5. Postres de Cuba.....	XVI
Tabla N° 6. Postres de Venezuela.....	XVII
Tabla N° 7. Postres de Chile.....	XVII
Tabla N° 8. Postres de Italia.....	XVIII
Tabla N° 9. Postres de China.....	XX
Tabla N° 10. Postres de Argentina. ....	XXI
Tabla N° 11. Postres de México.....	XXI
Tabla N° 12. Postres de Japón. ....	XXII
Tabla N° 13. Postres de Francia. ....	XXIV
Tabla N° 14. Postres de Ecuador. ....	XXV
Tabla N° 15. Tabla de cronograma. ....	XXVII
Tabla N° 16. Tabla de Presupuesto. ....	XXVIII
Tabla N° 17 Grupos de extranjeros residentes en Ecuador más numeroso.....	49



## **Plan de tesis.**

### **Tema**

Estudio de la repostería navideña.

### **Título**

Estudio de la repostería tradicional navideña de las culturas extranjeras con mayor influencia gastronómica en la ciudad de Quito.

### **Planteamiento del Problema**

La Navidad es una época en la que diferentes culturas se esmeran por preparar sus mejores dulces, los mismos que están llenos de amor, sabor y tradición, en los que se transmite un legado culinario de generación en generación.

En la actualidad existe una gran influencia gastronómica en la ciudad de Quito ya que según un estudio realizado por el SENAMI (Secretaría Nacional del Migrante) el 57% de la población extranjera se encuentre concentrada en la sierra, y de este valor el 30% se encuentra reunido en la ciudad capital es por esto que existen inmigrantes de países tales como **Colombia, Perú, EEUU, España, Cuba, Venezuela, Chile, Italia, China, Argentina, México, Japón y Francia** razón por la que se debe aprovechar esta cercanía para de esta forma conocer todo sobre la repostería navideña y ampliar la visión en cuanto a técnicas y sabores para aplicarlos de forma correcta.

## **Justificación**

Dentro la cultura gastronómica de cada país es fundamental el legado cultural que se transmite de persona a persona, ya que de esta forma se logra que las recetas perduren en el tiempo, dándole en muchos de los casos un toque de leyenda lo cual la enriquece.

La importancia de conocer los diferentes tipos de dulces navideños y su historia detrás de cada uno de ellos radica en ampliar nuestro conocimiento de manera integral (historia, ingredientes, elaboración, formas de presentación) lo cual marca la diferencia entre un profesional y un aficionado, de esta forma se puede ofrecer un servicio especializado en caso de ser requerido.

## **Objetivos generales**

Investigar sobre la repostería clásica navideña de los países con mayor influencia gastronómica en la ciudad de Quito, para la creación de una guía gastronómica de países tales como Colombia, Perú, EEUU, España, Cuba, Venezuela, Chile, Italia, China, Argentina, México, Japón, y Francia.

## **Objetivos específicos**

- Establecer una base teórica y científica a la guía de repostería tradicional navideña de las culturas extranjeras con mayor influencia gastronómica en la ciudad de Quito.
- Diagnosticar los postres tradicionales navideños para conocimiento de su historia y forma de preparación.
- Elaborar la guía de repostería tradicional navideña para la revalorización de la cultura.
- Analizar técnicamente los impactos que la guía genere en los ámbitos sociales, culturales, económicos, turísticos y educativos.

## **Delimitación de la investigación.**

La futura investigación se realizara a profesionales de la gastronomía de Colombia, Perú, EEUU, España, Cuba, Venezuela, Chile, Italia, China, Argentina, México, Japón, y Francia dentro de la ciudad de Quito.

## **Metodología de la investigación**

### **Métodos**

El método de investigación que se aplicara será **analítico** con el cual se estudiara de forma individual la cosmovisión en cuanto a la natividad de cada país, seguido por el estudio **específico** de cada dulce, de esta forma se espera obtener la mayor información posible para que el estudio sea completo.

### **Tipo de investigación**

Se realizara investigación de tipo **histórica** la cual se efectuara con personas procedentes de los países (Chefs) la cual se complementara con la investigación de tipo **documental** ya que se debe conocer el contexto del porque se elaboro cada plato y porque en la actualidad se lo mantiene, y la forma de llevarlo a cavo es mediante el análisis de la información escrita hasta el momento, (**páginas web, libros de historia, libros de cocina, artículos gastronómicos, entrevistas abiertas**).

### **Marco teórico**

La gastronomía de cada país perdura en el tiempo por los sabores y por el sentimiento de bienestar que evoca a nuestra memoria, mas aun en la época de Navidad que llena de regocijo a grandes y chicos, y en la que deliciosos manjares se preparan y disfrutan en compañía de familia y amigos, y porque no, compartiendo las historias que hay detrás de cada platillo mientras se los degusta.

En la actualidad el Ecuador cuenta con una fuerte influencia gastronómica de varios países, que cuentan con una amplia variedad en cuanto a la repostería navideña tradicional de cada cultura, de esta forma se alimenta y se amplía nuestro cocimiento de forma integral tanto en la historia como en la elaboración de las recetas.

Es importante mencionar que se ha escogido estos países por la influencia de su población en el ámbito cultural, como por la importancia en cuanto a la presencia gastronómica y social.

Dentro de las tradiciones y dulces de los países nombrados anteriormente se encuentran:

## Colombia

La navidad en Colombia empieza con la noche de las velitas el 7 de Diciembre, día en el que se festeja la fiesta religiosa de la Inmaculada Concepción de María, seguido a esto se da inicio a un sin número de festividades propias de la fecha.

Definitivamente todo el país se viste de navidad y en cada lugar la comida despliega sus más deliciosos aromas que quedan impregnados en la memoria por toda la vida.

### Repostería navideña de Colombia:

Tabla N° 1.

Postre	Descripción
<b>Arequipe</b>	También conocido como dulce de leche.
<b>Brevas con arequipe o queso</b>	Fruto de la Higuera, que se lo consume como dulce acompañado con queso o arequipe
<b>Buñuelo Antioqueño</b>	Fritura esférica bañada en miel.
<b>Desamargado</b>	Frutas cítricas, pasadas varias veces por agua para quitarle el gusto amargo.
<b>Natilla Colombiana</b>	Leche, azúcar y espesados.
<b>Torta de pastores</b>	Torta hecha a base de bizcochuelo y arroz de leche.

## Perú

Diciembre es un mes cargado de festejos en Perú, familias y amigos se reúnen para celebrar esta importante fecha, todo toma los colores navideños.

En los hogares se acostumbra como en muchos países a prepara una deliciosa cena la cual se comparte en compañía de seres queridos y en la que no puede faltar el dúo inseparable de esta fecha el pan de frutas con chocolate caliente y espeso.

### Repostería navideña de Perú:

**Tabla N° 2.**

<b>Postre</b>	<b>Descripción</b>
<b>Pan de frutas</b>	Pan con frutas confitadas de origen italiano

### EEUU

La celebración del día de acción de gracias es el detonante de las festividades, las compras son algo que no pueden faltar todos están ocupados pensando en los mejores regalos.

Al ser un país de grandes extensiones cuenta con una variada gastronomía, fruto de la variadas corrientes extranjeras que alberga.

### Repostería navideña de EEUU:

**Tabla N° 3.**

<b>Postre</b>	<b>Descripción</b>
<b>Pudin navideño</b>	Se introdujo por medio de las colonias Británicas, de textura suave, es uno de los favoritos para esta época.

### España

La verdadera Navidad aquí comienza el día 22 de diciembre, que es el día en el que se realiza el sorteo de la Lotería de Navidad. Este sorteo, es el más importante del mundo (tanto por el dinero que reparte como por la repercusión que tiene en toda España). A partir de esta fecha se vive el ambiente navideño en este país.

## Repostería navideña de España:

Tabla N° 4.

Postre	Descripción
<b>Alfajores de Medina Sidonia</b>	Es una variedad de dulce típicamente navideño, propio de la cocina andaluza el cual está protegido con denominación de origen.
<b>Pan de Cádiz</b>	Es un dulce consistente en una masa de mazapán rellena de confitura. Suele ser típica la elaboración con yema de huevo y batata confitada, que posteriormente se hornea.
<b>Pastel de Gloria</b>	Conocido en distintas comarcas del sureste, en atención a su forma y color.
<b>Peladillas</b>	Es una almendra confitada afamadas las elaboradas en la población valenciana de Casinos.
<b>Polvorones</b>	Es una torta, comúnmente pequeña de harina, manteca y azúcar, cocida en horno fuerte y que se deshace al comerlos
<b>Sopa de almendras</b>	La sopa es una mezcla de nata (o leche) caliente y almendras molidas en un mortero.
<b>Turrón blando o de Jijona</b>	Dulce hecho a base de almendra y miel, de textura suave por estar prácticamente molida la almendra.
<b>Turrón duro o de Alicante</b>	Dulce de origen árabe hechos a base de almendra y miel, de consistencia duro o crocante por tener pedazos de almendra.

## **Cuba**

Tras la llegada de Fidel Castro al poder la celebración de la navidad fue prohibida, es por esto que para muchos fue un tiempo sombrío, pero que con la visita del Papa Juan Pablo II se reanuda la celebración que se creía perdida.

Debido a las condiciones en las que se encuentra la isla, la navidad se la festeja de una manera moderada y en la intimidad de la familia.

### **Repostería navideña de Cuba:**

**Tabla N° 5.**

<b>Postre</b>	<b>Descripción</b>
<b>Buñuelos</b>	Frituras en forma de ocho bañadas con miel.

## **Venezuela**

La navidad venezolana es una festividad que se celebra por todo lo alto, se realizan muchas actividades en familia como decorar el árbol o colocar el pesebre.

### **Repostería navideña de Venezuela:**

**Tabla N° 6.**

<b>Postre</b>	<b>Descripción</b>
<b>Dulce de lechosa</b>	Lechosa (papaya) llevada a punto.

## **Chile**

En Chile todo empieza con la limpieza de primavera, esta se realiza en cada hogar y negocio, de esta manera se empieza el año renovados.

Todas las personas se encuentran ajetreadas con las actividades propias del mes, pero aun así se dan tiempo suficiente para pasar tiempo de calidad con sus familias y de esta forma darle el verdadero significado de unión de estas fechas.

### **Repostería navideña de Chile:**

**Tabla N° 7**

<b>Postre</b>	<b>Descripción</b>
<b>Duraznos con crema</b>	Duraznos el almíbar cubiertos con crema.

### **Italia**

Las navidad en Italia está llena de deliciosa y abundante comida todos se reúnen para disfrutar del tradicional cenone (la gran cena), la noche del 24 de Diciembre, se reúne a la mesa toda la familia. La cena comienza con los antipasti (entremeses), dando paso a varios platillos, y culmina con una amplia lista de postres.

### **Repostería navideña de Italia:**

**Tabla N° 8.**

<b>Postre</b>	<b>Descripción</b>
<b>Bisciola</b>	El típico dulce de Navidad de Valtellina, rico de frutos secos y de perfumes es una verdadera maravilla de la cocina rústica.
<b>Mostaccioli</b>	Galleta en forma de diamante cubierta con chocolate.
<b>Pandoro de Verona</b>	El Pandoro es el más típico dulce veronese, preparado para Navidad hasta el siglo XIX. Suave, de pasta amarilla dorada y fragante de vainilla



	este dulce ha tenido un enorme éxito en toda Italia. El estilo tradicional es en forma de estrella.
<b>Panettone Marietta</b>	Artusi presenta esta receta así: "La marietta es una cocinera capaz y tan buena y honesta que merece que yo dé su nombre a este dulce habiéndolo aprendido por usted." Y termina la receta escribiendo "si hay pasará bien verán que crece muy formando en la cima un rigonfio screpolato.
<b>Panforte Margarita</b>	Dulce navideño a la miel con especias, típico de Siena.
<b>Pannetone Milanes</b>	El clásico panettone milanese: lleno de cande y pasas de uva, con la corteza oscura, Uno de los tantos mitos nacidos en torno a este dulce Narra que el nombre se deriva de "pan de Tony". Pero, ¿quién era Tony? El panadero que se ha inventado el panettone, dice alguien. Otros dicen que era el novio de la hija del panadero, que para ayudar a la familia de su novia inventó este dulce. Que de base es un pan con mucha mantequilla.
<b>Ricciarelli di Siena</b>	Galletas tiernas a base de almendra, azúcar y albúmina de huevo. Poseen denominación de origen controlada.
<b>Struffoli napolitano, la cicerata y el turdilli calabres</b>	Pequeñas frituras de pasta suave y ligera bañadas en miel.

## **China.**

La fiesta de la primavera o año nuevo Chino es una fiesta cargada de significados en la que se augura paz, prosperidad y buena fortuna a las familias.

Esta es una celebración que se destaca por ser festejada a lo grande, llena de pirotecnia, energía en abundancia y grandes banquetes.

### **Repostería de la fiesta de la primavera:**

**Tabla N° 9.**

<b>Postre</b>	<b>Descripción</b>
<b>Nian-gao (Pastel de arroz glutinoso)</b>	El pastel de arroz glutinoso se come de postre, porque significa “alto”, y se debe comer último para que los niños puedan crecer bien y para que los adultos consigan una promoción y aumento de sueldo.

## **Argentina**

Entrada la época navideña es común ver miles de personas corriendo por todo lo que la festividad implica, el calor es muy fuerte en estos meses del año, es por esto que la mayoría de festividades sociales son campestres.

### **Repostería navideña de Argentina:**

**Tabla N° 10.**

<b>Postre</b>	<b>Descripción</b>
<b>Alfajores Santafesinos.</b>	Típicos de España, entraron con mucha fuerza en los hogares de los argentinos.

## México

La Posada es una especie de representación de lo que pasaron la Virgen y José para que les dieran posada y dar a luz al Niño Jesús. Esto se realiza los nueve días antes de la navidad, en un festejo en el cual familia y amigos se reúnen en casas diferentes disfrutan de postres y bebidas típicas de las fechas, realizan juegos como romper la piñata y entonan canciones típicas de las fechas.

### Repostería navideña de México:

Tabla N° 11.

Postre	Descripción
<b>Buñuelos de canasta</b>	Similar al buñuelo de navidad con la diferencia de que en este se utiliza corteza de tomate verde acompañados de miel de piloncillo (panela).
<b>Capirotada de navidad</b>	Es una masa típica de la fecha rica en pasas, piñones, y maní decorado con grageas.

## Japón

El **Ganjitsu o Año Nuevo de Japón** es una de las celebraciones más importantes en el país del sol naciente. En Japón no celebran la Navidad tal y como la conocemos en occidente, aunque el Ganjitsu también es una festividad muy familiar, centrada especialmente en los niños.

En la entrada del año Nuevo en Japón acostumbra a preparar el **Osechi Ryouri**, comida de año nuevo que se realiza con anticipación ya que consta de varias reparaciones, todo lo que se utiliza está relacionado con la vida, la salud, la cosecha y la buena suerte.

## Repostería del Ganjitsu:

Tabla N° 12.

Postre	Descripción
<b>Daifuku</b>	Variación de mochi relleno con anko. Simboliza la buena suerte.
<b>El Kagami mochi</b>	2 mochis de diferentes tamaños coronados con un daidai (cítrico asiático). simboliza la unión familiar.
<b>Hanabiramochi</b>	Es a base de mochi redondo aplanado relleno de pasta de anko y raíz de bardana. Se le da forma de flor de albaricoque japonés el cual simboliza la pureza, perseverancia y renovación.
<b>Kurikinton</b>	Parte del Osechi Ryouries un puré dulce de castañas. Por su color amarillo simboliza fortuna y éxito en los negocios.
<b>Kusamochi</b>	Es un mochi elaborado con pasta de artemisa y relleno de anko. Simboliza la fertilidad.
<b>Oshiruko</b>	Sopa de anko con esferas de mochi.

## Francia

En Francia las Navidades comienzan el 6 de diciembre con la llegada de San Nicolás, que trae regalos a los niños, aunque el ambiente navideño se puede respirar desde el 25 de noviembre, día de Sainte Catherine. Siendo un país típicamente gastronómico, en esta época tan especial se pueden saborear deliciosos platillos de las diferentes regiones

## Repostería navideña de Francia:

Tabla N° 13.

Postre	Descripción
<b>La boûche de Noël</b>	También conocida como tronco de navidad, es un tradicional bizcochuelo enrollado en su interior guarda generalmente una crema de chocolate y avellanas y que en su exterior simula la corteza de un árbol.
<b>Los trece postres</b>	Como su nombre lo dice es una variedad de 13 postres que se dividen en cuatro categorías: los pasteles, los dulces, los frutos secos y los frutos frescos.

## Ecuador

No podía faltar nuestro país, en el cual acostumbramos a festejar la navidad en compañía de nuestros seres queridos, compartiendo de la novena, en la cual después de la misma se acostumbra a tomar una bebida caliente acompañada de dulces y bocadillos; culminado la novena es decir en noche buena se acostumbra a preparar una gran cena que finaliza con postres típicos de las fechas como es el caso de:

## Repostería navideña de Ecuador:

Tabla N° 14.

Postre	Descripción
<b>Pristiños</b>	De masa crocante se acompaña con miel de Panela.

## **Marco conceptual**

Para ambientar al lector se detalla a continuación la terminología que se utilizara a lo largo del presente estudio.

### **Receta:**

La palabra receta, que proviene del latín recepta, y son aquellas instrucciones que explican qué ingredientes incluye una comida y la forma en que ésta debe prepararse.

### **Repostería:**

El término repostería se lo utiliza para denominar al tipo de gastronomía que se basa en la preparación, cocción y decoración de platos y piezas dulces tales como tortas, pasteles, galletas, budines y muchos más.

### **Navidad:**

La navidad (del latín nativitas) es la natividad de Jesucristo. El término también se utiliza para hacer referencia al día en que se celebra: el 25 de diciembre (para las iglesias católicas, anglicanas, ortodoxa rumana y algunas protestantes).

### **Misa de Gallo:**

Acto religioso que se realiza tradicionalmente a la media noche de Navidad en celebración del nacimiento del niño Jesús

### **Gantan:**

Año nuevo Japonés, se desarrolla entre el 1 hasta el 3 de Enero.

## **Población y muestras**

La población a tomar serán las culturas extranjeras con mayor importancia gastronómica social en la ciudad de Quito entre las que se encuentran Colombia, Perú, EEUU, España, Cuba, Venezuela, Chile, Italia, China, Argentina, México, Japón, y Francia.

### **Obtención de información (recopilación)**

Para la recopilación de la información se haría uso tanto de las **fuentes primarias** como es el caso de la investigación (profesionales gastronómicos de cada uno de los países a estudiar), y de las **fuentes secundarias** (Fuentes de información que hacen referencia al tema).

Dentro de la recolección de información se usaría la **investigación cuantitativa** como es el caso de las entrevistas, como también se utilizara la **investigación cualitativa** (fotografías, archivos, relatos).

### **Procesamiento de la información.**

Una vez que se haya obtenido la información de la población, y que hayan ordenado los datos obtenidos en el trabajo de campo se procederá a definir las herramientas estadísticas a utilizarse en el procesamiento de datos, seguido por la introducción de los datos y la impresión de los mismos.

Tabla N° 15

Cronograma

TIEMPO ACTIVIDADES	I MES				II MES				III MES				IV MES				V MES				VI MES				VII MES				VIII MES				IX MES				X MES				XI MES			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Posibles Ideas	X	X	X																																									
Elaboración del plan de titulación				X	X	X	X	X																																				
Entrega de plan de titulación									X																																			
Posibles correcciones del plan de titulación									X	X																																		
Aprobación del plan de titulación											X																																	
Pagos correspondientes a la tesis									X																																			
Realización CAPITULO I									X	X	X	X																																
Realización CAPITULO II													X	X	X	X																												
Realización CAPITULO III																	X	X	X	X																								
Realización CAPITULO IV																					X	X	X	X																				
Diseño del arte del recetario																							X	X																				
Conclusiones																									X	X																		
Recomendaciones																									X	X																		
Correcciones																											X	X	X	X	X	X												
Presentación del informe final																																					X							



## Presupuesto

El presupuesto realizado cuenta con valores aproximados ya que podrían variar en el transcurso de la tesis.

**Tabla N° 16.**

<b>Detalle</b>	<b>Valor en USD</b>
Pagos previos a la defensa de la Tesis	700
Investigación de campo	50
Realización del recetario	250
Borradores tesis	50
Tesis definitiva	100
<b>TOTAL</b>	<b>1150</b>

## **Plan analítico.**

### **1. Planteamiento del problema**

### **2. Justificación**

### **3. Objetivo general**

### **4. Objetivo específico**

### **5. Marco conceptual**

### **6. Marco teórico**

### **7. Capítulo I**

Principales símbolos de la época navideña y fiesta de la primavera.

### **8. Capítulo II**

Diagnostico sobre la oferta de la repostería navideña en las culturas con mayor influencia gastronómica de la ciudad de Quito.

### **9. Capítulo III**

Historia de las tradiciones y repostería de cada país.

### **10. Capítulo IV**

Medición de impactos

### **11. Capítulo V**

Conclusiones y Recomendaciones.

### **12. Anexos**

## **Bibliografía:**

- (2010). Euroresidentes. Recetas típicas de la Navidad en EEUU. <http://blog-mis-recetas.euroresidentes.com/2010/11/recetas-tipicas-de-navidad-en-estados.html>
- Menús de navidad en Perú. (s.f.). Recuperado el 4 de mayo del 2012, recuperado el 4 de mayo del 2012, de [http://www.mis-recetas.org/internacional/menu\\_navidad/4-peru](http://www.mis-recetas.org/internacional/menu_navidad/4-peru)
- Navidad en Perú- costumbres y tradiciones. (s.f.). Recuperado el 28 de Abril del 2012, de <http://www.navidadlatina.com/peru/>
- Pachinko. (2011). Ganjitsu o año nuevo en Japón. Consultado el 18 de Abril del 2012, de <http://www.diariodelviajero.com/asia/ganjitsu-o-ano-nuevo-de-japon>
- Todas las recetas de cocina italiana para preparar en su casa los dulces Navideños. (s.f.). Recuperado el 15 de Abril del 2012, de [http://www.cocinaitaliana.eu/fiestas\\_y\\_celebraciones/natividad/todas%20las%20recetas%20de%20cocina%20italiana%C2%A0para%20preparar%20en%20su%20casa%20los%20dulces%20Navide%C3%B1os.htm](http://www.cocinaitaliana.eu/fiestas_y_celebraciones/natividad/todas%20las%20recetas%20de%20cocina%20italiana%C2%A0para%20preparar%20en%20su%20casa%20los%20dulces%20Navide%C3%B1os.htm)
- Entrevistas a profesionales de la gastronomía de cada país.

## **Resumen**

El tema a desarrollar a continuación trata a cerca de la repostería tradicional navideña tomando en cuenta a los países con mayor influencia gastronómica en la ciudad de Quito; en la ampliación del tema se ha estudiado a profundidad todo lo referente a la historia entorno a los postres, como también las respectivas preparaciones, las cuales han sido recopiladas en un recetario para que las personas que lean el presente documento a mas de enriquecer su conocimiento en cuanto a la historia, también puedan preparar las diversas recetas sin dificultad.

## **Introducción**

El presente estudio se refiere a la repostería tradicional navideña de los países con mayor influencia gastronómica en Quito. Para llevar a cabo esta investigación ha sido necesario averiguar a cerca de las diferentes costumbres navideñas como es el caso de la decoración, tradiciones y leyendas para así tener un conocimiento amplio de los países a estudiar.

La investigación que se detalla a continuación nace por el interés de conocer a fondo las tradiciones gastronómicas en este caso en cuanto a la repostería, y se ha tomado como periodo del tiempo la navidad por todo lo que involucran estas fechas llenas de sentimientos que hacen que se desplieguen miles de sabores y que se introduzcan en nuestra memoria gustativa, lo que enriquece la cultura gastronómica de cada país ya que son sabores que evocan momentos inolvidables.

Para llevar a cabo este estudio fue fundamental realizar entrevistas a personas originarias de cada país a estudiar ya que así se logro obtener información de primera mano, lo cual fue una pieza clave para el desarrollo de esta investigación debido a la limitación de la información, pero la cual finalmente no fue un obstáculo para el desarrollo de la misma.

Lo que se espera con este estudio es lograr que el lector conozca a cerca de las diferentes historias que están detrás de un platillo y que por supuesto conozca cómo puede prepararlos complementando así su conocimiento.

## **Marco teórico**

La navidad es una de las tradiciones más importantes, la palabra significa “nacimiento” ya que lo que se festeja es el natalicio de Jesús de Nazaret en el portal de Belén.

Son varias las hipótesis que se manejan al respecto y que han generado controversia, así que algunos grupos religiosos como la de los Ortodoxos celebran el milagro de María el 7 de enero, algunos estudiosos dicen que el verdadero nacimiento debió haber tenido lugar en el mes de Marzo y otros dicen que en Septiembre, pero se ha acordado en la mayoría de las religiones a celebrar cada 25 de Diciembre.

Si bien es cierto, países como Japón y China no celebran la navidad como tal, pero el equivalente de esta celebración sería la fiesta de primavera, la cual no podía ser olvidada debido a la importancia que posee la gastronomía de estos países en el Ecuador.

# **1 CAPITULO I “Principales símbolos de la época navideña y fiesta de la primavera”**

La navidad o en el caso de China y Japón la fiesta de la primavera son acontecimientos de gran importancia los cuales están llenos de simbolismos, es por esto la importancia de conocerlos para de esta forma tener un conocimiento integral en cuanto a esta gran celebración.

## **1.1.1 Teorías sobre el origen del Árbol de navidad**

A pesar de su fama el origen del árbol de navidad es incierto ya que existen diferentes leyendas de culturas, países y personajes a quienes se les atribuye su nacimiento, a continuación se relatan las teorías más conocidas que hablan del origen del árbol de navidad.

Cuando los primeros cristianos llegaron al norte de Europa, descubrieron que sus habitantes celebraban el nacimiento de Frey, dios del Sol y la fertilidad, adornando un árbol perenne<sup>1</sup>, en la fecha próxima a la Navidad cristiana. Este árbol simbolizaba al árbol del Universo, llamado Yggdrasil. Posteriormente con la evangelización de esos pueblos, se tomó la idea del árbol, para celebrar el nacimiento de Cristo, pero cambiándole totalmente el significado.

Se dice también que san Bonifacio (680-754), evangelizador de Alemania, tomó un hacha y cortó un árbol que representaba al Yggdrasil (aunque también pudo ser un árbol consagrado a Thor<sup>2</sup>), y en su lugar plantó un árbol perenne que pudo haber sido pino o abeto el cual simbolizó el amor de Dios, y por su forma triangular logró representar la santísima Trinidad (Dios Padre, Hijo y Espíritu Santo) adornándolo con manzanas y velas. Las manzanas simbolizaban el pecado original y las tentaciones, mientras que las velas representaban a Jesucristo como luz del mundo.

---

<sup>1</sup> Son aquellas plantas que pueden vivir más de 2 años, sin estropearse con la llegada del invierno.

<sup>2</sup> Thor es el dios del trueno en la mitología nórdica y germánica.



[Imagen árbol de navidad]. Recuperado de <http://tuvida.aol.com/horoscopos/astrologia/ng/arbol-navidad>

En Alsacia existe la historia de un generoso sacerdote que vivió hace 400 años y que en noche de Navidad, repartía entre las personas más necesitadas de su pueblo alimentos, ropa y dinero que recogía durante el año.

Una noche mientras se preparaba para repartir los paquetes los más necesitados se le ocurrió decorar un árbol de abeto próximo a la iglesia, todos quedaron maravillados con la idea del sacerdote y empezaron a entonar canticos sagrados desde entonces se cree que el

árbol fue considerado como centro de la fiesta navideña.

Otra leyenda cuenta que en Inglaterra del siglo XVIII bajo el reinado de Jorge III. La esposa del rey, la reina Carlota, se caracterizaba por su bondad con los súbditos y en el año 1765 decidió instalar en uno de los salones más grandes de palacio, un árbol adornado con guirnaldas, luces, en si adornos muy coloridos.

También se dice que Martín Lutero<sup>3</sup> utilizaba un árbol en el que colocaba velas y las encendía, de esta forma pretendía enseñarles a sus hijos acerca de la creación de Dios y que la costumbre se expandió a Gran Bretaña y los Estados Unidos en el siglo XIX.

Hasta el siglo XIX los árboles de Navidad se decoraban con frutas, especialmente manzanas, pero en 1858 la cosecha fue mala y los maestros vidrieros de Moselle, en Lorena, pusieron de moda lo que conocemos como bombillos.

---

<sup>3</sup> Teólogo y fraile que comenzó e impulsó la reforma religiosa en Alemania.



### 1.1.2 Teoría sobre el origen del pesebre



[Imagen de pesebre]. Recuperado de <http://www.fondoscatolicos.com/2008/12/nacimientos-wallpapers-pesebre-fondops.html>

La palabra pesebre de origen latino (*praesepe*), significa pesebre, establo, caballeriza, corral, cuadra.

Cuenta la historia que el pesebre como lo conocemos en la actualidad fue inventado por San Francisco de Asís En el año 1219, luego de haber conformado la

congregación franciscana basada en la en la pobreza absoluta, partió a Oriente en donde pudo visitar los lugares que recorrió Jesús.

Dentro de este viaje el recuerdo que definitivamente lo marco fue el de visitar el humilde lugar en el que Jesús nació. Cuenta la leyenda de que un día un hombre de abundantes recursos llamado Juan le preguntó a San Francisco qué debía hacer para imitar a Jesús a lo que respondió que preparara la Navidad, y eso fue lo que hizo, mando a construir un establo lleno de heno con un buey y un asno. Así la noche de Navidad de 1223, muchos pastores y gente pobre fueron al establo que Juan había preparado como lo ordenó Francisco; de esta forma y con el permiso del Papa, San Francisco celebró misa, y mientras lo hacía cuenta la historia que pudo verse dentro del pesebre un pequeño infante dormido, al que Francisco, sosteniéndolo en sus brazos, intentaba despertar de su sueño.

La idea de recrear el nacimiento se popularizó rápidamente en todo el mundo cristiano, claro que con algunos cambios, ya que de ser un nacimiento viviente se pasó al uso de figuras hechas con diferentes materiales.

También se cree que el primer nacimiento con figurillas se construyó en Nápoles, Italia, a fines del siglo XV; Carlos III ordenó que el "Belén", como también son llamados los nacimientos, se extendiera en todo el reino itálico y español.

### 1.1.3 Teoría sobre el origen de los reyes magos



[Imagen de reyes magos]. Recuperado de <http://nadahumanoesajeno.blogspot.com/2013/01/los-reyes-magos-no-son-los-padres.html>

Existen varias teorías acerca de los reyes magos (eran conocidos como magos los sabios o astrónomos), una de las más reconocidas es la de tres reyes, Melchor (representante de Europa ), Gaspar (representante de Asia), y Baltasar (representante de

África) los cuales recibieron el mensaje de un ángel el cual anunciaba el pronto alumbramiento del mesías, es así que montados en sus camellos y con

regalos como mirra, incienso y oro, siguieron la estrella de Belén la cual les serviría de guía y les llevaría hacia el pesebre en el que se encontraba el niño Jesús, en el camino se encontraron con Herodes, el cual les dijo que cuando encontraran al niño enseguida le notifiquen para de esta forma ir a adorarlo, pero su intención no era la mejor ya que quería matarlo, y al notar esto los reyes nunca le comentaron acerca del lugar en donde se encontraba en recién nacido.

### 1.1.4 Teoría de la historia de dar regalos



[Imagen de regalo]. Recuperado de [http://tienda.soymaratonista.com/index.php?main\\_page=product\\_info&cPath=16&products\\_id=34&zenid=6m9cof4jnf9au7vjru6006ck26](http://tienda.soymaratonista.com/index.php?main_page=product_info&cPath=16&products_id=34&zenid=6m9cof4jnf9au7vjru6006ck26)

Las primeras referencias que se conocen acerca de hacer regalos llegan desde la Antigua Roma ya que para las Saturnalias<sup>4</sup> los dignatarios cercanos al emperador acostumbraban a ofrecerle regalos celebrando el nacimiento del Dios Sol. Sabemos que con el tiempo la fecha de la celebración de la natividad de Cristo coincidió con esa importante celebración del calendario pagano.

El ofrecimiento de regalos posee también otra fuente temprana y nos llega gracias a la generosidad de San Nicolás, obispo de Myra, elevado a la santidad por sus obras de bien y su generosidad. Acostumbraba a repartir comida, dinero y ropa entre los más necesitados. La Iglesia señaló el 6 de diciembre para la festividad del santo

<sup>4</sup> Fiesta pagana que se celebraba del 17 al 23 de Diciembre en honor a Saturno (Dios de la agricultura) ya que en este mes era el término de la siembra de invierno.

por ser este el día de su natalicio, y fue creándose la costumbre de que en esa fecha los padres regalaran a sus hijos dulces y chocolates o frutas. Poco a poco la celebración, por su proximidad, fue asociándose con la de la Navidad, el 25 de diciembre.

El intercambio de regalos puede interpretarse también como un gesto de generosidad y aprecio, inspirado en los regalos que los magos de Oriente ofrecieron al Niño Dios.

Saltando a los tiempos modernos, podemos decir que el intercambio de regalos por Navidad se popularizó en los Estados Unidos hacia el año 1820. Al principio era un pequeño intercambio de bocadillos hechos en casa, hasta lo que conocemos hoy como un gran despilfarro de dinero; fue en 1930 que el desenfreno de dar y recibir aumentó debido a que Coca-Cola incorporó a Santa Claus en su gran campaña publicitaria.

### 1.1.5 Teoría de la historia de Santa Claus.



[Imagen de San Nicolás de Bari].  
Recuperada de  
<http://carmelourso.wordpress.com/2009/12/07/san-nicolas-de-bari-la-vida-como-un-eterno-instante-de-navidad/>

San Nicolás de Bari nació en el año 310 después de Cristo, en un tiempo de persecución, donde la enseñanza de la doctrina de Jesús suponía estar en Contra del Imperio Romano. Por lo alejado de la época es difícil saber con exactitud su nacionalidad. Países como Rusia, Turquía disputan su nacimiento. Los padres de Nicolás que eran gente acaudalada habían inculcado en su hijo el espíritu de generosidad entre otras virtudes.

Se cuenta que en una ocasión llegó a sus oídos que tres mujeres de edad joven deseaban casarse pero su padre no podía pagar la dote correspondiente, por esa razón Nicolás sin ser visto, dejó caer por la chimenea unas monedas de oro que cayeron en unas medias de lana que las jóvenes habían dejado secando (de aquí surge la tradición de dejar los regalos en calcetines). Por este acto se lo considera patrono de las parejas de buen matrimonio y como protector de las familias en problemas económicos. En algunos países su imagen aparece con tres monedas de oro.

En el mandato del emperador Diocleciano ordeno acabar con los cristianos, fue en esta época que San Nicolás es nombrado Obispo de Myra, Turquía (de ahí el color rojo de su vestimenta, por el color de la bandera).

A pesar de vivir fuertes persecuciones Nicolás no perdía su gran sentido del humor, en especial cuando contaba a los más pequeños a cerca del nacimiento de Jesús.

En una de las persecuciones fue encarcelado por casi 30 años, aún desde la cárcel se sacrifica y ora por su Iglesia, a pesar que los soldados romanos se burlaban de él diciéndole que ya se había acabado la fe en Cristo.

Al convertirse al cristianismo el emperador de Roma, Constantino, ordeno que el Obispo Nicolás fuera liberado, ya anciano con el pelo largo y la barba blanca, y convencido que era el único creyente que quedaba, regresa a su ciudad dispuesto a empezar otra vez la Iglesia de Cristo.

Su sorpresa fue grande cuando llegando al lugar observa la Catedral que había sido reconstruida y en ella los Cristianos estaban celebrando la fiesta de Navidad (por eso la relación de Navidad con la llegada de San Nicolás).

La imagen que se conoce actualmente del clásico Santa Claus, fue modificada por el inmigrante Alemán recién llegado a Nueva York el protestante Thomas Nast quien lo ilustra para el semanario "Harper" en 1864 mostrándolo con el traje rojo, las botas, un gran saco de juguetes y entrando por una chimenea. Aunque al principio el ilustrador lo caracterizaba con rasgos de una persona desaliñada que daba la apariencia de ser un ogro, la imagen no fue del agrado de los directivos del semanario y de esta forma le pidieron que la cambie.



[Imagen del retrato de 1863 en el Harper's Weekly del ilustrador Thomas Nast.].  
Recuperado de  
<http://hilandorecuerdos.blogspot.com/2011/12/la-verdadera-historia-de-papa-noel.html>



[Imagen de Papa Noel]. Recuperado de  
[http://curiosidadesconlupa.blogspot.com/2011/12/papa-noel-santa-claus-o-san-nicolas-la\\_24.html](http://curiosidadesconlupa.blogspot.com/2011/12/papa-noel-santa-claus-o-san-nicolas-la_24.html)

### 1.1.6 Historia del origen del muñeco de nieve.



[Imagen de muñeco de nieve. Recuperado de <http://galeria.dibujos.net/fiestas/navidad/muneco-de-nieve-con-sombrero-pintado-por-albochi-9781999.html>

Fue en 1861 cuando Hans Christian Andersen<sup>5</sup> dio vida al tan conocido muñeco de nieve por medio de un cuento llamado “Sneemanden” publicado por primera vez en Copenhague.

Esta historia trata a cerca de un grupo de niños que con la llegada del invierno crean un muñeco de nieve con el cual compartían múltiples juegos, pero que con el pasar de los días y la llegada de la primavera, el muñeco lentamente iba desapareciendo, lleno de tristeza el muñeco se convierte en agua quedando solo la escoba que le servía de soporte, y en su lugar dio paso a una hermosa flor la cual fue la nueva atracción de los niños.

Con el pasar de los años la costumbre de realizar un muñeco de nieve se expandió por varios países, disfrutando así de la llegada del invierno.

---

<sup>5</sup>(Dinamarca, 1805 - 1875) Poeta y escritor danés, creador de cuentos clásicos como es el caso de la sirenita, el patito feo entre otros.

### 1.1.7 Teoría sobre el origen del Olentzero



La historia del Olentzero está localizada en España, precisamente en el municipio de Navarra, cuenta la historia de que en los bosques de Euskal Herria<sup>6</sup>, hace muchísimos años, vivía un hada muy bella que cuidaba de la gente y estaba acompañada por criaturas como duendes llamados Prakagorri (pantalones rojos) que la ayudaban en todo su trabajo.

[Imagen de Olentzero]. Recuperado de [http://danetarakodanok.blogspot.com/2011\\_12\\_01\\_archive.html](http://danetarakodanok.blogspot.com/2011_12_01_archive.html)

Un día que el hada estaba viajando a través de las montañas escucho gritos de los Prakagorri, ella asombrada voló rápidamente para ver lo que pasaba y noto que un pequeño bebe había sido abandonado, llena de tristeza al verlo, se pregunto cómo los humanos podían haberlo dejado, sin esperar más le bautizo al niño como Olentzero y le otorgo como regalo Fuerza, Coraje y Amor, acto seguido lo llevo a la casa de una pareja que no tenían hijos y sabiendo lo felices que los haría, lo dejó en frente de una puerta donde lo podrían ver.

Temprano en la mañana al notar la presencia del pequeño rápidamente la familia lo acogió, desde ese momento, Olentzero creció entre los bosques, todos los días del año trabajaba haciendo carbón y ayudando a su padre.

Un día lamentablemente Olentzero perdió a sus padres y se quedó muy solo y triste en su casa del bosque, y pensó que lo que debía hacer es ayudar a las personas que más lo necesitaban, rápidamente recordó que en el pueblo existía un orfanato lleno de niños que estaban muy tristes y solos como él, entonces pensó en que podría alegrarlos, y recordó que era muy hábil con sus manos y empezó a crear cientos de juguetes. Cuando tuvo todo listo colocó todos los juguetes en una bolsa y lo cargo en un burro junto con el carbón.

---

<sup>6</sup> Nombre con en que se designa a las tierras culturalmente vascas por encima de fronteras y diferencias históricas.

Al llegar al orfanato repartió todos los juguetes que él había fabricado y los niños pronto empezaron a jugar y Olentzero se divertía mucho con ellos contándoles historias que había aprendido de sus padres; desde aquel día tanto el cómo los niños nunca más se sintieron solos y tristes, al contrario se sentían muy amados y felices.

Un día mientras Olentzero bajaba al pueblo vio una casa en llamas y escucho el llanto de un niño, rápidamente entro en la casa para salvarlo, cuando al fin logro cargar al niño corrió hacia la salida pero fue ahí cuando una enorme columna cayó sobre el provocando su muerte. Al enterarse de la fatal noticia, todas las personas del pueblo lamentaron el deceso de este buen hombre, mientras tanto a lo lejos se lograba visualizar un pequeño rayo de luz, era el hada que había encontrado al Olentzero y le dijo: "Olentzero, tú has sido un hombre de buen corazón que has dedicado toda tu vida a hacer cosas para los demás, y has dado hasta tu propia vida para salvar a otras personas, es por esta razón que no quiero que te mueras, yo quiero que vivas para siempre, de ahora en adelante tu harás juguetes y otros regalos para los niños que no tienen padres en todos los rincones de Euskal Herria", al oír esto los prakagorris se apresuraron a decir que ellos le ayudarían.

Y a partir de ese momento así sucedió, al final de cada año, Olentzero va por todos los pueblos de Euskal Herria repartiendo juguetes a los niños que no tienen familia. Los niños de todos los pueblos celebran la llegada del Olentzero cantando canciones y esparciendo mensajes de amor.

En el municipio Navarro de Larraun cuelgan en la chimenea la figura del Olentzero con boina y una hoz en la mano hasta después de la misa de gallo como símbolo de prosperidad y buena suerte, como también es típico el desfile de los Olentzeros.

### 1.1.8 Teoría sobre el origen de la Befana.



[Imagen de la Befana]. Recuperado de <http://walldesktop.altervista.org/befana-con-regali-sulla-scopa/9570>

En Italia, cada año durante la noche del 5 al 6 de enero, los niños esperan que la Bruja Befana llene sus calcetines con dulces y sorpresas; eso sí, sólo para aquéllos que se portaron bien. En todas partes de Italia, durante las celebraciones de la Epifanía<sup>7</sup> se organizan diversos eventos, festivales, obras y conciertos.

Cuenta la leyenda que cuando los Reyes Magos llevaban los presentes para Niño Jesús, se perdieron en el camino hacia Belén. Desorientados, pidieron ayuda a una anciana, la bruja Befana. Los Reyes le rogaron que los acompañe, pero Befana rechazó el ofrecimiento diciendo que tenía mucho trabajo en su casa.

Poco después la Bruja se arrepintió de su decisión y salió a buscarlos, pero nunca los halló. Decidió entonces entregarle un dulce a cualquier niño que se encontrara con la esperanza de que fuese el Niño Jesús.

Por eso cada 6 de enero la Bruja Befana visita las casas de los niños montada en su escoba, para llenar los calcetines con regalos y caramelos si han sido buenos, o con pedazos de carbón si se han portado mal.

---

<sup>7</sup> Festividad que celebra la Iglesia católica anualmente el día 6 de enero, para conmemorar la adoración de los Reyes Magos a Jesús.



### 1.1.9 Leyenda del Nian



[Imagen del Nian]. Recuperado de <http://leyendas-de-orienteblogspot.com/2012/01/la-leyenda-de-nian.html>

Cuenta la leyenda sobre un temible monstruo que vivía en las profundidades del mar, del que sólo salía la noche anterior al Año Nuevo Chino (o Festival de la Primavera) para comerse las cosechas, destruir los hogares y alimentarse de los hijos de los campesinos.

Cuando se acercaba el día de su temida visita, los habitantes de los pueblos huían o se escondían, por aquellas fechas llegó al pueblo un mendigo pidiendo asilo, sólo una anciana quiso darle cobijo, aunque le animó a refugiarse, como los demás, en las montañas.

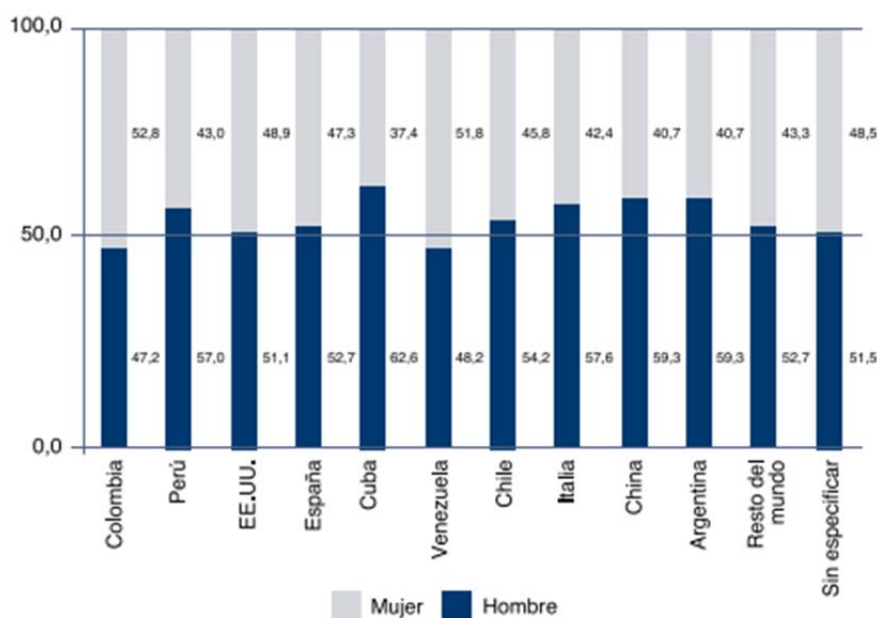
Sin embargo éste le dijo a la mujer que se marchara tranquila, que él mismo se ocuparía de proteger su casa del abominable animal. Nian quedó desconcertado cuando se topó con aquel hogar adornado con velas y pirotecnia en el patio. Los fuegos artificiales ahuyentaron a aquella bestia y a la mañana siguiente la aldea amaneció intacta. Felices, sus pobladores decidieron acompañar al mendigo en su fiesta, la Fiesta de la Primavera.

## 2 CAPITULO II “Diagnostico sobre la oferta de la repostería navideña en las culturas con mayor influencia gastronómica de la ciudad de Quito”

En la actualidad nuestro país es el lugar en el muchos extranjeros lo han transformado en su hogar, compartiendo así su cultura, su historia, su estilo de vida, y obviamente no podía faltar su gastronomía, ya que de esta forma es como llevar una pequeña parte de sus países con ellos.

### Grupos de extranjeros residentes en Ecuador más numeroso, según sexo, 2010.

Tabla N°17



Fuente: INEC, CPV 2001 y 2010. Elaboración: las autoras.

A pesar de que la población extranjera que reside en el Ecuador representa 1,2 % en relación a la población ecuatoriana, los grupos más números de extranjeros han sabido introducir su cultura en especial a lo que respecta la cocina, de tal forma que hoy en día se puede encontrar las diferentes propuestas gastronómicas que nos ofrecen a precios variados.

La cocina es una expresión cultural propia de cada lugar, es por esto que definitivamente la comida habla por sí sola, y cuenta cientos de historias, con mayor

razón la de la época navideña y siendo más concretos, y en este caso con todo lo que respecta a la repostería.

Los países tomados para la elaboración del presente documento fueron extraídos del Instituto Nacional de Estadísticas y Censos que señala los grupos de extranjeros residentes en Ecuador más numeroso, según sexo 2010, entre los que se encuentran Colombia, Perú, EEUU, España, Cuba, Venezuela, Chile, Italia, China y Argentina; si bien es cierto países como Cuba y Venezuela no representan una influencia gastronómica de peso, se los ha tomado en cuenta por la cantidad de inmigrante que residen en el Ecuador.

Así también se ha tomado en cuenta a países tales como México y Japón, por la notable importancia gastronómica que han tomado durante los últimos años; y no se puede dejar de lado a un país que posee una importancia gastronómica de relevancia mundial como es el caso de Francia.

Para conocer acerca de las influencias gastronómicas de un país, no basta solamente en leer ciertas recetas y saber algo sobre ellas, sino que es vital el conocer la historia del país ya que solo así se puede desarrollar el tema con lógica y coherencia, es por esto que se empezará hablando de los procesos históricos más relevantes de cada país para este estudio.

## 2.1 Colombia



[Imagen de límites de Colombia]  
recuperado de  
<http://www.todacolombia.com/geografia/ubicacion.html>

La difícil realidad que afronta el país vecino en cuanto al narcotráfico, ha hecho que cientos de colombianos en los últimos años y más aun a partir del siglo XX acudan al Ecuador en situación de protección, buscando así una vida más segura para sus familias por esta razón se han desarrollado en varias actividades, una de ellas es la de la cocina, es por esto el alto crecimiento de los restaurantes que expenden comida Colombiana.

Cabe recalcar que la huella de la conquista también quedo plasmada en Colombia ya que poseen una gran influencia española, africana (por los esclavos) e indígena, y en menor medida europea por las inmigrantes que llegaron en el siglo XIX y XX.

## 2.2 Perú



[Imagen de límites de Perú] recuperado de <http://www.besnard-javaudin.net/DESCUBRIR/Peru/Peru.htm>

El segundo país que sigue en la lista es Perú, el cual goza uno de los mejores momentos en su gastronomía ya que representantes de la cocina peruana como es el caso de Gastón Acurio, están haciendo que sus platillos e ingredientes sobrepasen fronteras, lo cual se ha podido palpar por la creciente popularidad que está tomando en el Ecuador ya que en especial en los últimos años se han abierto varios restaurantes peruanos y fusión que han sabido ganar a sus clientes rápidamente.

Perú cuenta con una importante influencia gastronómica en primer lugar española debido a la conquista, en segundo lugar africana por los esclavos, italiana por los comerciantes que llegaron en el siglo XIX, en este mismo siglo llegaron chinos para trabajar en labores agrícolas y a finales del siglo XIX y comienzos del siglo XX este gran mestizaje siguió con Japón y sus nuevas técnicas de cocción, lo que dio como resultado a la cocina Nikkei es decir la fusión entre los productos de Japón y Perú; todo esta combinación de países se fusiono con la cocina Inca propia del país.

## 2.3 EEUU



[Imagen de límites de EEUU] recuperado de <http://espanol.mapsofworld.com/continentes/norte-america/estados-unidos>

La comida de los Estados Unidos posee gran influencia por parte del Reino Unido ya que a principios del siglo XVII cientos de peregrinos emigraron hasta tierras estadounidenses buscando la libertad de culto.

En un principio la cocina nativa se basaba en preparaciones derivadas del maíz, pero con las diferentes

migraciones en un país con gran tamaño ha tenido varios cambios, aceptando y combinando las diferentes culturas, es por esto que en los EEUU existen varias influencias entre las que tenemos la franco-canadienses (cocina cajún), francesa (cocina creole), cocina afroamericana, cocina española y mexicana (tex-mex), y la cocina chino-americana por la fuerte emigración del siglo XIX dando así origen a platos como el chop-suey, las galletas de la fortuna, entre otros.

Pero en cuanto a la influencia más fuerte que se ha recibido como país es la del fast-food (comida rápida) estadounidense, este estilo se dio a principios del siglo XX debido al poco espacio de las abarrotadas urbes y también del poco tiempo de un país industrializado, es así que comida como las hamburguesas, pizza, hot-dogs y mas ganaron popularidad, no solo en los EEUU sino también en países como el nuestro lo cual se hace obvio el momento en el que se observa en las calles repletas de este tipo de comida que ganó adeptos con la llegada de varias franquicias norteamericanas.

## 2.4 España



[Imagen de límites de España] recuperado de <http://es.wikipedia.org/wiki/Espa%C3%B1a>

El siglo XIII y XIV fue de verdadera tensión para los cristianos, árabes y judíos, ya que su convivencia era casi imposible, pero fue en España que se podía respirar cierta calma ya que de países como Francia e Inglaterra fueron expulsados ya que para los árabes y cristianos estaba prohibido el matrimonio mixto pero aun así se realizaban, debido a esto se realizaron persecuciones antisemitas, cansados de

la situación los sefardí<sup>8</sup> se aliaron con los árabes a quienes les brindaron refugio, y quienes también les otorgaron el control de ciertos lugares, de esta forma los árabes y judíos se desarrollaron en España pero fueron perdiendo importancia debido a que el cristianismo empezó a tomar fuerza y a ser menos tolerante, de esta forma muchos judíos por miedo cambiaron su religión y los que no fueron expulsados, pero la huella en la sociedad, y por su puesto su gastronomía quedo plasmada.

<sup>8</sup> Descendientes de los judíos, hispano-portugueses que vivieron en la península ibérica.



## 2.6 Venezuela



[Imagen de límites de Venezuela] recuperado de <http://www.forest.ula.ve/~rubenhg/vegetacion/>

La gastronomía venezolana es muy variada debido a la diversa tripulación que trajo Colon ya que cuenta con influencia de España; Francia, Italia, Portugal y África, países que intercambiaron sus ingredientes y se fusionaron con la cocina propia de Venezuela.

Si bien es cierto Venezuela es uno de los países de los que no se sabe mucho en cuanto a su gastronomía pero que poco a poco se está instalando en nuestro país, dándonos a conocer sus mejores platos.

## 2.7 Chile



[Imagen de límites de Chile] recuperado de <http://www.profesorenlinea.cl/chilehistoria/LimitesEvolucion.html>

La influencia española no se hizo esperar en Chile de igual forma el toque de los nativos especialmente los mapuches quienes fueron otorgando también el sabor especial que posee la comida Chilena, así como también la influencia francesa y alemana.

Tras la dictadura de Augusto Pinochet que comprendió la época de 1973 y 1990 muchos chilenos decidieron emigrar y uno de los países en los que se refugiaron fue Ecuador, en el que encontraron nuevas oportunidades de vida y que de esta forma lo convirtieron en su hogar.

## 2.8 Italia



[Imagen de límites de Italia] recuperado de <http://historiagastronomia.blogia.com/temas/05-italia.php>

La comida italiana está definitivamente llena de historia, en cada uno de sus platos se puede saborear los diferentes ingredientes y técnicas de cocción fruto de la influencia que tuvieron países como Austria, Suiza, Francia y como olvidar Grecia, país que compartió muchos ingredientes entre ellos la oliva. También tienen rasgos asiáticos debido a civilizaciones que provinieron de ese lugar, y también porque fue una importante vía por la cual se comerciaba entre continentes.

En la actualidad dentro de nuestro país podemos notar como ha ganado importancia la comida Italiana ya que es muy común ver en las mesas de los ecuatorianos principalmente platos elaborados con pasta.

## 2.9 China



[Imagen de límites de China] recuperado de [http://timorlorosaenacaodiario.blogspot.com/2010\\_12\\_09\\_archive.html](http://timorlorosaenacaodiario.blogspot.com/2010_12_09_archive.html)

Con más de tres mil años de existencia, la cocina oriental es una de las más antiguas, el equilibrio en sus platos y el trato que recibe cada ingrediente han hecho que este tipo de cocina se difunda por todo el mundo.

## 2.10 Argentina



[Imagen de límites de Argentina] recuperado de <http://panchitoconectado.blogspot.com/>

Tras la llegada del siglo XIX trajo consigo inmigrantes europeos principalmente italianos, alemanes y españoles los cuales lograron tener una mayor influencia que la cocina autóctona, es por esto que Argentina es el país que posee mayores rasgos europeos en sus platos que el resto de Latinoamérica.



La perfecta combinación entre carnes y vinos encanta a los ecuatorianos, por eso no es de asombro ver todos los restaurantes con este tema que se han instalado en nuestro país.

## 2.11 México



[Imagen de límites de México] recuperado de <http://www.pbs.org/frontlineworld/stories/mexico/map.html>

Tras la conquista, México también obtuvo cambios en su comida por la llegada en mayor parte de los españoles, africanos, y con el tiempo de francés, pero a pesar de esto han logrado mantener su esencia gastronómica por lo que la UNESCO en el 2010 reconoció a la gastronomía mexicana como Patrimonio Inmaterial de la Humanidad, debido a su riqueza gastronómica desde el cultivo de sus plantas y la crianza de sus animales hasta los rituales de preparación de los mismos.

Si bien es cierto en el Ecuador no existen muchos inmigrantes de este país, pero muchos de nuestros compatriotas han emigrado a México, y en su retorno muchos han aplicado todo lo que han aprendido de su deliciosa comida, por lo que hoy en día es normal observar cientos de lugares que ofertan este tipo de comida y que son de gran aceptación.

## 2.12 Japón



[Imagen de límites de Japón] recuperado de [http://es.wikipedia.org/wiki/Mar\\_del\\_Jap%C3%B3n](http://es.wikipedia.org/wiki/Mar_del_Jap%C3%B3n)

La cocina japonesa era a base de vegetales y pescados pero con la llegada de varios pobladores de otros países esto se modificó como es el caso de los Chinos de quienes obtuvieron la salsa de soya, en el siglo XVII de Portugal llegaron las masas fritas que dieron origen a los tempuras.

Tras las constantes guerras, varios japoneses buscaron asilo en otros países, y sin lugar a dudas el nuestro fue uno de ellos. Con el pasar de los años fueron participando su hermosa cultura y su deliciosa gastronomía de tal forma que en la actualidad su comida goza de gran fama en nuestro medio, no solo por su sabor sino también por el equilibrio de sus platos y su presentación siempre llena de detalle.

## 2.13 Francia



[Imagen de límites de Francia] recuperado de [http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mapa\\_de\\_Francia.es.png](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Mapa_de_Francia.es.png)

Para muchos Francia es sinónimo de excelencia culinaria, y en nuestro país esto no es algo diferente, ya que podemos apreciar muchos restaurantes que manejan este tipo de cocina la cual definitivamente encanta.

Cuando hablamos de comida Francia es un país que no se puede dejar atrás, ya que sus técnicas de cocina han alimentado la gastronomía mundial.

La cocina francesa es fruto de la composición por su cercanía de Alemania, Bélgica, Italia, Austria, España, todos estos países han aportado con varios ingredientes y preparaciones que han enriquecido y diversificado. Desde la época de Carême y Escoffier con la *Cuisine Classique* la cocina francesa ha marcado tendencias seguida por la *Nouvelle Cuisine* la cual propuso preparaciones más simples y ligeras. Por toda su gastronomía y como no era de esperarse menos, Francia posee el título de Patrimonio cultural inmaterial de la humanidad que otorga la UNESCO.

## 2.14 Ecuador



[Imagen de límites de Ecuador] recuperado de <http://mapadeecuador.blogspot.com/2013/04/mapa-del-ecuador-para-pintar.html>

La cocina ecuatoriana es una mezcla entre lo autóctono y el mestizaje que se produjo tras la conquista, es por esto que es tan variada y rica en cultura, sin olvidar el privilegiado clima que poseemos el cual nos permite cultivar grandes variedades de alimentos con los cuales se preparan majares.

Tras la conquista, varias de las mujeres Españolas se introdujeron en conventos, en los cuales popularizaron dulces típicos de sus tierras que pasaron a ser parte de nuestra historia en especial en la de la capital.

Si bien es cierto la gastronomía de los países tratados anteriormente se ha llegado a destacar, cosa que no es fácil, en algunos casos se podría decir que han dejado al olvido un punto muy importante como es el caso de la repostería, no es difícil notar que en muchos de los restaurantes su fama es por sus exquisitos platos fuertes o entras, pero son muy pocos los que se destaca por hacer sus deliciosos postres.

### **3 CAPITULO III “Historia de las tradiciones y repostería de cada país”**

Tradición es transferir conocimientos, costumbres o hábitos de generación en generación, los cuales pueden ser absorbidos de manera pública o familiar y de esta forma seguir difundiendo.

Para la presente investigación se ha considerado importante tomar en cuenta la repostería tradicional navideña que posea en primer lugar trascendencia nacional es decir que es de conocimiento público, ya que el aspecto familiar varía según cada familia.

De esta forma se ha tomado en cuenta los postres según la importancia que poseen en cada país los cuales en muchos de los casos su fama ha traspasado fronteras.

#### **4 Colombia**

La navidad en Colombia empieza a sentirse los últimos días de noviembre ya que las calles empiezan a tomar un aire navideño, pero es oficial con la noche de las velitas el 7 de Diciembre, día en el que se festeja la fiesta religiosa de la Inmaculada Concepción de María. En esta fecha, las familias se reúnen para encender una gran cantidad de velas o faroles en frente de cada hogar para que de esta forma trazar el camino de claridad para que la Virgen María llegue a sus hogares, y así empezar una temporada llena de bendiciones.

Del 7 al 8 de diciembre es común que en Bogotá, Medellín y Cali se realicen espectáculos de juegos pirotécnicos los cuales llaman la atención de todos, ya que se vive un despliegue de colores y se vive el comienzo del ambiente navideño.

En Colombia como en el Ecuador es muy común rezar la Novena de Aguinaldos, en este tiempo todos se reúnen frente al pesebre a orar, cantar villancicos y en si a compartir la alegría propia de estas fiestas, en estos se encuentros se ofrecen

bocadillos<sup>9</sup>, natilla y buñuelos; en muchos de los casos esta reunión termina al son de ritmos tropicales de los que tanto se disfrutaban en Colombia.

Es importante nombrar que cada año desde 1993 el Río Medellín se viste de navidad, ya que a lo largo del río se crean hermosas escenografías llenas de luz y color que marcan la Navidad de Colombia y que con el tiempo se ha convertido en un atractivo turístico durante esta época.

Llegada la noche del 24 de Diciembre es para muchos una noche única, ya que al término del último día de novena se acostumbra a disfrutar de la deliciosa cena en la cual podemos encontrar una gran variedad de platos dependiendo de la región en donde nos encontremos, algunos de estos platos pueden ser el tradicional ajiaco, tamales, lechona, pernil de cerdo ahumado, pavo relleno, y en cuanto a los postres la Señora Nidia González comenta que se destacan los buñuelos antioqueños que se acompañan con natilla colombiana, las brevas con arequipe o queso, el desamargado o Navidad (como también se lo conoce), el manjar blanco colombiano, torta de pastores, y algo que no puede faltar para acompañar los postres de estas fechas es el *masato* (de gran parecido a la chicha), el cual a pesar de ser una bebida típica de algunos países, en Colombia ha ganado importancia y por ende muchos adeptos.

Dentro de los postres tradicionales, en Popayán existe un plato llamado "noche buena" el cual consiste en variedad de todos los dulces nombrados anteriormente, los cuales se los coloca en un bandeja muy bonita y se los regala el 24 de diciembre a todos los seres queridos.

Una vez terminada la cena se da paso al intercambio de regalos que el niño Jesús les ha dejado por su buen comportamiento durante todo el año. Previo a esto los niños han hecho la respectiva carta al niño Jesús haciéndole saber todo acerca de su buen comportamiento durante el año y cuál sería el regalo que les gustaría recibir, a esta carta se le deja expuesta en el pesebre para que el niño Jesús se la llevara.

---

<sup>9</sup> Dulce típico colombiano elaborado a partir de la guayaba.

El 31 de Diciembre las familias colombianas se reúnen a dar gracias por todo lo bueno y lo malo que ha pasado durante el año y llenos de alegría esperan la llega del nuevo año que siempre promete ser mejor.

Se acostumbra realizar el conteo regresivo en familia mientras se come las clásicas 12 uvas, una vez que son las 00:00 todos se abrazan y se auguran buenos deseos. Para la cena de esta noche se acostumbra una vez más a consumir tamales, empanaditas antioqueñas, arroz con pollo entre otros.

Una de las tradiciones típicas de esta época son los juegos de “aguinaldo”, dentro de estos juegos se apuesta bajas cantidades de dinero, dentro de estos juegos tenemos al de los tres pies, a dar y no recibir.

### **Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

#### **4.1 Historia del arequipe**



Carrasco, L. – Patiño, M. La gran repostería paso a paso. Primera edición. Barcelona: Edit. Océano.

Esta deliciosa preparación a base de leche y con textura suave es una creación árabe que fue llevada por los moros a España, la cual a su vez viajó hacia América Latina, es por esto su gran popularidad en muchos países los cuales se disputan la que se piensa que es su creación.

En un principio este dulce era el producto de la reducción de leche de almendras y azúcar, pero cuando llegó a América esto cambió ya que no se producía almendras y su precio era muy elevado razón por la cual se la sustituyó por leche de vaca.

También en un principio las clases altas lo consumían en forma de salsa con pechuga de gallina, pero al ser este un producto de lujo las clases bajas lo consumían solo.

En Colombia el manjar tiene una característica muy especial ya que se le agrega arroz remojado y molido, de esta forma actúa como espesante.

A lo largo de América latina y centro América lo podemos encontrar con diversos nombres como: arequipe en Colombia y Venezuela, cajeta (por la caja en la que se lo guardaba) en México y Centroamérica, dulce de leche en Argentina, Rep. Dominicana, Puerto Rico y Uruguay, manjar de leche en Chile y Ecuador, manjar blanco: en el Perú, cremita de leche en Cuba.

#### 4.2 Historia de los buñuelos antioqueños.



Puntorieri, C. (2012). Buñuelos Antioqueños - Recetas Tradicionales Colombianas descargado el 3 de febrero del 2013, de <http://www.platoslatinos.net/2012/11/bunuelos-antioqueños-recetas.html>

En el siglo XIV ya se preparaba en España ya que era una herencia dejada por los moros se los realizaba a base de harina de trigo, huevo y queso, las cuales las freían en abundante aceite de oliva y las cubrían con miel, con el tiempo y la conquista esta preparación evoluciono y en Colombia como en muchos países de América se convirtió en lo que conocemos

como buñuelo que en Colombia se lo acompaña con la clásica natilla.

#### 4.3 Historia de las brevas con arequipe o queso



Dulce de brevas con queso y arequipe. (s.f.). Recuperado el 4 de Mayo del 2013, de <http://www.recetasfacilescaseras.com/receta-dulce-de-brevas-con-queso-y-arequipe/>

En nuestro país conocemos a las brevas como la “fruta” específicamente llamada infrutescencia<sup>10</sup> de la planta denominada como higuera cuando ha llegado a madurarse y esta de color morado ya que de esta forma la podemos degustar directamente sin someterla a cocción. Pero propiamente dicho las brevas en realidad

son el fruto de la primera cosecha y la segunda toma el nombre de higo, ya que la higuera carga dos veces al año.

<sup>10</sup> Fructificación formada por la agrupación por varios frutillos procedentes de las flores de una inflorescencia, y con apariencia de unidad como la del moral, el higo etc.

Se dice que su origen viene del Mediterráneo y de Oriente Próximo, y que su cultivo es más antiguo que el del trigo; si bien es cierto no se especifica de qué forma llegó al continente pero lo más probable es que haya sido por la conquista.

Las brevas para los colombianos es el sinónimo nuestro del dulce de higos, el cual acostumbran a acompañarlo con queso o arequipe.

#### 4.4 Historia del desamargado o Navidad



Desamargado o Navidad. (2007). Recuperado el 26 de Agosto del 2012, de <http://www.mundopostres.com/desamargado-o-navidad/>

Este es un dulce con más de 100 años originario del valle del Cauca, el principio de este postre es sacarle el sabor amargo propio de algunos frutos como es el caso del limón, de ahí su nombre (desamargado).

#### 4.5 Historia de la natilla colombiana



Natilla (Colombia). (s.f.). recuperado el 30 de Marzo del 2012, de <http://www.colombia.com/gastronomia/a-si-sabe-colombia/sdi140/16871/natilla>

Las natillas es una preparación que proviene de Europa, en la que se hicieron famosas en cortes francesas y españolas; debido a la conquista llegaron a Colombia gracias a las mujeres de España que a la llegada a América

empezaron a prepararla en los conventos que instalaron con el tiempo; la diferencia que marca a las natillas Colombianas de las de Europa es la utilización de huevo ya que en Colombia no se lo adiciona, y que en algunos casos la endulzan con chancaca (panela).



#### 4.6 Historia de la torta de pastores



Torta de pastores (Colombia). (2007). recuperado el 6 de Marzo del 2013, <http://www.mundopostres.com/torta-de-pastores/>

El origen de esta torta es incierto pero por sus ingredientes se presume que se trata de una preparación de una clase social baja ya que está elaborada de residuos de bizcocho y arroz con leche, pero que con el tiempo como muchas preparaciones se popularizo y paso a ser un plato tradicional.

### 5 Perú

El ambiente navideño llega a Perú los primeros días de Diciembre, las plazas se visten de colores que anuncian la llegada de este gran acontecimiento, cientos y cientos de personas se movilizan rápidamente para encontrar el regalo perfecto para sus seres queridos.

En los hogares existe un despliegue de sabores, todos quieren resaltar en la cocina, y sienten el deseo de poner en alto la deliciosa gastronomía que los caracteriza, en especial los últimos años por la fuerza que ha tomado la gastronomía peruana.

Dentro de las tradiciones peruanas cada 6 de Diciembre se da lugar a una muy curiosa, la cual es producto de la conquista, ya que los españoles quisieron imponer el cristianismo pero no lo lograron en su totalidad, y fruto de esto se dio una combinación que es de donde nace esta celebración y toma el nombre de la carrera de los reyes. En el caso del cristianismo los tres Reyes magos se llaman Melchor, Gaspar y Baltasar pero cuando se asentaron en este poblado los nativos del lugar los llamaron según su lengua y les asignaron importancia según sus tradiciones de esta forma los llamaron Inkarrí (Rey Inca), Mistirri (Rey Mestizo) y Negrorri (Rey Negro), y también a cada uno posee su simbolismo, es así que si Inkarrí gana se tendrá éxito en la cosecha, Mistirri mejorara el estado de las montañas donde crecen las llamas y con Negrorri el país no tendrá éxito con ninguna región pero habrá ganado dinero, de esta forma los tres compiten en una carrera a caballo en la que el ganador pronostica lo que pasara en el año venidero.

El 24 de Diciembre un gran número de iglesias de la ciudad celebran a las 10 de la noche la misa de gallo, esta ceremonia es muy especial para las familias peruanas, ya que es un momento de recogimiento y reflexión.

Cuando llegan las doce de la noche todos los familiares se abrazan entre sí y se desean una Feliz Navidad, luego de preferencia el más pequeño de la casa será quien coloque el niño Jesús en el pesebre como símbolo de su nacimiento.

Después del emotivo momento, llega la tan esperada cena de Navidad que consiste en pavo al horno, lechón o el infaltable pollo a la brasa el cual cabe decir posee el título de patrimonio cultural de la nación; dentro de las costumbres más esperadas para estas fechas comenta Luis Sánchez que algo que no puede faltar es el chocolate caliente acompañado de panetón, llegada las doce de la noche, todos alzan sus copas y brindan con champagne, sidra o el clásico pisco sour.

El año nuevo es otra festividad muy esperada, por la trascendencia de comenzar un nuevo año, que muchos esperan sea mejor que el anterior. En esta fecha las compras de última hora no pueden faltar, como es el caso de todo tipo de pirotecnia y objetos que auguran la buena suerte del año venidero. Una práctica común por parte de los diferentes distritos las municipalidades es la de preparar llamativas fiestas en las plazas y parques con los artistas del momento o con una orquesta, Además suele armarse un castillo (usualmente en las plazas principales) y están hechos a base de caña seca y llenos de muchos fuegos artificiales, que cuando se quema da un impactante espectáculo de luz y color.

Cuando falta pocos segundos para las doce, es emocionante escuchar en las emisoras el conteo, luego su programación es totalmente de fiesta. A las 12 de la noche vienen los abrazos e intercambio de buenos deseos, mientras muchas personas dan la vuelta a la manzana con una maleta para que el próximo año este lleno de viajes y al mismo tiempo se procede a la quema del muñeco, al cual se lo coloca en medio de la calle sujetando entre sus manos su caja de panetón vacía en símbolo de que las festividades ya terminaron.

**Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

### 5.1 El panettone



[Imagen de Panettone Peruano con chocolate]. Recuperado de <http://cyaconelprofesorsergio.blogspot.com/2010/07/un-lonchecito-virtual-por-fiestas.html>

Si bien es cierto el panettone es típico de Italia, es muy probable que al llegar los comerciantes de dicho país a Perú, hayan traído con ellos recetas de panettone, en Perú ha ganado gran popularidad en la época navideña y se lo disfruta acompañado de una taza de chocolate caliente.

## 6 EEUU

En Estados Unidos la navidad es una de las celebraciones más grandes y más comerciales que existen en el planeta, todo empieza con el día de acción de gracias, el cual se festeja el cuarto Jueves de Noviembre, esta es una fecha muy importante ya que coincide con la época de cosecha, la historia dice tras la llegada de los peregrinos de la Colonia de Plymouth (Inglaterra) en busca de libertad de culto en el siglo XVII hubo un tiempo de sequías en la que por ende escaseaban los alimentos, es por esto que cuando la sequía terminó se dedicó este día con el fin como su nombre lo dice para dar las gracias por tener los alimentos necesarios para subsistir.

En la actualidad se lo festeja con importantes desfiles llenos de espectaculares muñecos que vuelan por los aires y comparten deliciosos alimentos tales como: pavo relleno al horno con salsa de arándanos, maíz, puré de calabaza de castilla, puré de boniato (camote amarillo), pecan pie, tarta de manzana, pastel de calabaza; durante este día y todo el mes de Diciembre se acostumbra a beber *eggnog*.

El día siguiente al de acción de gracias toma el nombre de viernes negro, este día está lleno de descuentos y todos aprovechan para dar inicio a las compras navideñas.

Uno de los iconos que marca la llegada de la navidad es el encender el gigantesco Árbol del Rockefeller Center esto se da el primer miércoles después del día de acción de gracias, este es un árbol que supera el medio siglo de edad y los 20 metros de altura.

En noche buena las personas se reúnen entre amigos y cada uno lleva un plato especial para compartir con los demás, pero es el 25 de Diciembre que se celebra entre familia, en este día se realiza el intercambio de regalos y se disfruta de un delicioso almuerzo o cena, la cual es muy variada debido a la pluriculturalidad que alberga los EEUU, a pesar de que posee una mayor influencia (en cuanto a los platos navideños) de Inglaterra por las colonias que habitaron en este país. Entre los alimentos que se destacan esta el jamón asado, pavo relleno, ternera asada, y diversas guarniciones y salsas, obviamente el postre no puede faltar y entre los más conocidos tenemos el pudin navideño, mazapanes, panettone, tarta de manzana, pie de pecanas y torta de zanahoria.

Una de las costumbres más populares para estas fechas es la de besarse debajo de una rama de muérdago esta tradición viaja de la península escandinava, ya que en siglo XVII el muérdago era considerado una planta de paz, bajo la cual los enemigos podían declarar la tregua o un matrimonio que discutiera podría besarse y hacer las paces o los enamorados podían sellar su amor con un mágico beso.

Llegado el 31 de Diciembre o vísperas de año nuevo el país toma un ambiente de fiesta en el que la mayoría de personas festejan fuera de sus hogares, uno de los lugares más afamados para celebrar la llegada del año es el Times Square, este día todos intentan encontrar el mejor puesto en las calles y avenidas, para disfrutar de un espectáculo sin igual lleno de música y color que da la bienvenida del nuevo año con la bajada de la famosa bola de cristal.

**Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

### **6.1 Historia del pudin navideño**



(2009). Absolut Inglaterra, christmas pudding. El postre de navidad. Descargado el 14 de Enero del 2013, de <http://www.absolutinglaterra.com/christmas-pudding-el-postre-navideno/>.

El pudin es un postre típico de Inglaterra país del que Estados Unidos posee gran influencia por las diferentes colonias que se ubicaron en el siglo XVII y que desde aquel tiempo paso a ser parte fundamental de la mesa navideña de este país.

El tradicional postre con su forma clásica semiesférica y color oscuro está lleno de detalles, para empezar su confección se la hace con aproximadamente una semana de anticipación. Su elaboración es todo un rito ya que una vez que se colocan los ingredientes en un cazo se lo empieza a revolver, y cada miembro de la familia debe hacerlo mientras pide un deseo, también se acostumbraba a colocar una moneda de plata y para la persona que se lo encontraba era símbolo de buena suerte, una vez listo se lo corona con una ramita de acebo, algunos lo bañan con salsa de mantequilla aromatizada, pero también una de sus formas más clásicas y vistosas es la de colocarle brandy y presentarlo prendido en la mesa.

## **7 España**

Desde el 8 de diciembre empieza a advertirse en España el ambiente navideño. En esa fecha se celebra la festividad de la Inmaculada Concepción, de especial significado en Sevilla, donde se realiza la ceremonia del "baile de los Seis" en la catedral. Este grupo de niños, vestidos de la manera como lo hacían en el siglo XVI, ejecuta un baile rítmico y sencillo, acompañado de música y cantos.

Es común que las empresas y las familias se envíen postales con motivos navideños las cuales se las colocan sobre la mesa de la entrada a la vivienda o clavadas en la pared para que los visitantes las vean.

Unos días antes de la Navidad muchas familias instalan el portal de belén el cual consiste en una reproducción del nacimiento de Jesús, otras familias prefieren poner un árbol de Navidad, y en algunas casas arman los dos.

El día 22 de diciembre se celebra un acontecimiento que señala la proximidad de las fiestas típicas de esta época, es el Sorteo Extraordinario de la Lotería de Navidad. Durante cinco horas, la televisión y la radio transmiten el sorteo. Bares, fábricas y oficinas funcionan a ritmo lento porque millones de personas afinan el oído para oír a los niños del Colegio San Ildefonso de Madrid cantar los números ganadores.

El primer premio, conocido como "El Gordo" puede cambiar la vida de muchos españoles. La lotería española fue instituida por el rey Carlos III en 1763 y sus sorteos jamás han dejado de celebrarse desde entonces. Ni siquiera la Guerra Civil consiguió suspender la celebración del sorteo, pues en aquellos años hubo dos loterías, una en cada bando.

Lo más significativo y peculiar de la Navidad en especial en Pamplona, y en Euskal Herria, es la figura del Olentzero, para los españoles siempre es reconfortante ver al anochecer del 24 de diciembre el desfile del Olentzero, en forma de gran muñeco, y escuchar la música y las canciones que lo acompañan.

La chef de origen Español Cristina Cerezuela nos cuenta que la noche del 24 se hace una cena de carácter familiar, el brindis con cava es indispensable en esta fecha tan especial; el menú varía según cada familia y según cada región, la cena generalmente incluye aperitivo queso, jamón, caña de lomo, canapés, mariscos, después se continua con una sopa de mariscos, y de plato fuerte se suele tomar una carne trufada, pavo trufado, pescado o cordero, y recalca que todo depende de la economía de la familia, pero comenta que las gambas o también conocidas como camarones en las mesas del sur no pueden faltar.

Los postres suelen consistir en turrones y mazapanes, postres ambos de origen árabe hechos a base de almendra y miel, que antes se hacían en las confiterías de cada pueblo pero que ahora, en su mayoría, son de producción industrial.

Después del gran banquete los adultos acostumbran a develar quien fue su “amigo invisible” e intercambian regalos.

En cuanto a los regalos de los niños se los entrega el día de reyes (5 de Enero), pero en la actualidad existen personas que también los entregan el 25 de Diciembre, esto no es algo común.

En cuanto a las estrenas o aguinaldos, que es una tradición de dar dinero a las personas que cantan villancicos, a los niños de la casa, en fin a la persona que uno vea que es conveniente darle.

Debido a que los regalos como tal generalmente son entregados el día de reyes se acostumbra algo muy especial lo que se lo traduciría como una piñata, se lo conoce como “el tío” lo cual es un tronco de árbol cubierto por una manta que tras golpearlo con palos caen regalos, normalmente pueden ser dulces o pequeños detalles.

Después de la cena y el intercambio de regalos se cantan villancicos, y las personas religiosas van a la Misa de Gallo, que se celebra a medianoche.

Entre Navidad y Nochevieja tiene lugar otra típica celebración: el día de los Inocentes (28 de diciembre), que recuerda la matanza de niños cometida por el rey Herodes en Judea. En España, ese día las piletas pueden aparecer repletas de espuma de jabón o los diarios publicar noticias completamente imposibles. Es el día de las bromas y tomaduras de pelo.

El día 31 de Diciembre, a las 10 de la noche, el Rey Juan Carlos Primero de España, ofrece un mensaje para felicitar a todos los españoles, y se puede contemplar y escuchar este mensaje a través de todas las cadenas de televisión.

La cena de Nochevieja es también una reunión familiar. A medianoche se toman doce uvas, una por cada campanada del reloj. Las campanadas del reloj de la Puerta del Sol de Madrid se retransmiten por televisión. Hay mucha gente que va a fiestas llamadas

cotillones<sup>11</sup>. Estos cotillones se celebran en restaurantes, hoteles o discotecas, y después de las uvas hay música y baile. De madrugada se toma chocolate con churros. El día de Año Nuevo la familia se reúne una vez más para intercambiar palabras llenas de buenos deseos y para compartir los alimentos.

**Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

### 7.1 Historia de los Alfajores de Medina Sidonia.



(2010). Mundo recetas. Alfajores de medina sidonia. Descargado el el 6 de Noviembre de 2012, de <http://www.mundorecetas.com/foro/showthread.php/245699-Alfajores-de-Medina-Sidonia>

A diferencia del alfajor de tipo árabe al que estamos acostumbrados (con dos tapas y relleno de dulce de leche), este alfajor con denominación de origen protegida, tiene forma cilíndrica y entre las especias que se colocan están las semillas de perejil, las cuales son las que le transmite su sabor tan singular.

A pesar de ser un dulce Andaluz típicamente navideño, su consumo no se limita a estas fechas, ya que por su constante demanda los productores de este dulce lo elaboran todo el año.

### 7.2 Historia del Pan de Cádiz.



(2008). De la vista al paladar. Pan de cadiz. Descargado el 3 de Octubre del 2012, de <http://www.delavistaalpaladar.com/2008/11/como-se-hace-el-pan-de-cadiz.html>

Es un dulce que está hecho a base de mazapán rellena de confitura. Suele ser típica la elaboración con yema de huevo y batata confitada, que posteriormente se hornea por algunos minutos para que tome un color dorado muy agradable a la vista.

<sup>11</sup> Fiesta y baile que se celebra en un día señalado como el de fin de año o Reyes.



### 7.3 Historia del Pastel de Gloria.



(2011). Lola cocina. Pastel de gloria. Descargado el 17 de Agosto del 2012, de <http://www.lolacocina.com/2011/12/pasteles-de-gloria.html>

Conocido en distintas localidades del sureste de España y a pesar de que no existen muchos datos sobre su origen, se dice que se empezó a prepara en los conventos, existen algunas zonas en las que acostumbran a cambiar el mazapán por merengue italiano, y el relleno de batata por dulce de yema.

### 7.4 Historia de las peladillas.



Pérez, C. (2010). Natur cocina sana. Receta de peladillas. Descargado el 5 de Abril del 2013, de <http://www.naturcocinasana.net/rece-tas/peladillas-almendra-receta/>

El origen de esta agradable almendra cubierta de azúcar es incierto ya que existen varias leyendas de su nacimiento, pero logro darse a conocer y ser parte fundamental de la repostería navideña en la población de Casinos en la provincia de Valencia y Alcoy en la provincia de Alicante.

Se conoce que en el siglo XIII las peladillas se las vendían como remedio contra la esterilidad, y también se lo vendía a las mujeres embarazadas como calmantes y remedio para la digestión.

También se habla de que su origen podría ser romano ya que en el año 170 a. C se acostumbraba a regalar en los bautismos, como también podría tener origen en la antigua Grecia ya que se acostumbraba a regalar en las bodas.

## 7.5 Historia de los Polvorones.



(2008). Gastronomía y cia. Polvorones. Descargada el 6 de julio del 2012, de <http://www.gastronomiaycia.com/2008/11/17/receta-de-polvorones/>

Uno de los dulces más accesibles económicamente hablando de la Navidad, son los famosos polvorones que no faltan en ninguna mesa de España durante estas fiestas, sea cual sea el estatus social.

Parece ser que el consumo de este producto alimenticio data del siglo XVI, al igual que sucedió con las uvas de Nochevieja, hubo un exceso de producción de trigo y de manteca de cerdo y algunos agricultores decidieron aprovecharse de ello y provocar una venta extra de esos productos. Algunos sitúan este hecho en Andalucía, unos en Antequera y otros en Estepa, siendo ésta última la localidad más importante en la producción de polvorones.

## 7.6 Historia de la Sopa de almendras.



Sopa de almendras. (s.f). recuperado el 25 de noviembre del 2012, de [http://www.ciao.es/Navidad\\_\\_Opinion\\_1607938](http://www.ciao.es/Navidad__Opinion_1607938)

La sopa es una mezcla de nata (o leche) caliente y almendras molidas en un mortero la cual posee un origen incierto.

## 7.7 Historia del Turrón.

Se presume que ya en la época griega se preparaba una pasta compuesta por frutos secos (almendra principalmente) y mieles, la cual servía a los deportistas griegos como producto energético para participar en las Olimpiadas.

Pero fueron los árabes quienes introdujeron este dulce, y así lo reconoce el Consejo Regulador de las Indicaciones Geográficas Protegidas del Turrón blando de Jijona y el turrón duro de Alicante.

A pesar de todo, existen diferentes versiones acerca del origen del turrón. Unas fuentes afirman que el turrón surgió tras un concurso propuesto por los árabes en el que se trataba de buscar un alimento nutritivo que se conservara en buenas condiciones durante una larga estancia y que fuera transportado fácilmente por sus ejércitos sin peligro de intoxicación.

Otros afirman que el turrón surgió gracias a la elaboración por parte de un artesano de Barcelona, apellidado Turró, el cual realizó un alimento con materias primas abundantes de la región que sería un recurso indispensable en épocas de escasez y hambrunas. Los defensores de esta versión derivan en que el nombre de turrón nace del apellido de dicho artesano. Ésta versión, a pesar de su sencillez, es la menos respaldada. Se dice que la palabra turrón procede de *torrat*, que era una mezcla de miel y frutos secos que se cocía directamente en el fuego para dar una masa consistente y fácil de manejar.

En Jijona, existe incluso una leyenda que se narra a modo de cuento, acerca de cómo se originó el turrón:

Por aquellos tiempos, el Rey contrajo matrimonio con una princesa escandinava, la cual estaba llena de nostalgia debido a que extrañaba los fríos paisajes llenos de nieve. El rey, desesperado por ver a su amada llena de tristeza tuvo la idea de plantar alrededor del castillo miles de almendros. De esta manera cuando los almendros florecían todo el paisaje se tornaba de un color blanco que simulaba la nieve, y de esta forma la princesa se llenó de gozo. Los habitantes de Jijona, aprendieron a recoger los frutos de los almendros y se ingeniaron el delicioso turrón.



Rodas, A. (2011). Starmedia. Turrón de jijona. Descargado el 9 de Diciembre del 2012, de <http://mujer.starmedia.com/cocina/receta-turrón-almendras-blando-o-jijona.html>



**Turrón duro de Alicante**

(2008). Gastronomía y cia. Turrón de alicante. Descardo el 3 de Mayo del 2012 de <http://www.gastronomiaycia.com/2008/12/05/receta-de-turrón-de-almendra-duro/>

## 8 Cuba

Desde los comienzos de la etapa de la llegada de los españoles a América, las tradiciones navideñas eran muy parecidas a muchos de los países de Latinoamérica, se decoraban las calles, se colocaban árboles navideños, se armaba el pesebre, también se intercambiaban regalos, las personas se enviaban postales típicas de la época llenas de deseos de paz, existían misas de gallo y por supuesto no podía faltar las grandes cenas llenas de sabor.

Pero fue durante el comienzo del gobierno de Fidel Castro, a partir de 1959 que se suspendieron las fiestas religiosas y a partir de 1969 fueron eliminadas oficialmente, A pesar de esto muchos festejaban en la intimidad de sus hogares el nacimiento del Niño Jesús.

No se permitió celebrar oficialmente durante 29 años la Navidad cubana hasta 1998 tras la llegada del Papa Juan Pablo II a la isla, Fidel Castro volvió a declarar el 25 de diciembre como día feriado no laborable.

El chef de origen cubano Marcos Valdés cuenta que la navidad en Cuba es y ha sido una celebración de carácter familiar dentro de la cual la cena de noche buena tiene un lugar muy especial, pero que no existen platos realmente tradicionales para la época ya que todos cocinan según sus posibilidades tratando de que el cerdo no falte ya que es una de las comidas preferidas por los habitantes de la isla pero que al tener un precio elevado no es fácil acceder a este tipo de carne.

La cocción del cerdo es todo un ritual ya que para empezar en los hogares cubanos post revolución no es común que posean un horno es por esto que en muchos de los casos se los lleva a las panaderías y por un módico precio lo hornean, para adobar al cerdo cada familia elabora su mojo y lo marina con dos o tres días de antelación y para acompañarlo se suele preparar, congri, viandas (tubérculos) con mojo criollo, variedad de ensaladas, chicharritas o *mariquitas* (chifles).

De igual forma con el postre, las personas se acomodan a lo que tienen dentro de esto pueden estar los buñuelos que se elaboran a partir de una masa de harina, huevo y varios tubérculos. Según cada familia, algunos le pondrán ralladura de naranja, anís o canela en polvo, luego a se les da forma de 8 y se les fríe finalmente se los bañan con almíbar.

Para el final de año algunas personas acostumbran comer las 12 uvas pero en señas de los 12 meses que acaban de pasar, también brindan con ron y muchas familias esperan la hora oficial frente a la televisión, finalmente todos se abrazan, se felicitan y empiezan a lanzarse agua en señal de botar todo lo malo y recibir limpios el año que llega, se dice que en otras épocas se lanzaban además ropas viejas, para empezar el año renovado.

### **Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

#### **8.1 Historia de los Buñuelos Cubanos.**



Buñuelos de yuca.(s.f). recuperado el 4 de Abril del 2013 de <http://cocinadelmundo.com/receta-Bu%F1uelos-de-yuca-2>

Como ya lo hemos nombrado en otros países, los buñuelos pasaron de los moros a los españoles y con ellos llegaron hasta América.

En Cuba se destacan por incorporar a la preparación tubérculos como el boniato (camote), yuca (mandioca) y la malanga.

También se diferencian por hacerlos en forma de ocho a diferencia del resto de buñuelos que generalmente son redondos, su

generalidad es que todos son fritos y se bañan con miel.

## 9 Venezuela

La navidad en este país es una fecha que se realiza por todo lo alto y al ser un país de mayoría católico-cristiano, es una celebración que gira en base al nacimiento de Jesús, de esta forma las personas acostumbra a armar la primera semana de Diciembre los pesebres llenos de detalle y de grandes tamaños, sin olvidar cubrir al niño con una manta acorde a su tamaño; en la actualidad también se han ido tomando costumbres de otros países, especialmente de los Estados Unidos.

Las celebraciones navideñas en Venezuela se empiezan a sentir con mayor fuerza el 16 de Diciembre, que es cuando comienzan las misas navideñas cada mañana y finalizan el 24 de Diciembre con la Misa de Gallo a la medianoche.

Durante el 21 de Diciembre algunos celebran el “espíritu de la Navidad” este podría ser el equivalente al festejo en otros países denominado como el equinoccio de invierno, en este día se practica una especie de ritual el cual va acompañado de velas y esencias, se da las gracias por todo lo recibido y se escriben los deseos para el año venidero.

En noche buena las familias se reúnen para esperar juntos la llegada del Niño Jesús, muchos de ellos faltando poco tiempo para las 00h00 se concentran en frente del pesebre para darle la bienvenida al Mecías, al cual se lo descubre representando su ansiado nacimiento; también se hace el intercambio de regalos que ha llevado el niño Jesús a sus hogares y se brinda con ponche crema, una bebida muy parecida al rompo.

Una vez dado este acto se prosigue con una deliciosa cena que puede incluir hallacas, pan de jamón, ensalada de gallina, pavo relleno, pernil asado, jamón planchado y como postre nos comenta Emilia Cárdenas que se consume dulce de lechosa, una vez terminada la cena se procede a disfrutar de las *patinatas* las cuales son grandes fiestas en las calles, en las que familia, amigos y vecinos salen a bailar, mientras que los niños aprovechan para estrenar sus regalos.

Para esta época no puede faltar la música navideña que toma el nombre de aguinaldos el equivalente para nosotros de los villancicos, pero con un toque típicamente venezolano; los aguinalderos (quienes cantan los aguinaldos) recorren casa por casa cantando sus canciones con instrumentos musicales como maracas, el cuatro (pequeña guitarra), y el furruco, que es una especie de tambor con un palo de madera clavado en

el centro, tanto en las calles como en los hogares disfrutan de la música, y a cambio de esto los aguinalderos reciben comida, que la gente muy gustosa les brinda.

Llegado el 28 de Diciembre todos sacan sus mejores disfraces y piensan en las bromas más divertidas, en esta fecha se celebra el día de los locos y las locaínas, conocido en nuestro medio como el día de los inocentes, muchos hablan de que esta era una celebración pagana antiquísima en Europa, a la que la iglesia se antepuso y le colocó como fecha de los santos inocentes simbolizando la cruel matanza de Herodes.

Otra de las tradiciones es la paradura del niño, se lleva a cabo en cualquiera de los días entre el 31 de Diciembre hasta el 2 de Enero, para las paraduras se elige un padrino y una madrina, y ellos son los encargados de forma simbólica de hacerle caminar al niño, a este ritual se lo celebra con cantos, rezando el rosario y en una procesión en la que los padrinos pasean al niño sobre una manta blanca, en este festejo se sirve bizcochuelo y vino.

Para recibir el año nuevo es común realizar grandes reuniones en las que se comporten variedad de alimentos todo depende de cada anfitrión, una de sus costumbres es la de comer 12 uvas antes de las 00h00 y pedir un deseo por cada una de ellas, los juegos artificiales no pueden faltar así como el sonido de las gaitas en las calles.

### **Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

#### **9.1 Dulce de lechosa (papaya).**



Dulce de lechosa navideño. (s.f).  
Recuperado el 3 de junio del 2013, de  
<http://www.mis-recetas.org/recetas/show/38173-dulce-de-lechosa-navideno>

El dulce de lechosa también conocido como dulce de papaya verde es típico de la navidad de los hogares Venezolanos, esta fruta tropical que en varios países se acostumbra a degustar en su estado maduro, en Venezuela se la aprovecha desde que está verde, ya que con una cocción a fuego lento con azúcar y agua aromatizada se le otorga sabor y textura que no se logra cuando se encuentra madura.

## 10 Chile

La navidad en Chile empieza los primeros días de Diciembre con el aseo de primavera en el que las familias enteras se encargan de realizar una limpieza profunda en sus hogares, en si renovar la casa, una vez que la limpieza ha sido concluida se procede a colocar un hermoso árbol de navidad muy bien decorado.

El 24 de Diciembre algunas personas acostumbran a adelantar la cena para luego asistir a la "Misa del Gallo", El señor Cesar Ortiz de origen Chileno cuenta que en la mesa no puede faltar el vino, pan y el postre, también cuenta que el menú consta de consomé de ave, pollo asado con ensaladas, y de postre todo lo que sea dulce pero que generalmente puede ser duraznos o piñas con crema, y para las personas que decidieron ir misa, al regreso acostumbran a saborear un delicioso pan de frutas casero acompañado de una taza de café, o simplemente disfrutan de una bebida llamada "*Cola de Mono*" la cual está compuesta por leche, café, aguardiente, canela, y azúcar.

Llegadas las 00:00 es la hora en la que los más pequeños esperan ansiosos la llegada del viejito pascuero, este es el nombre con el que los chilenos se refieren a papa Noel ; llenos de alegría los niños estrenan sus juguetes y los adultos comparten anécdotas toda la noche acompañados de una copa de las mejores cepas de Chilenas.

Al día siguiente se acostumbra a realizar un almuerzo entre todos los seres queridos de lo que quedo la noche anterior, de postre acostumbran a tomar helado ya que al encontrarse Chile en el hemisferio meridional, la navidad llega en la temporada de verano.

En año nuevo uno de los lugares de concentración para muchas personas es en Valparaíso ya que en la bahía existe un despliegue de juegos artificiales de más de 20 minutos los cuales son una atracción turística, así como también muchos acostumbran a recibir al nuevo año en bares, lo importante es disfrutar.



**Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

### **10.1 Duraznos con crema.**



Florencia, P. (2009). Tradicionales duraznos en almibar. Descargado el 4 Abril del 2013, de <http://www.elgranchef.com/2009/02/04/tradicionales-duraznos-en-almibar>.

Chile cuenta con una gran variedad de frutas las que se han dado a conocer en varias partes del mundo por su excelente sabor, aroma, textura y color, es por esto que para los habitantes del país del sur no pueden faltar en sus mesas, las consumen tanto frescas como cocidas en varias preparaciones, y en este caso acompañas con crema, la cual sin duda es una combinación muy agradable.

## **11 Italia**

El 8 de diciembre es el día de la Inmaculada Concepción, el último día festivo antes de dar inicio a la época. Las escuelas cierran y las familias se reúnen para decorar y comenzar con la cuenta regresiva hasta el día de Navidad.

Al contrario de varios países en Europa, en Italia la decoración es realmente sobria, sin caer en el excentricismo, debido a que para los italianos la época navideña es de reflexión y para pasarla en el calor del hogar y de aquí nace un conocido refrán “*Natale con i tuoi, Pasqua con chi vuoi*” (Navidad con los tuyos, Pascua con quien quieras).

Para los italianos también es una tradición preparar el belén o pesebre navideño la cual es una de las actividades que los niños más disfrutan. En Nápoles los artesanos crean cada año pequeñas figuras de las personas que causaron mayor impacto en el ámbito nacional y mundial las cuales se las adiciona en el pesebre familiar, en cuanto al árbol de Navidad los italianos prefieren utilizar árboles vivos, el cual permanece decorado dentro de la casa hasta el 6 de enero cuando finaliza el período de la Navidad en Italia.

Al ser un país que en su mayoría practique la religión católica, es muy común ver que especialmente en Roma cientos de niños y niñas el domingo anterior a la Fiestas lleven

con orgullo la estatuilla del niño Jesús, que luego lo situaran en el pesebre de la plaza de San Pedro para que el Papa los bendiga.

Cuando el día tan esperado llega se despliega el tradicional *cenone* (la gran cena) en la que se reúne en la mesa a toda la familia y se caracteriza por ser abundante. Es imposible referirse a una única tradición culinaria en Italia porque cada familia, cada ciudad y cada región tienen sus propios platos típicos de Navidad, que pueden ser similares pero no iguales.

El chef de origen Italiano Patrick Lehmann nos cuenta que el 25 de diciembre es el día de mayor festejo en Italia ya que se realiza un almuerzo que dura toda el día, en el que se brinda con espumante italiano que puede ser (*asti cinzano, riccadonna , berlucci* ) seguido por el antipasto en el que podemos encontrar embutidos varios, diferentes tipos de ensaladas, patés, diversos encurtidos como aceitunas, alcaparras entre otros, que dan paso al *primo piatto*, el cual es un carbohidrato, que generalmente es un pasta como lasagna , cannelloni, gnocchi, risotti, ravioli, tortellini etc, después se pasa a lo que son los platos fuertes a base de pescados o carnes varias , normalmente asados , con varias verduras , después es el tiempo de los quesos que a decir de la gente es como para bajar la comida, a continuación se pasa al postre, que de igual forma varía según la región, por ejemplo en Milán se acostumbra a degustar el panettone o el pan d'oro con crema de mascarpone, in toscana se sirve con una copa de espumante, y el café que en Italia después de la comida nunca puede faltar y un bajativo como es el caso de la *grappa , nocino , limoncello* etc.

También nos cuenta a cerca de una interesante forma de celebrar la navidad en su país, se trata de la Vigilia Napolitana y nos comenta que después de asistir a la misa de las 00h00 la gente festeja comiendo en la calle donde se acostumbran en esta noche a crear una especie de kioscos con frituras mixta de mariscos, papas, etc.,

A diferencia de los países del norte de Europa, en los países del sur, santa Clause no tiene mucha importancia ya que se intenta dar un sentido más espiritual al nacimiento de Jesús mas no un sentido comercial.

Retomando el tema de los dulces, definitivamente son una pieza fundamental ya que son el broche de oro con el que se cierra este gran festejo, varios de los dulces como en

muchos lugares se originaron en los conventos, donde las monjas hacían un tipo especial de dulces para celebrar las fiestas religiosas, como la Navidad, presentándolos como regalos, como también existen otros dulces fruto de la pasión que los italianos tienen hacia la comida y el respeto a cada uno de los ingredientes, así lograron postres únicos que trascienden con el tiempo, llenos de leyendas mágicas que deleitan.

En cuanto a la noche vieja (*Notte di Capodanno*), se suele celebrar en bares, discotecas y también en fiestas en casa, pero antes de salir también se cena en familia. En Roma y Nápoles, al llegar a las doce de la noche, se lanzan los utensilios viejos para comenzar el nuevo año con pie derecho.

En Milán los festejos terminan los festejos el 26 porque es día de santo Stefano que es el patrono de Milán, en otras parte de Italia se termina el 25 que es lo común, pero se prolonga hasta el 6 de enero cuando llega la befana y en italiano se dice “la befana le feste porta via” que la befana se lleva las fiestas y esto es la fin de los festejos.

**Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

### 11.1 Historia del la Bisciola.



El típico dulce de Navidad de Valtellina, rico en frutos secos y de perfumes es una verdadera maravilla de la cocina rústica.

Editrice Quadratum, (2010), Bisciola, descargado el 4 de abril del 2012, de <http://backend.lacucinaitaliana.it/default.aspx?idpag e=889&idricetta=20711>

## 11.2 Historia del Mostaccioli.



Di Lucia, D. butta la pasta, Ricetta di Mostaccioli. Descargado el 5 de Diciembre del 2012 de <http://www.buttalapasta.it/articolo/ricetta-mostaccioli-napoletani-dolce-natalizio-tipico/27545/>

El Mostaccioli, conocido también mustaccioli o mustacciuli, es típico en la repostería navideña de Campania, es una especie de galletas con forma de diamante, de tamaño medio y generalmente cubierta con chocolate, mermelada de cerezas o miel de algarrobo, se los puede encontrar en su versión

blanda o dura.

Su nombre es debido a que en la masa de la galleta se añade mosto con el fin de enriquecer su sabor, ya que

de esta forma se aporta a la masa con un toque más dulce y definido.

## 11.3 Historia del Pandoro de Verona.



(2009). Mis recetas. Pandoro. Descargado el 5 de Diciembre del 2012 de <http://www.mis-recetas.org/recetas/show/9150-pandoro>

El pandoro nació en Verona en 1800, no se sabe con seguridad si su nacimiento fue propiciado por unos pasteleros austriacos que modificaron la receta del pan de Viena, una variante de la brioche francesa.

Por otra parte los pasteleros de la República de Venecia confeccionaban para los patricios un dulce llamado pan

de oro, completamente cubierto de finísimas hojas de oro obrizo. Su forma cónica de estrella con ocho puntas hace que el pandoro sea inconfundible.

Para completar el cuadro de los orígenes de este bollo navideño hay que recordar también al Nadalín, un postre parecido al actual pandoro, que se comía sólo en Verona en Navidad y en cuya elaboración brillaban los pasteleros austriacos afincados en la ciudad. Sea como sea, la masa suave y dorada del pandoro seguramente tiene que ver tanto con el Nadalín y el pan de Viena como con el pan de oro.

## 11.4 Historia del Panettone Marietta.



Panettone Marietta.(s.f.). recuperado el 30 de Diciembre del 2012 de [http://www.cocinaitaliana.eu/ricettepag/POSTRES/panettone\\_marietta/Panettone%20de%20Marietta\\_receta%20de%20Artusi%20n%604\\_foto.htm](http://www.cocinaitaliana.eu/ricettepag/POSTRES/panettone_marietta/Panettone%20de%20Marietta_receta%20de%20Artusi%20n%604_foto.htm)

El Panettone marietta es una versión simplificada del panettone clásico y es más fácil de hacer para las amas de casa, el famoso chef Artusi<sup>12</sup> lo aprendió de la mujer que trabajaba para él, llamada Marietta, es similar pero el tiempo de leudo no es igual que el panettone clásico de Milán.

## 11.5 Historia del Panforte Margarita, panforte bianco o panpepato.



(2011). Vive Toscana. Panforte. Descargado el 15 de Enero del 2013 <http://www.vivetoscana.com/las-recetas-de-la-nonna-toscana-3%C2%BA-parte-el-panforte/>

Es otro famosísimo dulce típico de las grandes fiestas: parece que sus orígenes se puedan remontar al año mil en la ciudad de Siena. Los ingredientes de base son frutos secos, canela, y especias que eran exclusivas en aquella época como es el caso de la

Canela, nuez moscada y pimienta(es por esta última especia que en algunos lugares tomo el nombre de panpepato o pan con pimienta). Precisamente el uso de estos ingredientes hace que la preparación fuese reservada para los farmacéuticos y monjas que lo hacían para la mesa navideña de los notables.

Como muchas recetas antiguas también el Panforte tiene su leyenda romántica: parece que las especias en la receta eran a causa de la Hermana Ginebra la cual al saber de la muerte de su amado en las cruzadas se hizo monja de claustro.

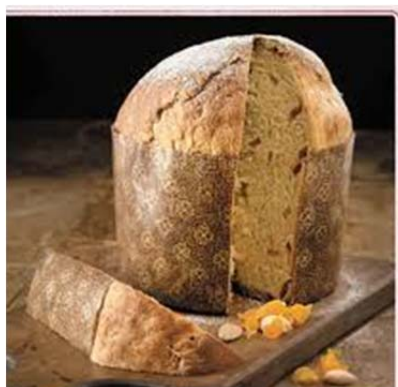
La historia cuenta que la Hermana Ginebra estaba preparando un dulce con miel y otros platillos para la Navidad, cuando de la carretera oyó llegar la voz de su novio que creía muerto. Debido a la emoción, las especias que había en su mano acabaron en la olla del dulce que estaba preparando, en vez de colocarlas en el frasco al que estaban destinadas, y con el tiempo se lo bautizó con el nombre de margarita en honor a la reina.

---

<sup>12</sup> Pellegrino Artusi es un importante chef italiano del siglo XIX presenta esta receta en su libro “*Scienza in cucina e l'arte di mangiar bene*”.

Con el pasar de los tiempos este dulce ha pasado por algunas variaciones, como el colocar una cubierta de azúcar es por esto que también se lo conoce como panforte bianco.

## 11.6 Historia del Panettone Milanes.



Zen, A. (2011). Solo postres. Panettone milanes. Descargado el 8 de Abril del 2012 de <http://www.solopostres.com/recetas-de-postres/399/panettone-milanes.html>

El panetton es un bollo hecho con una masa de tipo brioche, pasas y frutas confitadas, tiene forma de cúpula. Es un postre tradicional de Navidad en Milán (Italia).

Los antiguos romanos fueron los primeros en endulzar un pan de levadura con miel.

Existen muchas leyendas sobre el origen del panettone. Según la primera de éstas y la más fantasiosa y romántica es la historia de este postre nació hace más de cinco siglos, alrededor de 1490, cuando un joven aristócrata, se enamoró de la hija de un pastelero de Milán. Para demostrarle su amor se hizo pasar por aprendiz de pastelero con el nombre de Antonio e inventó un pan azucarado con forma de cúpula a base de frutas confitadas y aroma de limón y naranja. Los milaneses empezaron a acudir en masa a la pastelería a pedir el pan de “Toni”, y de ahí viene el nombre de panettone.

Según otra leyenda y probablemente la más conocida y acertada, nació en la corte de Ludovico El Moro. Se cuenta que el Duque celebró la Navidad con una gran cena, llena de deliciosos aperitivos y platos fuertes, es por esto que el postre iba a sellar con broche de oro la gran noche pero en el momento de sacarlo del horno, el cocinero se dio cuenta de que estaba completamente quemado, el cocinero sentía que estaba acabado pero afortunadamente un lavaplatos, llamado Antonio, había pensado utilizar las sobras de los ingredientes para amasar un pan dulce y llevárselo a su casa. Dada la situación, el joven Antonio propuso al cocinero servir su pan como postre.

Era un pan dulce muy bien leudado, con una cúpula de 12 a 15 centímetros, lleno de fruta confitada y mantequilla que fue llevado inmediatamente al Duque. El inusual

postre tuvo un enorme éxito y Ludovico preguntó al cocinero acerca del nombre del joven que preparo el pan, y sin dudarle el cocinero le presentó a Antonio, acto seguido el duque pregunto el nombre de aquel pan, a lo que Antonio respondió que su creación carecía de nombre es por esto que el señor de Milan decidió llamarlo “Pan de Toni” que con los años se convertiría en panettone.

El primer registro del panettone como dulce navideño tradicional milanés es por el escritor Pietro Verri en el siglo XVIII, que lo llama *pane di tonno* (pan grande). El panettone por su gran fama y sabor en la actualidad es el regalo que los empresarios acostumbran obsequiar a sus ejecutivos en las fechas navideñas acompañado con crema de mascarpone.

Este popular postre hoy en día forma parte de la mesa navideña de varios países que lo han adoptado como si fuese suyo por la gran aceptación que ha tenido, y es un claro ejemplo de la combinación gastronómica que se da entre países.

### 11.7 Historia del Ricciarelli di Siena.



De Santis, D. el gourmet. Cocineros en juego.  
Receta de de ricciarelli. Descargado el 6 de  
Marzo del 2013 de  
<http://elgourmet.com/receta/ricciarelli>

Los ricciarelli son galletas tiernas a base de almendra, azúcar y albúmina de huevo, tradicionalmente elaboradas en la provincia de Siena (Italia). Desde 2010, poseen denominación de origen controlada y se los ha nombrado como Ricciarelli di Siena.

Antiguamente esta galleta solo se preparaba por Navidad, pero en la actualidad se los elabora todo el año. Su fabricación se efectúa en conventos y herboristerías, Cuenta la historia que un habitante de Siena, llamado Ricciardetto (de aquí el nombre del dulce), había informado a su vuelta de las Cruzadas en Tierra Santa con pasteles con la forma de las zapatillas del sultán.

Se consumen tradicionalmente acompañados de vino santo toscano.

## 11.8 Historia del struffoli napolitano, la cicerata y el turdilli calabres.



Comidas típicas de navidad en Italia.(s.f.). recuperado el 30 de Enero del 2012 de <http://informe21.com/content/comidas-t%C3%ADpicas-de-navidad-en-italia>

Parece que, en tiempos de Partenope, llegaron al golfo de Nápoles de la mano de los griegos de quien deriva su nombre “struffolo”: de la palabra “strongoulos” que significa redondeado en el que años después, los struffoli se dispersaron por toda la Italia centromeridional.

Los struffoli, cicerata, castagnole o cenci (cuando lleva la forma de cinta) son pequeñas frituras de pasta suave y ligera que tienen que ser pequeñas porque así aumenta la superficie de pasta que entra en contacto con la miel.

En Nápoles, los struffoli se preparaban en antiguos conventos de monjas de varias órdenes, las cuales los obsequiaban a las familias nobles por sus actos de caridad.

A diferencia del struffoli y la cicerata, los turdilli calabrese llevan en su composición vino dulce, la cual es su única diferencia ya que la base es la misma.

## 12 China

A pesar de que la navidad no es una celebración relevante para los chinos ya que la población cristiana es a penas del 1%, en ciudades como Shanghai y Beijing al ser netamente turísticas lo aprovechan de manera comercial, ya que al ser excelentes vendedores no pueden dejar pasar estas fechas para ofrecerles a los turistas cientos de artículos navideños. En algunos casos los niños cuelgan medias para que Dun Che Lao Ren que significa “hombre viejo de Navidad” los llene de regalos.

Previo al año nuevo chino se acostumbra a realizar una limpieza exhaustiva en cada rincón de los hogares en símbolo de renovación, también se coloca en las puertas y paredes de los hogares y negocios un ideograma que tiene dos significados uno de ellos es primavera y el otro es comida sobrante, ya que se espera que la comida sea suficiente para el siguiente año, el color que prima en estas fechas es el rojo, tanto en la decoración como en la comida ya que se cree que protege de los espíritus malignos.



Algo que es fundamental realizar la noche anterior al año nuevo chino es una gran comida familiar llamada Twan Yuan Fan, que significa “cena de la reunión” en la que se puede degustar unas deliciosas gyozas que son una especie de empanadillas de carne o verduras, su forma recuerda a la moneda de la China Antigua, por eso comerlas en esta festividad es una manera simbólica de atraer la riqueza, a veces incluso se oculta una moneda en el interior.

Una vez llegada la fiesta de la primavera o también llamada como el año nuevo chino, comienza el primer día del primer mes del calendario lunar, generalmente los últimos días de enero y principios de febrero del calendario gregoriano, y tiene una duración de quince días, tiempo durante el cual se hacen ofrendas a las divinidades del cielo y de la tierra, como también a los antepasados de cada familia ya que no están en cuerpo pero si en espíritu y siempre traen buena suerte para la familia.

Hace algunos años era muy común observar los espectáculos llenos de juegos pirotécnicos ya que existe la creencia de el sonido que producen mantiene alejados a los malos espíritus, pero en la actualidad en las ciudades grandes está prohibido ya que se considera un peligro innecesario para la población además de la contaminación que producen.

Los primeros cinco días tras la Fiesta de la Primavera son buenos días para felicitar, hablar y hacer regalos a familiares, amigos y compañeros de clase y trabajo.

El Chef Lorenzo Changkuon descendiente de familia China comenta que las comidas para estas fechas que no pueden faltar son platos con pollo (buen augurio), pescado (abundancia) y doufu (riqueza), por su simbolismo, así como también niangao (pastel del año nuevo hecho de arroz glutinoso) porque su pronunciación también puede significar “más y más alto, un año tras otro”.

También cuenta que las personas por su cultura no son muy participes de los dulces, y que por esto prefieren las frutas frescas ya que son más saludables, pero también nos comenta que a pesar de esto si tienen algunos, pero no muchos dulces propios de la

época como es el caso de el arroz dulce en hojas de bambu, niangao, bolas de arroz glutinoso rellenas de dulce.

También en China como en muchos lugares del mundo es común celebrar la fiesta del solsticio de invierno los días 22 y 23 de diciembre. Y el invitado de honor para esta fiesta es la sopa de ravioles que por su forma compacta simboliza la unión.

En esta época del año también se acostumbraba realizar piñatas en forma de un toro, buey o búfalo llena de artículos de faena agrícola, la cual se rompe en el año nuevo chino que es casi entrando la primavera y ahí, es donde se repartían estos artículos para el campo.

Algo muy conocido en China es su zodiaco del cual existe la fábula de que antes de morir, Buda llamó a 12 animales: la rata, el buey, el tigre, el conejo, el dragón, la serpiente, el caballo, la cabra, el mono, el gallo, el perro y el cerdo. A cada uno de ellos les adjudicó un año según el orden de llegada. Así hasta llegar a doce y luego, de esta manera, el horóscopo chino en el lugar de representar meses, simboliza años y cada cual vendrá personificado por uno u otro animal dependiendo de su año de nacimiento.

Las fiestas de la primavera se da por concluida por la fiesta de los faroles, o linternas, en la cual se colocan en las afueras de templos y casas faroles de todos los tamaños en honor a Buda, dentro de esta costumbre se encuentra la adivinación de los acertijos, los dueños de cada farol colocan en tiras de papel varios acertijos y los clavan al farol, de esta forma las personas observan el acertijo y si conocen su respuesta, se acercan al dueño del farol y en caso de ser correcta, se le otorga un pequeño regalo.

Una comida típica para estas fiestas es el yuanxiao también conocido como tangyuan, las cuales son bolas de arroz glutinoso con relleno dulce o de carne. Como son redondas y compactas, representan la sólida reunión familiar.

Durante el día es común que se realicen danzas como la del dragón, la danza del león, la danza del bote de tierra y la danza del yangge, y por la noche se divisa un gran espectáculo en el cielo lleno de hermosos y coloridos faroles clásicos o en forma de los animales del zodiaco chino que vuelan lentamente en el aire.

**Dentro de las principales preparaciones dulces de año nuevo chino se encuentran:**

### **12.1 Nian-gao (Pastel de arroz glutinoso)**



Huang, Su-Huei. (2003). Chinese Snacks. Decimo sexta. Edicion. Taiwan: Edit. Wei-Chuan.

El pastel de arroz glutinoso se come de postre y simboliza los ascensos, la prosperidad o en el caso de los niños para que crezcan mas.

Al igual que en varios países de Asia el arroz toma un papel importante en la gastronomía oriental, es por esto que en las celebraciones no puede faltar.

## **13 Argentina**

En Argentina como en muchos países es común dar inicio a la Navidad con luces de colores en las calles, en cada uno de los hogares se coloca el respectivo nacimiento y el árbol, en el ambiente se respira un aire de fiesta, en las iglesias es muy común que realicen hermosos pesebres vivientes, de esta forma todos se preparan para recibir al niño Jesús.

El noche buena las familias acostumbran a reunirse y compartir alimentos a la canasta es decir que entre cada uno de los integrantes de la familia se han puesto de acuerdo en que alimento llevaran para el día de la cena, y debido a que esta temporada del año es calurosa es muy probable que se organice una cena tipo campestre en la que se degusten de alimentos acompañados de sidra bien fría.

Como es de costumbre para los argentinos cuenta el chef Gastón Capinacci que el tradicional asado es algo que no puede faltar y menos en estas fechas, se acostumbra a realizarlo con pollo o cerdo y se lo acompaña con diversas ensaladas.

Debido al calor se acostumbra a consumir de postre ensaladas de frutas, helados, alfajores, turrone, pan dulce y tortas de arroz (como un cereal crocante, en forma de

tortas planas). Es aquí que se puede notar la fuerte influencia Europea debido a las inmigraciones.

Previo a la noche del 31 existe una cábala muy común y es que entre las mujeres se regalen ropa interior rosada para estrenar en año nuevo porque dicen que es de buena suerte.

En cuanto a la noche del 31 no es común que este toda la familia reunida, ya que pueda que varios miembros de la familia decidan pasar el año nuevo cerca de la playa, reunirse entre amigos o recibir el año nuevo en un boliche bailable.

### **Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

#### **13.1 Alfajores Santafesinos.**



Calabrese, G. (2011). Alfajores santafesinos. Descargado el 21 de Mayo del 2013, de <http://elgourmet.com/receta/alfajores-santafesinos>

Los alfajores fueron un regalo de los conventos españoles que se instalaron en América latina, pero que definitivamente los argentinos les sacaron el mayor provecho posible, ya que les dieron tanta fama de tal

forma que parece que fuera una invención de ellos, en la actualidad los podemos encontrar tanto artesanales, como industriales, con o sin cobertura de chocolate, de cualquier

forma su sabor es igual de bueno.

#### **14 México.**

En México la Navidad es una fiesta muy religiosa, y comienzan con el primer domingo de adviento, en el que se lleva a la iglesia a bendecir una corona decorada de acuerdo a cada familia con 5 velas (3 moradas, una rosa y una blanca), cada domingo se enciende una vela, se hace una oración hasta el día de Navidad en la que se encienden las 5 durante la cena.

Dentro de este mes, específicamente el 12 de Diciembre se festeja por todo lo alto la aparición de la Virgen de Guadalupe.

Algo que no puede faltar son las posadas, en la época de la conquista los religiosos encargados de la evangelización representaron en las posadas el peregrinar de José y María a su salida de Nazaret en camino a Belén y, posteriormente, el nacimiento de Jesús. Esta representación se conforma de nueve posadas, que se inician el 16 de Diciembre y consiste en solicitar alojamiento en ese simbólico camino a Belén hasta el día 24, fecha del nacimiento de Jesús en el que se “acuesta al niño” es decir a la imagen del niño, esto lo hace la persona más joven del hogar, la cual lleva la estatuilla en una charola, una pequeña cuna o con una manta, de esta forma se realiza una procesión y seguido de esto se acostaba al niño en el pesebre.

En 1586 fray Diego de Soria, solicitó autorización al Papa Sixto V para celebrar las misas denominadas "aguinaldo" del 16 al 24 de diciembre, lapso en el que se realizan las posadas, las cuales se desarrollaban en los atrios de las iglesias en procesión y parando en cada una de las posas (descansos del clero).

En la actualidad el pedir posada es una de las tradiciones de mayor relevancia para los mexicanos, dentro de los aspectos que no pueden faltar esta el pedir posada con cantos tradicionales, rezar el rosario, romper piñatas y compartir botanas entre los seres queridos. Algo que tampoco no pueden faltar son las pastorelas las cuales son representaciones artísticas de la historia de los reyes magos y el niño Jesús.

Para que un festejo mexicano este completo definitivamente la piñata no puede faltar las piñatas mexicanas las cuales fueron introducidas en la época colonial por los frailes franciscanos ya que en ellas ejemplificaban por sus siete puntas llenas de colores a los siete pecados capitales por ser tan llamativas y el palo con la que se golpea representa la fuerza que Dios nos da, de esta forma la persona que se le venda los ojos debe adivinar dónde está la piñata, y al momento de romperla caen dulces y frutas todo esto es una especie de analogía que intenta decir de que en el mundo nos encontramos a ciegas y que está en nosotros mas la fuerza que Dios nos concede, el reaccionar ante el pecado, y que una vez que lo vencamos seremos recompensados y bendecidos.

El día 28 de diciembre se celebra como en muchas partes del mundo el día de los santos inocentes, el cual representa el día en que el rey Herodes mandó matar a todos los

menores de 2 años temiendo perder su reino, y que irónicamente hoy en día se lo festeja jugando bromas a las personas.

En cuanto a la cena la chef Claudia Valdiviezo comenta que los platos para estas fechas son los romeritos, bacalao, tortitas de camarón y por supuesto la bebida que no puede faltar es el ponche mexicano, el cual se lo prepara con frutas y especias al que si se desea se le puede colocar un toque de mezcal o tequila. Para finalizar la gran cena se puede encontrar en la mesa de los mexicanos postres tradicionales como es el caso del buñuelo de navidad, buñuelo a la canasta y la capirotada de navidad.

Para la cena de año nuevo no varía mucho, aunque puede ser menos formal e incluir pozole, enchiladas, flautas entre otros platillos, lo que si es muy importante para los mexicanos es que la comida sea abundante, para disfrutarla en ese día, pero también al momento del recalentado.

## **Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad tenemos:**

### **14.1 Buñuelos de navidad y a la canasta.**



Receta de buñuelos en canasta navideña. (s.f).  
recuperado el 23 de Abril del 2012 de  
[http://www.sitesmexico.com/notas/2009/diciembre/  
receta-buenuelo-canasta-navidena.htm](http://www.sitesmexico.com/notas/2009/diciembre/receta-buenuelo-canasta-navidena.htm)

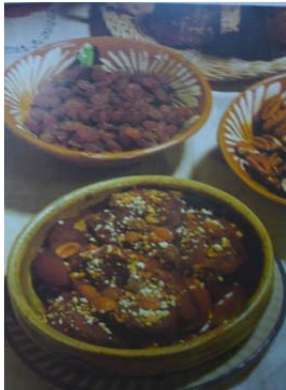
En cuanto al origen de los buñuelos en México, se les atribuye a los españoles los cuales los recibieron de la mano de los moros.

En México se los consume a los buñuelos de navidad cubiertos con miel de *piloncillo* (panela), como también los buñuelos a la canasta los cuales

son similares a los anteriores su única diferencia es que contienen corteza de tomate verde, los mexicanos acostumbran a utilizar cortezas de

varios frutos para dar sabor a diversas preparaciones.

## 14.2 Historia de la capirotada de navidad.



Rotger, P. Postres y dulces mexicanos. Castell S:A:

La capirotada es una preparación que poco a poco han ido desapareciendo, resulta cada vez más difícil encontrarla en los lugares donde se le solía localizar con facilidad, como son los mercados y las cocinas económicas.

La capirotada es un postre preparado con pan, miel a base de piloncillo y canela, cacahuates (maní), pasas y queso. La versión más antigua de este postre podemos

encontrarla en su versión salada en el libro *De re coquinaria* de Apicius<sup>13</sup>. Ahí, se encuentra la *Sala Cattabia*, la cual antecedente a la capirotada. En el siglo XX la capirotada en su versión de plato dulce se popularizó más que el de carne, sobre todo como plato de vigilia.

## 15 Japón.

En Japón, las dos religiones mayoritarias son el sintoísmo y el budismo, por esta razón la navidad no es una festividad común en Japón pero debido a la clara ocupación Americana después de la segunda guerra mundial y la presencia de extranjeros en el país es una festividad que va tomando fuerza sumado también lo mucho que les gustan las fiestas a los japoneses.

Los japoneses decoran las calles con árboles navideños, luces y algún santa Claus; todo esto lleno de luces y muy llamativo. También hay algunas personas que decoran sus casas con adornos navideños, solo por el hecho de que se ve bien, mas no con un sentido religioso.

Durante el periodo navideño occidental, en Japón tienen como festivos el 23 de diciembre, por ser el cumpleaños del Emperador, y los tres primeros días del año, en el que se celebra el Ganjitsu.

---

<sup>13</sup> Gastrónomo romano del siglo I d.C.

De la misma manera el día de navidad no es festivo en Japón, y una vez llegado el día 25 de Diciembre todos los adornos son retirados y se realiza una gran limpieza en las casas (*ōsōji*) para poner la decoración para el día más importante y equivalente a nuestra navidad para los japoneses.

Dentro de la decoración típica de estas fechas podemos encontrar las *shimenawas* que son sogas de fibra de arroz que simbolizan renovación, de la que generalmente cuelgan hojas en zigzag en símbolo de purificación.

Otra decoración que no puede faltar es el *kadomatsu*, que son hojas y trocitos de pino y bambú que se colocan de cada lado de las puertas en símbolo de longevidad ya que se cree que fue el árbol que fue regalado por los dioses al principio de los tiempos, esta decoración está puesta en las casas hasta mediados de enero.



[Imagen de kadomatsu]. Recuperado de <http://muza-chan.net/japan/index.php/blog/traditional-japanese-new-year-decoration-kadomatsu>



[Imagen de shimenawa]. Recuperado de [http://japan-photo.jnto.go.jp/eng/photo\\_detail.php?PI=1300](http://japan-photo.jnto.go.jp/eng/photo_detail.php?PI=1300)

14

Previo al Gantan es decir en año viejo (*Ōmisoka*), muchas personas visitan templos budistas para oír las campanas replicar 108 veces a medianoche, esto anuncia el paso del año viejo y la llegada del nuevo. La razón por la que replican este número de veces



es por la creencia budista de que los seres humanos están acosados por 108 deseos o pasiones terrenales y cada uno se disipa con cada golpe.

Otra de las tradiciones japonesas es la del *Oseibo* que significa (al final del año) el cual es un regalo que no se lo realiza de persona a persona, sino de familia a familia o de compañía a compañía, esto se lo hace con anticipación ya que se lo envía por correo. Lo que se acostumbra a regalar son alimentos y entre los más afamados se encuentran la centolla, cerveza artesanal, sake, fiambres artesanales y fideos de soba estos se los come con la esperanza de que las fortunas familiares se extiendan como los largos fideos.

El Gantan, Ganjitsu o Año Nuevo Japonés se celebra del primero al tres de Enero, en estos días nadie trabaja, lo que toma el nombre de *sanga nichì, o shogatsu*. En este tiempo las personas se reúnen en familia para dirigirse a los templos budistas y altares sintoístas a dar gracias y a pedir por el nuevo año, también se encargan de visitar a amigos y parientes.

Este festejo es el equivalente a la Navidad en Occidente, es por esto que posee gran importancia para el país del sol naciente, ya que es una festividad de renovación en la que las familias se reúnen para disfrutar de la culminación de un año y la llegada de uno nuevo, cargados de buenas energías y grandes expectativas para el año venidero, es por esto que para los japoneses es muy importante recibir el nuevo año con una gran sonrisa ya que se piensa que de esta forma será lleno de cosas positivas y no de tristezas.

El primero de Enero el emperador realiza un rito que se lo denomina como *shihōhai* o adoración de los cuatro cuartos, en esta ceremonia se hace reverencia a tumbas y altares imperiales y el emperador ofrece plegarias para el bienestar del país.

El 2 de Enero al igual que el 23 de Diciembre son los únicos días en los que se permite la entrada a los jardines interiores del palacio imperial los cuales son simplemente mágicos por todo el encanto de la naturaleza y la arquitectura típica nipona.

*Dondo-yaki* es una hoguera muy especial que se la realiza cada dos de Enero en la que se queman las decoraciones del año nuevo como es el caso del *kadomatsu, shimenawa,*

*Omamori*<sup>14</sup> y *Kakizome*<sup>15</sup>, esta quema simboliza la prosperidad y una cosecha abundante.



[Imagen de Dando-Yaki] recuperado de [http://dekobo.blogspot.com/2011\\_01\\_01\\_archive.html](http://dekobo.blogspot.com/2011_01_01_archive.html)



[Imagen de ] recuperado de kakizome [http://www.everio-fan.com/2011/01/28\\_150.html](http://www.everio-fan.com/2011/01/28_150.html)



[Imagen de Omamori] recuperado de <http://www.houseofsixten.com/hcstaff?p=128>

5

---

<sup>14</sup> Amuletos japoneses que proveen de bendiciones y protección.

<sup>15</sup> El **kakizome** (primera escritura) se lo realiza cada 2 enero y es la escritura de un bello poema japonés.

También en estos días los japoneses tiene varios juegos tradicionales como es el caso de los *karuta* (de naipes), *hanetsuki* (parecido al bádminton), *takoage* (vuelo de cometas) entre otros, esto se lo realiza con el fin de atraer mucha suerte para el año. .

En cuanto a la comida la chef de originaria del Japón Mika Kimura comenta que la comida tradicional para estas fiestas toma el nombre de *Osechi-ryōri*, la cual es similar a las cajas *bento*, solo que con alimentos típicos de esta celebración, la caja que contiene estos alimentos toma el nombre de *jubako*, la cual puede ser de varios pisos y divisiones, con diversas decoraciones.

Al *osechi ryori* se le considera una comida especial para dar gracias y desear mucha felicidad y prosperidad en el nuevo año, está compuesta por una gran variedad de platos muy vistosos y deliciosos los cuales contienen una cantidad considerable de vinagre o azúcar para conservarlos ya que se al ser tantos platos, se acostumbra a prepararlos antes del Gantan y también porque se considera de mala suerte no hacerlo con tiempo ya que la celebración es tiempo de descanso, debido a que en el periodo Edo, los japoneses se regían por el calendario Chino, y vivían en una especie de Dictadura militar por la cual en esa época Japón vivía en represión, pero con la llegada del periodo Meiji, llegaron muchos cambios importantes para la isla, ya que el país empezó a formarse como la potencia que conocemos en la actualidad, y adopto el calendario Gregoriano es así que aparece la fiesta de la primavera y está creada para disfrutar de la familia y amigos, es por esto que el *Osechi-ryōri* se lo realiza con tiempo.

Esta gran comida está llena de significado ya que cada plato que la compone tiene su razón de ser, ya que todo está estrechamente relacionado con la vida, la salud, la cosecha y la buena suerte, por ejemplo el frijol (*mame*), simboliza buena salud para el año que venidero, los huevos de arenque se consumen en deseo de fertilidad y abundante cosecha, también como es común para la cultura japonesa, todo tiene una ceremonia, y este banquete no es la excepción ya que los palillos para consumirla deben ser redondeados en los dos extremos para que de esta forma por un lado lo hagan las personas y por el otro los dioses.

La chef también nos comenta sobre el actual desinterés de las generaciones actuales hacia sus comidas típicas, ya que gradualmente se está perdiendo esta tradición por la falta de interés por aprender a cocinar la extensa variedad de platos.



[Imagen de Osechi-ryōri] recuperado de  
<http://wagokorobcn.wordpress.com/2009/11/27/osechi-ryori-comida-tradicional-japonesa-de-ano-nuevo/>

La bebida con la que acostumbran brindar es el *sake* (destilado de arroz), *otoso* (destilado de arroz especiado) y hoy por hoy con *syoucyu* que es una bebida actual de igual forma que el sake a base de arroz pero con un toque juvenil.

Dentro de los dulces nipones artesanales (*wagashis*) para estas fechas señala que los más afamados para esta celebración son todos aquellos que sean a base de mochi (es el nombre que se le da a la masa, el pastelito se llama de una manera u otra según de lo que vaya relleno) son el dulce preferido, pero con el cual se debe ser cuidadoso con los infantes y personas de la tercera edad ya que debido a su composición a base de arroz glutinoso japonés, al ingerirlo por su textura puede provocar que quien la consume se ahogue. Cabe decir que la ceremonia para elaborar la masa del mochi lleva el nombre de *Mochitsuki*.

Para culminar las fiestas se envían postales de año nuevo hechas a mano (*Nengajo*), a pesar de la tecnología esto se lo hace por medio del correo y por esta razón las tarjetas deben ser enviadas con anticipación para que el servicio de correo realice una entrega especial y las tarjetas puedan llegar a tiempo. En un principio esta tradición era común

hacerlo entre las personas que no mantenían un contacto frecuente, y el fin de esto se limitaba prácticamente a informar si el emisor se encontraba sano y salvo.

**Entre las principales variedades de mochi para esta celebración podemos encontrar:**

### 15.1 Daifuku.



[Imagen de daifuku] recuperado de <http://www.makitake.es/shop/postres/daifuku/>.

El daifuku (, "daifuku" gran suerte), "**daifukumochi**" es un dulce típico japonés a base de mochi y generalmente relleno de anko (pasta dulce de judías azuki) el color de la pasta (rojo) se cree que es por protección ante los malos espíritus recubierto de una fina capa de almidón, azúcar impalpable o cacao para que no se pegue en las manos. Se acostumbra comerlo

en grandes ceremonias y es un dulce que se lo consume en símbolo de buena suerte.

Una de las variaciones más conocidas del Daifuku es la del ichigo daifuku el cual es un mochi relleno de una fresa entera.

### 15.2 El Kagami mochi.



[Imagen de kagamimochi] recuperado de <http://muza-chan.net/japan/index.php/blog/traditional-japanese-new-year-decoration-kagamimochi>

Es un postre que también se lo utiliza como decoración de año nuevo, está conformado de dos mochis de diferentes tamaños que están coronados con una especie de mandarina asiática (*daidai*), el cítrico simboliza la continuidad de la las generaciones, la familia, y larga vida, y los mochis la transición del año viejo al nuevo.

Para comerlo existe la tradición de romperlo cuidadosamente con la mano en pedazos pequeños, nunca se lo debe hacer con un cuchillo, ya que al ser un postre que simboliza la unión familiar, al cortarlo con un cuchillo simbolizaría la ruptura de la misma.

### 15.3 Hanabiramochi.



[imagen de Hanabiramochi]. Recuperado de <http://www.5f.biglobe.ne.jp/~Lupinus/nikki/nikki-07.1.htm>

Hanabiramochi (mochi pétalo de flor) es un dulce especial propio de la llegada del nuevo año. Es a base de mochi redondo aplanado relleno de pasta de anko de color rosa y raíz de bardana, se lo dobla por la mitad simulando un pétalo de rosa de la flor del albaricoque japonés el cual representa la pureza, perseverancia y renovación, se las consume en la primera ceremonia del

té de año nuevo.

### 15.4 Kurikinton.



Kuri kinton pure de patatas y castaña. (s.f.) recuperado el 4 de Febrero del 2013 de <http://www.recetasjaponesas.com/2010/01/kuri-kinton-pure-de-patatas-y-castanas.html>

A pesar de no ser un mochi, este postre es fundamental para esta celebración. El kurikinton a base de puré de Satsuma-imo (tubérculo asiático), dulce de castañas y mirin. Por su color amarillo simboliza fortuna y éxito en los negocios, es un elemento indispensable para el Osechi Ryouri.

### 15.5 Kusamochi.



[imagen de kusamochi] recuperado de <http://www.iromegane.com/japan/botamocchi-day-on-shunbun-no-hi/>

Es un mochi elaborado con pasta de artemisa la cual es una planta perenne de color verde, en su interior está relleno de anko. Simboliza la fertilidad.

## 15.6 O-shiruko.



Oshicuro zenzai sopa dulce de mochi. (s.f.). recuperado el 3 de Marzo del 2013 de <http://www.recetasjaponesas.com/2010/01/oshiruko-zenzai-sopa-dulce-de-mochi.html>

Es sopa caliente de anko con pequeñas esferas de mochi flotando, la letra “O” al comienzo de una palabra japonesa es honorífica, y con esto se puede saber que se trata de algo importante.

Es importante mencionar que los mochis cambian de nombre según las estaciones del año.

## 16 Francia

En esta época del año los árboles de los Campos Elíseos se visten de diminutos focos llenos de un brillo intenso lo cual hace que cobre significado del porque los franceses la llaman “*la plus belle avenue du monde*” (la avenida más hermosa del mundo); la Catedral de Notre Dame no se puede quedar atrás ya que en la explanada de la misma se exhibe un árbol de Pino de gran tamaño lleno de hermosos y coloridos bombillos y en el que desde sus afueras ya se pueden escuchar villancicos entonados por los niños del coro de la ciudad.

Para muchos franceses el ambiente se torna festivo a partir del 25 de Noviembre en el cual se festeja a santa Catalina; las mujeres mayores de 25 años decoran sus sombreros de forma muy llamativo y salen a desfilan con una estatua de la santa, de esta forma los hombres podían notar de que la mujer que lo usa está buscando a su amor.

En Francia las celebraciones varía según cada región, en Alsacia y Lorena están muy arraigadas las costumbres de origen germano, mientras que en el sur las tradiciones conservan un sabor mediterráneo.

En Alsacia y Lorena, las celebraciones navideñas se inician el 6 de diciembre con la llegada de san Nicolás, que trae regalos a los niños. Para los niños el calendario de adviento marca el conteo hacia las fiestas ya que día a día señala la llegada a la Navidad, por medio de una serie de ventanitas, inicialmente cerradas que se las abre según el transcurso de los días hasta la esperada fecha.

A pesar de que es común que las casas se adornen con el árbol de Navidad, en el sur de Francia una tradición que no puede faltar es la de colocar el “crêche” que es como se denomina al pesebre, el cual se lo decora con “santons” (santos) que son pequeñas figuras de arcilla típicas de Provenza las cuales son minuciosamente elaboradas.

En noche buena varias familias se reúnen para ser participes de la misa de gallo y por supuesto para disfrutar de un despliegue de manjares propios de un país considerado la meca de la gastronomía mundial.

Para algunos franceses es una tradición adornar la mesa con velas y naranjas las cuales en tiempos antiguos se consideraban una exquisitez que se degustaban solo en estas fechas.

Dentro de las comidas típicas de esta época el chef francés Nicolás Coupe comenta que lo que acostumbran a consumir esta el capón de Bresse con puré de castañas, *foie-gras* de pato o de oca, *boudin blanc* y pavo asado, al culminar la cena se puede disfrutar del famoso Bûche de Noël, que es un pastel con forma de tronco recubierto de chocolate y relleno de crema o trufa, como también se puede deleitar con una sinfonía de postres que toma el nombre de Les treize desserts que son trece pequeños bocadillos.

Al terminar la cena justo antes de ir a la cama los niños llenos de ilusión dejan sus zapatos junto a la chimenea para que el *Père Noël* (papa Noel) los llene de regalos, algo que no puede faltar es dejar algunos nabos y zanahorias para los renos ya que así se sentirán atraídos por sus casas y así los más pequeños creen que no olvidaran dejar sus obsequios.

En Nochevieja al contrario de noche buena se las celebra con amigos, en las calles se puede sentir el ambiente de fiesta que conlleva celebrar la llegada del nuevo año y aun



más si es con vista hacia la Torre Eiffel y una copa de champagne que según las creencias atraerá la buena fortuna.

Con la llegada del nuevo año y a pesar del ajetreo que conllevan las festividades todo vuelve a la normalidad y una tradición muy importante para los franceses es la de enviar tarjetas de felicitación (*cartes de voeux*). Esto se hace durante el mes de enero, esta tradición a pesar de que en la actualidad existe el correo electrónico se suele hacer mediante las oficinas de correo tomándose el tiempo necesario para que las cartas lleguen sin retrasos.

**Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

### **16.1 Historia de la Bûche de Noël.**



(2010). La bûche 2010. Cuisine et vins,(137),pag 73.

Este postre nace a partir de una antigua tradición en la que en noche buena familias enteras se reunían delante de la chimenea en la cual se colocaba un gran leño hermosamente decorado con cintas, hojas y flores, el cual era bendecido, y que se lo prendía junto con la persona más joven y la de mayor edad de la casa. Una vez encendido el leño la persona más adulta contaba historias y cantaban villancicos.

También existía la tradición que remonta al siglo XII de guardar las cenizas hasta el próximo año ya que se les atribuyó propiedades milagrosas y se creía que los protegería de males y catástrofes.

Con el cambio de la cocina a leña a la de carbón esta tradición se fue apagando, pero a finales del siglo XIX volvió a cobrar vida en las manos del pastelero Pierre de Lacam, él fue quien realizó un hermoso tronco pero que esta vez sería comestible en honor a esta hermosa tradición.

La bûche o tronco hoy en día es un dulce hecho a base de un bizcochuelo plano, relleno con una mousse o crema que puede estar aromatizada con avellanas, el cual se lo enrolla

y luego se lo cubre con chocolate en el que se marcan surcos que imitan la corteza del árbol y se lo decora con hojas de mazapán, suspiros en forma de hongos, vallas y todo lo que uno crea conveniente para que sea muy vistoso. Esta costumbre también existe en diferentes países pero no cuenta con el mismo protagonismo que en Francia. En Italia se le llama *ceppo* y en Inglaterra lo llaman *Yule Log*.

## 16.2 Historia de los treize desserts o los trece postres.



Margali. (2009). Pan de Provenza o fougasse.  
Consultado el 10 de Mayo del 2013, de  
<http://www.cocinaya.com/recetas/2009/06/pan-provenza-o-fougasse>

La tradición de los 13 postres data de 1920 en la región de Provenza, la que posee un gran número de seguidores del catolicismo, a este postre se lo degusta después de la Misa del Gallo y simboliza a Jesús de Nazaret con los 12 apóstoles, es por esto que son trece variedades, las cuales se dividen en cuatro grupos detallados a continuación:

### Frutos secos.

A esta agrupación de trece postres se los conoce como "los cuatro mendigos" ya que representan a las cuatro órdenes religiosas que se caracterizan por sus votos de mendicidad, y se dice que se ha asignado el fruto según el color del habito que visten cada orden monástica como es el caso de las pasas (Dominicos), nueces o avellanas (Agustinos), Higos deshidratados (Franciscanos) y las Almendras (Carmelitas)

### Frutas frescas.

También se tiene como parte fundamental de esta composición a las frutas como es el caso de las manzanas, peras, mandarinas o clementinas, uvas, naranjas, sandias, el melón de Navidad llamado *Verdau*, frutas locales como los madroños y las serbas.

### Pasteles (masas).

Dentro de este grupo podemos encontrar los biscotins de Aix (galletas), la gibacié, bomba de aceite o fougasse, pasteles de piñones, las galletas de hinojo entre otros.

## **Dulces.**

En cuanto a los dulces pueden variar según cada región pero entre los principales tenemos mazapanes, caramelos, paté de membrillo, también llamado confitura de membrillo con frutas al mosto de uva, el melón confitado y la confitura de sandía, pero lo que no puede faltar es la nougat blanca (suave) y la nougat negra (dura) que simbolizan a Dios y al diablo.

Cabe decir que no existe una lista exacta de los 13 postres de Navidad en Francia ya que varían según cada región y familia, sólo algunos son simbólicos y no cambian.

Además, cada ciudad aporta también sus especialidades como por ejemplo las tartas de la zona de la alta Provenza o la tarta de la Santa Cecile (tarta de manzana) de la zona montañosa de Provenza.

Lo más habitual es servir estos postres con vino caliente, que hace referencia a la sangre de Cristo, así como ratafia de cerezas.

Es importante de que a cada invitado se le ofrezca probar cada postre, en la misma cantidad.

## **17 Ecuador.**

Al ser una población que cuenta con el 85 % de la población que profesan la religión romana católica la navidad es algo que gira en torno a ello.

Entre los últimos días de Noviembre y los primeros de Diciembre las ciudades se visten de luces y colores típicos de la época, las familias empiezan a armar el árbol de navidad y el pesebre, existen de todos los tamaños y de todas las formas, cada hogar le da su toque personal, muchos acostumbran a colocar al niño cubierto por una manta, para descubrirlo el día de su nacimiento.

En las calles existen pequeños negocios que venden todo tipo de adornos para decorar los pesebres y el árbol de navidad. Una tradición que sigue viva es la del concurso de pesebres, familias enteras llenas de imaginación se reúnen para realizar el nacimiento más lindo y creativo, aquí lo que cuenta no es ganar, sino compartir tiempo con la familia y que la tradición siga por generaciones.

En la capital existe un nacimiento muy especial, se trata del pesebre que se encuentra ubicado en el Panecillo el cual es el más alto de Sudamérica y que cada año da acogida a miles de personas que deseen visitarlo.

El 16 de Diciembre es un fecha muy importante para la religión católica ya que empieza la cuenta regresiva que nos lleva hacia el gran día; es el inicio de la novena que va dedicada al niño Jesús, familias, amigos, vecinos, todos se reúnen estos 9 días para celebrar la gran llegada, el ambiente con aroma a palo santo no puede faltar.

Durante la novena se acostumbra a turnarse las casas en las que se rezara, también para muchas familias es una tradición el organizar un pesebre viviente en el que se representa cada pasaje de la novena, esta es una costumbre que se la practica con más frecuencia en las zonas rurales del país, al finalizar cada noche se comparten dulces y bebidas calientes.

En los colegios es muy común antes de salir a vacaciones de navidad que se realice el pase del niño el cual es un nacimiento viviente en el que se recorre algunas cuadras o la manzana

del colegio entonando villancicos; otra costumbre es la de jugar al amigo secreto, lo último también es muy común entre ejecutivos, en cualquiera de los dos casos lo que se hace es sortear papелitos con los nombres de las personas que jugaran y días antes del día de navidad se entregaran pequeños detalles como es el caso de chocolates, caramelos, flores etc., y cuando llega el día tan esperado se acostumbra a realizar una reunión para develar a la persona que enviaba los detalles.

Cabe recalcar que en nuestro país en fechas cercanas a la navidad se da un gran acontecimiento el cual se puede observar claramente y del que en la actualidad pocos conocen, es el solsticio de invierno, el 21 o 22 de Diciembre a las 12h00 se pierde la sombra ya que el sol cae de forma perpendicular, existen lugares en los que este fenómeno es más claro como es el caso del monte Catequilla o en el complejo arqueológico de Tulipe en el que varias personas se reúnen para presenciar el acto que se da de forma anual. En la antigüedad esta fecha era fundamental para el pueblo andino antes de la cristianización ya que este acontecimiento astronómico marcaba el inicio de la siembra, en el que se rendía culto al sol encomendándole el cuidado de sus plantas.

Siguiendo con la navidad tradicional en nuestro país, como es costumbre de muchos países todas las personas están literalmente corriendo haciendo compras, organizando reuniones, preparando cenas etc.

En noche buena, es decir el 24 de Diciembre muchas personas acostumbran a asistir a la misa de gallo, y después de esto reunirse para descubrir al niño en símbolo de su nacimiento, esto generalmente lo hace el más pequeño del hogar; en cada casa el ambiente está inundado de aroma a lechón o el clásico pavo con su respectivo relleno, el postre es algo que definitivamente sirve para cerrar con broche de oro este gran festejo el chef Álvaro Valarezo comenta que se acostumbra a degustar delicioso pristiños con miel de panela; siempre cuidando que exista comida suficiente para el día siguiente, lo que se conoce como el recalentado.

El 28 de Diciembre como en muchos países celebramos el día de los santos inocentes, es un día en el que grandes y pequeños se juegan bromas de todo tipo.

Después de las festividades navideñas los pequeños negocios que vendían artículos navideños rápidamente empiezan a vender todo lo necesario para armar los monigotes o años viejos, de igual forma los diferentes barrios, amigos, familias se reúnen para armarlo, memorando algún motivo que haya sido relevante para el país, el mundo , o simplemente alguna anécdota entre amigos, todos se esmeran y sacan a flote sus habilidades para hacer el mejor “viejo” de igual forma para las personas que no tuvieron tiempo para hacerlo lo pueden comprar, existen de todos los tamaños y formas para que cada familia escoja el que desee.

El 31 de Diciembre en una calle muy conocida de la capital (Amazonas) se presentan Años viejos enormes y las familias acostumbran a visitarlos por la mañana, también en ciudades como Guayaquil se realizan concursos del mejor monigote, estos pueden tener alturas superiores a los postes de luz y muchos de ellos pueden hasta moverse, el ingenio no tiene límite en estas fechas.

Todos esperan con anhelo que empiece la cuenta regresiva, se sintoniza alguna radio que lee el testamento o el realizado por entre familia y amigos y a las 11:59 en punto empieza el conteo llenos de una emoción inexplicable , muchos comen apresurados las 12 uvas o practican la cábala de su preferencia y finalmente se dan el ansiado abrazo de año nuevo , se inicia la quema de los monigotes que simbolizando que todo lo malo que haya pasado se quede atrás y para el presente año lleguen cosas nuevas y buenas, a lo lejos se puede observar a personas corriendo con maletas para que el próximo año este lleno de viajes, todos están emocionados deseando todo lo bueno para el próximo año entre familia y amigos.

### **Dentro de las principales preparaciones dulces de navidad se encuentran:**

#### **17.1 Pristiños**



Canal, L. echeverria, M. Cocina ecuatoriana tradicional. Pristiños. Guayaquil. Guayaquil: edit. Ineditec S:A.

El pristiño o también conocido como prestiño posiblemente sea la adaptación al buñuelo, ya que prácticamente su elaboración es la misma y su única diferencia sería la forma; en nuestro país toma la forma de una rosca a la cual se le realizan tres cortes, haciendo alusión a la santísima trinidad de la iglesia católica. La manera en la que se lo sirve es bañado con miel de panela similar al *picaron* peruano.

## 18 CAPITULO IV “Medición de impactos”.

Para la elaboración de la presente tesis, se ha visto la necesidad de elaborar una matriz de impactos para de esta forma medir y analizar en qué punto se encuentra el tema tratado, de esta manera se han tomado indicadores culturales, económicos, educativos y turísticos debido a que son con los que el tema del presente estudio se relaciona directamente.

Para calificar los niveles de impacto se ha tomado como referencia el libro del Sr. Miguel Ángel Posso Yépez en el cual se otorgan los niveles numéricamente, es decir se califica cada indicador para que por medio de una operación matemática obtener los resultados.

### **Tabla de niveles de impacto:**

-3 Impacto alto negativo.

-2 Impacto medio negativo.

-1 Impacto bajo negativo.

0 No hay impactos.

1 Impacto bajo positivo.

2 Impacto medio positivo.

3 Impacto alto positivo.

	NIVELES DE IMPACTO						
	-3	-2	-1	0	1	2	3
<b>INDICADOR</b>					X		
Nivel de conocimiento de la historia gastronómica de un plato.					X		
Nivel de desempeño en la elaboración de dulces.					X		
Nivel de conocimiento de las especialidades gastronómicas.		X					
Ganancias que se podrían estar perdiendo al descuidar la repostería de un restaurante.		X					
<b>TOTAL</b>		-4			3		

Sumatoria	-1
Número de indicadores	<u>6</u>
Impacto Económico =	<b>-0,17</b>

Nivel de impacto gastronómico = Impacto alto negativo.

### **Análisis.**

Actualmente la cocina extranjera específicamente la navideña y de la fiesta de la primavera no está siendo explotada de manera positiva, si bien es cierto es una temporada corta, pero que genera ingresos por el alto nivel de consumo que presentan estas fechas.

En el Ecuador como en muchos países falta que se impulse su gastronomía, y se percibe poco interés en cuanto a la elaboración de fuentes que puedan aportar en la elaboración de estudios especializados.



## 19 CAPITULO V “Conclusiones y Recomendaciones”.

### 20 Conclusiones.

- Si bien es cierto la navidad es una época espiritual pero que en la actualidad también ocupa un puesto comercial y que en el caso específico de los restaurantes y en sí de la mayoría de negocios perciben un elevado incremento en sus ventas.
- En el Ecuador no existen bases de datos que indiquen de manera ordenada y clasificada todo lo referente a la restauración; información que es vital para un área que está en constante crecimiento.
- Existe gran desconocimiento en cuanto al ámbito culinario de los países nombrados anteriormente, sin excluir al Ecuador, esto es algo que no se puede descuidar ya que deben existir profesionales integrales.
- Si bien es cierto existe un gran número de culturas extranjeras que habitan en el Ecuador, específicamente en Quito, quienes se han dado a conocer por sus platos mayormente salados pero que han descuidado su repostería, la cual es importante ya que es la forma perfecta para concluir una deliciosa comida y obviamente puede incrementar las ganancias.
- En el Ecuador como en varios países de latino y centro América claramente se puede observar la influencia española la cual se hace presente en muchos de sus platos.

- Se torna más interesante y enriquecedor el conocer la gastronomía de un país por medio de su cultura en influencia ya que de esta forma se puede entenderla mejor y alcanzar un conocimiento más amplio.
- La gastronomía de un país está estrechamente vincula con su historia, de esta forma se logra identificar las diferentes influencias que posee.
- Parte fundamental de las festividades, en este caso la navidad son las figuras en algunos casos reales así como también míticos, las que aportan con un gran toque de encanto para esta importante celebración.

## **21 Recomendaciones.**

- En primer lugar es vital que existan bases de datos en cuanto a la historia gastronómica, como también estadísticas actuales y clasificadas de la restauración, ya que este es uno de las mayores barreras para el desarrollo de un estudio especializado, en que se necesita de fuentes serias y calificadas.
- La gastronomía es sin duda uno de los atractivos turísticos más importantes para el desarrollo de un país, es por esto que no se puede restarle importancia, sino que se debe cultivarlo día a día, de esta forma como futuros administradores gastronómicos se debe conocer al menos varios platos de las festividades más relevantes de la gastronomía mundial y así sacarles el mayor provecho posible, ya que nos encontramos en un medio altamente competitivo en el que el desconocimiento o la falta de creatividad pueden ser un potencial limitante para el desarrollo de un negocio.
- Un profesional debe complementar su conocimiento en cuanto a las recetas no solo por ingredientes y procedimiento, sino también en cuanto a la historia ya que eso definitivamente enriquece un plato, y amplía la visión del cocinero.

- Cultivar el interés propio por la investigación, historia, geografía, que a pesar de que parecen distantes a la carrera son el complemento que no se debe dejar de lado.
- Incentivar el interés por la gastronomía tradicional de las festividades del Ecuador, ya que solo de esta forma no se perderá en el tiempo el legado culinario que posee el país.
- Crear interés en los estudiantes en cuanto a la literatura culinaria ya que solo conociendo acerca de un tema se puede ser crítico, y porque no, crear bases para que más libros de autores ecuatorianos se den a conocer.
- Es importante profundizar los temas a tratar en clase de una forma más científica pero a la vez didáctica ya que así se torna más fácil asimilar lo aprendido.
- Aplicar constantemente lo aprendido de tal forma que se pueda alcanzar la perfección ya que somos lo que hacemos repetidas veces.

## **Fuentes:**

(2010). La bûche 2010. Cuisine et vins, (137), pag 73.

(2012). Migratorio Final. Recuperado el 7 de Abril del 2013, de <http://www.migrante.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2012/11/Perfil-MIgratorio-final-Sepriembre.pdf>.

Alarcón, S. (2012). Only for Young. La historia de dar regalos de navidad Ecuador, descargado el 23 de Enero del 2013, de <http://www.onlyforyoung.com/sites/solo-noticias/cultura-general/71-la-navidad/98-la-historia-del-pesebre-.html>.

El árbol de navidad. (s.f.). Recuperado el 5 de Diciembre del 2012, de <http://www.euroresidentes.com/navidad/navidades/el-arbol-de-navidad.htm>.

Festividad de la epifanía: llega la bruja Befana. (s.f.). Recuperado el 29 de Diciembre del 2012, de <http://www.vivetoscana.com/la-bruja-befana-una-antigua-tradicion-italiana/>.

Gastronomía estadounidense. (s.f.). Recuperado el 18 de Diciembre del 2012, de <http://blog-eeuu.com/todo-estados-unidos/estados-unidos/gastronomia-estadounidense>.

Historia del Olentzero. (s.f.). Recuperado el 2 de Febrero del 2012, de <http://www.portalvasco.com/historia/histo8.html>.

Holland, C. (2010). Prolades. Enciclopedia de grupos religiosos en las Américas y la península ibérica: religión en el Ecuador. Descargado el 5 de Marzo del 2013, de [http://www.prolades.com/cra/regions/sam/ecu/rel\\_ecuador09spn.pdf](http://www.prolades.com/cra/regions/sam/ecu/rel_ecuador09spn.pdf).

Los 13 postres. (s.f.). Recuperado el 4 de Febrero del 2013, de <http://es.franceguide.com/especial/navidades-en-francia/tradiciones-y-recetas-de-cocina-en-francia/Los-13-postres.html?nodeID=2040&EditoID=200459>.

TEA. (1985). Diccionario enciclopédico planeta. Segunda edición. España: Edit. Planeta S.A.

Posso Yépez, M. (), Metodología para el trabajo de grado, Tesis y proyectos. Cuarta

Edición. Quito: Edit. NINA comunicaciones.

### **Entrevistas.**

Vásquez, A. (2013, Febrero). [Entrevista con Patrick Lehmann, Chef propietario de Swiss Catering ]

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con Cristina Cerezuela,] subgerente Espai-Epicur.

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con Lorenzo Changkuon, Chef propietario del Chifa Oriental]

Vásquez, A. (2013, Febrero). [Entrevista con, Mika Kimura], Chef privada.

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con, Nicolás Coupe], Chef privado.

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con, Marcos Valdés], Chef instructor UTE.

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con, Cesar Ortiz], Propietario de a la Chilena.

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con, Claudia Valdivieso], Propietaria del rey del Burrito.

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con, Nidia Gonzales], propietaria de Gran patacón y ahumados de Juan Pa.

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con, Emilia Cárdenas], Propietaria del restaurante Guarana.

Vásquez, A. (2013, Marzo). [Entrevista con, Luis Sánchez], propietario de Perú criollo.

Vásquez, A. (2013, Abril). [Entrevista con, Álvaro Valarezo], sub chef restaurante Sire.

Vásquez, A. (2013, Mayo). [Entrevista con, Gastón Carpinacci].

Vásquez, A. (2013, Mayo). [Entrevista con, Branden Lenz], Co-propietario villa San Carlos.

# **22 Anexos**

## Anexo 1

### Glosario

**Asti, cinzano, ricadona, berlusconi:** digestivos italianos.

**Cenone:** palabra en italiano que significa la gran cena.

**Cola de mono:** bebida alcohólica chilena.

**Cuisine Clasique:** Cocina clásica.

**Eggnog:** bebida alcohólica a base de huevo.

**Foie-gras:** preparación a base de hígado graso de pato.

**Grappa , nocino , limoncello:** aperitivos italianos

**Kadomatsu:** hojas y trocitos de pino y bambú que se colocan de cada lado de las puertas en símbolo de longevidad.

**Mariquitas:** forma en que se les conoce en cuba a los chifles.

**Masato:** bebida similar a la chicha.

**Natale con i tuoi, Pasqua con chi vuoi:** refrán italiano que significa Navidad con los tuyos, Pascua con quien quieras.

**Notte di Capodanno:** palabras en italiano que significa noche vieja.

**Nouvelle Cuisine:** Nueva cocina.

**Ōmisoka:** año viejo.

**Oseibo:** significa al final del año.

**Ōsōji:** palabra japonesa que significa gran limpieza.

**Patinatás:** grandes fiestas en la calle.

**Piloncillo:** panela.

**Praesepe:** palabra en latín que significa pesebre.

**Primo piatto:** primer plato, generalmente a base de pasta.

**Sanga nichi, o shogatsu:** Periodo de descanso

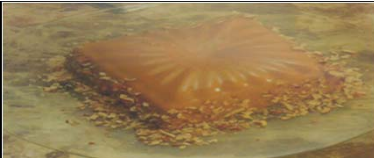
**Shihōhai :** adoración de los cuatro cuartos

**Shimenawas:** son sogas de fibra de arroz que simbolizan renovación.



## Anexo 2


### RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Arequipe.(COLOMBIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre.</b>					
<b># PAX: 10.</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Leche	1000	ml	entera	0,750	0,75
Canela	1	g	astillas	0,050	0,05
Bicarbonato	5	g		0,150	0,75
Azúcar	250	g		0,001	0,25
Miel	80	g		0,01	0,80
<b>TOTAL</b>					<b>2,60</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-En una cocote colocar 900ml de leche, la canela y el bicarbonato a fuego medio hasta que la canela se infusione</p> <p>2.-Aparte en un cazo mezclar el azúcar con el resto de la leche a fuego medio y revolver hasta conseguir un lindo tono dorado.</p> <p>3.-Unir las dos preparaciones y junto con la miel dejar cocer a fuego lento por 45 minutos aproximadamente.</p> <p>4.-Revolver constantemente hasta que el manjar llegue a punto de nape.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Infusionar Punto de Nape</p>					

**Fuente:**

Carrasco, L. – Patiño, M. La gran repostería paso a paso. Primera edicion.Barcelona:Edit.Océano.


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Buñuelo antioqueño.(COLOMBIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postres.</b>					
<b># PAX: 24</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Queso campesino o costeño	454	g		0,024	0,02
Harina maíz	1250	g		0,003	3,40
Huevo	60	g		0,002	0,12
Yema	25	g		0,002	0,05
Azúcar	10	g		0,001	0,01
Bicarbonato de soda	5	g		0,043	0,22
Leche	300	ml		0,001	0,30
Aceite para freír al gusto	1000	ml		0,003	0,00
<b>TOTAL</b>					<b>4,23</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-En un procesador colocar el queso. Incorporar la harina, el huevo, la yema, el azúcar y mezclar bien.</p> <p>2.-Poco a poco agregar el agua o leche hasta que la masa no se pegue en las manos.</p> <p>3.-Realizar un fritura profunda a una temperatura de 180 grados Centígrados , una vez que los buñuelos se sumerjan y vuelvan a subir a la superficie con un tono dorado quiere decir que están listos. Sacar en un papel absorbente.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Amasar</p> <p>Fritura profunda</p>					

**Fuente:**

Puntorieri, C. (2012). Buñuelos Antioqueños - Recetas Tradicionales Colombianas descargado el 3 de febrero del 2013, de <http://www.platoslatinos.net/2012/11/bunuelos-antioquenos-recetas.html>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Brevas con arequipe y queso.(COLOMBIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 10.</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Agua	2000	ml			
Brevas	1816	g		0,002	3,63
Panela	908	g		0,004	3,63
Limón	15	ml	zummo	0,003	0,05
Arequipe	100	g		0,005	0,50
Queso cuajada	200	g		0,012	2,40
<b>TOTAL</b>					<b>10,21</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Hacer un corte en cruz a las brevas por la base.</p> <p>2.-Cocinarla en una olla de presión con 1 lt de agua (unos diez minutos pitando) Destapar la olla y agregar la panela y 1 lt de agua. Dejar durante tres horas a fuego lento. Añadir las gotas de limón.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					

**Fuente:**

Dulce de brevas con queso y arequipe. (s.f.). Recuperado el 4 de Mayo del 2013, de <http://www.recetasfacilescaseras.com/receta-dulce-de-brevas-con-queso-y-arequipe/>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Desamargado o Navidad.(COLOMBIA)</b>						
<b>CATEGORIA: Postre.</b>						
<b># PAX: 10.</b>						
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL	
Limones verdes	200	g	partar en media luj	0,003	0,60	
Brevas	100	g	partar en media luj	0,002	0,20	
Naranjas agrias verdes	600	g	partar en media luj	0,002	1,20	
Toronjas verdes	700	g	partar en media luj	0,003	2,10	
Clavos de olor	2	g		0,150	0,30	
Pimienta dulce	1	g		0,125	0,13	
Azúcar	400	g		0,001	0,40	
<b>TOTAL</b>					<b>4,93</b>	
PROCEDIMIENTO						
<p>1.-Rallar la corteza de las naranjas agrias, limón, toronjas verdes o toronjas rosadas, con un rallador muy fino. Partirlas en dos sacarles la pulpa. A las brevas se les hace un corte en cruz por debajo. A las frutas de cáscara amarga se les blanquea dos veces, cambiándoles el agua. Las toronjas se cortan en cascós al gusto.</p> <p>2.-Poner todas las frutas en agua que las cubra, con azúcar, los clavos y la pimienta dulce y dejar a fuego lento hasta que estén blandas. Al final añadir unas gotas de limón para evitar que se cristalicen.</p>						
TÉCNICAS						
<p>Blanquear Infusionar</p>						

**Fuente:**

Desamargado o Navidad. (2007). Recuperado el 26 de Agosto del 2012, de <http://www.mundopostres.com/desamargado-o-navidad/>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Natilla colombiana.(COLOMBIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre.</b>					
<b># PAX: 10.</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Leche	2000	ml	Entera	0,001	2,00
Fécula de maíz	200	g		0,004	0,80
Panela	454	g	rallada	0,004	1,82
Astillas de canela	10	g		0,050	0,50
Mantequilla	20	g	blanda	0,011	0,22
Coco	50	g	rallado	0,009	0,45
Canela en polvo	2	g		0,050	0,10
<b>TOTAL</b>					<b>5,89</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Se pone a hervir un litro y medio de leche con la canela en astillas y la panela, espumar. Se añade la fécula de maíz (que se ha disuelto previamente en medio litro de leche) y la mantequilla. Se va revolviendo lentamente y se cocina a fuego lento por diez minutos o hasta que de su punto (que se reconoce poniendo una cucharada de la mezcla en un plato, se deja enfriar, pudiendo despegarlo fácilmente). Justo antes de retirarla del fuego se le añade el coco.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					

**Fuente:**

Natilla (Colombia). (s.f.). recuperado el 30 de Marzo del 2012, de <http://www.colombia.com/gastronomia/asi-sabe-colombia/sdi140/16871/natilla>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Torta de pastores.(COLOMBIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre.</b>					
<b># PAX: 10.</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Arroz de leche.	300	g		0,001	0,30
Bizcochuelo desmenu:	150	g	véase receta de Buche de Noel.	0,006	0,90
Mantequilla.	60	g	blanda	0,011	0,66
Queso blanco	150	g	rallado	0,015	2,25
Huevos	240	g	batidos	0,002	0,48
Canela en polvo.	5	g		0,050	0,25
Uvas pasas.	80	g		0,005	0,40
Nuez moscada.	5	g		0,093	0,47
Vino moscatel o jerez.	80	ml		0,009	0,72
<b>TOTAL</b>					<b>6,43</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
1.-Mezclar todos los ingredientes hasta que queden bien incorporados. Verter en un molde enharinado y llevar al horno precalentado a 150 ° C por 45 minutos. Dejar enfriar y cortar en tajadas.					
<b>TÉCNICAS</b>					
Hornear Enharinar					

**Fuente:**

Torta de pastores. (2007). Recuperado el 5 de julio del 2012, de <http://www.mundopostres.com/torta-de-pastores/>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Arroz de Leche.(COLOMBIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre (Batch torta de pastores)</b>					
<b># PAX:</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
Leche	1000	ml		0,001	1,00
Arroz	250	g		0,001	0,25
Azúcar	100	g		0,001	0,10
Limón	50	g	zest	0,003	0,15
Canela en rama	1	g		0,050	0,05
Canela en polvo	1	g		0,050	0,05
<b>TOTAL</b>					<b>1,60</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Poner en un cazo al fuego con abundante agua y cuando comience a hervir colocar el arroz. Dejarlo por 10 minutos y apagar el fuego.</p> <p>2.-En otro cazo poner a fuego lento la leche y el azúcar dándole vueltas para que se disuelva.</p> <p>3.-Cuando la leche comience a hervir, añadir el arroz escurrido, el azúcar la canela en rama y la piel de limón .</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					

**Fuente:**

Arroz con leche. (s.f). recuperado el 4 de mayo del 2013, de <http://www.pequerecetas.com/recetas-de-postres-para-ninos/arroz-con-leche-recetas-cocina/>

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Pudding de navidad.(EEUU)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre.</b>					
<b># PAX: 12.</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
<b>Para macerar:</b>					
Pasas	250	g	repicado	0,004	1,00
Cáscara de frutas escarchadas	125	g	repicado	0,004	0,50
Dátiles	50	g	repicado	0,038	1,90
Nueces	75	g	repicado	0,017	1,28
Canela en polvo	5	g		0,050	0,25
Jengibre	2	g	molido	0,005	0,01
Clavo de olor	2	g	molido	0,150	0,30
Zumo de naranja	30	ml		0,003	0,09
Ralladura de limón.	10	g			
Cerveza negra	10	ml		0,009	0,09
Brandy	10	ml		0,023	0,23
<b>Resto ingredientes:</b>		g			
Harina	150	g		0,004	0,60
Almendra	75	g	molida	0,013	0,98
Mantequilla	180	g		0,011	1,98
Azúcar moreno	150	g		0,001	0,15
Huevos	120	g	batidos	0,002	0,24
Melaza	20	ml		0,007	0,14
Pan rallado	170	g		0,007	1,19
Brandy para flambear	15	ml		0,023	0,35
<b>TOTAL</b>					<b>11,27</b>



#### PROCEDIMIENTO

- 1.-Colocar todos los ingredientes del macerado en un cuenco tapado con film y dejar durante 48 hs en un lugar fresco al ambiente.
- 2.-Pasado el tiempo de maceración colocar en un bowl las frutas drenadas y el resto de los ingredientes, excepto el brandy para flambear.
- 3.-Preparar el molde de pudding engrasándolo y colocando papel encerado en el fondo, introducir la preparación en el molde y cubrir con una circunferencia de papel encerado y otra de papel aluminio, colocar encima un paño de cocina y atar fuertemente con hilo de algodón.
- 4.-Colocar el molde de pudding en una tamalera, tapar la olla y cocer el pudding.
- 5.-Controlar de vez en cuando el agua por si fuese necesario añadir más. El agua que se agregue deberá estar hirviendo para no parar la cocción del pudding.
- 6.-Cocer durante unas 4 horas a Baño María o hasta que al introducir un palillo salga limpio. Hay que tener en cuenta que este tipo de preparación debe quedar ligeramente húmeda.
- 7.-Dejar reposar el pudding durante 15 minutos antes de retirar los papeles, el cordel y el paño de cocina. Desmoldar y en el momento de llevar a la mesa calentar el brandy y flambear el pudding.  
Si lo hacemos con antelación se debe calentar de la misma forma que lo cocinamos


#### TÉCNICAS

Macerar  
Flambear

#### Fuente:

(2009). Absolut Inglaterra, christmas pudding. El postre de navidad. Descargado el 14 de Enero del 2013, de <http://www.absolutinglaterra.com/christmas-pudding-el-postre-navideno/>.

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Alfajores de medina sidonia.(ESPAÑA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre.</b>					
<b># PAX: 25 u.</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
<b>Para los alfajores:</b>					
Pan rallado.	200	g		0,007	1,40
Avellanas.	100	g		0,030	3,00
Almendras.	150	g		0,013	1,95
Canela en polvo.	5	g		0,050	0,25
Clavos de olor	3	g	molido	0,150	0,45
Coriandro.	1	g		0,015	0,02
Sésamo	35	g	crudo	0,013	0,46
Miel.	225	g		0,015	3,38
Agua.	60	g			
Azúcar.	18	g		0,001	0,02
<b>Para el almíbar:</b>					
Agua.	100	ml			0,00
Azúcar.	75	g		0,001	0,08
<b>TOTAL</b>					<b>10,99</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Precalentar el horno a 160º para tostar las almendras y las especias. Remover de vez en cuando. Una vez veamos que han adquirido un tono dorado, retirar del horno y reservar.</p> <p>2.-Preparar el almíbar con el agua y el azúcar hasta que llegue a una temperatura entre los 100 grados centígrados.</p> <p>3.-Moler las especias en un molinillo de café o cualquier otro utensilio. Retirar y reservarnos, y hacer lo mismo con los frutos secos.</p> <p>4.-En una cacerola infundir la miel, el agua y las especias , una vez que este listo cernir. a la preparación anterior adicionar los frutos secos y el pan rallado. Cuando los ingredientes estén incorporados en la mezcla, añadir el almíbar que habíamos hecho anteriormente.</p> <p>5.-Mezclar bien, y una vez que la masa este manejable amasar y darle forma, pues una vez que se enfría va a ser muy difícil moldearla. Coger pequeñas porciones de masa y dar forma alargada.</p> <p>6.-Hacer otro almíbar y dejar templar.</p> <p>7.-Rebozar los alfajores pasándolos primero por el almíbar y a continuación por el azúcar glas.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Tostar Almíbar (100 ºC) Moler</p>					

**Fuente:**

(2010). Mundo recetas. Alfajores de medina sidonia. Descargado el 6 de Noviembre de 2012, de <http://www.mundorecetas.com/foro/showthread.php/245699-Alfajores-de-Medina-Sidonia>

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Pan de Cádiz.(ESPAÑA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 10 u.</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
<b>Mazapán:</b>					
Almendras	200	g	crudas	0,013	2,60
Azúcar glas.	200	g		0,002	0,40
Yemas.	50	g	batidas	0,002	0,10
<b>Yema pastelera:</b>					
Yemas.	75	g	batidas	0,002	0,15
Azúcar.	50	g		0,001	0,05
Fruta escarchada.	80	g		0,004	0,32
Pulpa de membrillo.	100	g		0,004	0,40
<b>Glasa fría:</b>					
Azúcar glas.	60	g		0,002	0,12
Agua.	10	ml			
<b>TOTAL</b>					<b>4,14</b>



#### PROCEDIMIENTO

- 1.-Hacer por separado el mazapán, la yema y la glasa.
- 2.-Unir todos los ingredientes del mazapán, una vez que tome la consistencia de una masa estirar y dejar de un grosor de unos 8 mm. Para la base y de unos 5 mm. Para las dos del centro, cortar, todas, en rectángulos de 12 por 6 centímetros.
- 3.-Poner encima de la base (la más gruesa, 8 mm.) colocar la fruta escarchada cortada en láminas.
- 4.-Cubrirla con una de las capas finas (5 mm.) de mazapán y prensar firmemente con la palma de la mano, luego cubrir con láminas de carne de membrillo.
- 5.-Volver a tapar con otra capa fina de mazapán sin olvidarnos de prensar, y rematar cubriendo esta última con la yema.
- 6.-Estirar el resto del mazapán a 5 mm. de espesor y envolver completamente.
- 7.-Con la ayuda de una espátula de plástico prensar muy bien por todos los lados y dar la forma.
- 8.-Hacer una trama para decorar en la superficie.
- 9.-Pintar con yema de huevo y meter a horno (grill) muy fuerte, 220°C, durante unos minutos, hasta que dore.
- 10.-Antes de que se enfríe pintar con glasa fría.


#### TÉCNICAS

Amasar  
Prensar  
Cuadrille  
Glasear

**Fuente:**

(2008). De la vista al paladar. Pan de Cádiz. Descargado el 3 de Octubre del 2012, de <http://www.delavistaalpaladar.com/2008/11/como-se-hace-el-pan-de-cdiz.html>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Pastel de Gloria.(ESPAÑA)</b>						
<b>CATEGORIA: Postre</b>						
<b># PAX: 15.</b>						
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL	
<b>Para el mazapán:</b>						
Almendra	454	g	molida fina	0,013	5,90	
Azúcar	400	g		0,001	0,40	
Agua	200	g				
Ralladura de la piel de limón	2	g				
<b>Para el dulce de batata:</b>						
Boniato (camote).	250	g		0,002	0,50	
Azúcar.	175	g		0,001	0,18	
Canela.	3	g		0,050	0,15	
<b>TOTAL</b>					<b>7,13</b>	
<b>PROCEDIMIENTO</b>						
<p>1.-Para el mazapán, poner el agua con el azúcar en un cazo y llevarlo a ebullición, cocer a fuego medio durante unos 8/10 minutos hasta obtener un almíbar..</p> <p>2.-Añadir la almendra y la ralladura de limón, remover y mezclar bien, en cuanto se enfríe un poco para poderlo manipular, amasarlo sobre una superficie de trabajo espolvoreada con azúcar glas hasta obtener una masa moldeable. Envolverla con film de cocina y dejarla reposar al menos una hora, o en el frigorífico hasta el día siguiente.</p> <p>3.-Para el dulce de boniato, lo primero es asarlos en el horno.</p> <p>4.-Una vez asados los boniatos, sacar la carne y pesar 250 gr. aplastarla bien con un tenedor o pasarla por el pasapurés, colocarlo en una cacerola y añadir el azúcar y la canela, ponerlo a fuego suave y cocer removiendo para que no se pegue al fondo hasta que espese y esté cremoso, unos 15 minutos. Dejar reposar durante una hora o mejor hasta el día siguiente.</p> <p>5.-Para formar los pastelitos, poner el dulce de boniato en una manga pastelera, dividir el mazapán en porciones de unos 25 gr. coger una porción y amasarla un poco hasta que se ponga un poco aceitosa, aplanarla y darle forma de cuenco en la palma de la</p>						
<b>TÉCNICAS</b>						
<p>Almíbar (100 °C)                  Amasar                  Asar</p>						

**Fuente:**

(2011). Lola cocina. Pastel de gloria. Descargado el 17 de Agosto del 2012, de <http://www.lolacocina.com/2011/12/pasteles-de-gloria.html>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Peladilla.(ESPAÑA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX:</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Azúcar glas	900	g		0,002	1,80
Almendras.	900	g		0,013	11,70
Agua.	100	ml			
Canela.	2	g		0,050	0,10
<b>TOTAL</b>					<b>13,60</b>
PROCEDIMIENTO					
<p>1.-precalentar una cacerola con agua a fuego lento.</p> <p>2.-Una vez esté caliente, disolver el azúcar en el agua. Se debe mover constantemente. A continuación agregar la canela.</p> <p>3.-Subir el fuego y hervir el jarabe hasta que caiga de la cuchara y forme gotas gruesas.</p> <p>4.-Añadir ahora las almendras y revolver hasta que queden muy bien cubiertas.</p> <p>5.-Luego, colocar las almendras en un tamiz y sacudirlas suavemente hasta que el azúcar sobrante se desprenda.</p>					
TÉCNICAS					
Almíbar (30 °C)					

**Fuente:**

Pérez, C. (2010). Natur cocina sana. Receta de peladillas. Descargado el 5 de Abril del 2013, de <http://www.naturcocinasana.net/recetas/peladillas-almendra-receta/>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Sopa de almendras.(ESPAÑA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre.</b>					
<b># PAX: 6.</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Leche entera.	1000	ml		0,001	1,00
Almendras.	400	g	pasta	0,013	5,20
Pan del día anterior.	100	g	rallado	0,007	0,70
Ralladura de limón.	5	g			
Astillas de canela.	2	g		0,050	0,10
<b>TOTAL</b>					<b>7,00</b>
PROCEDIMIENTO					
<p>1.-Poner la leche a calentar en una cacerola con una corteza de limón y, opcionalmente un palito o dos de canela. Cuando esté a punto de hervir, retirarla del fuego, retirar la corteza de limón y los palitos de canela y añadir la pasta de almendras.</p> <p>2.-Remover con una cuchara de madera hasta que la pasta esté completamente disuelto y no queden grumos. Una vez disuelta la pasta, verter el líquido sobre el pan, previamente cortado en rebanadas finas y extendidas en una fuente o en pocillos individuales.</p>					
TÉCNICAS					
Infusionar					

**Fuente:**

Sopa de almendras. (s.f). recuperado el 25 de noviembre del 2012, de [http://www.ciao.es/Navidad\\_\\_Opinion\\_1607938](http://www.ciao.es/Navidad__Opinion_1607938)

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Polvorones. (ESPAÑA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 15.</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Harina.	250	g		0,002	0,50
Almendra	50	g	molida.	0,013	0,65
Manteca de cerdo.	210	g		0,009	1,89
Bicarbonato sódico.	3	g		0,150	0,45
Azúcar glas.	160	g		0,002	0,32
Canela.	2	g		0,050	0,10
<b>TOTAL</b>					<b>3,91</b>
PROCEDIMIENTO					
<p>1.-En primer lugar hay que tostar la harina y la almendra molida, para ello enciende el horno a 160º C. Cuando haya cogido la temperatura introducir una bandeja con la harina y otra con la almendra (aunque también se pueden mezclar). Colocar estos ingredientes bien extendidos y moverlos de vez en cuando para que se tueste uniformemente. Dejar enfriar la harina y la almendra completamente.</p> <p>2.-Trabajar la mantequilla que previamente se encontrara a temperatura ambiente y mezclar con el azúcar glass. A continuación mezclar la harina, la almendra, el bicarbonato y la canela, amasar durante diez minutos. Procurar hacer una bola con la masa y deja reposar unos 20 minutos tapando con un paño.</p> <p>3.-Utiliza un cortapastas redondo u ovalado para sacar los polvorones, colocar en la bandeja del horno cubierta con una lámina de teflón, papel sulfurizado o silpat.</p> <p>4.-Hornea los polvorones sólo con el grill a 180º C durante 10-15 minutos o hasta que se vea que la superficie empieza a tomar color. Cuando los polvorones estén listos,</p>					
TÉCNICAS					
<p>Tostar Creumar</p>					

**Fuente:**

(2008). Gastronomía y cia. Polvorones. Descargada el 6 de julio del 2012, de <http://www.gastronomiaycia.com/2008/11/17/receta-de-polvorones/>



RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Turrón de Jijona.(ESPAÑA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 10</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Azúcar	100	g		0,001	0,10
Miel	200	g		0,015	3,00
Clara de huevo	40	g		0,002	0,08
Almendras	300	g	molida	0,013	3,90
Ralladura de limón	10	g			
Canela en polvo	2	g		0,050	0,10
<b>TOTAL</b>					<b>7,18</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-En una sartén colocar la miel y el azúcar a fuego medio y remover hasta que el azúcar y la miel formen una mezcla homogénea y espesa.</p> <p>2.-Fuera del fuego, añadir la clara de huevo batida y remover la mezcla del turrón.</p> <p>3.-Luego de unos 10 minutos, la mezcla del turrón estará más clara. Volver al fuego y remover el turrón hasta conseguir que espese y empiece a cambiar el color. En ese punto, añadir la ralladura de limón y la canela.</p> <p>4.-Remover y añadir la almendra molida. Mezclamos bien el turrón hasta que todos los ingredientes estén unidos.</p> <p>5.-En un molde forrado con papel encerado, extender el turrón de almendras y apretar bien. En unas 5 horas, el turrón de almendras blando estará listo para desmoldar y servir.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					

**Fuente:**

Rodas, A. (2011). Starmedia. Turrón de jijona. Descargado el 9 de Diciembre del 2012, de <http://mujer.starmedia.com/cocina/receta-turrón-almendras-blando-o-jijona.html>

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Turrón de Alicante.(ESPAÑA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 10</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Almendra Marcona	250	g	tostada	0,013	3,25
Miel	150	g		0,015	2,25
Azúcar	150	g		0,001	0,15
Clara de huevo.	40	g		0,002	0,08
<b>TOTAL</b>					<b>5,73</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Poner en una olla de fondo grueso el azúcar con la miel, Calentar a fuego lento y mezclar el l, a su vez, montar la clara a punto de nieve.</p> <p>2.-Cuando la mezcla de la miel empiece a burbujear (118 ° C) . Incorpora la clara montada lentamente y moviendo de forma ligera para que no cuaje. Vuelve a incorporar la olla al calor del fogón y continuar la cocción sin dejar de remover.</p> <p>3.-No dejar de remover con una cuchara de madera hasta que la mezcla adquiera la textura del caramelo (135 ° C), lo que se conoce como punto de bola dura o hasta que el caramelo rompa. Entonces incorpora las almendras y mezclar bien.</p> <p>4.-Dejar entibiar unos minutos y verter la masa del turrón en un molde forrado con papel de horno. Alisar la superficie y deja enfriar.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Bola Blanda (118 °C)                  Bola dura (135 °C)</p>					

**Fuente:**

(2008). Gastronomía y cia. Turrón de alicante. Descardo el 3 de Mayo del 2012 de <http://www.gastronomiaycia.com/2008/12/05/receta-de-turron-de-almendra-duro/>

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Buñuelo Cubano.(CUBA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 20</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
<b>Para los buñuelos.</b>					
Yuca	454	g		0,002	0,91
Malanga (Xanthosoma)	454	g		0,002	0,91
Huevo	60	g		0,002	0,12
Anís	5	g	molido	0,019	0,10
Sal	2	g		0,000	0,00
Harina	150	g		0,002	0,30
Aceite	1000	ml		0,003	3,00
<b>Receta básica para Almíbar de Anís</b>					
Agua	250	ml			
Azúcar	180	g		0,001	0,18
Anís estrellado	5	g		0,021	0,11
Cascarita de limón	5	g		0,250	1,25
Canela en palito	5	g		0,001	0,01
<b>TOTAL</b>					<b>6,87</b>
PROCEDIMIENTO					
<p>1.-Pelar y cocinar las viandas (tubérculos) en agua hirviendo sin dejarlas ablandar demasiado.</p> <p>2.-Moler lo más fino posible y luego amasar con el huevo batido, anís, sal y harina hasta que no se pegue a los dedos.</p> <p>3.-Darles forma de número 8 y realizar una fritura profunda a (180 ° C)</p> <p>4.-Poner a fuego lento, revolviendo constantemente agua, azúcar y demás ingredientes hasta lograr consistencia de almíbar (100 ° C)</p>					
TÉCNICAS					
<p>Cocción en agua fría Triturar Amasar Fritura profunda (180° C)</p>					

**Fuente:**

Buñuelos de yuca.(s.f). recuperado el 4 de Abril del 2013 de <http://cocinadelmundo.com/receta-Buñuelos-de-yuca-2>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Dulce de Lechosa. (VENEZUELA)</b>					
<b>CATEGORIA: postre</b>					
<b># PAX: 12</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
Lechosa o papaya verde	1500	g	pelada, sin semillas y cortada en tiras	0,002	3,00
Bicarbonato de soda	5	g		0,150	0,75
Agua hirviendo	3000	ml			0,00
Azúcar	550	g		0,001	0,55
Clavo de olor	1	g		0,150	0,15
Canela en rama	1	g		0,050	0,05
Esencia de vainilla	2	g		0,009	0,02
<b>TOTAL</b>					<b>4,52</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Lavar, quitar la piel y las semillas y cortar en bastones, poner en la olla con el agua, que queden cubiertas por completo, hervir hasta que estén tiernas, escurrir y dejar enfriar un poco.</p> <p>2.-Poner las tiras ya cocidas en otra olla con el azúcar, la canela, el clavo, la vainilla y agua para cubrir las, tapar y dejar que hierva unos 15 minutos, luego destapar y seguir la cocción entre hora y media a dos horas, la lechosa o papaya tiene que quedar transparente y el almíbar espeso.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Cocción en agua fría Infusionar</p>					

**Fuente:**

Dulce de lechosa navideño. (s.f.). Recuperado el 3 de junio del 2013, de <http://www.mis-recetas.org/recetas/show/38173-dulce-de-lechosa-navideno>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Duraznos con crema.(CHILE)</b>					
<b>CATEGORIA: postre</b>					
<b># PAX: 12</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
Duraznos	2000	g		0,003	6,00
Azúcar	500	g		0,001	0,50
Agua	1	ml			0,00
Zumo de limón	15	ml		0,003	0,05
Crema de Leche	500	ml		0,003	1,50
<b>TOTAL</b>					<b>8,05</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.- Poner agua a hervir en una cazuela mediana. Mientras se calienta el agua frotar los duraznos para quitarles la pelusilla. Una vez que hierva el agua escaldar los duraznos durante un minuto y colocarlos en agua fría.</p> <p>2.-Cuando ya estén todos los duraznos escaldados pelar y partir por la mitad. Retirarles el hueso.</p> <p>3.-Poner a fuego lento un litro de agua con medio kilo de azúcar. Cuando se vaya formando el almíbar, añadir el zumo de limón y dejar 5 minutos más al fuego.</p> <p>4.-Por último,colocar el almíbar caliente sobre los melocotones.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Escaldar  Choque térmico (baño maría inverso)  Infusionar</p>					

**Fuente:**

Florencia, P. (2009). Tradicionales duraznos en almíbar. Descargado el 4 Abril del 2013, de <http://www.elgranchef.com/2009/02/04/tradicionales-duraznos-en-almibar>.


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Bisciola. (ITALIA)</b>						
<b>CATEGORIA: Postre</b>						
<b># PAX: 12</b>						
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL	
Harina.	200	g		0,002	0,40	
Higos secos.	100	g		0,015	1,50	
Pasas.	100	g		0,005	0,50	
Nueces.	100	g		0,017	1,70	
Leche.	100	ml		0,001	0,10	
Avellanas.	60	g	tostada	0,030	1,80	
Mantequilla.	50	g		0,011	0,55	
Azúcar	40	g		0,001	0,04	
Piñones	20	g		0,044	0,88	
Levadura	12	g		0,015	0,18	
Yemas de huevo	40	g		0,002	0,08	
Brandy	2	ml		0,023	0,05	
Sal	5	g		0,000	0,00	
<b>TOTAL</b>					<b>7,78</b>	
<b>PROCEDIMIENTO</b>						
<p>1.-Mezclar las dos harinas y la levadura con la leche, la mantequilla blanda, el azúcar, 1 huevo y una pizca de sal.</p> <p>2.-Hidratar las pasas en agua con 2 cucharadas de coñac, y luego escurrir. Cortar los higos, las nueces y avellanas e incorporar a la masa, se amasa sobre una superficie enharinada.</p> <p>3.-Disponer la masa en una bandeja para hornear forrada con papel encerado en forma de hogaza grande, cubrir con una toalla húmeda y dejar leudar por 3 horas.</p> <p>4.-Barnizar con 1 huevo batido y dejar que suba durante otra hora.</p> <p>5.-Por último, el hornear la bisciola a 170 ° C durante 40 minutos. Una vez lista dejar enfriar.</p>						
<b>TÉCNICAS</b>						
<p>Hidratar          Amasar          Leudar          Abrillantar          Hornear</p>						

**Fuente:**

Editrice Quadratum, (2010), Bisciola, descargado el 4 de abril del 2012, de <http://backend.lacucinaitaliana.it/default.aspx?idpage=889&idricetta=20711>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Motaccioli.(ITALIA)</b>						
<b>CATEGORIA: Postres</b>						
<b># PAX: 50</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>	
Harina	1000	g		0,002	2,00	
Jugo de naranja.	100	g		0,003	0,30	
Café.	20	g		0,064	1,28	
Almendras	250	g	peladas, tostadas y repicadas	0,013	3,25	
Azúcar	300	g		0,001	0,30	
Miel	300	ml		0,015	4,50	
Cacao	120	g		0,011	1,32	
Canela	1	g		0,050	0,05	
Chocolate negro para cubrir	500	g		0,010	5,00	
<b>TOTAL</b>					<b>18,00</b>	
<b>PROCEDIMIENTO</b>						
<p>1.-Mezclar en un tazón grande la harina y el azúcar, añadir las almendras y el cacao.</p> <p>2.-Empezar a añadir el zumo de naranja, canela, café y miel tibia mezclando bien. El compuesto debe quedar suave y ligeramente pegajosa.</p> <p>3.-Estirar la masa con un rodillo, colocándolo entre dos hojas de papel de hornear, hasta que obtenga 1 cm de espesor. Retirar la hoja superior de papel de pergamino y dar la forma típica de diamante.</p> <p>4.-Hornear a 170 ° C durante 7-8 minutos, poniendo la rejilla en la parte central del horno, y colocarlos sobre papel para hornear.</p> <p>5.-Derretir el chocolate y clocar sobre una rejilla los mostaccioli para cubrirlos de chocolate de modo que el exceso pueda drenar.</p>						
<b>TÉCNICAS</b>						
<p>Estirar Hornear Glasear</p>						

**Fuente:**

Di Lucia, D. butta la pasta, Ricetta di Mostaccioli. Descargado el 5 de Diciembre del 2012 de <http://www.buttalapasta.it/articolo/ricetta-mostaccioli-napoletani-dolce-natalizio-tipico/27545/>

RECETA ESTANDAR


<b>NOMBRE: Pandoro de Verona.(ITALIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 8</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Huevos	240	g		0,003	0,72
Azúcar	150	g		0,001	0,15
Mantequilla	200	g	temperatura ambiente	0,011	2,20
Cañac	4	ml		0,023	0,09
Zumo de limón	15	ml		0,003	0,05
Harina	150	g		0,002	0,30
Fécula	150	g		0,004	0,60
Azúcar avainillado	5	g		0,001	0,01
Sal	2	g		0,000	0,00
Levadura	7	g		0,015	0,11
Azúcar glass.	50	g		0,002	0,10
<b>TOTAL</b>					<b>4,32</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-En un bowl colocar la mantequilla a temperatura ambiente y las 4 yemas de huevo, hasta obtener una mezcla espumosa.</p> <p>2.-A continuación añadir la harina con la levadura tamizada, el azúcar avainillado, el cañac, el zumo de limón y la sal, y mezclar bien durante aproximadamente 10 minutos.</p> <p>3.-Añadir las claras montadas a punto de nieve, con mucho cuidado y con movimientos envolventes para evitar que se bajen.</p> <p>4.-En un molde de preferencia de pandoro colocar mantequilla y harina para que se desprenda fácilmente.</p> <p>5.-Meter al horno previamente calentado a unos 190 grados y dejar durante unos 45 minutos o que la superficie este dorada.</p> <p>6.-Desmoldar y enfriar sobre una rejilla y espolvorear con azúcar glass en el momento de servir.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Punto letra.</p> <p>Punto de nieve.</p>					

**Fuente:**

(2009). Mis recetas. Pandoro. Descárgalo el 5 de Diciembre del 2012 de <http://www.mis-recetas.org/recetas/show/9150-pandoro>




RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Panettone Marietta.(ITALIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 8</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
Harina.	300	g		0,002	0,60
Mantequilla	100	g	pomada	0,011	1,10
Pasas de uva.	80	g		0,005	0,40
Cande	20	g	en trozos	0,020	0,40
Huevo.	60	g		0,003	0,18
Yema.	40	g		0,140	5,60
Azúcar.	80	g		0,001	0,08
Leche.	20	ml		0,001	0,02
Cascara de limón.	5	g			
Crémor tártaro.	10	g		0,075	0,75
Bicarbonato de soda.	5	g		0,150	0,75
<b>TOTAL</b>					<b>9,88</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Colocar en un bowl la mantequilla junto con el huevo, las yemas, el azúcar y batir hasta que la mezcla sea homogénea.</p> <p>2.-Colocar la harina, el crémor tártaro, el bicarbonato de soda y la leche y seguir batiendo.</p> <p>3.-Espolvorear harina a las pasas para que no se hundan en la preparación, y colocarlas a la masa junto con la ralladura de limón.</p> <p>4.-Finalmente colocar la masa en un molde cubierto de papel encerado y colocar cande en la superficie, llevar al horno por 15 minutos a 200 grados centígrados y después</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Amasado.</p> <p>Horneado.</p>					

**Fuente:**

Panettone Marietta.(s.f.). recuperado el 30 de Diciembre del 2012 de [http://www.cocinaitaliana.eu/ricettepag/POSTRES/panettone\\_marietta/Panettone%20de%20Marietta\\_receta%20de%20Artusi%20n°604\\_foto.htm](http://www.cocinaitaliana.eu/ricettepag/POSTRES/panettone_marietta/Panettone%20de%20Marietta_receta%20de%20Artusi%20n°604_foto.htm)

RECETA ESTANDAR


<b>NOMBRE: Panforte Margarita.(ITALIA)</b>						
<b>CATEGORIA: Postre</b>						
<b># PAX: 8</b>						
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>	
Azúcar.	150	g		0,001	0,15	
Miel.	100	g		0,015	1,50	
Higos Secos.	100	g		0,015	1,50	
Frutas confitadas.	300	g		0,004	1,20	
Nueces.	200	g		0,017	3,40	
Harina.	5	g		0,002	0,01	
Chocolate en polvo.	60	g		0,011	0,66	
Canela en polvo.	5	g		0,050	0,25	
Pimienta.	1	g		0,034	0,03	
<b>TOTAL</b>					<b>8,70</b>	
<b>PROCEDIMIENTO</b>						
<p>1.-Cortar en pedacitos los higos secos, las frutas confitadas, las nueces, agregar a esto la canela, la pimienta y el chocolate en polvo. Es necesario amalgamar todo con la harina.</p> <p>2.-Por otro lado, derretir la miel junto al azúcar en un recipiente a baño María, sin olvidarnos de mezclar todo el tiempo.</p> <p>3.-Cuando logremos que se forme una especie de pasta, la retiramos del fuego y la agregamos a la preparación que habíamos hecho en un principio con harina.</p> <p>4.-Ahora, con las manos bien enharinadas para trabajar mejor, pasamos a mezclar todo lo mejor posible, tratando de que la masa tome la forma de un plato con un espesor entre los 2 y 3 cm.</p> <p>5.-En una fuente enmantecada previamente, se pone la masa y arriba se rocía con un poco de harina.</p> <p>6.-Llevamos todo al horno aprox. A unos 150º durante media hora.</p> <p>7.-Retirlo del horno y agregar azúcar glass y más canela a gusto.</p>						
<b>TÉCNICAS</b>						
<p>Amasar Baño maría. Laminar Hornear</p>						

**Fuente:**

(2011). Vive Toscana. Panforte. Descargado el 15 de Enero del 2013

<http://www.vivetoscana.com/las-recetas-de-la-nonna-toscana-3%C2%BA-parte-el-panforte/>

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Panettone Milanés.(ITALIA)</b>					
<b>CATEGORIA:Postre</b>					
<b># PAX: 10</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
<b>Para activar la levadura</b>					
Levadura fresca.	70	g		0,015	1,05
Azúcar.	5	g		0,001	0,01
Harina.	20	g	tamizada	0,002	0,04
Agua tibia.	50	ml			0,00
<b>Para la masa.</b>					
Huevos.	360	g		0,003	1,08
Azúcar	150	g		0,001	0,15
Miel.	10	g		0,015	0,15
Coñac.	20	ml		0,023	0,46
Agua de azahar.	5	ml		0,016	0,08
Canela.	5	g		0,050	0,25
Nuez moscada.	2	g		0,093	0,19
Jengibre	2	g	en polvo.	0,005	0,01
Harina.	1000	g		0,002	2,00
Sal	5	g		0,000	0,00
Manteca	300	g	blanda	0,009	2,70
Pasas de uva negra.	100	g		0,005	0,50
Pasas de uva blanca.	100	g		0,007	0,70
Nueces picadas.	100	g		0,017	1,70
Almendras picadas.	100	g		0,013	1,30
Cáscara de limón y naranja	3	g	rallada		
Chocolate.	100	g		0,010	1,00
<b>TOTAL</b>					<b>13,36</b>

#### PROCEDIMIENTO

1.-Poner en un recipiente la levadura, el azúcar, harina y agua tibia. Mezclar bien todo y dejar tapado 10\` aproximadamente.

2.-Aparte, poner en otro recipiente los huevos, el azúcar, la miel, el coñac, el agua de azahar, la canela, la nuez moscada, el jengibre, mezclar estos ingredientes hasta unirlos.

3.-Agregar la levadura fermentada e ir incorporando de a poco la harina cernida con la sal, intercalando con trozos de manteca, batiendo con pala de madera hasta que se incorpore bien, continuar así hasta terminar con la harina y la manteca.

4.-Si notamos que para formar la masa es necesario más líquido, agregar agua tibia, siempre en pequeñas cantidades para no pasarnos de líquido. Amasar hasta que la preparación se encuentre sedosa y que no se pegue en la mesa.

5.-Colocarla en un bowl ligeramente enmantecado o enharinado, cubrirla con papel film o nailon y dejarla reposar para que se relaje bien en un lugar cálido y lejos de corrientes de aire, hasta que duplique su tamaño, alrededor de 30 minutos. El tiempo de levado varía de acuerdo a la temperatura ambiente del lugar.

6.-Una vez levada retirarla del bowl, mezclar con toda la fruta y dejarlos en reposo nuevamente hasta que leven.

2.-Pintarlos con huevo batido y llevarlos a un horno a 190 ° C durante 50 o 60 minutos o hasta que al pincharlo con una aguja de tejer fina, ésta salga seca.

3.-Retirar, enfriar sobre rejilla y abrillantar con jalea o con almíbar.


#### TÉCNICAS

Amasar  
Leudar  
Hornear  
Abrillantar

#### Fuente:

Zen, A. (2011). Solo postres. Panettone milanés. Descargado el 8 de Abril del 2012 de <http://www.solopostres.com/recetas-de-postres/399/panettone-milanes.html>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Ricciarelli.(ITALIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 20</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Harina.	80	g		0,002	0,16
Bicarbonato de sodio.	1	g		0,150	0,15
Cáscara de naranja	50	g	ralladura		
Clara de huevo.	1	g		0,140	0,14
Azúcar avainillado.	30	g		0,001	0,03
Almendras	400	g	peladas.	0,013	5,20
Azúcar.	330	g		0,001	0,33
<b>Almíbar</b>		g			
Agua.	120	ml			
Azúcar.	75	g		0,001	0,08
<b>Varios</b>		g			
Azúcar impalpable		c/n			
Hostia	20	g		0,008	0,16
<b>TOTAL</b>					<b>6,25</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Procesar 300 gramos de azúcar con la cáscara de naranja abrillantada, 50 gramos de harina y las almendras hasta reducir a polvo.</p> <p>2.-Fuera de la procesadora integre el resto de harina y azúcar.</p> <p>3.-Pasar a un bowl, cubrir con un lienzo húmedo y dejar reposar durante 8 horas.</p> <p>4.-Batir la clara a punto de nieve con el azúcar avainillado y el bicarbonato, reservar.</p> <p>5.-En una cacerola prepare un almíbar a punto bola con el agua y el azúcar, Verter sobre la mezcla de almendras, y unir los ingredientes.</p> <p>6.-Integrar la clara con movimientos suaves.</p> <p>7.-Estirar la masa con palote hasta obtener una lámina de ½ cm de espesor. Cortar con un molde en forma de lágrima.</p> <p>8.-Sobre una placa siliconada disponga las hostias cortadas previamente en forma de lágrima, y colocar encima de cada uno, la mezcla de la galleta.</p> <p>9.-Espolvorear con abundante azúcar impalpable y llevar a cocción en horno</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
Punto de nieve					

**Fuente:**

De Santis, D. el gourmet. Cocineros en juego. Receta de de ricciarelli. Descargado el 6 de Marzo del 2013 de <http://elgourmet.com/receta/ricciarelli>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Struffoli.(ITALIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 6</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Huevos	240	g		0,003	0,72
Harina de trigo.	550	g		0,001	0,55
Sal	5	g		0,000	0,00
Aceite extra virgen de oliva	200	ml		0,009	1,80
Licor de anís.	25	ml		0,008	0,20
Azúcar.	50	g		0,001	0,05
Almendras	120	g	fileteadas y tostadas.	0,002	0,24
Frutas confitadas	80	g	inamente picadas	0,004	0,32
<b>Para el almibar</b>					
Jugo de naranja.	400	ml		0,003	1,20
Miel.	200	g			
Corteza de naranja	30	g	juliana		
Grajeas.	50	g		0,007	0,35
<b>TOTAL</b>					<b>5,43</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Batir las claras de huevo hasta que formen picos suaves. Colocar la harina en un recipiente, añadir de a poco las yemas de huevo, la sal, el aceite de oliva, el licor de anís y el azúcar. Incorporar suavemente las claras de huevo batidas con una cuchara de madera.</p> <p>2.-Mezclar muy bien todos los ingredientes con la cuchara de madera y si es necesario con las manos. La mezcla debe ser suave y elástica. Si está demasiado seca, añadir más licor, y si está demasiado húmeda, añadir más harina.</p> <p>3.-Corta en trozos del tamaño de garbanzos y forma pequeñas esferas. Calentar el aceite restante, a 180 ° C o hasta que las esferas floten en la superficie. Retirar con una espumadera y secar con toallas de papel; espolvorear con las almendras fileteadas y las frutas confitadas.</p> <p>4.-Calentar el jugo de naranja en una cacerola, agregar la miel y seguir cocinando esta preparación. Luego incorporar la cáscara de naranja en juliana. Verter la salsa sobre</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Picos suaves.          Amasar          Figura profunda (180°C)</p>					

**Fuente:**

Comidas típicas de navidad en Italia.(s.f.). recuperado el 30 de Enero del 2012 de <http://informe21.com/content/comidas-t%C3%ADpicas-de-navidad-en-italia>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Niangao. (CHINA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 12</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Harina de arroz.	300	g		0,016	4,80
Anko	80	g	base receta de an	0,003	0,24
Semillas de sésamo.	30	g		0,013	0,39
Azúcar blanca.	50	g		0,001	0,05
Agua.	100	ml			
<b>TOTAL</b>					<b>5,48</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Dividir la pasta de anko en 20 porciones.</p> <p>2.-A continuación disolver en un bowl el azúcar en el agua y colocar la harina de arroz amasar hasta que posea una consistencia adecuada.</p> <p>3.-Dividir la masa en 20 porciones y a cada una de ellas rellenar con la pasta de anko y darles una forma esférica, cubrir con sésamo.</p> <p>4.-Finalmente freír las esferas a (180 ° C) o hasta que estén doradas y floten en la</p>					
<b>TECNICAS</b>					
<p>Amasar Fritura profunda (180°C)</p>					

**Fuente:**

Huang,Su-Huei.(2003).Chinese Snacks. Decimo sexta.Edicion.Taiwan>Edit.Weï-Chuan.

**RECETA ESTANDAR**


<b>NOMBRE: Alfajores.(ARGENTINA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 30</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
<b>Baño cobertura</b>					
Claras de huevo	80	g		0,003	0,24
Azúcar	400	g		0,001	0,40
Agua	200	ml			0,00
<b>Masa</b>					
Harina	400	g		0,002	0,80
Yemas	4			0,140	0,56
Grasa bovina	80	g		0,009	0,72
Agua	150	ml			0,00
Sal	1	g		0,000	0,00
<b>Relleno</b>					
Dulce de leche	300	g			0,00
<b>TOTAL</b>					<b>2,72</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Diluir la grasa y dejar enfriar.</p> <p>2.-En un bowl mezclar la harina con sal, las yemas, el agua y la grasa hasta obtener una masa ligeramente húmeda.</p> <p>3.-Amasar el bollo y dejar reposar durante 20 a 30 minutos.</p> <p>4.-Estirar la masa en la mesada enharinada con un palote, pinchar toda la superficie con un tenedor y corte discos del diámetro deseado.</p> <p>5.-Hornear los discos de masa en horno fuerte durante 10 minutos.</p> <p><b>Baño de cobertura</b></p> <p>1.-En una sartén realice un almíbar con el agua y el azúcar (100°C).</p> <p>2.-Retire del fuego y deje enfriar.</p> <p>3.-Incorpore las claras y mezcle hasta integrar.</p> <p><b>Armado</b></p> <p>1.-Coloque una cucharada de dulce de leche en el centro de un disco de masa y tape con otro disco.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Amasar</p> <p>Estirar</p> <p>Hornear</p> <p>Almíbar (100°C)</p>					

**Fuente:**

Calabrese, G. (2011). Alfajores santafesinos. Descargado el 21 de Mayo del 2013, de <http://elgourmet.com/receta/alfajores-santafesinos>



RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Buñuelo de canasta. (MÉXICO)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 8</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
Cáscaras de tomate verde.	80	g		0,002	0,16
Huevos.	120	g		0,003	0,36
Harina.	700	g		0,002	1,40
Azúcar.	40	g		0,001	0,04
Manteca.	50	g		0,009	0,45
Piloncillo.	300	ml	rallado	0,004	1,20
Aceite para freír.	500	ml		0,003	1,50
<b>TOTAL</b>					<b>5,11</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Hervir una taza de agua con las cáscaras de tomate y el anís. Retira del fuego, enfriar y tamizar</p> <p>2.-Cernir la harina y formar una volcán, poner en el centro azúcar, huevo y manteca. Mezclar todo y agrega poco a poco el agua donde hirvieron las cáscaras de tomate y el anís.</p> <p>3.-Amasar bien y golpea un poco la masa hasta que se formen burbujas de aire por dentro. Cuando la masa esté lista cubrir con una servilleta o trapo, dejar reposar durante 2 horas.</p> <p>4.-Enharinar el rodillo y la masa. Con la mano formando bolitas, estirar un poco con el rodillo. Termina de formar el buñuelo sobre una superficie esférica (puede ser con un rodillo cubierto con una servilleta).</p> <p>5.-Finalmente freír los buñuelos en aceite (180°C) hasta que se doren.</p> <p><b>Miel de piloncillo:</b></p> <p>1.-Poner a hervir el piloncillo en agua, anís, una rajita de canela y una cáscara de tejocote (fruto mexicano semejante a una pequeña manzana, fruta de sabor agridulce,</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Infusionar</p> <p>Amasar</p>					

**Fuente:**

Receta de buñuelos en canasta navideña. (s.f.). recuperado el 23 de Abril del 2012 de <http://www.sitesmexico.com/notas/2009/diciembre/receta-buñuelo-canasta-navidena.htm>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Capirotada.(MÉXICO)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 6</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Pan blanco.	250	g		0,006	1,50
Piloncillo (panela).	250	ml		0,004	1,00
Agua.	100	ml			0,00
Queso	100	g	rallado	0,015	1,50
Mantequilla.	50	g		0,011	0,55
canela.	1	g		0,050	0,05
Nueces, pasas, cacahuates al gusto.					0,00
<b>TOTAL</b>					<b>4,60</b>
PROCEDIMIENTO					
<p>1.-El pan se rebana y se dora en mantequilla.</p> <p>2.-En una olla colocar el agua, el piloncillo y la canela hasta que se forme un almíbar (100°C).</p> <p>3.-En un molde refractario colocar el pan, la miel, el queso, las nueces, las pasas y los cacahuates, realizar varias capas.</p> <p>4.-Finalmente colocar en el horno a 170 °C hasta que el queso este derretido.</p>					
TÉCNICAS					
<p>Sellar Almíbar (180°C).</p>					

**Fuente:**

Rotger, P.Postres y dulces mexicanos.Castell S:A:


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE:</b> Mochi.(JAPÓN)					
<b>CATEGORIA:</b> Masa					
<b># PAX:</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Harina de arroz glutinoso	1000	g		0,006	6,00
Agua	500	ml			
Azúcar		ml		0,001	
<b>TOTAL</b>					6,00
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<ol style="list-style-type: none"> <li>1.-Colocar el agua y el azúcar en un bol y mezcla bien.</li> <li>2.-Añadir la harina de arroz y continuar mezclando.</li> <li>3.-Poner la mezcla en un microondas y calentar durante 2 minutos, tapado con papel film.</li> <li>4.-Sacar y remover. Calentar dos minutos más.</li> <li>5.-Al retirar del microondas remover rápidamente.</li> <li>6.-Colocar un poco de almidón de arroz en una superficie plana y espolvorear las manos con lo mismo.</li> <li>7.-Sacar la masa caliente del bol con las manos. Dejar enfriar un poco y amasar bien</li> </ol>					
<b>TÉCNICAS</b>					
Amasar					


**Fuente:**

Mochi-pastelitos de arroz. (s.f.). Recuperado el 3 de Mayo del 2012, de <http://www.recetasjaponesas.com/2009/04/ingredientes-1-taza-harina-de-arroz.html>

RECETA ESTANDAR


<b>NOMBRE:</b> Pasta de alubias rojas, azuqui, o an					
<b>CATEGORIA:</b> Postre					
<b># PAX:</b> 300 g					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Judías rojas.	230	g		0,003	0,69
Azúcar.	200	g		0,001	0,20
Sal	1	g		0,000	0,00
Agua.	500	ml			0,00
<b>TOTAL</b>					<b>0,89</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
1.-Remojar las judías durante la noche anterior al día en que vas a cocinarlas, esto facilitará el proceso de ablandado.					
<b>TÉCNICAS</b>					

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Daifuku.(JAPÓN)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 20</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Mochi.	200	g		0,006	1,20
Anko.	80	g		0,003	0,24
Azúcar glas.	c/n	g			
<b>TOTAL</b>					<b>1,44</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Para comenzar se deberá realizar pequeños círculos con la masa y colocar un bolita de anko, y cerrar la bolita con su respectivo relleno.</p> <p>2.-Colocar en una cacerola agua y una vez que hierva poner los daifuku suavemente en la olla.</p> <p>3.-Cuando estén listos es decir cuando floten, los escurrimos y finalmente se los cubre con almidón, azúcar glass o cocoa en polvo</p> <p><b>Nota:</b> Para realizar los ichigo daifuku colocamos una fresa entera en lugar de la pasta de anko.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
Cocción en agua fría					


[Imagen de daifuku] recuperado de <http://www.makitake.es/shop/postres/daifuku/>.

RECETA ESTANDAR


<b>NOMBRE: agamí mochi.(JAPÓN)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 1</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Mochi	500	g		0,006	3,00
Daidai o una mandarina	50	g		0,003	0,15
Alga kombu.	5	g		0,038	0,19
<b>TOTAL</b>					<b>3,34</b>
PROCEDIMIENTO					
<p>1.-Realizar dos bollos de mochi, uno más grande que el otro y cocerlos a vapor, una vez que estén listos, colocarlos el más pequeño encima del más grande y finalmente coronarlos con una mandarina, se lo puede colocar encima de un alga kombu y decorarlo con hojas y flores.</p>					
TÉCNICAS					
Cocción a vapor.					

[Imagen de kagamimochi] recuperado de <http://muza-chan.net/japan/index.php/blog/traditional-japanese-new-year-decoration-kagamimochi>

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE:</b> Hanabiramochi.(JAPÓN)					
<b>CATEGORIA:</b> Postre					
# PAX: 20					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Mochi	200	g		0,006	1,20
Azuqui	50	g		0,003	0,15
Raíces de bardana	c/n				
<b>TOTAL</b>					1,35
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Realizar pequeñas esferas de mochi y aplanarlas con un rodillo hasta que se pueda ver a través de cada círculo.</p> <p>2.-Colocar una bolita de azuqui y una pequeña tira de bardana y doblarla por la mitad.</p> <p>3.-Si se desea se puede pintar a manera de decoración una pequeña flor con colorantes vegetales.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
Cocción a vapor.					

RECETA ESTANDAR


<b>NOMBRE:Kurikinton .(JAPÓN)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX:12</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
Patatas	450	g	(peladas y cortadas)	0,001	0,45
Castañas en almíbar	100	g		0,039	3,90
Azúcar	125	g		0,001	0,13
Mirin (vino de arroz dulce)	5	ml		0,024	0,12
<b>TOTAL</b>					<b>4,60</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-En una cazuela profunda llenar de agua, colocar las patatas y llevarlas a ebullición. Bajar a fuego medio y cocer a fuego lento hasta que la patata se ablande, escurrir.</p> <p>2.-Triturar la patata y tamizarla, añadir el azúcar, mirin, almíbar de las castañas y mezclar bien.</p> <p>3.-Cocinar todo a fuego lento removiendo hasta que esté listo, añadir las castañas.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					

**Fuente:**

Kuri kinton puré de patatas y castaña. (s.f.) recuperado el 4 de Febrero del 2013 de <http://www.recetasjaponesas.com/2010/01/kuri-kinton-pure-de-patatas-y-castanas.html>




RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Kusamochi.(JAPÓN)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 6.</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
Mochi.	100	g		0,006	0,60
Extracto de artemisa.	20	g		0,043	0,86
Anko.	40	g		0,003	0,12
<b>TOTAL</b>					<b>1,58</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
1.-Colocar el extracto de artemisa en el mochi y amasar. Realizar esferas con la masa y con el dedo pulgar realizar un hoyo en el que se deberá colocar el anko, cerrar el					
<b>TÉCNICAS</b>					

[imagen de kusamochi] recuperado de <http://www.iromegane.com/japan/botamochi-day-on-shunbun-no-hi/>


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE:O-shiruko o Zenzai .(JAPÓN)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 6</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
mochi	100	g		0,006	0,60
Anko.	450	g		0,003	1,35
Agua.	300	ml			0,00
<b>TOTAL</b>					<b>1,95</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Mezclar el anko con el agua en un cazo y cocer a fuego lento.</p> <p>2.-Apagar el fuego justo antes de que hierva.</p> <p>3.-Asar a la parrilla o en el horno el mochi hasta que se ablande.</p> <p>4.-Colocar bolitas de mochi en tazas de sopa individuales.</p> <p>5.-Verter la sopa caliente de anko sobre los mochi.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
Asar					

**Fuente:**

Oshicuro zenzai sopa dulce de mochi. (s.f.). recuperado el 3 de Marzo del 2013 de <http://www.recetasjaponesas.com/2010/01/oshiruko-zenzai-sopa-dulce-de-mochi.html>

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Bûche de Noël. (FRANCIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 12</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
<b>Para el bizcochuelo:</b>					
Huevos	240	g		0,003	0,72
Harina.	100	g		0,002	0,20
Azúcar.	100	g		0,001	0,10
Vainilla.	2			0,009	0,02
<b>Para el relleno de chocolate:</b>					
Chocolate negro.	150	g		0,010	1,50
Nueces.	200	g		0,017	3,40
Crema de leche.	15	ml		0,003	0,05
<b>Para el sirope:</b>					
Zumo de maracuyá.	50	ml		0,005	0,25
Agua.	30	ml			0,00
Azúcar.	40	g		0,001	0,04
<b>TOTAL</b>					<b>6,27</b>

## PROCEDIMIENTO

### Para el bizcochuelo:

- 1.-Primero se deberá precalentar el horno a 210 grados centígrados. A continuación se procede a separar las claras y las yemas de los huevos.
- 2.-En un bowl colocar las yemas junto con el azúcar y batir hasta que las yemas tomen un color pálido, a continuación poner la harina previamente tamizada, la vainilla y terminar incorporando en movimientos envolventes las claras a punto de nieve.
- 3.-Finalmente colocar en una placa cubierta de papel sulfurizado y llevar al horno por 10 minutos.
- 4.-Una vez que esté listo lo retirar de la placa, enrollar y colocar en el refrigerador al menos por una hora

### Para el sirope:

- 1.-Poner todos los ingredientes en una cacerola a fuego alto y dejar que la preparación llegue a 100grados centígrados, retirar del fuego

### Para el relleno de chocolate:

- 1.-Derretir el chocolate a baño maría, una vez que esté listo colocar las nueces y finalmente la crema, revolver.

### Para el armado:

- 1.-Colocar la plancha de bizcochuelo sobre la mesa de trabajo, con una brocha colocar el sirope de maracuyá y finalmente el relleno de chocolate, enrollar el bizcochuelo y cubrir con papel film, dejar en la refrigeradora por al menos 8 horas.


## TÉCNICAS

Punto letra.  
Punto de nieve

### Fuente:

(2010). La Bûche 2010.Cuisine et vins,(137),pág. 73.


RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Fougasse. (FRANCIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Pan(Batch treize desserts)</b>					
<b># PAX: 6</b>					
INGREDIENTES	CANTIDAD	UNIDAD	MISE EN PLACE	PRECIO UNITARIO	COSTO TOTAL
Harina	1000	g		0,002	2,00
Aceite de oliva	60	g		0,009	0,54
Levadura fresca	10	g		0,015	0,15
Agua	6	ml		0,003	0,02
Sal	22	g			0,00
<b>TOTAL</b>					<b>2,71</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Desmenuzar la levadura en las harinas y poner en el bol de la batidora.</p> <p>2.-Añadir el aceite e ir incorporando poco a poco el agua, hasta que la masa se desprege de las paredes y se pegue al gancho amasador. Entonces añadir la sal y amasar a velocidad baja, hasta que la masa esté suave y elástica.</p> <p>3.-Dejar reposar la masa durante 1 hora o hasta que doble el tamaño cubierta con un trapo o film de cocina.</p> <p>4.-Desgasificar la masa y cortar la masa en dos con un cuchillo afilado. Espolvorear las bandejas de hornear con semolina o harina. Echar la masa sobre la mesa espolvoreada ligeramente con harina.</p> <p>5.-Estirar la masa y darle forma de rectángulo, de aproximadamente el mismo tamaño que la bandeja de hornear. Pasar esta masa a la bandeja (si vemos que la masa se contrae, dejar reposar unos minutos).</p> <p>6.-Hacer un corte central a la masa, así como unos cortes laterales. Suavemente abrir estos cortes hasta conseguir una forma oval. Tapar la masa con un paño de cocina y dejar fermentar hasta que doble el tamaño.</p> <p>7.-Hornear a 190 ° C o hasta que esté dorado y suene a hueco cuando lo golpeemos con los nudillos, Dejar enfriar sobre una rejilla. Guardar envuelta el papel de aluminio a temperatura ambiente durante 1 día o congelar hasta dos semanas. Recalentar a 190°</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Amasar. Leudar. Desgasificar.</p>					


**Fuente:**

Margali. (2009). Pan de Provenza o fougasse. Consultado el 10 de Mayo del 2013, de <http://www.cocinaya.com/recetas/2009/06/pan-provenza-o-fougasse>

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Les treize desserts.(FRANCIA)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 6</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
<b>Para los 4 mendigos:</b>					
Pasas	250	g		0,005	1,25
Nueces	250	g		0,017	4,25
Higos	250	g		0,015	3,75
Almendras	250	g		0,013	3,25
<b>Frutas frescas:</b>					
Clamentinas	1000	g		0,003	3,00
Uvas	1000	g		0,003	2,50
Naranjas	1000	g		0,002	2,00
Melón "Verdau".	1000	g		0,002	2,40
<b>Pasteles (masas).</b>					
Bomba de aceite o fougasse .	150	g		0,018	2,70
<b>Dulces:</b>					
Mazapanes	300	g	véase receta de pan de gloria	0,008	2,40
Nougat blanca (suave).	300	g	véase receta de turrón de Jijona	0,012	3,60
Nougat negra (dura)	300	g	véase receta de turrón de Alicante	0,013	3,90
<b>TOTAL</b>					<b>35,00</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
Servir en bandejas, los cuatro mendigos, las frutas, las masas y los pasteles.					
<b>TÉCNICAS</b>					

RECETA ESTANDAR

<b>NOMBRE: Pristiños.(ECUADOR)</b>					
<b>CATEGORIA: Postre</b>					
<b># PAX: 25</b>					
<b>INGREDIENTES</b>	<b>CANTIDAD</b>	<b>UNIDAD</b>	<b>MISE EN PLACE</b>	<b>PRECIO UNITARIO</b>	<b>COSTO TOTAL</b>
<b>Para la masa</b>					
Harina	250	g		0,002	0,50
Polvo de hornear	5	g		0,013	0,07
Sal	2	g		0,000	0,00
Mantequilla	40	g		0,011	0,44
Limón	15	ml		0,003	0,05
Agua	49	g			0,00
Aguardiente anisado.	5	ml		0,008	0,04
Aceite	1000	ml		0,003	3,00
<b>Para la miel de panela:</b>					
Panela	250	g		0,004	1,00
Agua	100	ml			0,00
Canela	1	g		0,050	0,05
Anís	1	g		0,019	0,02
Pimienta dulce	1	g		0,125	0,13
Clavo de olor	1	g		0,150	0,15
Flores de azahar	3	g		0,500	1,50
<b>TOTAL</b>					<b>6,93</b>
<b>PROCEDIMIENTO</b>					
<p>1.-Mezclar la harina, la sal y el polvo de hornear. Añada la mantequilla, el jugo de limón, el aguardiente anisado y el agua suficiente para que tener una masa suave.</p> <p>2.-Amasar hasta que este elástica, tapar con un mantel y dejar reposar por una hora.</p> <p>3.-Formar bolas y colocarlas sobre una mesa enharinada para formar un ovalo haciéndole tres cortes</p> <p>4.-Freír en aceite a (180 °C), cuando este dorados, escurrir y colocarlos sobre papel absorbente.</p> <p><b>Para la miel:</b></p> <p>1.-Realizar una infusión con la canela, clavo de olor, anís, pimienta dulce y la flor de azar.</p> <p>2.-Una vez que el agua este aromatizada cernir, colocar en una olla la infusión junto con la panela a fuego medio hasta que esté a punto.</p>					
<b>TÉCNICAS</b>					
<p>Amasar Fritura profunda (180°C) Infusionar</p>					

**Fuente:**

Canal, L. Echeverría, M. Cocina ecuatoriana tradicional. Pristiños. Guayaquil.



# Recetas Tradicionales Navideñas









# Recetas Tradicionales & Navideñas &







# Prólogo

El presente escrito es una recopilación de recetas de la repostería tradicional navideña de los países con mayor influencia gastronómica en la ciudad de Quito, el cual está desarrollado de forma fácil para que cualquier persona que lo tome pueda hacer uso de las recetas sin complicación alguna.

Se recomienda al lector que complemente su conocimiento acerca de la repostería navideña haciendo uso de la tesis que lleva el título de “Repostería tradicional navideña de los países con mayor influencia gastronómica en la ciudad de Quito” ya que de esta forma logrará obtener un conocimiento global no solo de las recetas, sino también sobre la historia que gira en torno de ellas.

Sin más que decir, espero que el presente texto sirva de ayuda para todo aquel que lo tenga en sus manos, y realice las recetas que se encuentran en su interior.



# Índice A-Z

<b>Alfajores de Medina Sidonia</b> España	..... 37
<b>Alfajores Santafesinos</b> Argentina	..... 89
<b>Arequipe</b> Colombia	..... 17
<b>Arroz con Leche</b> Colombia	..... 29
<b>Bisciola</b> Italia	..... 67
<b>Brevas con Arequipe y Queso</b> Colombia	..... 21
<b>Bûche de Noël</b> Francia	..... 117



**Buñuelo Antioqueño**  
Colombia

..... 19

**Buñuelos Cubanos de Navidad**  
Cuba

..... 55

**Buñuelos de Canasta**  
México

..... 93

**Capirotada de Navidad**  
México

..... 95

**Daifuku**  
Japón

..... 103

**Desamargado o Navidad**  
Colombia

..... 23

**Dulce de Lechosa**  
Venezuela

..... 59

**Duraznos con Crema**  
Chile

..... 63





<b>El Panforte Margarita</b> Italia	..... 75
<b>Fougasse</b> Francia	..... 121
<b>Hanabiramochi</b> Japón	..... 107
<b>Kagami Mochi</b> Japón	..... 105
<b>Kurikinton</b> Japón	..... 109
<b>Kusamochi</b> Japón	..... 111
<b>Les Treize Desserts</b> Francia	..... 119
<b>Mochi</b> Japón	..... 99







<b>Mostaccioli</b> Italia	69
<b>Natilla Colombiana</b> Colombia	25
<b>Niangao (Pastel de Arroz Glutinoso)</b> China	85
<b>O-Shiruko o Zenzai</b> Japón	113
<b>Pan de Cádiz</b> España	39
<b>Pandoro de Verona</b> Italia	71
<b>Panettone Marietta</b> Italia	73
<b>Panettone Milanes</b> Italia	77



<b>Pasta de Anko, Alubia Roja o Azuqui</b> Japón	101
<b>Pastel de Gloria</b> España	41
<b>Peladillas</b> España	43
<b>Polvorones</b> España	45
<b>Pristiños</b> Ecuador	125
<b>Pudding de Navidad</b> EEUU	33
<b>Ricciarelli</b> Italia	79
<b>Sopa de Almendras</b> España	47





<b>Struffoli</b> Italia	.....	81
<b>Torta de pastores</b> Colombia	.....	27
<b>Turrón de Alicante</b> España	.....	51
<b>Turrón de Jijóna</b> España	.....	49









**Colombia**





# Arequipe

“En un principio este dulce era el producto de la reducción de leche de almendras y azúcar...”





## INGREDIENTES

1 lt de leche  
1 rajita de canela  
5 g de bicarbonato  
250 g de azúcar  
80 g de miel

## PREPARACIÓN

En un recipiente colocar 900ml de leche, la canela y el bicarbonato, dejar hervir.

Aparte mezclar el azúcar con el resto de la leche y revolver hasta conseguir un lindo tono dorado.

Unir las dos preparaciones y junto con la miel y dejar cocer a fuego lento por 45 minutos aproximadamente.

Revolver constantemente hasta llegar a punto hebra (cuando se vea el fondo del cazo).







## Buñuelo Antioqueño

“En el siglo XIV ya se preparaba en España ya que era una herencia dejada por los moros...”





## INGREDIENTES

1 lb Queso campesino o costeño o salado  
1 250 g de harina maíz  
10 g de azúcar  
5 g Bicarbonato de soda o levadura o polvo de hornear  
Leche o agua para hidratar la masa al gusto  
Aceite para freír al gusto

## PREPARACIÓN

En un procesador moler el queso. Incorporar la harina, el huevo, la yema, el azúcar y mezclar bien.

Poco a poco agregar el agua o leche, la misma masa va pidiendo humedad hasta quedar suave.

Realizar esferas con la masa.

En un wok incorporar aceite en gran cantidad para que los buñuelos se sumergan.

Los buñuelos poco a poco van creciendo y dorando. Deben quedar crujientes y dorados por fuera, por dentro deben quedar esponjosos y humeantes al partarlos. Sacar en un papel absorbente.





## Brevas con Arequipe y Queso

“Se dice que su origen viene del Mediterráneo y de Oriente Próximo, y que su cultivo es más antiguo que el del trigo...”





## INGREDIENTES

2 lt de agua  
4 lb de brevas  
2lb de panela  
1 limón  
arequipe (cantidad necesaria para el relleno)  
queso cuajada (el necesario para el relleno)

## PREPARACIÓN

Hacer un corte a las brevas por la parte ancha.

Cocinarla en olla a presión con 1 lt de agua (unos diez minutos pitando), destapar la olla y agregar la panela y 1 lt de agua. Dejar durante tres horas a fuego lento. Añadir las gotas de limón.

Una vez terminada la cocción se cortan las brevas en dos (sin separarlas del todo), y se rellenan con arequipe (dulce de leche) y se sirve con queso (cuajada).





# Desamargado o Navidad

“Este es un dulce con más de 100 años  
originario del valle del Cauca...”



## INGREDIENTES

4 limones verdes  
100 g de brevas  
4 de naranjas agrias verdes  
4 de toronjas verdes  
1 g de clavo de olor  
1 g de pimienta dulce  
400 g de azúcar

## PREPARACIÓN

Rallar la corteza de las naranjas agrias, toronjas verdes y toronjas rosadas, con un rallador muy fino. Partirlas en dos y sacarles la pulpa.

Los limones y las brevas rallar con una teja, cuidando de que no se les vea lo blanco. A las brevas se les hace un corte en cruz por debajo. Los limones se cortan en dos y se les saca la pulpa. A las frutas de cáscara amarga se les da dos hervores, cambiándoles el agua. Las toronjas se cortan en cascos al gusto.

Poner todas las frutas en agua que las cubra, con azúcar, los clavos y la pimienta dulce y dejar a fuego lento hasta que calen. Al final añadir unas gotas de limón para evitar que se cristalicen.



## Natilla Colombiana

“La diferencia que marca a las natillas colombianas de las de Europa es la utilización de huevo ya que en Colombia no se lo adiciona”



## INGREDIENTES

2 lt de leche  
200 g de fécula de maíz  
1 lb de panela raspada  
4 astillas de canela  
20 g de mantequilla  
50 g coco rallado  
2 g de canela en polvo

## PREPARACIÓN

Poner a hervir un litro y medio de leche con la canela en astillas y la panela, espumar para evitar cualquier impureza. Se añade la fécula de maíz (que se ha disuelto previamente en medio litro de leche) y la mantequilla. Se va revolviendo lentamente y se cocina a fuego lento por diez minutos o hasta que de su punto (que se reconoce poniendo una cucharada de la mezcla en un plato, se deja enfriar, pudiendo despegarlo fácilmente). Justo antes de bajarla del fuego se le añade el coco, se revuelve y se vierte en los moldes.

En el momento de servir la porción individual, se espolvorea un poco de canela en polvo.





## Torta de Pastores

“El origen de esta torta es incierto pero por sus ingredientes se presume que se trata de una preparación de una clase social baja...”



## INGREDIENTES

300 g de arroz de leche  
150 g de bizcochuelo desmenuzado  
(ver receta de bûche de Noël)  
60 g de mantequilla  
150 g de queso blanco, fresco, rallado  
4 huevos batidos  
5 g de canela en polvo  
80 g de uvas pasas  
5 g de nuez moscada  
80 ml de vino moscatel o jerez

## PREPARACIÓN

Mezclar todos los ingredientes hasta que queden bien incorporados. Verter en un molde enmantequillado y llevar al horno precalentado a 150 ° por 45 minutos.

Dejar enfriar y cortar en tajadas.





# Arroz con Leche

“Es un postre típico de la gastronomía de múltiples países y con un sin número de variedades...”





## INGREDIENTES

1 lt de leche  
250 g de arroz  
100 g de azúcar  
1 limón  
1 canela en rama  
2 cucharadas de canela en polvo

## PREPARACIÓN

Poner en un cazo al fuego con abundante agua y cuando comience a hervir colocar el arroz. Dejarlo por 10 minutos y apagar el fuego.

En otro cazo poner a fuego lento la leche y el azúcar dándole vueltas para que se disuelva.

Cuando la leche comience a hervir, añadir el arroz escurrido, el azúcar la canela en rama y la piel de limón cortada finamente.

Dejar a fuego bajo durante 15 minutos, finalmente espolvorear canela.







# Estados Unidos





## Pudding de Navidad

“...su elaboración es todo un rito ya que una vez que se colocan los ingredientes en un cazo se lo empieza a revolver, y cada miembro de la familia debe hacerlo mientras pide un deseo...”



## INGREDIENTES

### Para macerar:

250 g de pasas  
125 g de cáscara de frutas escarchadas picadas  
50 g de dátiles picados  
75 g de nueces picadas  
5 g de canela  
2 g de jengibre molido  
2 g de clavo molido  
30 ml de zumo de naranja  
10 g de ralladura de limón  
30 ml de cerveza negra  
10 ml de brandy

### Resto ingredientes:

150 g de harina  
75 g de almendra molida  
180 g de mantequilla  
150 g de azúcar moreno  
2 huevos batidos  
20 g de melaza  
170 g de pan rallado molido fino  
15 ml de brandy para flambear

## PREPARACIÓN

Colocar todos los ingredientes del macerado en un cuenco tapado con film y dejar durante 48 hs en un lugar fresco pero no en la nevera.

Pasado el tiempo de maceración colocar en un bowl las frutas sin liquido y el resto de los ingredientes, excepto el brandy para flambear.

Preparar el molde de pudding engrasándolo y colocando papel encerado en el fondo, introducir la preparación en el molde y cubrir con una circunferencia de papel encerado y otra de papel aluminio, colocar encima un paño de cocina y atar fuertemente con hilo de algodón.

Colocar el molde de pudding encima de una olla, verter agua hirviendo, hasta llegar a la mitad de la altura del molde. Llevar a ebullición, tapar la olla y cocer el pudding.

Controlar de vez en cuando el agua por si fuese necesario añadir más. El agua que se agregue deberá estar hirviendo para no parar la cocción del pudding.

Cocer durante unas 4 horas a Baño María o hasta que al introducir un palillo salga limpio. Hay que tener en cuenta que este tipo de preparación debe quedar ligeramente húmeda.

Dejar reposar el pudding durante 15 minutos antes de retirar los papeles, el cordel y el paño de cocina. Desmoldar y en el momento de llevar a la mesa calentar el brandy y flambear el pudding.

Si lo hacemos con antelación se debe calentar de la misma forma que lo cocinamos pero dejándolo una hora a Baño María.







**España**





## Alfajores de Medina Sidonia

“Deliciosos dulces con denominación de origen controlada, su particular ingrediente, coriandro simplemente le da un toque especial”



## INGREDIENTES

### Para los alfajores:

200 g de pan rallado  
100 g de avellanas  
150 g de almendras  
5 g de canela en polvo  
3 g de clavos de olor molidos  
1 g de coriandro  
35 g de sésamo crudo  
225 g de miel  
60 g de agua  
60 g de azúcar

### Para el almíbar:

100 ml de agua  
100 g de azúcar

### Para el rebozado:

Azúcar glas

## PREPARACIÓN

Precalentar el horno a 160° para tostar las almendras y las especias. Remover de vez en cuando. Una vez veamos que han adquirido un tono dorado, retirar del horno y reservar.

Preparar el almíbar con los 60 gramos de agua y los 60 gramos de azúcar. En un cazo colocar el agua y el azúcar y remover constantemente. Evitar que se convierta en caramelo.

Moler las especias en un molinillo de café o cualquier otro utensilio. Retiramos y reservarnos, y hacemos lo mismo con los frutos secos.

En una cacerola calentar la miel, el agua y las especias, los frutos secos y el pan rallado. Cuando los ingredientes estén incorporados en la mezcla, añadir el almíbar que habíamos hecho anteriormente.

Mezclar bien, y una vez que la masa este manejable masa y darle forma, pues una vez enfriada va a ser muy difícil moldearla. Coger pequeñas porciones de masa y le dar forma alargada.

Hacer otro almíbar con 100 gramos de agua y 100 gramos de azúcar. Dejar templar.

Rebozar los alfajores pasándolos primero por el almíbar y a continuación por el azúcar glas.



## Pan de Cádiz

“Sus capas de colores no pueden faltar; definitivamente le dan un toque de color típico de la navidad”



## INGREDIENTES

### Mazapán:

200 g de almendras crudas  
200 g de azúcar glas  
2 yemas

### Yema pastelera:

3 yemas  
50 g de azúcar  
80 g fruta escarchada  
100 g de pulpa de membrillo

### Glasa fría:

60 g de azúcar glas  
10 g de agua

## PREPARACIÓN

Hacer por separado el mazapán, la yema y la glasa.

Unir todos los ingredientes del mazapán, una vez que tome la consistencia de una masa estirar y dejar de un grosor de unos 8 mm. Para la base y de unos 5 mm. Para las dos del centro, cortar, todas, en rectángulos de 12 por 6 centímetros.

Poner encima de la base (la más gruesa, 8 mm.) colocar la fruta escarchada cortada en láminas.

Cubrir con una de las capas finas (5 mm.) de mazapán y prensar firmemente con la palma de la mano, luego cubrir con láminas de pulpa de membrillo.

Volver a tapar con otra capa fina de mazapán sin olvidarnos de prensar, y rematar cubriendo esta última con la yema.

Estirar el resto del mazapán a 5 mm. de espesor y envolver completamente.

Con la ayuda de una espátula de plástico prensar muy bien por todos los lados y dar la forma.

Hacer una trama para decorar en la superficie.

Pintar con yema de huevo y meter a horno (grill) muy fuerte, 220°C, durante unos minutos, hasta que dore.

Antes de que se enfríe pintar con glasa fría.

Dejar enfriar hasta que la glasa solidifique.



## Pastel de Gloria

“Dulce antiguo, del que poco se conoce en cuanto a su historia, pero que su sabor es tan familiar que no puede pasar desapercibido”



## INGREDIENTES

### Mazapán:

1/2 kg de almendra molida fina  
400 g de azúcar  
200 ml de agua  
2 g ralladura de la piel de limón

### Para el dulce de batata:

250 g boniato (camote)  
175 g azúcar  
3 g canela

## PREPARACIÓN

Para el mazapán, poner el agua con el azúcar en un cazo y llevarlo a ebullición, cocer a fuego medio durante unos 8-10 minutos hasta obtener un almíbar doradito. Añadir la almendra y la ralladura de limón, remover y mezclar bien, en cuanto se enfríe un poco para poderlo manipular, amasarlo sobre una superficie de trabajo espolvoreada con azúcar glas hasta obtener una masa moldeable. Envolverla con film de cocina y dejarla reposar al menos una hora, o en el frigorífico hasta el día siguiente.

Para el dulce de boniato, lo primero es asarlos en el horno. Una vez asados los boniatos, sacar la pulpa. Aplastarla bien con un tenedor o pasarla por el pasapurés, colocarlo en una cacerola y añadir el azúcar y la canela, ponerlo a fuego suave y cocer removiendo para que no se pegue al fondo hasta que espese y esté cremoso, unos 15 minutos. Dejar reposar durante una hora o mejor hasta el día siguiente.

Para formar los pastelitos, poner el dulce de boniato en una manga pastelera, dividir el mazapán en porciones de unos 25 gr. coger una porción y amasarla un poco hasta que se ponga un poco aceitosa, aplanarla y darle forma de cuenco en la palma de la mano, poner un poco de dulce de boniato y cerrar el mazapán procurando que el relleno quede bien encerrado.

Ir poniendo los pastelitos en una bandeja de horno y hornearlos a 170° durante unos 10 minutos, sacarlos y espolvorearlos abundantemente con azúcar glas y canela.

Cuando estén totalmente fríos, envolverlos en papel de aluminio. Estarán mejor cuando pasen un par de días.





## Peladillas

“Se conoce que en el siglo XIII las peladillas se las vendían como remedio contra la esterilidad, y también se lo vendía a las mujeres embarazadas como calmantes y remedio para la digestión...”





## INGREDIENTES

2 lb de azúcar molida  
2 lb de almendras  
100 ml de agua  
2g de canela

## PREPARACIÓN

Calentar una cacerola con agua a fuego lento.

Una vez esté caliente, disolver el azúcar en el agua. Se debe mover constantemente. A continuación agregar la canela.

Subir el fuego y hervir el jarabe hasta que caiga de la cuchara y forme gotas gruesas.

Añadir ahora las almendras y revolver hasta que queden muy bien cubiertas.

Luego, colocar las almendras en un tamiz y sacudirlas suavemente hasta que el azúcar sobrante se desprenda.

Dejar enfriar y secar.





# Polvorones

“El polvorón está formado por una masa más o menos compacta que se deshace en la boca como si fuera polvo de ahí su nombre...”



## INGREDIENTES

250 g de harina  
50 g de almendra molida  
210 g de manteca de cerdo  
3 g de bicarbonato sódico  
160 g de azúcar glas  
2 g de canela

## PREPARACIÓN

En primer lugar hay que tostar la harina y la almendra molida, para ello enciende el horno a 160° C. Cuando haya cogido la temperatura introducir una bandeja con la harina y otra con la almendra (aunque también se pueden mezclar). Colocar estos ingredientes bien extendidos y moverlos de vez en cuando para que se tueste uniformemente. Dejar enfriar la harina y la almendra completamente.

Trabajar la mantequilla que previamente se encontrara a temperatura ambiente y mezclar con el azúcar glas. A continuación mezclar la harina, la almendra, el bicarbonato y la canela, amasar durante diez minutos. Procurar hacer una bola con la masa y deja reposar unos 20 minutos tapando con un paño.

Utilizar un cortapasta redondo u ovalado para sacar los polvorones, colocar en la bandeja del horno cubierta con una lámina de teflón, papel sulfurizado o silpat.

Hornear los polvorones sólo con el grill a 180° C durante 10-15 minutos o hasta que se vea que la superficie empieza a tomar color. Cuando los polvorones estén listos, retirar del horno y espolvorear azúcar glas.



## Sopa de Almendras

“Perfecta para una tarde de frío, de sabor suave y cremoso...”





## INGREDIENTES

1 lt de leche entera  
400 g de pasta de almendras  
100 g de pan del día anterior  
2 g de ralladura de limón  
2 g de astillas de canela

## PREPARACIÓN

Poner la leche a calentar en una cacerola con una corteza de limón y, opcionalmente un palito o dos de canela. Cuando esté a punto de hervir, retirarla del fuego, retirar la corteza de limón y los palitos de canela y añadir la pasta de almendras.

Remover con una cuchara de madera hasta que la pasta esté completamente disuelta y no queden grumos, verter el líquido sobre el pan, previamente cortado en rebanadas finas y extendidas en una fuente o en pocillos individuales.





## Turrón de Jijona

“...El rey, desesperado por ver a su amada llena de tristeza tuvo la idea de plantar alrededor del castillo, miles de almendros... de esta forma los habitantes de Jijona crearon el turrón...”



## INGREDIENTES

100 g de azúcar  
200 g de miel de buena calidad  
1 clara de huevo  
300 g de almendras molidas  
4 g de ralladura de limón  
2 g de canela

## PREPARACIÓN

En una sartén colocar la miel y el azúcar a fuego medio y remover hasta que el azúcar y la miel formen una mezcla homogénea y espesa.

Fuera del fuego, añadir la clara de huevo batida y remover la mezcla del turrón.

Luego de unos 10 minutos, la mezcla del turrón estará más clara. Volver al fuego y remover el turrón hasta conseguir que espese y empiece a cambiar el color. En ese punto, añadir la ralladura de limón y la canela.

Remover y añadir la almendra molida. Mezclamos bien el turrón hasta que todos los ingredientes estén unidos.

En un molde forrado con papel encerado, extender el turrón de almendras y apretar bien. En unas 5 horas, el turrón de almendras blando estará listo para desmoldar y servir.





## Turrón de Alicante

“...Su sabor delicado, y su textura fuerte hacen de el turrón de Alicante, un dulce con personalidad...”



## INGREDIENTES

250 g de almendra Marcona tostada  
150 g de miel  
150 g de azúcar  
1 clara de huevo

## PREPARACIÓN

Poner en una olla de fondo grueso el azúcar con la miel, es muy importante la calidad de esta última, bien merece la pena comprar una miel directamente del apicultor para hacer tu turrón. Calentar a fuego lento y mezclar el azúcar con la miel, a su vez, monta la clara con las varillas eléctricas pero sin que esté demasiado firme.

Cuando la mezcla empiece a burbujear, dejar cocer unos minutos más y retirar del fuego. Incorporar la clara montada lentamente y moviendo de forma ligera para que no cuaje. Incorporar la olla al calor del fogón y proseguir la cocción sin dejar de remover.

No dejar de remover con una cuchara de madera hasta que la mezcla adquiera la textura del caramelo, lo que se conoce como punto de bola dura o hasta que el caramelo rompa. Entonces incorpora las almendras y mezclar bien.

Dejar entibiar unos minutos y verter la masa del turrón en un molde forrado con papel de horno. Alisar la superficie y deja enfriar.





**Cuba**





## Buñuelos Cubanos

“En Cuba se destacan por incorporar a la preparación tubérculos como el boniato (camote), yuca (mandioca) y la malanga, con su particular forma de 8...”



## INGREDIENTES

### Buñuelos

- 1 lb de yuca
- 1 lb de malanga (Xanthosoma) es un tubérculo comestible, original de la América tropical
- 1 huevo
- 5g de anís molido o machacado
- 2 g de sal
- 150 g de harina
- 1 lt de aceite

### Almíbar de Anís:

- 250 ml de agua
- 125 g de azúcar
- 1 u Anís estrellado
- 5 g de cascarita de limón
- 1 palito de canela

## PREPARACIÓN

### Buñuelos:

Pelar y cocinar las viandas (tubérculos) en agua hirviendo sin dejarlas ablandar demasiado. Moler lo más fino posible y luego amasar con el huevo batido, anís, sal y harina hasta que no se pegue a los dedos.

Darles forma de número 8 y freír en el aceite caliente.

### Almíbar de Anís:

Poner a fuego lento, revolviendo constantemente agua, azúcar y demás ingredientes hasta lograr consistencia de almíbar.

Servir los buñuelos cubiertos con el almíbar.

### Tip para hacer buñuelos:

La yuca debe de cocinarse solamente hasta que ablande, el secreto es no dejarla que absorba mucha agua y quede muy blanda. Sacarla de la olla y colocarla en toallas de papel o sobre una tela que absorba el agua. Así será más fácil molerla y requerirá menos harina en la preparación de la masa, ya que mucha harina endurecerá los buñuelos.





**Venezuela**







## Dulce de Lechosa

“El dulce de lechosa también conocido como dulce de papaya verde es típico de la navidad de los hogares Venezolanos...”





## INGREDIENTES

1 lechosa o papaya verde  
5 g de bicarbonato de soda  
3 lt de agua hirviendo  
550 g de azúcar  
1 g clavo de olor  
1 g rama de canela  
2 g de esencia de vainilla

## PREPARACIÓN

Lavar, quitar la piel y las semillas y cortar en tajadas de 3 cm (julianas), poner en la olla con el agua, que queden cubiertas por completo, hervir hasta que estén tiernas, escurrir.

Poner las tiras ya cocidas en otra olla con el azúcar, la canela, el clavo, la vainilla y agua para cubrir las, tapar y dejar que hierva unos 15 minutos, luego destapar y seguir la cocción entre hora y media a dos horas, la lechosa o papaya tiene que quedar transparente y el almíbar espeso.







**Chile**





## Duraznos con Crema

“Chile cuenta con una gran variedad de frutas las que se han dado a conocer en varias partes del mundo...”



## INGREDIENTES

2 kg de duraznos  
500 g azúcar  
1 lt agua  
3 g de zumo limón

### Para la Crema Batida:

500 ml crema de leche  
150 g de azúcar glas

## PREPARACIÓN

Poner agua a hervir en una cazuela mediana. Mientras se calienta el agua frotar los duraznos para quitarles la pelusilla. Una vez que hierva el agua escaldar los duraznos durante un minuto y colocarlos en agua fría (choque térmico), pelar y partirlos por la mitad, finalmente retirar la semilla.

Poner a fuego lento un litro de agua con el azúcar. Cuando se vaya formando el almíbar añadir el zumo de limón y dejar 5 minutos más al fuego.

Colocar el almíbar caliente sobre los melocotones.

Por último, batir la crema hasta conseguir picos suaves.





**Italia**







# Bisciola

“Clásico de la cocina rustica italiana para celebrar la navidad...”



## INGREDIENTES

200 g de harina  
100 g de higos secos  
100 g de pasas  
100 g nueces  
100 ml de leche  
60 g de avellanas tostada  
50 g de mantequilla  
40 g de azúcar  
20 g de piñones  
12 g de levadura  
2 yemas de huevo  
2 ml de brandy  
5 g de sal

## PREPARACIÓN

Mezclar las dos harinas y la levadura con la leche, la mantequilla blanda, el azúcar, 1 huevo y una pizca de sal.

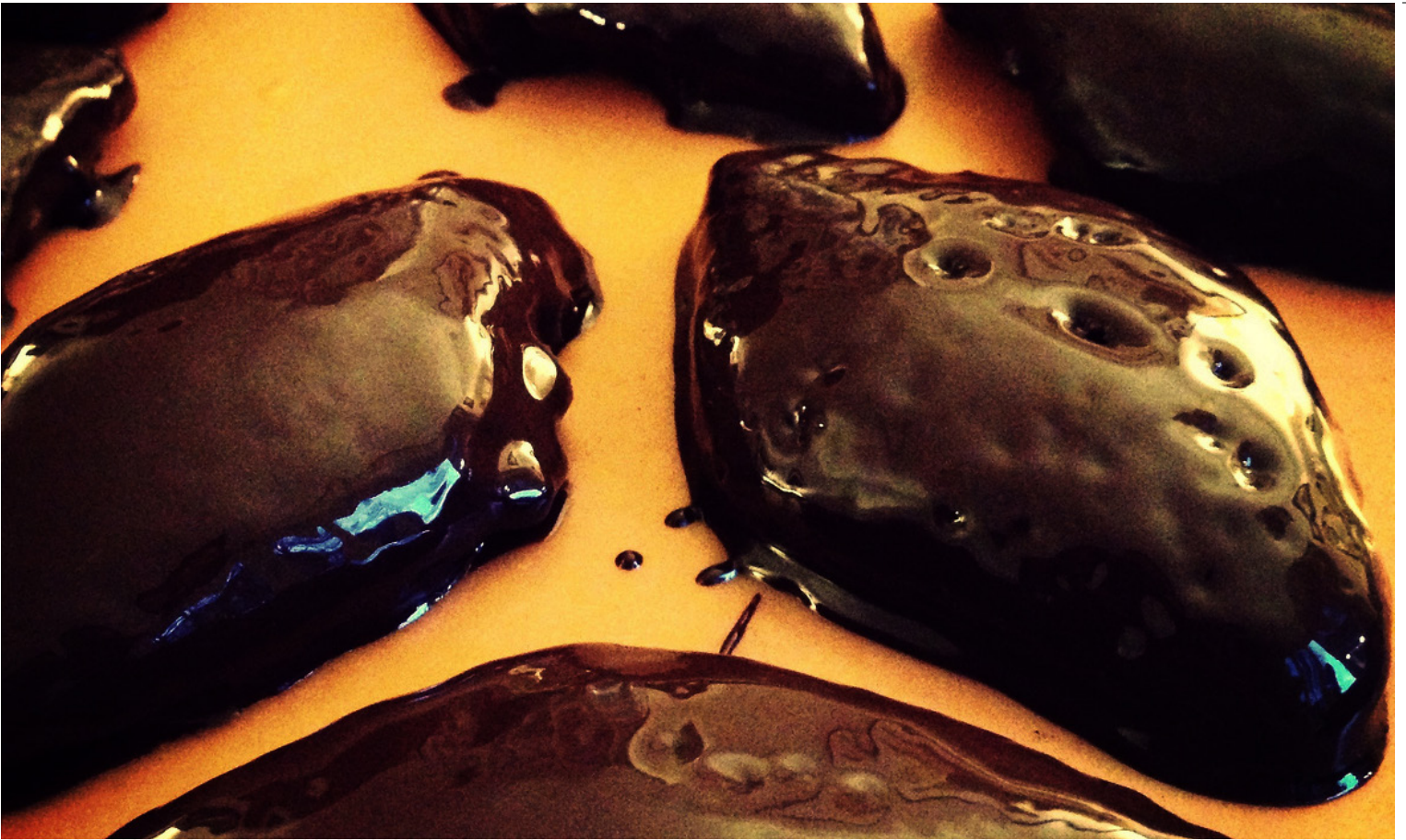
Hidratar las pasas en agua con 2 cucharadas de coñac, y luego escurrir.

Cortar los higos, las nueces y avellanas e incorporar a la masa, se amasa sobre una superficie enharinada.

Disponer la masa en una bandeja para hornear forrada con papel encerado en forma de hogaza grande, cubrir con una toalla húmeda y dejar leudar por 3 horas.

Barnizar con 1 huevo batido y dejar que suba durante otra hora.

Por último, el hornear la bisiola a 170 ° C durante 40 minutos. Una vez lista dejar enfriar.



## Mostaccioli

“Su nombre es debido a que en la masa de la galleta se añade mosto con el fin de enriquecer su sabor, ya que de esta forma se aporta a la masa con un sabor más dulce y definido...”



## INGREDIENTES

1 kg de harina  
100 g de jugo de naranja  
300 ml de café  
250 g de almendras peladas, tostadas y picadas  
300 g de azúcar  
300 g miel  
120 g de cacao  
1 g de canela  
500 g de chocolate negro para cubrir

## PREPARACIÓN

Mezclar en un tazón grande la harina y el azúcar, añadir las almendras finamente picadas y el cacao.

Empezar a añadir el zumo de naranja, canela, café y miel tibia mezclando bien. El compuesto debe quedar suave y ligeramente pegajosa.

Estirar la masa con un rodillo, colocándolo entre dos hojas de papel de hornear, hasta que obtenga 1 cm de espesor. Retirar la hoja superior de papel de pergamino y dar la forma típica de diamante.

Hornear a 170 ° C durante 7-8 minutos, poniendo la rejilla en la parte central del horno, y colocarlos sobre papel para hornear.

Derretir el chocolate y clocar sobre una rejilla los mostaccioli para cubrirlos de chocolate de modo que el exceso pueda drenar.



## Pandoro de Verona

“Su forma cónica de estrella con ocho puntas hace que el pandoro sea inconfundible...”



## INGREDIENTES

4 u huevos  
150 g de azúcar  
200 g de mantequilla  
5 g de coñac  
10 g de zumo de limón  
150 g de harina  
150 g de fécula  
5 g de azúcar avainillado  
2 g de sal  
7 g de levadura para bizcochos  
50 gramos de azúcar glas

## PREPARACIÓN

En un bowl colocar la mantequilla a temperatura ambiente y las 4 yemas de huevo, hasta obtener una mezcla espumosa.

A continuación añadir la harina con la levadura tamizada, el azúcar avainillado, el coñac, el zumo de limón y la sal, y mezclar bien durante aproximadamente 10 minutos.

Añadir las claras montadas a punto de nieve, con mucho cuidado y con movimientos envolventes para evitar que se bajen.

En un molde de preferencia de pandoro colocar mantequilla y harina para que se desprenda fácilmente.

Meter al horno previamente calentado a unos 190 grados y dejar durante unos 45 minutos o que la superficie este dorada.

Desmoldar y enfriar sobre una rejilla y espolvorear con azúcar glass en el momento de servir.



## Panettone Marietta

“La Marietta es una cocinera capaz y tan buena y honesta que merece que yo dé su nombre a este dulce habiéndolo aprendido por usted.” Y termina la receta escribiendo “si hay, pasará bien verán que crece muy formando en la cima un rignonio screpolato...”





## INGREDIENTES

300 g harina  
100 g de mantequilla pomada  
80 g pasas de uva  
20 g cande en trozos  
1 huevo  
40 g de yema  
80 g azúcar  
20 ml leche  
5 g de cascara de limón  
10 g crémor tártaro  
5 g bicarbonato de soda

## PREPARACIÓN

Colocar en un bowl la mantequilla junto con el huevo, las yemas, el azúcar y batir hasta que la mezcla sea homogénea.

Colocar la harina, el crémor tártaro, el bicarbonato de soda y la leche y seguir batiendo.

Espolvorear harina a las pasas para que no se hundan en la preparación, y colocarlas a la masa junto con la ralladura de limón.

Finalmente colocar la masa en un molde cubierto de papel encerado y colocar cande en la superficie, llevar al horno por 15 minutos a 200 grados centígrados y después bajarlo a 180 hasta que la cocción este completa.







## El Panforte Margarita

“Su preparación era reservada para los farmacéuticos y monjas debido a que en dentro de los ingredientes se encontraban, pimienta, canela y nuez moscada...”



## INGREDIENTES

150 g de azúcar  
100 g miel  
100 g de Higos Secos  
300 g de frutas confitadas  
200 g nueces  
50 g de harina  
60 g de chocolate en polvo  
5 g de canela en polvo  
1 g de pimienta

## PREPARACIÓN

Cortar en pedacitos los higos secos, las frutas confitadas, las nueces, agregar a esto la canela, la pimienta y el chocolate en polvo. Es necesario amalgamar todo con la harina.

Por otro lado, derretir la miel junto al azúcar en un recipiente a baño María, mezclando todo el tiempo.

Cuando se forme una especie de pasta, retirar del fuego y agregar a la preparación que se había hecho en un principio con harina.

Con las manos bien enharinadas para trabajar mejor, mezclar en forma envolvente, tratando de que la masa tome la forma de un plato con un espesor entre los 2 y 3 cm.

En una fuente enmantecada previamente, se pone la masa y arriba se rocía con un poco de harina.

Llevar todo al horno aprox. a unos 150° durante media hora.

Retirarlo del horno y agregar azúcar glass y más canela a gusto.



## Panettone Milanese

“La Marietta es una cocinera capaz y tan buena y honesta que merece que yo dé su nombre a este dulce habiéndolo aprendido por usted.” Y termina la receta escribiendo “si hay, pasará bien verán que crece muy formando en la cima un rignonfio screpolato...”

## INGREDIENTES

70 g de levadura fresca  
5 g de azúcar  
20 g de harina  
50 ml de agua tibia  
6 huevos  
150 g de azúcar  
10 g de miel  
20 ml de coñac  
5 ml de agua de azahar  
5 g de canela  
2 g de nuez moscada  
2 g de jengibre en polvo  
1 kg de harina  
5 g de sal  
300 g de manteca pomada o blanda  
100 g de pasas de uva negra  
100 g de pasas de uva blanca  
100 g de nueces picadas  
100 g de almendras picadas  
200 g de cáscara de limón y naranja rallada  
100 g de gotas de chocolate

## PREPARACIÓN

Poner en un recipiente la levadura, el azúcar, harina y agua tibia. Mezclar bien todo y dejar tapado 10' aproximadamente.

Aparte, poner en otro recipiente los huevos, el azúcar, la miel, el coñac, el agua de azahar, la canela, la nuez moscada, el jengibre, mezclar estos ingredientes hasta unirlos.

Agregar la levadura fermentada e ir incorporando de a poco la harina cernida con la sal, intercalando con trozos de manteca, batiendo con pala de madera hasta que se incorpore bien, continuar así hasta terminar con la harina y la manteca.

Si para formar la masa es necesario más líquido, agregar agua tibia, siempre en pequeñas cantidades para no pasarnos de líquido. Amasar hasta que la preparación se encuentre sedosa y que no se pegue en la mesa.

Colocarla en un bowl ligeramente enmantecado o enharinado, cubrirla con papel film o nailon y dejarla reposar para que se relaje bien en un lugar cálido y lejos de corrientes de aire, hasta que duplique su tamaño, alrededor de 30 minutos. El tiempo de levado varía de acuerdo a la temperatura ambiente del lugar.

Una vez levada retirarla del bowl, mezclar con toda la fruta y dejarlos en reposo nuevamente hasta que leven.

Pintarlos con huevo batido y llevarlos a un horno moderado durante 50 o 60 minutos o hasta que al pincharlo con una aguja de tejer fina, ésta salga seca.

Retirar, enfriar sobre rejilla y abrillantar con jalea o con almíbar.



## Ricciarelli

“Deliciosas galletas a base de almendras, con las que Ricciardetto había informado a su vuelta de las Cruzadas...”



## INGREDIENTES

80 g harina  
1g de bicarbonato de sodio  
50 g de cáscara de naranja rallada  
1 clara de huevo  
30 g de azúcar avainillado  
400 g almendras peladas  
330 g Azúcar

### Almíbar

120 ml agua  
75 g de azúcar

### Varios

Azúcar impalpable, la cantidad necesaria  
Hostia - 2 Láminas

## PREPARACIÓN

Procesar 300 gramos de azúcar con la cáscara de naranja brillantada, 50 gramos de harina y las almendras hasta reducir a polvo.

Fuera de la procesadora integrar el resto de harina y azúcar.

Pasar a un bowl, cubrir con un lienzo húmedo y dejar reposar durante 8 horas.

Batir la clara a punto de nieve con el azúcar avainillado y el bicarbonato, reservar.

En una cacerola preparar un almíbar a punto bola con el agua y el azúcar, verter sobre la mezcla de almendras, y unir los ingredientes.

Integrar la clara con movimientos suaves.

Estirar la masa con palote hasta obtener una lámina de ½ cm de espesor. Cortar con un molde en forma de lágrima.

Sobre una placa siliconada disponga las hostias cortadas previamente en forma de lagrima, y colocar encima de cada uno, la mezcla de la galleta.

Espolvorear con abundante azúcar impalpable y llevar a cocción en horno precalentado a 160° C durante 15 minutos.



## Struffoli

“Pequeñas frituras de pasta suave y ligera que tienen que ser pequeñas porque así aumenta la superficie de pasta que entra en contacto con la miel...”

## INGREDIENTES

4 claras de huevo  
550 g de harina de trigo  
200 g de yemas de huevo  
5 g de sal  
200 ml de aceite extra virgen de oliva  
25 ml de licor de anís  
50 g de azúcar  
120 g de almendras fileteadas y tostadas  
80 g de frutas confitadas finamente picadas

### Para el almíbar

400 ml de jugo de naranja  
200 g de miel  
30 g de corteza de naranja en juliana  
50 g de grajeas

## PREPARACIÓN

Batir las claras de huevo hasta que formen picos suaves. Colocar la harina en un recipiente, añadir de a poco las yemas de huevo, la sal, el aceite de oliva, el licor de anís y el azúcar. Incorporar suavemente las claras de huevo batidas con una cuchara de madera.

Mezclar muy bien todos los ingredientes con la cuchara de madera y si es necesario con las manos. La mezcla debe ser suave y elástica. Si está demasiado seca, añadir más licor, y si está demasiado húmeda, añadir más harina.

Cortar en trozos del tamaño de garbanzos y forma pequeñas esferas. Calentar el aceite restante, freír los trozos de masa hasta que estén dorados. Retirar con una espumadera y secar con toallas de papel; espolvorear con las almendras fileteadas y las frutas confitadas.

Calentar el jugo de naranja en una cacerola, agregar la miel y seguir cocinando esta preparación. Luego incorporar la cáscara de naranja en juliana. Vertir la salsa sobre cada porción y las chispas de colores.

Servir con la miel al gusto.







**China**





# Niangao

“Conocido también como Pastel de Arroz Glutinoso.”



## INGREDIENTES

300 g de harina de arroz  
80 g de anko  
30 g de semillas de sésamo  
50 g de azúcar blanca  
100 ml de agua

## PREPARACIÓN

Dividir la pasta de anko en 20 porciones.

A continuación disolver en un bowl el azúcar en el agua y colocar la harina de arroz amasar hasta que posea una consistencia adecuada.

Dividir la masa en 20 porciones y a cada una de ellas rellenar con la pasta de anko y darles una forma esférica, cubrir con sésamo.

Finalmente freír las esferas hasta que estén doradas y floten en la superficie, pasarlas por papel absorbente y servir.





**Argentina**





## Alfajores Santafesinos

“Los alfajores fueron un regalo de los conventos españoles que se instalaron en América Latina...”



## INGREDIENTES

### Baño cobertura:

2 claras de huevo  
400 g de azúcar  
200 ml agua

### Masa:

400 g de harina  
4 yemas  
80 g de Grasa bovina  
150 ml agua  
1 g de sal

### Relleno:

300 g dulce de leche

## PREPARACIÓN

Primero derretir la grasa y dejar enfriar.

En un bowl mezclar la harina con sal, las yemas, el agua y la grasa hasta obtener una masa ligeramente húmeda. Amasar el bollo y dejar reposar durante 20 a 30 minutos.

Estirar la masa en la mesada enharinada con un palote, pinchar toda la superficie con un tenedor y cortar discos del diámetro deseado. Cocinar los discos de masa en horno fuerte durante 10 minutos.

### Baño de cobertura

En una sartén realizar un almíbar con el agua y el azúcar. Retirar del fuego y dejar enfriar.

Incorporar las claras y mezclar hasta integrar.

### Armado

Colocar una cucharada de dulce de leche en el centro de un disco de masa y tapar con otro disco. Pincelar la superficie con el baño de cobertura







**México**





## Buñuelos de Canasta

“Se debe consumir a los buñuelos de navidad cubiertos con miel de piloncillo, así serán un deleite para el paladar...”



## INGREDIENTES

80 g de cáscaras de tomate verde  
2 huevos  
700 g de harina  
40 g de azúcar  
50 g de manteca  
300 ml de piloncillo  
500 ml de aceite para freír

## PREPARACIÓN

Hervir una taza de agua con las cáscaras de tomate y el anís. Retira del fuego, enfriar y tamizar cuela.

Cernir la harina y formar una fuente, poner en el centro azúcar, huevo y manteca. Mezclar todo y agrega poco a poco el agua donde hirvieron las cáscaras de tomate y el anís.

Amasar bien y golpea un poco la masa hasta que se formen burbujas de aire por dentro. Cuando la masa esté lista cubrir con una servilleta o trapo, dejar reposar durante 2 horas.

Enharinar el rodillo y la masa. Con la mano formando bolitas, estirar un poco con el rodillo. Termina de formar el buñuelo sobre una superficie esférica (puede ser con un rodillo cubierto con una servilleta).

Finalmente freir los buñuelos en aceite caliente hasta que se doren.

### Miel de piloncillo:

Poner a hervir el piloncillo en agua, anís, una rajita de canela y una cáscara de tejocote (fruto mexicano semejante a una pequeña manzana, fruta de sabor agridulce, muy aromático, de color amarillo o anaranjado), dejar hervir hasta que espese, retirar del fuego y deja enfriar.

Servir los buñuelos con la miel.



## Capirotada de Navidad

“Postre tradicional mexicano perfecto para elaborarlo en la época de Navidad...”



## INGREDIENTES

250 g de pan blanco  
250 ml de piloncillo (panela)  
100 ml agua  
100 g de queso rallado  
50 g Mantequilla  
1 raja de canela  
Nueces, pasas, cacahuates al gusto

## PREPARACIÓN

Rebanar el pan y dorar en mantequilla.

En una olla colocar el agua, el piloncillo y la canela hasta que se forme un almíbar.

En un molde refractario colocar el pan, la miel, el queso, las nueces, las pasas y los cacahuates, realizar varias capas.

Finalmente colocar en el horno a temperatura moderada o hasta que el queso este derretido.







# Japón







# Mochi

“El Mochitsuki es la ceremonia tradicional de moler el arroz para convertirlo en mochi...”



## INGREDIENTES

1000 g Harina de arroz glutinoso  
500 g Agua  
50 g azúcar

## PREPARACIÓN

### Mochitsuki:

1. El arroz glutinoso pulido se remoja durante la noche y se cocina.
2. El arroz mojado se muele con mazos de madera (kine) en un mortero (usu). Dos personas alternan el trabajo, una moliendo y la otra volteando y mojando el mochi.
3. La masa pegajosa se moldea en varias formas (normalmente en esferas o cubos).

### Mochi:

Colocar el agua y el azúcar en un bowl y mezclar bien.

Añadir la harina de arroz y continuar mezclando.

Poner la mezcla en un microondas y calentar durante 2 minutos, tapado con papel film.

Sacar y remover. Calentar dos minutos más.

Al retirar del microondas remover rápidamente.

Colocar un poco de almidón de arroz en una superficie plana y espolvorear las manos con lo mismo.

Sacar la masa caliente del bol con las manos. Con cuidado. Dejar enfriar un poco y amasar bien añadiendo más almidón si hace falta.



## Pasta de Anko, Alubia Roja o Azuki

“...muchos de los postres japoneses llevan pasta de anko es debido a que se cree que el color rojo protege de los malos espíritus...”





## INGREDIENTES

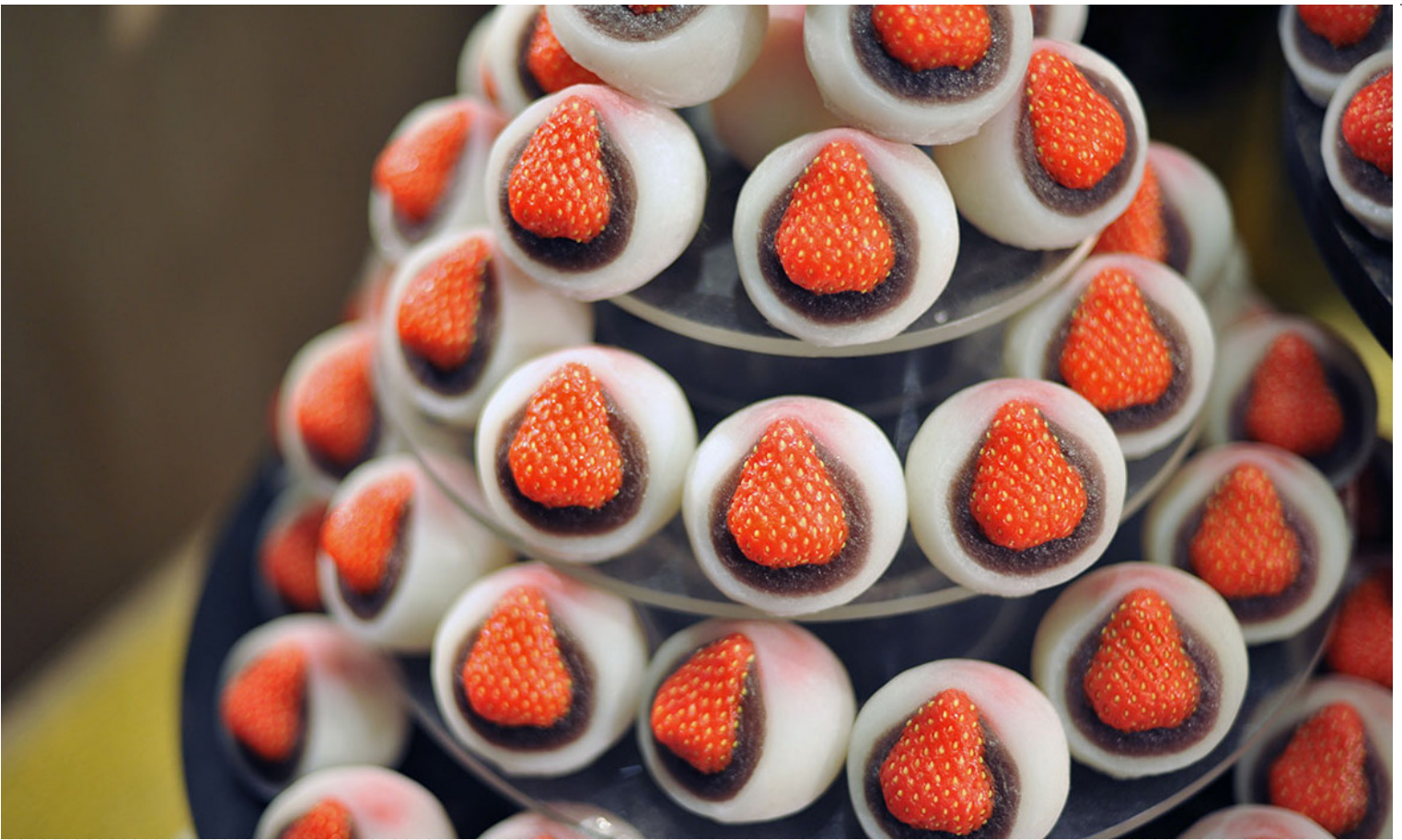
230 g de judías rojas  
200 gr de azúcar  
1g de sal  
500 ml de agua

## PREPARACIÓN

Remojar las judías durante la noche anterior al día en que se cocinarán, esto facilitará el proceso de ablandado.

Colocar todos los ingredientes en una cacerola a fuego medio por 60 minutos aproximadamente, hasta que se obtenga la consistencia adecuada.





## Daifuku

“Es un dulce que se lo consume en símbolo de buena suerte...”





## INGREDIENTES

200 gr de mochi  
80 gr de anko  
c/n Azúcar glas

## PREPARACIÓN

Para comenzar se deberá realizar pequeños círculos con la masa y colocar un bolita de anko, y cerrar la bolita con su respectivo relleno.

Colocar en una cacerola agua y una vez que hierva poner los daifuku suavemente en la olla.

Cuando estén listos es decir cuando floten, los escurrimos y finalmente se los cubre con almidón, azúcar glass o cocoa en polvo.

### Nota:

Para realizar los ichigo daifuku colocamos una fresa entera en lugar de la pasta de anko.





# Kagami Mochi

“El cítrico simboliza la continuidad de las generaciones, la familia, y larga vida, y los mochi la transición del año viejo al nuevo...”





## INGREDIENTES

500 g de Mochi  
1 daidai o una mandarina  
1 alga kombu

## PREPARACIÓN

Realizar dos bollos de mochi, uno más grande que el otro y cocerlos a vapor, una vez que estén listos, colocarlos el más pequeño encima del más grande y finalmente coronarlos con una mandarina, se lo puede colocar encima de un alga kombu y decorarlo con hojas y flores.







## Hanabiramochi

“Es un dulce que se lo consume en símbolo de buena suerte...”





## INGREDIENTES

200 g de mochi  
50 g de azuqui  
c/n Raíces de bardana

## PREPARACIÓN

Realizar pequeñas esferas de mochi y aplanarlas con un rodillo hasta que se pueda ver a través de cada círculo.

Colocar una bolita de azuqui mas una pequeña tira de bardana y doblarla por la mitad.

Si se desea se puede pintar a manera de decoración una pequeña flor con colorantes vegetales.





# Kurikinton

“Por su color amarillo simboliza fortuna y éxito en los negocios...”





## INGREDIENTES

450 g de patatas (peladas y cortadas)  
100 g castañas en almíbar  
125 g de azúcar  
5 ml de mirin (vino de arroz dulce)

## PREPARACIÓN

En una cazuela profunda llenar de agua, colocar las patatas y llevarlas a ebullición. Bajar a fuego medio y cocer a fuego lento hasta que la patata se ablande, escurrir.

Triturar la patata y tamizarla, añadir el azúcar, mirin, almíbar de las castañas y mezclar bien.

Cocinar todo a fuego lento removiendo hasta que esté listo, añadir las castañas.





# Kusamochi

“Simboliza la fertilidad...”





## INGREDIENTES

100 g de mochi  
20 g de extracto de artemisa  
40 g de anko

## PREPARACIÓN

Colocar el extracto de artemisa en la masa de mochi y amasar. Realizar esferas con la masa y con el dedo pulgar realizar un hoyo en el que se deberá colocar el anko, cerrar el orificio y dar forma redondeada.





## O-shiruko o Zenzai

“La letra “O” al comienzo de una palabra japonesa es honorífica, y con esto se puede saber que se trata de algo importante...”





## INGREDIENTES

8 pequeños pastelitos mochi de arroz  
450 g de anko  
300 ml de agua

## PREPARACIÓN

Mezclar el anko con el agua en un pote y cuécelo a fuego lento. Apagar el fuego justo antes de que hierva.

Asar a la parrilla o en el horno el mochi hasta que se ablande.

Colocar los mochi en tazas de sopa individuales y verter la sopa caliente de anko sobre los mochi.









**Francia**





## Bûche de Noël

“Este postre nace a partir de una antigua tradición en la que en noche buena familias enteras se reunían delante de la chimenea en la cual se colocaba un gran leño hermosamente decorado con cintas, hojas y flores, el cual era bendecido...”



## INGREDIENTES

### Para el bizcochuelo:

4 huevos  
100 g de harina  
100 g de azúcar  
2 g de vainilla

### Para el relleno de chocolate:

150 g de chocolate negro  
200 g de nueces  
15 ml de crema de leche

### Para el sirope:

50 ml de zumo de maracuyá  
30 ml de agua  
40 g de azúcar

## PREPARACIÓN

### Para el bizcochuelo:

Precalentar el horno a 210 grados centígrados. A continuación separar las claras y las yemas de los huevos.

En un bowl colocar las yemas junto con el azúcar y batir hasta que las yemas tomen un color pálido, a continuación poner la harina previamente tamizada, la vainilla y terminar incorporando en movimientos envolventes las claras a punto de nieve.

Finalmente colocar en una placa cubierta de papel sulfurizado y llevar al horno por 10 minutos. Una vez que esté listo lo retirar de la placa, enrollar y colocar en el refrigerador al menos por una hora

### Para el sirope:

Poner todos los ingredientes en una cacerola a fuego alto y dejar que la preparación llegue a 100 grados centígrados, retirar del fuego

### Para el relleno de chocolate:

Derretir el chocolate a baño maría, una vez que esté listo colocar las nueces y finalmente la crema, revolver.

### Para el armado:

Colocar la plancha de bizcochuelo sobre la mesa de trabajo, con una brocha colocar el sirope de maracuyá y finalmente el relleno de chocolate, enrollar el bizcochuelo y cubrir con papel film, dejar en la refrigeradora por al menos 8 horas. Retirar el papel film y decorar con polvo de cacao, suspiros, lascas de chocolate.



## Les Treize Desserts

“Simboliza a Jesús de Nazaret con los 12 apóstoles, es por esto que son trece variedades...”

## INGREDIENTES

### Para los 4 mendigos:

250 g Pasas  
250 g Nueces  
250 g Higos  
250 g Almendras

### Frutas frescas:

1 kg Clamentinas  
1 kg Uvas  
1 kg Naranjas  
1 kg Melón "Verdau"

### Pasteles (masas):

Bomba de aceite o fougasse  
Galletas

### Dulces:

Mazapanes  
Nougat blanca (suave)  
Nougat negra (dura)

## PREPARACIÓN

Servir en bandejas, los cuatro mendigos, las frutas, las masas y los pasteles.

Mazapán (véase receta de Pastel de Gloria pág. 41)

Nougat blanca (véase receta de Turrón de Jijona pág. 51)

Nougat negra (véase receta de Turrón de Alicante pág. 49)



# Fougasse

“En la antigua Roma, el panis focacius era un pan plano cocido en las cenizas del hogar...”



## INGREDIENTES

1 kg de harina  
60 g de aceite de oliva  
10 g de levadura  
6 lt de agua  
22 g de sal

## PREPARACIÓN

Desmenuzar la levadura en las harinas y poner en el bowl de la batidora.

Añadir el aceite e ir incorporando poco a poco el agua, hasta que la masa se despegue de las paredes y se pegue al gancho amasador. Entonces añadir la sal y amasar a velocidad baja, hasta que la masa esté suave y elástica.

Dejar reposar la masa durante 1 hora o hasta que doble el tamaño cubierta con un trapo o film de cocina.

Desgasificar la masa y cortar la masa en dos con un cuchillo afilado. Espolvorear las bandejas de hornear con semolina o harina. Echar la masa sobre la mesa espolvoreada ligeramente con harina.

Estirar la masa y darle forma de rectángulo, de aproximadamente el mismo tamaño que la bandeja de hornear. Pasar esta masa a la bandeja (si vemos que la masa se contrae, dejar reposar unos minutos).

Hacer un corte central a la masa, así como unos cortes laterales. Suavemente abrir estos cortes hasta conseguir una forma oval. Tapar la masa con un paño de cocina y dejar fermentar hasta que doble el tamaño.

Hornear hasta que esté dorado y suene a hueco cuando lo golpeemos con los nudillos, Dejar enfriar sobre una rejilla. Guardar envuelta el papel de aluminio a temperatura ambiente durante 1 día o congelar hasta dos semanas. Recalentar a 190° durante 10 minutos.







**Ecuador**





## Pristiños

“El pristiño o también conocido como prestiño posiblemente sea la adaptación al buñuelo...”



## INGREDIENTES

250 g de harina  
5g de polvo de hornear  
2 g de sal  
40 g de mantequilla  
1 g de limón  
40 d agua  
5 aguardiente anisado  
1 lt de aceite

### Para la miel de panela:

250 g de panela  
100 ml de agua  
1 g de canela  
1 g de anís  
1 g de pimienta dulce  
1 g de clavo de olor  
3 g de flores de azahar  
1 ml de limón

## PREPARACIÓN

Mezclar la harina, la sal y el polvo de hornear. Añadir la mantequilla, el jugo de limón, el aguardiente anisado y el agua suficiente para obtener una masa suave.

Amasar hasta que este elástica, tapar con un mantel y dejar reposar por una hora.

Formar bolas y colocarlas sobre una mesa enharinada para formar un ovalo haciéndole tres cortes

Freír en aceite caliente, cuando este dorados, escurrir y colocarlos sobre papel absorbente.

### Para la miel:

Realizar una infusión con la canela, clavo de olor, anís, pimienta dulce y la flor de azar.

Una vez que el agua este aromatizada cernir, colocar en una olla la infusión junto con la panela a fuego medio hasta que esté a punto.

Servir los pristiños bañados con la miel.



# Fuentes

## **Alfajores de Medina Sidonia**

**España**

(2010). Mundo recetas. Alfajores de medina sidonia. Descargado el 6 de Noviembre de 2012, de <http://www.mundorecetas.com/foro/showthread.php/245699-Alfajores-de-Medina-Sidonia>

## **Alfajores Santafesinos**

**Argentina**

Calabrese, G. (2011). Alfajores santafesinos. Descargado el 21 de Mayo del 2013, de <http://elgourmet.com/receta/alfajores-santafesinos>

## **Arequipe**

**Colombia**

Carrasco, L. – Patiño, M. La gran repostería paso a paso. Primera edición. Barcelona: Edit. Océano.

## **Arroz con Leche**

**Colombia**

Arroz con leche. (s.f). recuperado el 4 de mayo del 2013, de <http://www.pequerecetas.com/recetas-de-postres-para-ninos/arroz-con-leche-recetas-cocina/>

## **Bisciola**

**Italia**

Editrice Quadratum, (2010), Bisciola, descargado el 4 de abril del 2012, de <http://backend.lacucinaitaliana.it/default.aspx?idpage=889&idricetta=20711>

## **Brevas con Arequipe y Queso**

**Colombia**

Dulce de brevas con queso y arequipe. (s.f.). Recuperado el 4 de Mayo del 2013, de <http://www.recetasfacilescaseras.com/receta-dulce-de-brevas-con-queso-y-arequipe/>

## **Bûche de Noël**

**Francia**

(2010). La bûche 2010. Cuisine et vins, (137), pag 73.



**Buñuelo Antioqueño**  
Colombia

Puntorieri, C. (2012). Buñuelos Antioqueños - Recetas Tradicionales Colombianas descargado el 3 de febrero del 2013, de <http://www.platoslatinos.net/2012/11/bunuelos-antioquenos-recetas.html>

**Buñuelos Cubanos de Navidad**  
Cuba

Buñuelos de yuca.(s.f). recuperado el 4 de Abril del 2013 de <http://cocinadelmundo.com/recetaa-Bu%F1uelos-de-yuca-2>

**Buñuelos de Canasta**  
México

Receta de buñuelos en canasta navideña. (s.f.). recuperado el 23 de Abril del 2012 de <http://www.sitesmexico.com/notas/2009/diciembre/receta-buenuelo-canasta-navidena.htm>

**Capirotada de Navidad**  
México

Rotger, P. Postres y dulces mexicanos. Castell S:A:

**Daifuku**  
Japón

[Imagen de daifuku] recuperado de <http://www.makitake.es/shop/postres/daifuku/>.

**Desamargado o Navidad**  
Colombia

Desamargado o Navidad. (2007). Recuperado el 26 de Agosto del 2012, de <http://www.mundopostres.com/desamargado-oe-navidad/>

**Dulce de Lechosa**  
Venezuela

Dulce de lechosa navideño. (s.f.). Recuperado el 3 de junio del 2013, de <http://www.miss-recetas.org/recetas/show/38173-dulce-de-lechosa-navideno>

**Duraznos con Crema**  
Chile

Florencia, P. (2009). Tradicionales duraznos en almíbar. Descargado el 4 Abril del 2013, de <http://www.elgranchef.com/2009/02/04/tradicionales-duraznos-en-almibar>.





**El Panforte Margarita**  
Italia

(2011). Vive Toscana. Panforte. Descargado el 15 de Enero del 2013  
<http://www.vivetoscana.com/las-recetas-de-laa-nonna-toscana-3%C2%BA-parte-el-panforte/>

**Fougasse**  
Francia

Margali. (2009). Pan de Provenza o fougasse. Consultado el 10 de Mayo del 2013, de  
<http://www.cocinaya.com/recetas/2009/06/pan-provenza-o-fougasse>

**Hanabiramochi**  
Japón

[imagedeHanabiramochi]. Recuperado de <http://www5f.biglobe.ne.jp/~Lupinus/nikki/nikki-07.1.html>

**Kagami Mochi**  
Japón

[Imagen de kagamimochi] recuperado de <http://muzaa-chan.net/japan/index.php/blog/traditional--japanese-new-year-decoration-kagamimochi>

**Kurikinton**  
Japón

Kuri kinton pure de patatas y castaña. (s.f.) recuperado el 4 de Febrero del 2013 de <http://www.recetasjaponesas.com/2010/01/kurikinton-pure-de-patatas-y-castanas.html>

**Kusamochi**  
Japón

[imagen de kusamochi] recuperado de <http://www.iromegane.com/japan/botamochii-day-on-shunbun-no-hi/>

**Les Treize Desserts**  
Francia

[Imagen de los trece postres]. Recuperado de <http://www.le-beausset-enn-provence.com/provence-traditions--treize-desserts.html>

**Mochi**  
Japón

Mochi-pastelitos de arroz. (s.f.). Recuperado el 3 de Mayo del 2012, de <http://www.recetasjaponesas.com/2009/04/ingredientes-1-taza-harina-de-arroz.html>







**Mostaccioli**  
Italia

Di Lucia, D. butta la pasta, Ricetta di Mostaccioli. Descargado el 5 de Diciembre del 2012 de <http://www.buttalapasta.it/articolo/ricetta-mostaccioli--napoletani-dolce-natalizio-tipico/27545/>

**Natilla Colombiana**  
Colombia

Natilla (Colombia). (s.f.). recuperado el 30 de Marzo del 2012, de <http://www.colombia.com/gastronomia/asii-sabe-colombia/sdi140/16871/natilla>

**Niangao (Pastel de Arroz Glutinoso)**  
China

Huang,Su-Huei.(2003).Chinese Snacks. Decimo sexta.Edicion.Taiwan:Edit.Wei-Chuan.

**O-Shiruko o Zenzai**  
Japón

Oshicuro zenzai sopa dulce de mochi. (s.f.). recuperado el 3 de Marzo del 2013 de <http://www.recetasjaponesas.com/2010/01/oshi-ruko-zenzai-sopa-dulce-de-mochi.html>

**Pan de Cádiz**  
España

(2008). De la vista al paladar. Pan de cadiz. Descargado el 3 de Octubre del 2012, de <http://www.delavistaalpaladar.com/2008/11/com-o-se-hace-el-pan-de-cdiz.html>

**Pandoro de Verona**  
Italia

(2009). Mis recetas. Pandoro. Descargalo el 5 de Diciembre del 2012 de <http://www.miss-recetas.org/recetas/show/9150-pandoro>

**Panettone Marietta**  
Italia

Panettone Marietta.(s.f.). recuperado el 30 de Diciembre del 2012 de [http://www.cocinaitaliana.eu/ricettepag/POSTRES/panettone\\_marietta/Panettone%20de%20Marietta\\_receta%20de%20Artusi%20n%604\\_foto.ht](http://www.cocinaitaliana.eu/ricettepag/POSTRES/panettone_marietta/Panettone%20de%20Marietta_receta%20de%20Artusi%20n%604_foto.ht)

**Panettone Milanes**  
Italia

Zen, A. (2011). Solo postres. Panettone milanes. Descargado el 8 de Abril del 2012 de <http://www.solopostres.com/recetas-dee-postres/399/panettone-milanes.html>





**Pasta de Anko, Alubia Roja o Azuqui**  
Japón

[Imagen de anko] recuperado el 18 de Mayo del 2013, de  
<http://nipponario.abranera.com/?p=1274>

**Pastel de Gloria**  
España

(2011). Lola cocina. Pastel de gloria. Descargado el 17 de Agosto del 2012, de  
<http://www.lolacocina.com/2011/12/pasteless-de-gloria.html>

**Peladillas**  
España

Pérez, C. (2010). Natur cocina sana. Receta de peladillas. Descargado el 5 de Abril del 2013, de  
<http://www.naturcocinasana.net/recetas/peladillas-almendra-receta/>

**Polvorones**  
España

(2008). Gastronomía y cia. Polvorones. Descargada el 6 de julio del 2012, de  
<http://www.gastronomiaycia.com/2008/11/17/receta-de-polvorones/>

**Pristiños**  
Ecuador

Canal, L. echeverria, M. Cocina ecuatoriana tradicional. Pristiños. Guayaquil. Guayaquil: edit. Ineditec S:A.

**Pudding de Navidad**  
EEUU

(2009). Absolut Inglaterra, christmas pudding. El postre de navidad. Descargado el 14 de Enero del 2013, de  
<http://www.absolutinglaterra.com/christmass-pudding-el-postre-navideno/>.

**Ricciarelli**  
Italia

De Santis, D. el gourmet. Cocineros en juego. Receta de de ricciarelli. Descargado el 6 de Marzo del 2013 de  
<http://elgourmet.com/receta/ricciarelli>

**Sopa de Almendras**  
España

Sopa de almendras. (s.f). recuperado el 25 de noviembre del 2012, de  
[http://www.ciao.es/Navidad\\_\\_Opinion\\_1607938](http://www.ciao.es/Navidad__Opinion_1607938)





**Struffoli**  
Italia

Comidas típicas de navidad en Italia.(s.f.). recuperado el 30 de Enero del 2012 de <http://informe21.com/content/comidass-t%C3%ADpicas-de-navidad-en-italia>

**Torta de pastores**  
Colombia

Torta de pastores. (2007). Recuperado el 5 de julio del 2012, de <http://www.mundopostres.com/torta-dee-pastores/>

**Turrón de Alicante**  
España

(2008). Gastronomía y cia. Turrón de alicante. Descardo el 3 de Mayo del 2012 de <http://www.gastronomiaycia.com/2008/12/05/re-ceta-de-turron-de-almendra-duro/>

**Turrón de Jijóna**  
España

Rodas, A. (2011). Starmedia. Turrón de jijona. Descargado el 9 de Diciembre del 2012, de <http://mujer.starmedia.com/cocina/recetaa-turron-almendras-blando-o-jijona.html>





