RESIGNIFICACIÓN DEL CHILACUÁN

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA COMFACAUCA

Autor:
Andrés Lucero Martínez
Estudiante Tecnología Gestión Gastronómica

Juan Camilo Ramos
Asesor

INTRODUCCIÓN

A lo largo del tiempo, la gastronomía a nivel mundial ha pasado por distintos panoramas en lo que respecta a su crecimiento como ciencia y arte, puesto que, así como ha tenido tiempos de auge, ha tenido que superar tiempos críticos también, esto en cuanto a la innovación de sabores, técnicas, texturas, ingredientes o, de manera resumida, ideas para implementar a todas las recetas y platos ya conocidos Es así como nace el objeto de este proyecto, es decir, nace de la necesidad de idear nuevas alternativas o ideas que a fin de cuentas son las herramientas que permiten adaptar la actividad gastronómica a las necesidades humanas del contexto.

Aquí se presenta el caso del chilacuán, una fruta que hace aproximadamente 25 años incluso ni siquiera era recolectada, pues sus plantaciones eran abandonadas y sus frutos se podrían en el piso; al cabo de algunos años se popularizó un dulce hecho a base de este fruto calado, pero hasta ahí y no más, el chilacuán no se usó para muchas otras cosas, en parte por la costumbre de llevar las tradiciones y también por otro lado debido a la falta de experimentación; por tanto, a continuación se presenta un proyecto que tiene como fin traer dicho fruto a la cocina e intentar innovar en esta mediante el uso de sus ricas propiedades.

JUSTIFICACIÓN

Dentro de los países que se consideran como “desarrollados” las personas no habían tenido acceso a tanta diversidad de alimentos como hoy en día, esto debido al acelerado crecimiento de la globalización; en consecuencia, la variedad de los productos tanto primarios como transformados aumentó en grandes proporciones, lo cual implica también el desarrollo de la creatividad en el arte culinario. Es por esta razón, por la cuál es necesario realizar este tipo de proyectos, es decir, con el fin de aportarle a la gastronomía nuevas ideas que pueden salir desde lo más básico, Así, en este proyecto se hará énfasis en las características que hacen del chilacuán un fruto tan rico y de valor cultural; se pretende probar su versatilidad en la cocina y experimentar con él, a fin de experimentar las características, el posible uso y algunas recomendaciones al trabajar este producto.

OBJETIVOS

General

Desarrollar una cartilla de productos innovadores, a partir de un producto base, con el fin de poner a prueba los conocimientos adquiridos a lo largo de la tecnología en gestión gastronómica.

Específicos

-Investigar las características físico químicas, algunos de los usos y utilidades del chilacuán.

-Construir diferentes productos en base a un ingrediente, haciendo uso de diferentes técnicas de cocción y conocimientos adquiridos tanto dentro como fuera de la institución.

-Reconstruir el concepto del chilacuán, un producto de la región suroccidental de Colombia, el cual es usado como un elemento empleado en un almíbar, dando un nuevo significado a este, haciendo uso de este en varios productos y demostrando su versatilidad en diferentes áreas.

El Chilacuán

VASCONCELLEA PUBESCENS

Es un fruto originario del norte y centro de Sudamérica, siendo más común en Perú y Colombia. En el sur de Colombia se lo llama chilacuán, papayuela e higuillo. En otros países se lo conoce como papaya de montaña, en Ecuador se le denomina papaya de olor, chilhuacán, chamburu o chiglacón. En Bolivia se lo conoce como huanarpu hembra; en Chile, papaya; y en Perú, papaya arequipeña y Chilguacán.

Los frutos se caracterizan por tener cinco caras y ser de color amarillo-anaranjado. En zonas frías el nacimiento de los frutos se da de primavera a otoño, sin embargo, en zonas cálidas sucede durante todo el año. Su pulpa es muy jugosa, de color amarillo, dulce aroma afrutado y sabor ligeramente ácido.

El fruto contiene vitaminas, minerales y enzimas digestivas tal como la feijoa y la papaína. Esta última, es una enzima proteolítica que ayuda a la digestión de proteínas y ácidos grasos de la comida, además, en algunos países se emplea para la agroindustria, la industria textil y la farmacéutica; en algunos otros, se utiliza como cicatrizante y para el tratamiento de ulceras gástricas. La mayor parte de la papaína que se encuentra contenida en el chilacuán se concentra en el látex de los tallos, las hojas y los frutos con menor maduración. Además, este fruto, es una especie de alto valor genético que se emplea en el mejoramiento de papaya al incorporar genes resistentes a diferentes virus.

Propiedades Medicinales

VASCONCELLEA PUBESCENS

En cuanto al aspecto medicinal, el chilacuán posee diversas características puesto que este estimula la producción de jugos pancreáticos favoreciendo la digestión de comidas pesadas, reducción de grasas y desintoxicación natural. Previene problemas gastrointestinales, colitis y colon irritable. Efecto astringente intestinal aliviando problemas estomacales causadas por alimento con alto contenido de grasa.

Favorece la pérdida de peso debido al contenido de fibra. Propiedades antinflamatorias utilizada para el tratamiento de hematomas y edemas producidos por golpes y escoriaciones. Se recomienda para el alivio de afecciones bronquiales y de la piel, como eccemas, psoriasis y picaduras de insectos. Promueva la formación de dientes y huesos fuertes debido al aporte de calcio. Como fuente de b-caroteno contribuye en el mantenimiento de la salud visual. Efecto vermicida, ya que tiene la propiedad de destruir y facilitar la expulsión de lombrices y parásitos intestinales. Las semillas presentan alto contenido de ácido oleico -omega 9- el cual favorece la eliminación y acumulación de grasos en los vasos sanguíneos, mejorando la salud cardiovascular de las personas.

Mortiño

VACCINIUM MERIDIONALE

Mortiño, es un producto de la región de los andes, es conocido también con el nombre de Agraz o Guasca

Este posee un sabor bastante acido no es tan dulce, además posee un color purpura oscuro o vino tinto bastante oscuro pero llamativo. Antiguamente el consumo de este elemento era escaso y se limitaba a algunos productos como mermelada, jugos y el consumo directo.

Actualmente este alimento es usado en la gastronomía para diversos elementos además de los anteriormente mencionados, tales como helados, compotas, harinas y algunos productos de repostería, es considerado un alimento funcional muy importante, dado que posee un gran valor nutricional.

Chaquilulo

MACLEANIA RUPESTRIS

Mejor conocido como uva camarona o camarera, es nativa de Nicaragua, el norte del Perú y Colombia entre otros países. Su color al inicio es rosado, pero a medida que maduran se tornan de color verde claro o blanquecino, ya en su etapa más madura consumible son de color púrpura o negruzco. Este fruto se caracteriza por ser muy dulce en cuanto al sabor de su pulpa, sin embargo, su cáscara es muy amarga; al hablar de su olor se puede notar que este es dulce y agradable sin embargo puede pasar desapercibido ya que no es muy fuerte; su textura es áspera debido a la presencia de pelo en su cáscara, además, en su parte baja contiene una capa rugosa que se torna tiesa a mayor maduración.

Recetario

CHILACUÁN EN ALMIBAR

Ingredientes

- Chilacuán 500 gr
- Agua 1 lt
- Azúcar 300 gr
- Congona 1 rama
- Astillas de canela

Preparación

1. se pela el chilacuán, se trocea en tiras
2. en una olla se mezclan todos los ingredientes y se llevan a cocción a fuego medio
3. se espera a la reducción del azúcar hasta que forme un almíbar
4. se retira del fuego y se conserva para uso posterior

FLAN PARISIEN DE CHILACUÁN

Ingredientes

- Leche 300 Gr
- Azúcar 100 Gr
- Huevos 6 Und
- Crema de leche 100 Gr
- Fécula de maíz 50 Gr
- Mantequilla 60 Gr
- Chilacuan 220 Gr
- Gelatina sin sabor 5 Gr

Preparacion

Flan

1. -Se disponen en un bol 2 huevos enteros y 4 yemas, la fécula y el azúcar y se bate enérgicamente hasta llevarlos a un punto cremoso
2. -Aparte se en un perol se coloca la leche y la crema de leche mesclados y se dejan en el fuego hasta que rompan hervor
3. -Aparte se licua el chilacuán previamente preparado en almíbar, con un poco de crema de leche, leche. Se dispone en un perol y se lleva al fuego hasta que rompa hervor
4. Se agrega la leche y la crema en la mezcla con huevo temperando adecuadamente y después de esto se agrega la mezcla chilacuan.
5. Se coloca la mezcla en recipientes y se lleva a hornear en baño maría a una temperatura de 180°c por aproximadamente 40 minutos.

Masa

1. Se tamiza todos los ingredientes secos, la harina, azúcar pulverizada y una pizca de sal. Se mezcla suavemente
2. Se corta la mantequilla fría en pequeños cubos y se agrega sobre los secos, con ayuda de un Cornet o las manos se incorporan todos los ingredientes tratando de trabajar la masa la menor cantidad posible para evitar que se derrita la mantequilla
3. Agregar el huevo y mesclar suavemente hasta que todos los ingredientes estén bien incorporados, se cubre con papel film y se lleva a refrigeración por 30 minutos
4. Luego prepara un molde y se engrasa y enharina, se fonza el molde, se trincha la base de la masa y se procede a agregar peso para que esta no se levante. Se lleva al horno previamente calentado a 180°c por 30 minutos y se retira
5. Se monta el flan sobre la masa y se sirve.

HELADO DE CHILACUÁN

Ingredientes

- Leche 550 Gr
- Yemas 4 Und
- Azúcar 145 Gr
- Esencia de vainilla
- Guanábana 15 Gr
- Chilacuan 200 Gr
- Crema de leche 30 Gr

Preparación

1. -Se dispone 500 gr de leche en un perol a fuego medio
2. -En un bol aparte se mezclan las yermas, un poco de esencia y 125 gr de azúcar hasta que blanqueen
3. -Una vez rompa hervor la leche, se agrega a la mezcla temperando adecuadamente y se bate
4. -Luego se lleva otra vez al fuego y se revuelve constantemente hasta que la mezcla este prolija sin dejarla hervir
5. -Aparte se toma la guanábana y el chilacuán previamente preparado y se licuan por separado, agregando 15 gr de crema de leche y 10 gr de azúcar a cada una. Se agregan a la mezcla y se revuelve bien para incorporar adecuadamente los ingredientes.
6. -Una vez esté lista la mezcla se lleva en moldes o en otro recipiente para congelar

MOUSSE DE CHILACUÁN

Ingredientes

- Huevos 4 Und
- Azúcar 100 Gr
- Crema de leche 50 Gr
- Chilacuán en almíbar 250 Gr
- Zumo de limón 5 Gr
- Gelatina sin sabor 5 Gr

Preparación

1. -Se procesa o licua el chilacuan junto con 50 gr de crema de leche y se lleva a fuego hasta que llegue a punto fremir.
2. -Aparte se hidrata la gelatina en 25 gr de agua y se agrega a la mezcla de chilacuan
3. -En un bol se separan las yemas de las claras. Las claras de huevo se baten hasta que esponjen y se agrega el azúcar espolvoreando en todo el recipiente, y se sigue batiendo hasta que lleguen a punto de nieve
4. -Antes de mezclar todo, se agrega un poco del merengue a la mezcla de chilacuán y se revuelve, luego se agrega la mezcla de chilacuán al merengue poco a poco y de forma envolvente se hasta que se incorporen todos los ingredientes
5. Se dispone en los moldes y se lleva a refrigeración por aproximadamente 1 hora y media.

PANNA COTTA CON CRUMBLE DE MORTIÑO

Ingredientes

Panna cotta

- Crema de leche 230 gr
- Azúcar 260 Gr
- Gelatina sin sabor 7 Gr
- Esencia de vainilla c/n
- Agua 50 Gr
- Pulpa de chilacuán 10 Gr
- Clara de huevo 75 Gr

Crumble de mortiño

- Harina 157 Gr
- Azúcar 150 Gr
- Mantequilla 100 Gr
- Sal c/n
- Mortiño 170 Gr

Preparación

1. En un perol colocar la crema de leche, 110 gr azúcar y la vainilla. Se llevan a fuego hasta punto fremir
2. Aparte se hidrata la gelatina en 35 gr de agua, luego se agrega a la mezcla y se remueve para que quede homogéneo
3. Se dispone en moldes y se lleva a refrigerados por aproximadamente 2 horas o hasta que cuaje
4. Se separan las claras y se baten hasta que estén esponjoso en ese momento se agregan 100 gr de azúcar y se baten hasta antes del punto de nieve
5. Aparte se hace un almíbar tpt de 50gr de agua y azúcar al que luego se le adiciona el chilacuán
6. Se agrega el almíbar a las claras en forma de hilo y se sigue batiendo hasta que tenga una textura lisa y firme

Crumble

1. Se tamiza 150 gr de harina y se dispone en un bol con 75 gr de azúcar, se añade la mantequilla y se mezcla preferiblemente con la mano hasta que tenga la textura terrosa y se formen trozos
2. En otro bol se coloca el mortiño, el azúcar y la harina restantes. Se mezcla
3. Se enharina un molde, se coloca en la parte inferior el mortiño y sobre este se dispone la masa terrosa.
4. Se lleva al horno previamente precalentado previamente a 180°c y se hornea por aproximadamente 40 minutos o hasta que la masa dore perfectamente.
5. Para servir se coloca el crumble y sobre este la panna cotta y el merengue

MERENGUE ITALIANO CON GANACHE DE CHILACUÁN

Ingredientes

Merengue Italiano

- Zumo de limón 5 Ml
- Agua 60 Ml
- Colorante artificial c/n
- Clara de huevo 90 Gr
- Azúcar 180 Gr

Ganache de chilacuán

- Chocolate blanco 150 Gr
- Crema de leche 75 Gr
- Chilacuan 70 Gr
- Mantequilla 50 Gr

Preparacion

Merengue italiano

1. Se toma las claras, se agrega una pizca de sal y se bate hasta que estén esponjosas, en ese momento se agrega un poco de azúcar y se bate hasta que este en punto de nieve
2. Aparte se realiza el almíbar, el cual no se debe mezclar ni revolver cuando se este preparando, se deja llegar a los 117°c y se retira del fuego

3. Se agrega el almíbar todavía caliente en forma de hilo a las claras batidas y se sigue batiendo fuertemente hasta que tomen una textura mucho mas compacta y lisa, conservando sus picos y su consistencia.
4. Se lleva al molde, cubriendo las paredes para que este quede hueco. y se hornea a 120°c por aproximadamente 1 hora, una vez cumplido el tiempo, se apaga el horno y se dejan adentro hasta que este enfríe.

Ganache de chilacuán

1. Se corta el chocolate blanco en cubos
2. -Se procesa el chilacuán previamente cocinado y se lleva a fuego hasta que rompa hervor
3. Se lleva a punto de ebullición la crema de leche y se agrega al chocolate troceado
4. Se revuelve firmemente hasta que empiece a tomar una textura lisa y se agrega la mantequilla
5. Se adiciona el chilacuán y se mezcla hasta incorporarlo adecuadamente
6. Finalmente se rellena con la ganache en los merengues horneados y se montan.

SALMÓN ALBARDADO

Ingredientes

- Salmon200 Gr
- Tocineta 5 laminas
- Mantequilla25 Gr
- Mortiño30Gr
- Chaquilulo30Gr
- Azúcar 40Gr
- Chilacuan 100Gr
- Romero c/n
- Tomillo c/n
- Brandy c/n

Preparación

- En un bol se marina el salmón con aceite, sal, ajo y un poco de pimienta
- Se prepara un coulis con el chilacuan
- Se licua el mortiño y el chaquilulo, se llevan a fuego en un sartén junto con el azúcar y se mezcla, luego se agrega una rama de romero y de tomillo. Se deglasea sabores con un chorro de brandy y finalmente se agrega un poco de mantequilla para darle brillo a la salsa.
- Se toma la pieza de salmón y se lo recubre con la tocineta
- En un sartén se coloca la mantequilla y una vez derretida y a fuego alto se coloca el trozo albardado de salmón, sellando la tocineta adecuadamente por cada lado, luego se realiza la cocción en fuego medio o bajo. Con la grasa que va botando la tocineta se cucharea para bañar nuevamente la pieza de salmón hasta que este cocido totalmente
- -Se sirve el salmón junto con las salsas.

SELVA NEGRA

Ingredientes

Bizcocho

- Claras de huevo 150 Gr
- Azúcar 140 Gr
- Yemas de huevo 100 Gr
- Harina 100 Gr
- Cacao en polvo 25 Gr
- Mantequilla 50 Gr

Crema pastelera de chilacuan

- Huevos 2 Und
- Leche 300 Ml
- Azúcar 100Gr
- Fécula de maíz 15Gr
- Chilacuan 200Gr

Preparación

Bizcocho

1. Se baten las claras, una vez esponjen y se agrega 90 gr de azúcar luego se sigue batiendo hasta que llegue a punto nieve
2. Aparte se creman las yemas de huevo con 50 gr de azúcar y la mantequilla derretida
3. Se agregan los secos tamizados a las yemas y luego esta mezcla se agrega de forma envolvente a las claras batidas para evitar que pierda textura
4. Se dispone en un molde enharinado y se lleva al horno a 180°C por aproximadamente 30 minutos

Crema pastelera de Chilacuán

1. Se lleva la leche a fuego en un perol sin que rompa hervor
2. En otro bol se coloca las yemas y el azúcar y la fécula y se baten hasta que blanqueen
3. Se procesa el Chilacuán y se lo agrega a la mezcla de huevo
4. Luego se agrega atempera la mezcla con la leche, finalmente agregarla al perol y cocinar hasta que tenga textura cremosa

TRIFLE

Ingredientes

- **G**alleta de leche 100 Gr
- Mantequilla 25 Gr
- Chilacuan 50 Gr
- Mortiño 30 Gr
- Azúcar 10 Gr
- Crema chantilly 100 Gr

Crema inglesa

- Azúcar 50 Gr
- Leche 250 Ml
- Yemas 3 Und
- Esencia de vainilla c/n

Preparación

1. Se trituran las galletas de leche
2. Aparte se mezcla la mantequilla derretida con el azúcar y se agrega a las galletas trituradas y se extiende dándole forma de pequeñas galletas circulares
3. Se limpia adecuadamente el mortiño
4. Se pela el chilacuán, se corta en tiras gruesas y se cocina en agua con azúcar

Crema inglesa

1. Se lleva a hervir la leche y la esencia de vainilla
2. Se blanquean las yemas junto con el azúcar
3. Una vez rompa hervor la leche se tempera las yemas y luego se agrega completamente. Acabar la cocción en baño maría hasta que tenga una textura de crema
4. se sirve alternando capas entre crema galleta y las frutas.

SOUFFLÉ

Ingredientes

- Chilacuan 250 Gr
- Agua 500 Ml
- Azúcar 250 Gr
- Canela c/n
- Huevos 5 Und

Preparación

1. -Se cocina el chilacuán con 150 gr de azúcar
2. -Una vez cocido, se lleva a la licuadora y se licua hasta que queda similar a un puré
3. -Se agrega el puré de chilacuán a las yemas hasta que se incorpore totalmente
4. -Se llevan las claras a punto de nieve y se agregan a la mezcla en forma envolvente
5. -Se enmantequilla el molde y se dispone la mezcla sobre este
6. Se lleva a hornear a 180°c durante 25 minutos aproximadamente.

CHEESECAKE

Ingredientes

- Chilacuan 250 Gr
- Queso crema 220 Gr
- Mantequilla 100 Gr
- Crema de leche 100 Gr
- Leche condensada 80 Gr
- Gelatina sin sabor 5 Gr
- Galleta de leche 120 Gr

Preparación

1. Se tritura la galleta de leche finamente, se derrite la mantequilla y se agrega, se mezcla hasta que quede compacto, se lleva al congelador
2. Se procesa el chilacuán junto con la leche condensada
3. Se hidrata la gelatina en 25 gr de agua caliente
4. En un bol se dispone el queso crema se bate hasta que tenga una textura más cremosa, se agrega la mezcla de chilacuán y la gelatina activada. Se revuelve hasta que estén incorporados
5. Aparte montar la crema y luego agregar a la mezcla anterior
6. Verter esta mezcla en el molde que estaba en el congelador y llevar a refrigeración por aproximadamente 2 horas o hasta que tenga una consistencia adecuada.

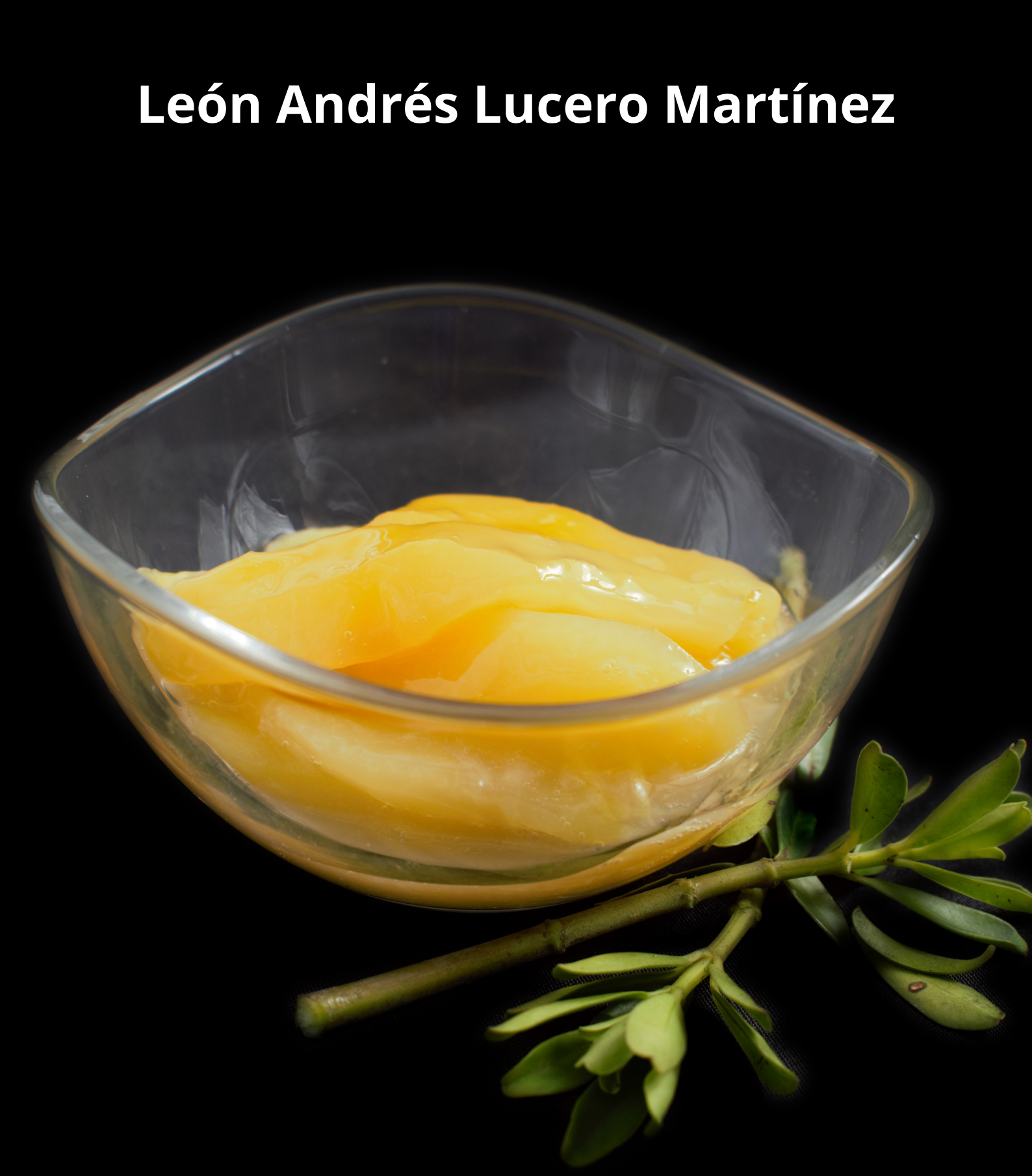
Conclusiones

Tras probar con el chilacuán junto a las técnicas nombradas y expuestas durante todo el proyecto, se pudieron evidenciar algunos aspectos que son fundamentales y se deben tener en cuenta para trabajar este ingrediente. En primera medida, el chilacuán, es un fruto que no se caracteriza por tener un sabor fuerte, es decir, es necesario incrementar la cantidad de este para lograr obtener buenos resultados al implementarlo a las técnicas. Algo importante que se experimentó en este punto es que, para potenciar el sabor de este fruto, se debe usar sus semillas, ya que al cocinarlas junto a su pulpa se obtiene una mejor percepción de su sabor final.

Se destaca de este ingrediente, su versatilidad para ser incluido tanto en platos dulces como salados, ya que en ambos se desempeña de excelente manera, además su sabor es muy característico ya que contiene al mismo tiempo el dulce en el que se basa su principal conocido hasta ahora y la acidez. También se debe tener en cuenta que, el chilacuan debe manipularse con cuidado ya que el manejo de este puede provocar irritación en la piel debido a su alta acidez.

Se recomienda profundizar más en la investigación y experimentación de este fruto y su introducción tanto en la cocina tradicional como también en las nuevas recetas que se den, ya que en el presente documento este ingrediente generó buenos resultados que lo hacen un gran candidato para la gastronomía.

León Andrés Lucero Martínez



Unicomfacauca
Corporación Universitaria Comfacauca