



RECETAS ESTANDARIZADAS



INTRODUCCIÓN

OBJETIVO

Describir los beneficios de usar recetas estandarizadas en el lugar de trabajo, definir qué implica una receta estandarizada y los aspectos básicos de cómo cuantificar una receta estandarizada.

MENSAJES CLAVE:

- Comprender cómo las recetas estandarizadas son beneficiosas para un negocio de servicio de alimentos
- Describir los elementos de una receta estandarizada
- Ilustrar los métodos para cuantificar una receta estandarizada



¿QUÉ ES UNA RECETA ESTANDARIZADA?

Según el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (United States Department of Agriculture, USDA), una receta estandarizada se define como una que:

"... ha sido probada, adaptada y vuelta a probar varias veces para su uso por una determinada operación de servicio de alimentos, y se ha descubierto que produce los mismos buenos resultados y rinde cada vez que los procedimientos exactos se utilizan con el mismo tipo de equipo y la misma cantidad de ingredientes".*

Las recetas estandarizadas se utilizan en una amplia variedad de negocios de servicio de alimentos como guía para preparar los artículos del menú que se sirven a distintos grupos de población.

*<https://dphhs.mt.gov/assets/ecfsd/childcare/cacfp/StandardizedRecipes.pdf>

¿POR QUÉ USAR RECETAS ESTANDARIZADAS?

CALIDAD CONSISTENTE

Garantiza que se produzcan los mejores resultados posibles cada vez que se prepara una receta, independientemente de quién la esté llevando a cabo.

CONTENIDO CONSISTENTE DE NUTRIENTES

Garantiza que los valores nutricionales por porción sean válidos y coherentes, ya que se utilizan los mismos productos y cantidades cada vez que se produce la receta.

COSTO DE ALIMENTOS Y CONTROL DE INVENTARIO Y PROCEDIMIENTOS DE COMPRA CONSISTENTES

Proporciona información consistente y precisa para el control de costos de alimentos, porque se compran y utilizan los mismos productos y cantidades cada vez que se lleva a cabo la receta.

CONTROL DE COSTOS DE MANO DE OBRA

Los procedimientos escritos específicos hacen que el personal trabaje de manera más eficiente y efectiva.

SATISFACCIÓN DEL CLIENTE

La consistencia en la producción de alimentos aumenta las expectativas de los clientes, lo que conduce a una mayor satisfacción.

MAYOR CONFIANZA DE LOS EMPLEADOS

Una receta organizada tiene ingredientes, cantidades e instrucciones específicas, que eliminan conjeturas para el personal y conduce a una disminución de las posibilidades de producir productos de mala calidad.

¿CUÁLES SON LOS ELEMENTOS DE UNA RECETA ESTANDARIZADA?

ELEMENTO	DEFINICIÓN
Título de la receta	El nombre del producto que se está llevando a cabo.
Tamaño de la porción	La única porción necesaria del producto final que se sirve.
Rendimiento de la receta	La cantidad total de porciones cuando se prepara la receta.
Equipos y herramientas	Herramientas de cocción y servicio necesarias para producir y servir el artículo.
Ingredientes	Alimentos utilizados en la receta.
Peso/volumen de cada ingrediente	La cantidad requerida de cada ingrediente en una receta.
Instrucciones de preparación	Instrucciones específicas para preparar una receta.
Temperaturas y tiempo de cocción	La temperatura y la cantidad de tiempo necesario para cocinar el producto.
*Pautas de seguridad alimentaria	Procedimientos para garantizar que los alimentos sean seguros durante el proceso de preparación y servicio, es decir, temperaturas de cocción internas adecuadas, técnicas de lavado de manos, contaminación cruzada, etc.

* Puede o no estar incluido en todas las recetas estandarizadas.

<https://dphhs.mt.gov/assets/ecfsd/childcare/cacfp/StandardizedRecipes.pdf>

¿CÓMO CUANTIFICO UNA RECETA ESTANDARIZADA?

MÉTODO DEL FACTOR

PASO 1

Determina el rendimiento original.

Ejemplo: 25 porciones

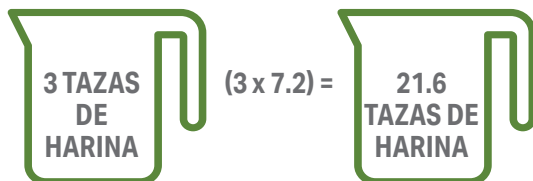
PASO 2

Determina el factor de ajuste:

$\text{Nuevo rendimiento} \div \text{Rendimiento original} = \text{Factor de ajuste}$

Ejemplo: Nuevo rendimiento = 180 porciones

$180 \div 25 = 7.2$ (no redondee el factor de ajuste)



PASO 3

Usa el factor de ajuste para multiplicar el peso y los volúmenes de cada ingrediente en la receta.

Ejemplo: multiplica todos los ingredientes por 7.2

PASO 4

¡Prueba la receta nueva!

MÉTODO COMPUTARIZADO

Existen varios sistemas de software de menú y planificación de recetas en línea que podrían ayudarte a automatizar el proceso de modificación de recetas.

CONCLUSIONES CLAVE

- ✓ Seguir recetas estandarizadas en el negocio de servicio de alimentos tiene varios beneficios. Algunos ejemplos incluyen: control de costos de alimentos y mano de obra, consistencia en la calidad de los alimentos y contenido nutricional, y satisfacción del cliente.
- ✓ Hay muchos elementos en una receta estandarizada. Es importante comprender la definición de cada elemento, para comprender mejor cómo leer y ejecutar una receta con éxito.
- ✓ Las recetas estandarizadas se pueden cuantificar utilizando el método del factor o un método computarizado.

REFERENCIAS

<https://dphhs.mt.gov/assets/ecfsd/childcare/cacfp/StandardizedRecipes.pdf>

PRUEBA DE RECETAS ESTANDARIZADAS

1. Una receta estandarizada es
 - ☐ Una receta que ha sido probada, adaptada y vuelta a probar varias veces
 - ☐ Se puede utilizar en una amplia variedad de negocios de servicio de alimentos
 - ☐ Debe producir los mismos resultados y producir cada vez que se usa
 - ☐ Todas las opciones anteriores
2. La consistencia en la calidad y el contenido de nutrientes son beneficios del uso de recetas estandarizadas, porque se utilizan los mismos procedimientos, productos y cantidades cada vez que se produce la receta.
 - ☐ Verdadero
 - ☐ Falso
3. Las pautas de seguridad alimentaria siempre forman parte de una receta estandarizada.
 - ☐ Verdadero
 - ☐ Falso
4. ¿Cuál de las siguientes opciones no se considera un elemento de una receta estandarizada?
 - ☐ Rendimiento de la receta
 - ☐ Ingredientes
 - ☐ Peso/volumen de cada ingrediente
 - ☐ Sugerencia de la marca de cada ingrediente
5. Una receta estandarizada de galletas indica que producirá 3 docenas de galletas. El tamaño de la porción es de dos galletas y hay que servir a 125 personas. ¿Cuál es el factor de ajuste?
 - ☐ 5.4
 - ☐ 6.9
 - ☐ 2.5
 - ☐ 3