



CLUB DE LECTORES

Edición #89

Julio 2014



INSTITUTO SUPERIOR DE
ARTE CULINARIO
GUAYAQUIL

El Club

Guía mensual para socios de El Club EL UNIVERSO

Número 89 • Julio del 2014 • www.clubeluniverso.com

 @ClubElUniverso

 @ClubElUniverso



JUAN FERNANDO VELASCO

CORTESIA

■ **en la mesa**

VIVA GUAYAQUIL
DE MIS SABORES

10

■ **club de viajes**

ORLANDO
DE COMPRAS

14 y 15

■ **novedades**

BRUVAL
TEMPO
MCDONALDS
SWEET AND COFFEE

18 a la 22

■ **lo nuevo**

SÁNDWICHES
EN LE CROISSANT

23



INSTITUTO SUPERIOR DE
ARTE CULINARIO
GUAYAQUIL

10

El Club

www.clubeluniverso.com
JULIO DEL 2014



en la mesa



Santiago Granda,
Director de la Escuela de los Chefs



• **Carrera:** Tecnólogo en administración de alimentos y bebidas.

• **Inicio de pre:** Septiembre 08

www.isac.edu.ec
Teléfono: 04-2290121



• Técnico en pastelería
Inicio: Agosto 04
• Técnico en Panadería
Inicio: Octubre 13

www.escueladeloschefs.com
Teléfono: 04-2290121



VIVA GUAYAQUIL

DE MIS SABORES

Arroz con menestra y carne asada

Los sabores de Guayaquil son el resultado de la fusión de culturas y tradiciones propias y extranjeras, carnes, especias, que llegaron con los migrantes y se mezclaron con nuestros productos dando como resultado lo que hoy es nuestra cocina popular.

Historiadores como Jenny Estrada y Rodolfo Pérez, nos relatan que el arroz con menestra y carne asada, es tal vez uno de los platos más populares de Guayaquil, el cual nació con el nombre de sota, caballo y rey, figuras de la baraja española.

La menestra que tiene una notada influencia española, y la carne de res asada se combinó muy bien con el arroz y el plátano verde que son productos de nuestra costa y de origen asiático, y que antes se acompañaba este plato con un verde asado y no con patacones fritos.

Esta preparación formaba parte de la llamada merienda que combinaba una sopa de fideo, una empanada y luego el arroz con menestra y carne asada.

MENESTRA DE LENTEJA

Ingredientes:

- ½ kilo de lentejas*
- ½ libra de queso criollo
- 3 tomates
- 4 cebollas coloradas
- 2 pimientos
- 5 dientes de ajo
- Comino
- Achiote
- Sal y pimienta

Preparación:

1. Pon a remojar la lenteja desde el día anterior, cambia el agua y cubrela hasta duplicar su volumen, ponla a hervir a partir de agua fría con un poco de sal.
2. Pica el tomate, cebollas, pimientos y ajo, y haz con esto un refrito, agrega un poco de achiote.
3. Licua el refrito bien dorado y agrega a la lenteja mientras se cocina, remueve de vez en cuando y cocina a fuego lento
4. Sazona al final con sal pimienta, comino y agrega queso picado.
5. Sirve con carne de res, pollo o chuletas, sazonadas con sal y hechas a la plancha o parrilla, arroz blanco y patacones.



CORTESÍA

 **ADRIANA HOYOS**
Signature Scent



Presentamos la nueva esencia de la belleza y el glamour

El nuevo aroma insignia desarrollado en París a base de té negro y un toque de limón

EL BOSQUE Alonso de Torres OE7-12 y Av. Al Parque, Edificio Centrum, local 205 CUMBAYÁ Av. Pampite Oe4-16
URDESA Circunvalación Sur 104 y Víctor Emilio Estrada SAMBORONDÓN Vía Puntilla Km 6.5, Plaza Lagos Town Center, Edificio Molinos, local 2
adrianahoyos.com