



PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

Unidad Académica de Formación Técnica y Tecnológica – PUCE TEC

**DESARROLLO DE MENÚ DEGUSTACIÓN EN BASE A LA INVESTIGACIÓN
INTEGRAL DE LOS PECES EPINEPHELUS QUINQUEFASCIATUS
(MERO) Y SCOMBEROMORUS (SIERRA).**

**Proyecto de titulación previo a la obtención del título de: Tecnóloga Superior en
Gestión Culinaria**

Autor: Keyla Kristel Cedeño Bravo

Tutor:

Rodrigo Francisco Samaniego Gancino

Quito, Ecuador

2026

Dedicatoria

Esta tesis es el testimonio de mi gratitud hacia aquellos que, a pesar de las distancias y las ausencias, han sido el motor de mi constancia y la razón detrás de cada noche de esfuerzo en la cocina.

Para empezar, este trabajo y título va dedicado a mi abuelita Marianita quien me heredo sus saberes ancestrales en la gastronomía, a mis padres Lorena y Wellington quienes me apoyaron mi formación de forma económica, por ser el pilar en mi vida y los arquitectos de mis sueños. A mis hermanos Miguel y Domenica, por su compañía en este proceso.

De manera muy especial, dedico este trabajo a la memoria de Emilia y Eduardo, quienes desde la eternidad siguen siendo mi luz y mi guía. Aunque sus ausencias físicas me dejaron un vacío inmenso, su ejemplo de lucha y sus palabras resuenan en cada página de este logro. Este título es tanto de ustedes como mío, espero que, donde quiera que estén, se sientan orgullosos de este paso que hoy doy.

A mis amigos más cercanos y Sebastián de manera especial por siempre estar para mi y ayudarme en todo este proceso.

Tabla de contenidos

Dedicatoria.....	2
Lista de tablas.....	4
Lista de figuras.....	4
Capítulo I.....	9
<i>Marco Conceptual: Estudio integral de las especies marinas locales: propiedades y versatilidad.</i>	9
Capítulo II.....	18
<i>Evaluación de las especies en el ámbito culinario.</i>	18
<i>Capítulo III</i>	22
<i>Propuesta culinaria innovadora promoviendo el uso de especies marianas locales.</i>	22
Conclusiones	26
Referencias bibliográficas:	27
<i>Anexos 1:</i>	28
<i>Anexos 2:</i>	28

Lista de tablas

Tabla 1: Aprovechamiento gastronómico y valor agregado.....	11
Tabla 2: Comparacion Quimica y organoleptica.	13

Lista de figuras

Ilustración 1:Ejemplo de menú degustación.....	10
Ilustración 2: Grafico de edades.	18
Ilustración 3:Nivel de conocimiento sobre el Mero y Sierra.	19
Ilustración 4: Experiencia previa al consumo de Mero y Sierra.....	19
Ilustración 5:Resultados de la encuesta sobre el reconocimiento y consumo de especies marinas locales	20
Ilustración 6: Pescador entrevistado.	28
Ilustración 7	28
Ilustración 8: Receta estándar de Kamaboko	29
Ilustración 9 Receta estándar de Mar	29
Ilustración 10 Receta estándar de Crudo	30
Ilustración 11 Receta estándar de Tataki	30
Ilustración 12 Receta estándar de Bollo	31

DECLARACIÓN y AUTORIZACIÓN

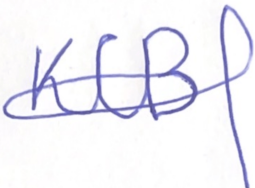
Yo, **Keyla Kristel Cedeño Bravo** con C.I. 1315663250 autora del trabajo de titulación intitulado: Desarrollo de menú degustación en base a la investigación integral de los peces *Epinephelus quinquefasciatus* (mero) y *scomberomorus* (sierra).

, previa a la obtención del título de **Tecnóloga Superior en Gestión Culinaria** en la Unidad Académica de Formación Técnica y Tecnológica PUCE TEC:

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE el referido trabajo de titulación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, 10 de febrero del 2026



C.I. 1315663250

Agradecimientos

A la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, a la Facultad de gastronomía por brindarme los conocimientos y las herramientas necesarias para desarrollarme como profesional. De manera especial, a mi tutor de tesis Rodrigo, por su inmensa paciencia, su rigor académico y por creer en el potencial de este proyecto.

Expreso mi mas profundo agradecimiento a los pescadores de Playita Mia en Manta. Al Sr. Bolívar, por compartir conmigo sus 30 años de sabiduría en el mar, a la Sr Maribel, por abrirme las puertas de su cocina y mostrarme versatilidades organolépticas de estas especies. Sus testimonios no solo enriquecieron este trabajo, sino que le otorgaron el valor humano y ancestral que la sustenta.

Agradezco a los participantes de la encuesta, cuya disposición permitió identificar la necesidad urgente de rescatar nuestras especies locales a la alta cocina.

A mis tíos Ali y Nelson, quienes compartieron conmigo largas jornadas de pruebas en la cocina y siendo mi primer filtro de degustación.

Finalmente, gracias a la vida por permitirme nacer en la ciudad de Manta, un lugar que me ha dado todo para entender que el mar es nuestra mayor herencia.

Introducción

Las especies marinas en la gastronomía ecuatoriana han sido una parte muy importante de alimentación, la cultura y la economía costera, ya que representan una fuente de nutrición esencial y un patrimonio culinario transmitido de generación en generación. Su presencia en la mesa refleja la estrecha relación de las comunidades con el mar y la biodiversidad que ofrece el territorio, convirtiéndose en un pilar de identidad y tradición. En la actualidad, la investigación gastronómica y tecnológica permite no solo rescatar estos sabores, sino también integrarlos en propuestas innovadoras que respondan a las demandas del mercado y al compromiso con la sostenibilidad.

En este contexto, este proyecto propone el desarrollo de un menú degustación a partir de la investigación integral de dos especies marinas locales: *Epinephelus quinquefasciatus* (mero) y *Scomberomorus* (sierra). Estas especies, además de poseer un valor nutritivo y cultural significativo, presentan una versatilidad culinaria que permite su incorporación en preparaciones tanto tradicionales como de alta cocina.

Objetivos:

Diseñar un menú gastronómico degustación con preparaciones autóctonas de los peces *Epinephelus quinquefasciatus* (mero) y *Scomberomorus* (sierra), integrando técnicas culinarias tradicionales y modernas para revalorizar las mencionadas especies marinas locales.

- Identificar las características organolépticas, nutricionales y culinarias del mero y la sierra mediante revisión bibliográficas.
- Evaluar la versatilidad de los peces y su uso con expertos, así como del conocimiento del público general sobre las especies y entrevistas a portadores de saberes locales.
- Crear una propuesta culinaria innovadora que combine tradición y técnica, promoviendo el uso sostenible de especies marinas locales.

Capítulo I

Marco Conceptual: Estudio integral de las especies marinas locales: propiedades y versatilidad.

1.1 El Menú Degustación

El menú degustación (también conocido como menú largo o experiencia) es una secuencia de platos reducidos, meticulosamente diseñados para ofrecer un recorrido conceptual y sensorial al comensal. Su función principal trasciende la mera alimentación para convertirse en una herramienta de comunicación; es el formato de la alta cocina donde el chef expone su filosofía, su investigación y su relación con el entorno (Pescanova, 2017).

Históricamente, el menú degustación, que suele componerse de seis a veinte preparaciones, ha estado asociado a la exclusividad y la vanguardia. Para que sea exitoso, no solo debe apelar al agrado, sino también a la sorpresa y a la educación del comensal (En la Cocina Magazine, 2017).

Este formato permite una progresión controlada de sabores, iniciando con bocados ligeros y delicados, y aumentando gradualmente la intensidad y el peso de los platos (The Octopus Guide DISCEFA, 2024).

En el contexto de la sostenibilidad alimentaria, el menú degustación adquiere un rol crítico. Se convierte en la plataforma ideal para introducir al público a ingredientes, texturas y partes de un producto que, de otro modo, serían rechazados. Al enfocar el menú en el aprovechamiento integral, el chef no solo innova, sino que eleva su propuesta a una declaración de principios éticos y ambientales, justificada en la reducción del desperdicio y la maximización de los recursos marinos.

Ilustración 1: Ejemplo de menú degustación.



Nota: Adaptado de Just Royal Bcn 2021. <https://www.justroyalbcn.com/como-crear-un-menu-degustacion-en-casa-consejos-y-recetas/>

1.2. El Paradigma de la Cocina de Aprovechamiento y el Uso Integral de Ingredientes

La cocina de aprovechamiento es una corriente culinaria que busca la minimización del desperdicio alimentario mediante la utilización creativa y completa de todas las partes comestibles de un ingrediente (Capel, El País, 2018) .Este enfoque no es solo una tendencia ética o económica, sino una necesidad imperante para la sostenibilidad alimentaria global.

Cuando se aplica al ámbito marino, el uso integral de los peces implica trascender el uso exclusivo de los lomos o filetes, para incorporar partes tradicionalmente consideradas como subproductos o "descartes", tales como: cabezas, espinas, piel, vísceras, aletas y huevas.

Estas partes, lejos de ser residuos, poseen un alto valor nutricional y gastronómico, pudiendo transformarse en caldos, salsas, gelatinas, pilpiles o demiglaces (Oh Blog, 2024).

Tabla 1: Aprovechamiento gastronómico y valor agregado.

Parte del Pescado	Uso Gastronómico de Aprovechamiento	Valor Agregado
Cabeza y Espinas	Fumet (caldo base), Bisques, Salsas, Gelatinas (colágeno)	Concentración de sabor, Aporte de colágeno.
Piel	Chicharrón, Gelatina, Chips crujientes.	Textura crujiente, Aporte de colágeno.
Vísceras (Hígado/Riñones)	Patés, Mousses, Salsas al Jerez (Ej. Hígado a la brasa)	Sabor intenso, alto valor nutricional.
Aletas y Colas	Frituras, Base de caldos	Textura, Fuente de gelatina.
Huevas	Salazones (Botarga), Tartares, Platos Gourmet	Delicatessen, Alto contenido de Omega-3.

Fuente: Adaptación propia con base en (Capel, El País, 2018) y (Salazones Sáez, 13)

La cocina de aprovechamiento busca revertir esta práctica, conceptualizando el 100% del organismo marino como materia prima comestible, nutritiva y sabrosa. El uso integral de los peces se basa en un profundo conocimiento de la anatomía y la bioquímica. Se trata de una cocina de despiece total (Capel, El País, 2018) donde cada parte cumple una función técnica y gastronómica:

- Partes ricas en Músculo: Los lomos y ventrescas se destinan a preparaciones de cocción corta o crudo (ceviches, sashimi).

- Partes ricas en Colágeno: La piel, aletas, cabezas, espinas y vejiga natatoria (buche) son ricas en colágeno que, al liberarse por cocciones lentas o prolongadas, produce gelatina natural. Esta gelatina es crucial para espesar salsas, crear pilpiles sin necesidad de harinas o elaborar caldos base (fumet) de alta densidad y sabor.
- Vísceras y Glándulas: Órganos como el hígado (rico en grasa y sabor) y las huevas (ovarios) se transforman en patés, mousses o salazones de alto valor (botarga de mujol) (Oh Blog, 2024).

1.3. Caracterización Integral de las Especies de Estudio: *Epinephelus*

***Quinquefasciatus* (mero) y *Scomberomorus* (sierra).**

El proyecto se centra en el estudio y aprovechamiento de dos especies marinas clave: *epinephelus quinquefasciatus* (mero) y *scomberomorus* (sierra). el conocimiento de su anatomía, composición química y cualidades organolépticas es fundamental para el desarrollo de un menú integral.

***Epinephelus Quinquefasciatus* (Mero):** El *Epinephelus quinquefasciatus*, conocido como mero, es una especie de gran valor gastronómico y ecológico. Habita en arrecifes rocosos, esteros y manglares del Pacífico oriental, desde el Golfo de California hasta Perú (Instituto Smithsonian de Investigación Tropicales, 2024).

Distribución: Pacífico oriental, desde México hasta Perú

Tipo de carne: Blanca, firme, textura densa

Grasa: Moderada (5–8%), rica en omega-3

Sabor: Suave, ligeramente dulce

Aroma: Fresco, marino

Usos integrales:

Cabeza: pilpín, fondos

Vísceras: hígado para patés, huevas en escabeche

Piel: chips crujientes

Espinas: caldos, crocantes

Aletas: fritas como guarnición

Scomberomorus (Sierra): La Sierra es un pez pelágico, de cuerpo alargado y fusiforme. Es un depredador activo, lo que influye en su composición muscular y, por ende, en su calidad gastronómica.

- Tipo de Carne: Es un pescado de carne oscura o azul, lo que indica un contenido graso más elevado que el Mújol (Pescanova, 2023).
- Grasa: Alto contenido de grasa, particularmente rica en Omega-3, lo que lo hace idóneo para técnicas como la parrilla o el asado, ya que su grasa lo mantiene jugoso (Pescanova, 2023).
- Textura y Sabor: Posee una carne fuerte, de sabor pronunciado (umami), con una textura más firme que otros pescados blancos. Su versatilidad permite su uso en crudo (ceviches, sushis) o cocido.

Tabla 2: Comparación Química y organoléptica.

Especie	Tipo de carne	% de grasa	Textura	Sabor	Aplicación destacada
Epinephelus quinquefasciatus	Blanca firme	5-8%	Densa	Suave	Pilpín, patés

Scomberomorus	Blanca semigrasa	6-10%	Firme	Intenso	Escabeches rellenos.
---------------	---------------------	-------	-------	---------	-------------------------

1.4. Referentes de la Cocina de Aprovechamiento Marina a Nivel Mundial

- **Ángel León (Aponiente, España):** Conocido como el "Chef del Mar", es pionero en la investigación y el uso de "descartes" marinos. Su filosofía es el uso completo del pescado, desde las escamas (para hacer colágeno) hasta los ojos (como gelatina). Ha popularizado el uso de aletas, espinetas dorsales y vísceras para crear texturas, salsas y caldos innovadores (Capel, El País, 2018).
- **Cañabota (España):** Este restaurante ha demostrado la viabilidad de crear más de una docena de preparaciones con un solo pescado (como la Corvina), utilizando la parpatana, los cachetes, las cocochas e incluso los intestinos para curado. Su enfoque es un ejemplo claro del "despiece total" aplicado a un menú de alta cocina (Cañabota, 2026).

El Aprovechamiento Integral en la Cocina Peruana

Perú es un referente en la gastronomía marina, y sus técnicas ancestrales ya integraban un concepto de aprovechamiento que hoy es vanguardia:

- **El Ceviche y la Leche de Tigre:** El plato insignia peruano, el ceviche, es en sí mismo un ejemplo de aprovechamiento. La leche de tigre, el jugo resultante del marinado del pescado, es una bebida revitalizante y una salsa que concentra los sabores y nutrientes, utilizándose incluso para la curación de otras proteínas (INTECI, 2024).

- **Virgilio Martínez (Central, Perú):** Si bien Virgilio Martínez y su equipo en Central se enfocan en la exploración de ecosistemas y altitudes peruanas, su filosofía se basa en el uso integral de cada insumo de su despensa. Aunque su cocina no se limita solo al mar, su enfoque en la biodiversidad y en no desechar partes comestibles se alinea perfectamente con la visión de este proyecto.
- **Palmiro Ocampo (Ccori Cocina Óptima):** Ocampo es un chef y activista socioambiental que ha llevado el concepto de la Cocina Óptima a todos los niveles. Su trabajo se centra en el uso del 100% comestible, no solo de pescado sino de vegetales, demostrando que existe un "valor oculto en lo que descartamos" (Buenazo, 2015). Ocampo ha investigado cómo las pieles de pescado contienen Zinc y cómo las espinas pueden utilizarse para caldos, aplicando estos principios tanto en la alta cocina como en comedores populares. Su enfoque es un modelo de responsabilidad social y técnica culinaria (Ocampo, 2021).

1.5. Cocina Tradicional Autóctona e Internacional

El aprovechamiento integral se manifiesta en técnicas ancestrales alrededor del mundo:

- **Cocina Japonesa (*Ichimoto*):** La cultura japonesa, con un profundo respeto por el producto marino, practica el concepto de Ichimoto o "un producto, un millón de usos". La cabeza y espinas del pescado se usan para caldos (*dashi*), y hasta la sangre se puede utilizar en ciertas preparaciones.
- **Pescado en Escabeche (Mediterráneo):** El escabeche es un método de conservación que permite aprovechar piezas menos nobles o sobras del pescado,

transformándolas en un plato sabroso con una marinada de vinagre, aceite y especias (MICEBO, 2021).

1.6. Aportes de Fish Butchery de Josh Niland Filosofía del uso integral del pescado

Josh Niland propone una visión revolucionaria del pescado como ingrediente: no solo es carne blanca, sino un conjunto de partes con potencial culinario. Su enfoque se basa en tratar al pescado como se trata a la carne en carnicería: despiece preciso, aprovechamiento total y respeto por el producto.

“El pescado no es solo filete. Es piel, hueso, vísceras, sangre, grasa, escamas y cabeza. Cada parte tiene valor.” (Josh Niland)

Técnicas de aprovechamiento

Niland detalla cómo utilizar cada parte del pescado:

- **Piel:** deshidratada y frita como chips crujientes
- **Espinas:** tostadas para caldos o molidas como polvo umami
- **Vísceras:** fermentadas o convertidas en patés
- **Grasa abdominal:** usada como manteca de pescado
- **Sangre:** como base para salsas intensas (similar al uso de sangre en morcillas)

Conservación y maduración

Niland introduce el concepto de maduración del pescado, similar al dry aging de carnes rojas. Esto mejora la textura y el sabor, especialmente en especies como el mero y la sierra, que tienen carne firme y bajo contenido graso.

- **Scomberomorus (sierra):** puede madurarse hasta 7 días por su contenido moderado de grasa

Cocina sin desperdicio

Josh Niland ha creado platos muy sostenibles como:

- Tarta de hígado de pescado
- Salchichas de pescado con piel y grasa
- Mortadela de pescado
- Postres con gelatina de piel de pescado

Esto demuestra que el pescado puede ser protagonista en todas las etapas del menú, desde entradas hasta postres.

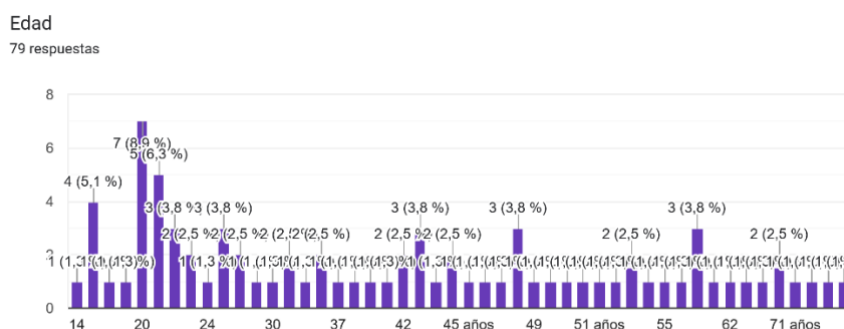
Capítulo II

Evaluación de las especies en el ámbito culinario.

Como fase inicial del diagnóstico, se diseñó y aplicó una herramienta de recolección de datos cuantitativos a través de la plataforma Google Forms. Esta encuesta fue estructurada con el objetivo de medir el pulso real de la población respecto al posicionamiento de las especies Mero y Sierra. La investigación se centró en identificar edades, conocimiento, degustación y curiosidad por probarlo.

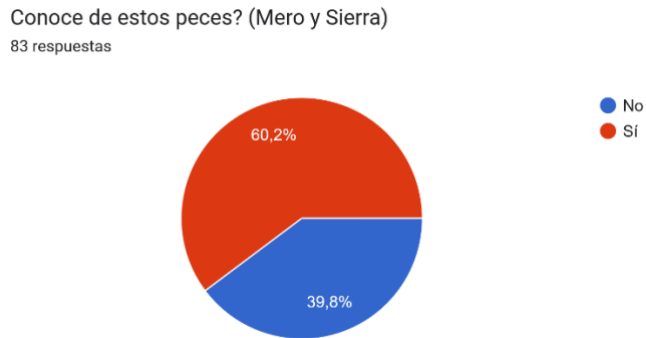
A continuación, se presentan los hallazgos tabulados y graficados, los cuales sirven como base de estadística para justificar la intervención culinaria y el rescate de estos productos.

Ilustración 2: Grafico de edades.



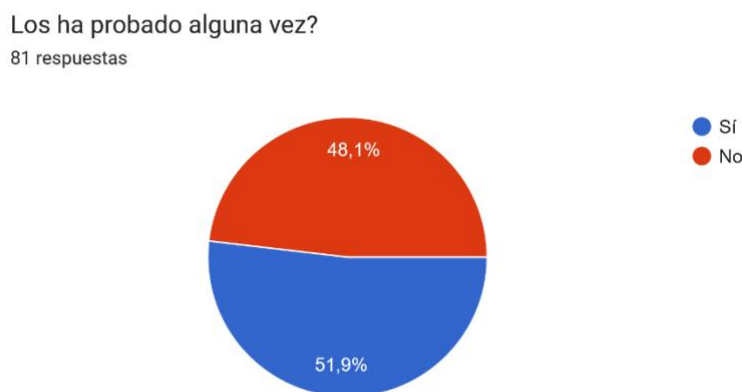
La caracterización de la muestra revela la participación diversa con un rango de edad que fluctúa entre los 14 a 71 años. Se observa una concentración significativa en el segmento de adultos jóvenes, específicamente en el rango de los 20 a 22 años quienes representan los picos más altos de participación (8.9% y 6.3%). Esta demografía es relevante para este proyecto, ya que representa a un grupo de consumidores con apertura a nuevas experiencias gastronómicas y con un potencial de vida de consumo prolongado.

Ilustración 3: Nivel de conocimiento sobre el Mero y Sierra.



Al investigar sobre el nivel de conocimiento de estas especies Mero y Sierra, los resultados indican que el 60.2% de los encuestados afirma conocer estos peces, frente a un 39.8% que manifiesta desconocerlos. Este hallazgo es fundamental para la investigación, pues confirma que existe una base de conocimiento popular sobre el producto superior a la mitad de la muestra. NO obstante, el porcentaje de desconocimiento cercano al 40% justifica la necesidad de este proyecto, el cual no solo busca la creación de un menú, sino también la revalorización y difusión de estas especies dentro del patrimonio gastronómico local

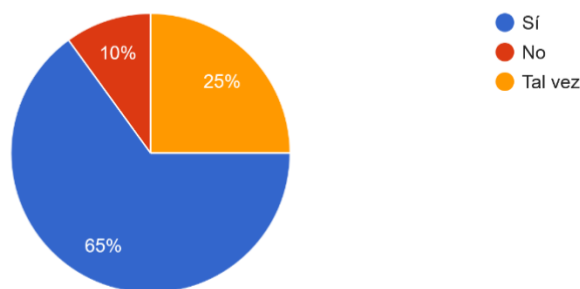
Ilustración 4: Experiencia previa al consumo de Mero y Sierra.



La experiencia del consumo, los datos muestran una división casi equitativa en la muestra: el 51.9% de los participantes ya ha probado estas especies, mientras que el 48.1% nunca lo ha hecho. Esta equidad de resultados sugiere un escenario ideal para el desarrollo del menú degustación: por un lado, se cuenta con un público que puede validar la calidad y sabor frente a sus experiencias pasadas, y por otro, existe un nicho de mercado de casi la mitad de la población que representa una oportunidad de introducción de producto mediante técnicas culinarias innovadoras.

Ilustración 5: Resultados de la encuesta sobre el reconocimiento y consumo de especies marinas locales

Tiene curiosidad de probarlos?
80 respuestas



Finalmente, se evaluó la disposición de los sujetos hacia la degustación de platos elaborados con Mero y Sierra. Los resultados son altamente favorables para la viabilidad del proyecto, ya que el 65% de los encuestados expresó un interés directo (Sí) por probarlos, sumado a un 25% que mantiene una postura abierta (Tal vez). Tan solo un 10% mostró desinterés. Este elevado índice de curiosidad gastronómica (90% de aceptación potencial) valida la pertinencia de la investigación, demostrando que existe una demanda latente y una predisposición positiva del mercado hacia la propuesta de un menú de autor basado en estas especies marinas.

En conjunto, los datos demuestran que, aunque las especies son conocidas, existe un amplio margen de personas que aun no las han degustado, las cuales poseen una alta disposición a hacerlo, validando así la propuesta de un menú degustación.

Análisis de las entrevistas en Manta sector Playita Mía

Para completar la investigación cuantitativa, se realizaron entrevista dirigidas a actores fundamentales en la cadena de valor de los recursos pesqueros en el sector de Playita Mía, puerto emblemático de la ciudad de Manta. Se recolectaron testimonios tanto del sector de la pesca como de el de la gastronomía local.

La entrevista realizada al Sr. Bolívar, pescador con más de 30 años de trayectoria, permite establecer criterios técnicos sobre la frescura y el comportamiento del mercado. Según el experto, la determinación de la calidad optima del Mero y la Sierra se basa en los indicadores biológicos externos como la lucidez de los orbitas oculares y la colaboración de las agallas factores críticos para garantizar la inocuidad y el perfil sensorial en el menú degustación propuesto.

En cuanto a la aceptación comercial, el Sr Bolívar destaca una dicotomía importante: si bien existe una demanda por el estofado de Mero entre conocedores, afirma que el recurso no es aprovechado al 100%. Esta declaración es un pilar para la justificación de este proyecto, evidencia que el conocimiento se encuentra limitado a un nicho tradicional, dejando un vacío que la alta cocina puede llenar mediante la innovación.

Por otro lado, la entrevista a la Sra. Maribel, con experiencia en preparación de estos productos, refuerza el análisis mediante la evaluación de propiedades organolépticas. Ella enfatiza que la frescura se manifiesta en la firmeza de la piel, la

adherencia de las escamas y un aroma marino característico, descartando cualquier pieza que presente signos de degradación proteica.

Es relevante notar el uso actual de la Sierra en el entorno gastronómicos popular donde suele reservarse para el consumo interno, lo que notamos que no se aprovecha este recurso.

En síntesis, las entrevistas a profundidad realizadas en la ciudad de Manta permiten concluir que el Mero y la Sierra poseen un potencial culinario extraordinario que actualmente se encuentra en utilizado por el mercado convencional. En conclusión, los testimonios recabados validan la factibilidad de transformar estos productos, tradicionalmente rústicos, en alta cocina donde la técnica contemporánea se pone al servicio de la identidad local.

Capítulo III

Propuesta culinaria innovadora promoviendo el uso de especies marianas locales.

El presente capítulo desarrolla la propuesta técnica del menú degustación, diseñada a partir de los hallazgos en la investigación de campo y el análisis de percepción del consumidor. El menú se compone de tiempos que exploran la versatilidad del Mero y Sierra, aplicando conceptos de cocina fusión y aprovechamiento integral.

Estructura del Menú Degustación.

Tiempo 1: Croqueta Marina.

- Descripción: Base de croqueta crujiente elaborada con la merma del Mero, pasada por empanizado japone y mayonesa de aguacate.

Ilustración 6: Croqueta Marina



Tiempo 2: Kamaboko de Sierra y salsa japonesa cítrica.

- Descripción: Tiras de pescado, condimentos y procesar, darle forma de cilindro, llevar a vapor controlado, laminar y bañar en salsa cítrica.

Ilustración 7: Kamaboko



Tiempo 3: Crudo de Sierra sobre pure de tomates.

- Descripción: Filetes de sierra con piel curados en sal, cortados finamente, con base de tomates.

Ilustración 8: Crudo



Tiempo 4: Tataki de Sierra en costra de sésamo y tapiocas encurtidas.

- Descripción: Lomo sellado a alta temperatura manteniendo el centro crudo, costra de ajonjolí, servido con tapioca encurtidas, mandarina y salsa teriyaki.

Ilustración 9: Tataki



Tiempo 5: Risotto de tomates y garum

- Descripción: Una base de risotto de tomate con ralladura de limón y terminado con garum (salsa fermentada a base de desperdicio del pez mero) servido con un sierra y aceite fresco de albahaca y limón. Aquí es donde combinamos estos dos peces de alguna forma.

Ilustración 10: Risotto de tomates y garum



Tiempo 6: Bollo de Sierra

- Descripción: Base de verde con maní y vegetales relleno de pez sierra, envuelto en hoja de verde y llevado al vapor.

Ilustración 11: Bollo



Las recetas estándar se encuentran en anexos 2.

Conclusiones

- Se identificaron las características organolépticas del Mero y Sierra, destacando la firmeza y versatilidad de sus carnes, comprobamos el aprovechamiento integral de uso de mermas para fondo y emulsiones que son fundamentales para la aplicación de técnicas de alta cocina.
- A través del análisis mediante encuesta, se determinó que existe un 60.2 % de conocimiento previo sobre estas especies, pero alto interés 65% por probarlas en formas innovadoras lo que justifica esta propuesta.
- La propuesta culinaria de 6 tiempos logro integrar técnicas internacionales con la identidad local, demostrando que el uso de especies subutilizadas no solo es posible, sino necesario para la sostenibilidad del sector pesquero. Esto permitió incrementar el valor agregado mediante el aprovechamiento de estas especies marinas, reduciendo significativamente el impacto ambiental y alineándose estrictamente con los objetivos de una gastronomía responsable.

Referencias bibliográficas:

- Buenazo*. (15 de Abril de 2015). Obtenido de <https://buenazo.pe/notas/2025/04/15/chef-peruano-transforma-restos-organicos-comida-saludable-comedores-populares-580725>
- Cañabota*. (2026). Obtenido de <https://canabota.es/>
- Capel, J. C. (29 de Junio de 2018). *El País*. Obtenido de https://elpais.com/elpais/2018/06/28/gastronotas_de_capel/1530212716_568226.html
- Capel, J. C. (29 de Junio de 2018). *El País*. Obtenido de https://elpais.com/elpais/2018/06/28/gastronotas_de_capel/1530212716_568226.html
- En la Cocina Magazine*. (28 de Septiembre de 2017). Obtenido de <https://enlacocina.telemesa.es/cocina/incluir-menu-degustacion-restaurant/>
- Instituto Smithsonian de Investigación Tropicales*. (2024). Obtenido de <https://biogeodb.stri.si.edu/sftep/es/thefishes/species/1124>
- INTECI*. (20 de Diciembre de 2024). Obtenido de <https://www.inteci.edu.pe/post/la-importancia-de-los-pescados-y-mariscos-frescos-en-la-gastronom%C3%ADa-peruana>
- MICEBO*. (11 de Diciembre de 2021). Obtenido de <https://www.micebo.es/es/post/descubre-las-diferentes-utilidades-del-pescado>
- Ocampo, P. (31 de Marzo de 2021). Optimizando Cocina de Aprovechamiento.
- Oh Blog*. (12 de Septiembre de 2024). Obtenido de <https://ohblog.ohgar.com/como-aprovechar-las-sobras-de-pescado-segun-el-chef-del-mar/>
- Pescanova*. (09 de Marzo de 2023). Obtenido de <https://fishsolutions.pescanova.es/formacion-para-hosteleria/asesoramiento/como-aprovechar-pescado-de-descarte/>
- Pescanova*. (28 de Septiembre de 2017). Obtenido de <https://fishsolutions.pescanova.es/formacion-para-hosteleria/trucos-de-cocina-para-hosteleria/como-hacer-un-menu-degustacion/>
- Salazones Sáez*. (2024 de Noviembre de 13). Obtenido de <https://salazonessaez.es/aprovechamiento-integral-del-pescado-el-valor-de-las-huevas-y-otros-subproductos-en-salazones-saez/>
- The Octopus Guide DISCEFA*. (2024). Obtenido de <https://theoctopusguide.discefa.com/octopus-chefs-academy/cocinamos-contigo/que-es-menu-degustacion-post-con-ejemplos/>

Anexos 1:

Ilustración 12: Pescador entrevistado.



Anexos 2:

Ilustración 13

Receta estándar Croqueta Marina

Nombre de	Croqueta Marina				
Porciones	1				
Fecha de p	24/11/2026				
Elaborado	Kristel Cedeño				
Observaci					
				%Cost/Vta	40%
INGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	MISE EN PLACE	COSTOS	
				Costo kg/lt	Costo cant. requerida
Ajero	gr	60		\$ 6,00	\$ 0,36
Cebolla	gr	10		\$ 1,00	\$ 0,01
Pimiento	ml	10		\$ 1,00	\$ 0,01
Ajo	gr	5		\$ 4,11	\$ 0,02
Soya	ml	10		\$ 8,60	\$ 0,09
Panko	gr	50		\$ 18,60	\$ 0,93
Huevo	UNIDAD	1		\$ 0,15	\$ 0,15
Harina	gr	50		\$ 2,16	\$ 0,11
Aceite	ml	500		\$ 4,43	\$ 2,22
Aguate	UNIDAD	1		\$ 0,50	\$ 0,50
Sal y pimie	c/n				
				Subtotal	\$ 1,67
				5%	\$ 0,08
				Total	\$ 1,76
				costo por paz	\$ 1,76
				%Cost/Vta	40%
				io de venta suge	\$ 4,40

Ilustración 14:
Receta estándar de Kamaboko

Nombre de	Kamaboko				
Porciones	2				
Fecha de p	24/1/2026				
Elaborado	Kristel Cedeño				
Observaci					
				%Cost/Vta	40%
NGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	MISE EN PLACE	COSTOS	
				Costo kg/lt	Costo cant. requerida
Mero	gr	60	Recortes de mero	\$ 6,00	\$ 0,36
Harina	gr	10		\$ 2,16	\$ 0,02
Huevo	UNIDAD	1		\$ 0,15	\$ 0,15
Limon	UNIDAD	1		\$ 0,10	\$ 0,10
Soya	ml	10		\$ 8,60	\$ 0,09
Naranja	UNIDAD	1		\$ 0,15	\$ 0,15
Sal y pimie	c/n				
				Subtotal	\$ 0,87
				5%	\$ 0,04
				Total	\$ 0,91
				costo por paz	\$ 0,46
				%Cost/Vta	40%
				recio de venta sugerid	\$ 1,14

Ilustración 15
Receta estándar de Mar

Nombre de	Mar				
Porciones	1				
Fecha de p	24/1/2026				
Elaborado	Kristel Cedeño				
Observaci					
				%Cost/Vta	40%
NGREDIENTES	UNIDAD	CANTIDAD	MISE EN PLACE	COSTOS	
				Costo kg/lt	Costo cant. requerida
Arroz risso	gr	100		\$ 6,76	\$ 0,68
Lata de to	gr	100		\$ 7,00	\$ 0,70
Caldo	ml	350		\$ 3,00	\$ 1,05
Queso par	gr	50		\$ 35,00	\$ 1,75
Ajo	ml	10		\$ 4,11	\$ 0,04
Cebolla	gr	50		\$ 1,00	\$ 0,05
Sierra	gr	50		\$ 8,00	\$ 0,40
Garum					
Mero	gr	217	desperdicios	\$ 6,00	\$ 1,30
Sal	gr	44		\$ 0,75	\$ 0,03
aceite de albahaca y limon					
				Subtotal	\$ 4,67
				5%	\$ 0,23
				Total	\$ 4,90
				costo por paz	\$ 4,90
				%Cost/Vta	40%
				recio de venta sugerid	\$ 12,25

Ilustración 16
Receta estándar de Crudo

Nombre de	Crudo				
Porciones	1				
Fecha de	24/11/2026				
Elaborado	Kristel Cedeño				
Observaci					
				%Cost/Vta	40%
INGREDIENTE	UNIDAD	CANTIDAD	MISE EN PLACE	COSTOS	
				Costo kg/lt	Costo cant. requerida
Sierra	gr	100	Con piel	\$ 10,00	\$ 1,00
Tomate	UNIDAD	2		\$ 0,15	\$ 0,00
Vinagre	ml	10		\$ 2,00	\$ 0,02
Ajo	gr	5		\$ 4,11	\$ 0,02
Aceite de	ml	20		\$ 24,00	\$ 0,48
Sal y pimienta		c/n			
		</			

Ilustración 17
Receta estándar de Tataki

Nombre de	Tataki				
Porciones	1				
Fecha de	24/11/2026				
Elaborado	Kristel Cedeño				
Observaci					
				%Cost/Vta	40%
INGREDIENTE	UNIDAD	CANTIDAD	MISE EN PLACE	COSTOS	
				Costo kg/lt	Costo cant. requerida
Sierra	gr	50		\$ 6,00	\$ 0,30
teriyaki	ml	10		\$ 9,27	\$ 0,09
mandarina	UNIDAD	1		\$ 0,18	\$ 0,18
limon	UNIDAD	1		\$ 0,15	\$ 0,15
tapioca	gr	10		\$ 3,00	\$ 0,03
Sal y pimie	c/n				
remolacha	UNIDAD	1		\$ 0,15	\$ 0,15
cebolla ve	gr	5		\$ 2,16	\$ 0,01

Ilustración 18
Receta estándar de Bollo

Nombre de	Bollo				
Porciones	1				
Fecha de	24/11/2026				
Elaborado	Kristel Cedeño				
Observaci					
				%Cost/Vta	40%
VGREDIENTE	UNIDAD	CANTIDAD	MISE EN PLACE	COSTOS	
				Costo kg/lt	Costo cant. requerida
Sierra	gr	60		\$ 6,00	\$ 0,36
Verde	UNIDAD	2		\$ 0,25	\$ 0,50
Mani	gr	50		\$ 3,60	\$ 0,18
Ajo	gr	5		\$ 4,11	\$ 0,02
Cebolla	ml	10		\$ 1,00	\$ 0,01
Hojas de v	UNIDAD	1		\$ 0,25	\$ 0,25
Aji	UNIDAD	2		\$ 0,15	\$ 0,30
Aceite	ml	50		\$ 4,43	\$ 0,22
Sal y pimie	c/n				
				Subtotal	\$ 1,84
				5%	\$ 0,09
				Total	\$ 1,93
				costo por pax	\$ 1,93
				%Cost/Vta	40%
				ecio de venta sugerido	\$ 4,84