

# ESTANDARIZACION DE RECETAS

RECETARIO

## DISEÑO Y ESTANDARIZACION DE RECETAS

**ESTANDARIZAR** Proceso de probar y comprobar varias veces una receta adaptandola a las necesidades de equipo , ingredientes disponibles , habilidades del personal encargado de preparar los alimentos para obtener productos de buena calidad de acuerdo al numero y tamaño de porciones deseadas.

El primer paso en el programa de estandarizacion de recetas es el de seleccionar un formato un formato basico que pueda ser usado para todas las recetas . En muchas instituciones de servicios alimentarios muy poco se piensa sobre el diseño y el formato que se usara en las recetas.

Las recetas deben ser faciles de leer para los cocineros , si no ellos no las usaran . Deben de ser legibles a una distancia de 18 a 20 pulgadas por una persona en posicion de pie . Las recetas deben estar en lugares accesibles , sin sacarlas y que se puedan voltear.

Hay tres variedades de formatos para vaciar una receta estandarizada

- a.- Formato estandar
- b.- Formato narrativo
- c.- Formato de blocks

La forma estandar incluye una lista de todos los ingredientes en la parte superior de la receta con los pasos del procedimiento numerados en la parte interior.

Otro formato usado comunmente es el llamado de accion en donde procedimientos e ingredientes se presentan tal y como se van necesitando en la receta , por lo tanto cada parte del procedimiento debe incluir una lista de ingredientes , ambas formatos el estandar como el de accion son empleados en pequeños servicios de alimentacion en donde no se atiendan muchos comensales.

La forma descriptiva o de blocks incluye los ingredientes en el lado izquierdo del formato y los procedimientos de lado derecho asociandolos con cada ingrediente . Los ingredientes a combinar pueden agruparse y dividirse por lineas y dan una apariencia visual de blocks , lo cual hace una receta facil de leer . Este formato hace posible escribir instrucciones claras con un minimo de palabras.

Una receta bien escrita usualmente contiene la siguiente informacion independientemente en cual sea el formato en el cual se vaya a vaciar .-

#### 1.- Nombre del platillo

Con letra impresa grande sin amontonar palabras en el centro y parte superior de la tarjeta.

#### 2.- Numero de codigo de archivo

Colocado en la parte superior derecha , hay una gran variedad de codigos para clasificar recetas en general , es mejor empezar por listar los grupos de alimentos mas importantes en el sistema de archivo .-

- sopas
- salsas y gravies
- platillo principal de res
- platillo principal de cerdo
- platillo principal de pollo
- platillo principal de pescados
- platillo principal de mariscos
- productos con cereales
- ensaladas
- aderezos
- sandwiches
- postres
- guarniciones
- bebidas

A cada categoria puede asignarse una letra y entonces las recetas estaran numeradas secuencialmente como A-1 , A-2 y sucesivamente , otros sistemas utilizan numeros como 100 a 199 para los platillos principales , del 200 a 299 para ensaladas. etc.

#### 3.- Cantidad total y numero de porciones para un tamaño específico a obtener

Debajo del numero clave de la receta o codigo en la esquina superior derecha se indica el tamaño de la porcion en volumen y peso y en la parte superior izquierda se anota el rendimiento total de la receta y las porciones totales.

#### 4.- Ingredientes con medidas de peso , volumen y unidad .

Se enlistan los ingredientes en el orden de uso .

Si dos o mas lineas son necesarias para anotar in ingrediente , la segunda linea inicia despues de dejar dos espacios en relacion a la anterior.

Los terminos descriptivos despues del nombre del ingrediente designan la clase y forma del alimento , como la compra o preparacion que se requiera antes de que el alimento sea empleado en la receta.

Si se emplean ingredientes preparados de acuerdo a alguna receta en el archivo deben de referirse a el numero de codigo del mismo en parentesis , un ejemplo de esto es cuando mencionamos un ingrediente como la salsa betchamel , en seguida se pondra en parentesis su codigo para poder buscar dicha receta.

Las cantidades de ingredientes seran redondeadas al maximo con excepcion de las especias , saborizante u otro ingrediente que sea necesario emplearlo en forma precisa.

#### 5.- Procedimientos y tiempos aproximados en la combinacion de ingredientes.

Los procedimientos para la manipulacion de ingredientes se ordenaran en el lado derecho de la receta en forma opuesta a los ingredientes que seran necesarios para realizar el procedimiento descrito . Las primeras instrucciones deben incluir cualquier preparacion que deba ejecutarse con anticipacion Numerar los procedimientos en secuencia evitando usar abreviaturas.

#### 6.-Temperaturas de cocinado y horneado e informacion sobre charola y porciones.

Al finalizar la lista de procedimientos especificar la medida de la charola y cantidad que se puede acomodar el producto tambien conviene indicar el metodo , periodo de coccion y temperatura .

7.- Variaciones de la receta o alguna nota sobre el modo especial de decorarlo numerarlas si es que existe mas de una opcion.

8.- Algunas recetas incluyen informacion sobre el costo de porcion , la descripcion de la calidad estandar esperada del producto final y un tiempo total para la produccion de la receta.

### RECOMENDACIONES

1.- La receta escrita debera ser lo suficientemente detallada como para que una persona que nunca ha preparado el platillo pueda hacerlo con toda certeza de que obtendra un producto de calidad.

2.- Las recetas que son usadas frecuentemente , las especialidades de la casa o las que son mas costosas , deberan ser las que inicien el programa de estandarizacion.

3.- Es preciso evitar la estandarizacion de muchos platillos en un corto periodo de tiempo , para que el personal no se sienta presionado y trabaje con todo el cuidado y esmero que se requiere.

4.- Es conveniente realizar el ensayo un dia cuando la carga de trabajo en la cocina no es demasiada.

5.- Los resultados de la evaluacion deberan sugerir cambios en la receta que puedan ser implementados en la siguiente vuelta de evaluaciones.

6.- No continuar la receta en el lado de atras de la tarjeta o papel simplemente utilizar otra tarjeta.

7.- Repita las pruebas de cada receta hasta que obtenga por lo menos tres buenos resultados que hayan reproducido la calidad , apariencia y cantidad

exactamente deseada . Para asegurarse de que la receta es completamente deseada y para asegurarse de que la receta es completamente satisfactoria.

### METODOS DE ESTANDARIZACION

El segundo paso en el programa de estandarizacion de recetas es ajustar las recetas al numero de la poblacion a atender o adaptarlas a un servicio de alimentacion especifico , hay muy pocas recetas que no necesitan alguna modificacion o alteracion para resultar 100 porciento exitosas cuando se utilicen en otro servicio de alimentacion o para diferente numero de comensales.

A continuacion se describen dos tipos de metodos el Sistematico y el Factorial.

#### METODOS

##### SISTEMATICO

Consiste en doblar o disminuir la cantidad original hasta obtener el volumen deseado , pero resulta muy costoso.

##### FACTORIAL

- 1.-Convertir los ingredientes dados en medidas de peso
- 2.-Dividir el volumen deseado entre el volumen original para obtener asi un factor base .
- 3.-Multiplicar la cantidad de cada ingredientes por el factor obtenido en el procedimiento anterior , o bien multiplicar los pesos totales de la receta original por el factor.
- 4.-Sumar los pesos de los ingredientes calculados y comparalo con el volumen que deseamos obtener.
- 5.-Convertir los pesos en kilogramos , gramos o medidas practicas.

## VENTAJAS DEL USO DE RECETAS ESTANDARIZADAS

### 1.- Promueve la calidad uniforme de los alimentos producidos

La cuidadosa experimentación de las recetas estandarizadas , reduce la posibilidad de producir alimentos influenciados por las preferencias o habilidades de un determinado cocinero.

Prescindiendo de quien prepara una receta , el producto final debe ser siempre de la misma calidad cuando se realiza una receta estandarizada.

### 2.- Promueve cantidades uniformes en el servicio de alimentos

Como parte del proceso final de estandarizar una receta se determina el numero de porciones que rindio , el tamaño de sus porciones y detalles del servicio , es decir los utensilios con los que se servira , de tal manera que al servir un mismo producto se sirva igual para todos los comensales independientemente de quien lo sirva , esto indica que dentro del proceso de estandarización va implicito el educar al personal con que se cuenta en todo servicio de alimentación.

### 3.- Ahorra tiempo a los cocineros y administradores

Durante la preparación el trabajo de cocción se simplifica por medio del uso de recetas , las cuales pueden ahorrar horas de trabajo que se requieran en la cocina , se ahorra tiempo en las compras , ya que las recetas estandarizadas proveen de cantidades exactas de cada ingrediente empleado , además se cuenta con más tiempo para la supervisión en lugar de responder a las preguntas y tomar pequeñas decisiones concernientes a las preparaciones , el tiempo puede emplearse en el diseño de nuevas recetas o ideas sobre mercadotecnia , investigando productos y equipos que contribuyan al éxito del servicio.

### 4.- Ahorra dinero controlando desperdicios y regulando el inventario

El desperdicio puede deberse al exceso de compras , lo cual ocurre si las recetas no están disponibles para tomarlas como referencia cuando se

determinan las cantidades a comprar , cuando no se compra en exceso , el espacio de almacenamiento puede aprovecharse mejor y los inventarios se pueden tener a niveles mejores , los desperdicios durante la producción no se pueden emplear y tienen que ser descartados al final del periodo.

Las recetas estandarizadas proveen una herramienta para la estimación de las necesidades de alimentos , lo cual ayuda al control de desperdicios asociado a la sobreproducción.

### 5.- Simplifica el cálculo del costo de los artículos del menú

Los datos contenidos en la receta permiten el cálculo preciso del costo por servicio de los artículos del menú. Cada costo de la porción es una información vital para establecer los precios de venta y desarrollo de guías realistas para establecer ganancias.

### 6.- Simplifica el entrenamiento de nuevos cocineros

Escribir recetas con los procedimientos detallados , provee un excelente e individualizado programa de entrenamiento para el nuevo personal de producción .

Las recetas escritas requieren que una información sea menor deba retenerse en la memoria y permite que cualquier persona pueda ser entrenada en los procesos correctos de cocción.

### 7.- Introduce un sentimiento de seguridad y satisfacción por parte de los trabajadores.

Los empleados saben que hacer , como y que tipo de producto se espera obtener , la responsabilidad del cocinero es la de preparar productos cuidadosamente en lugar de decidir como producir alimentos en las cantidades deseadas.