

Menús del Futuro para los Chefs de Hoy

MENÚS *del* FUTURO 2023

Portobello y Remolacha
Frittata Sándwich

TOP 8
Tendencias globales
DE MENÚ



Unilever
Food
Solutions



PRÓ -logo

Chef Jimena Solis
Coordinadora de Chefs Unilever
Food Solutions Argentina





Crear cartas modernas e inspiradoras es una gran preocupación para los Chefs.

Para ayudarlos hemos creado MENÚ DEL FUTURO. El reporte recorre las principales tendencias y muestra con recetas como éstas pueden cobrar vida.

Las recetas fueron creadas inspirándonos en alimentos de diferentes culturas y probadas para cocinas profesionales. Estas recetas son una muestra de cómo llevar estas tendencias a tu menú.

¡Y detrás de estas recetas inspiradoras y cuidadosamente desarrolladas se encuentran los equipos de nuestros talentosos **CHEFS DE UNILEVER FOOD SOLUTIONS** de todo el mundo!

Con más de 250 chefs en más de 70 países, podemos ayudarte a crear recetas innovadoras que se ajusten a las necesidades operativas locales, para que estes listo para el mañana.

Todo sobre

MENÚS

del

FUTURO

2023

Vivimos tiempos de gran cambio en el mundo. Cuatro de las ocho grandes megatendencias que Unilever ha identificado están vinculadas a la industria alimenticia. Estas surgen de 178 fuentes de informes de tendencias, analizando 44.000 ocasiones de alimentación, en más de 15 países. Estas son tendencias que representan grandes cambios en el mundo y que se quedarán con nosotros durante algunos años.

Estas megatendencias son:

- 1) Elecciones conscientes
- 2) Vida más saludable
- 3) El Renacimiento de la cocina
- 4) Experiencias indulgentes

Conectadas a éstas hemos identificado ocho tendencias emergentes en gastronomía para 2023 que se enlazan con estas cuatro grandes megatendencias.

Menús del Futuro es un informe anual de Tendencias para la industria gastronómica.

Para 2023, con un equipo de socios de la industria y chefs de todo el mundo, en Unilever Food Solutions hemos curado 8 tendencias a las que debemos estar atentos y para las que debemos cocinar. Hemos probado y validado cada una de ellas con más de 1.600 chefs de todo el mundo y fueron luego traducidas a recetas de cocina profesional para darles vida.

Éstas sirven de inspiración para tus cartas y toman en cuenta desafíos tales como la falta de mano de obra, los costos de energía y de los ingredientes.

Con Menús del Futuro y las 8 Tendencias vemos una mayor oportunidad para más ingredientes nutritivos y sostenibles, menor huella de carbono y técnicas culinarias que sacan el mejor sabor en cada plato mientras proporciona un equilibrio de sabrosas indulgencias. Esto también ayuda a desempeñar un papel clave en mejorar la alimentación a través de una nutrición más positiva y reducir el impacto ambiental de la cadena alimentaria mundial.



En el informe encontrarás una explicación de cada tendencia junto con recetas de moda y los siguientes detalles:

El informe es interactivo para que puedas navegarlo a tu propio ritmo.



Buscá tips de sustentabilidad o baja en la huella de carbono cuando veas este este símbolo.

¿Sabías qué?

El 80% de los restaurantes a nivel mundial tienen un problema de escasez de mano de obra incluso habiendo dejado atrás el covid.

Se estima que la tasa de crecimiento de recetas a base de plantas con con reducción de huella de carbono es 15 veces mayor que hace 4 años.

Ingredientes principales y técnicas que se ajustan mejor con la tendencia.



UFS introducción del Chef
Incluye tips.

Para más detalles sobre las tendencias visita unileverfoodsolutions.com.ar

para más información **visite** [UNILEVERFOODSOLUTIONS.COM.AR](https://unileverfoodsolutions.com.ar)

TOP 8

Tendencias globales

DE MENÚ



Vegetales Irresistibles

Comida Casera Modernizada

Menús sin Desperdicio

Puro & Silvestre



El reporte es interactivo para que puedas ir a tu propio tiempo.



5

Contraste de Sabores



6

Comida para Sentirse Bien



7

Compartir 2.0



8

Proteínas Conscientes

| | |
|----------------------------------|-----------|
| <u>Vegetales Irresistibles</u> | 09 |
| <u>Comida Casera Modernizada</u> | 13 |
| <u>Menús sin Desperdicio</u> | 17 |
| <u>Puro & Silvestre</u> | 21 |
| <u>Contraste de Sabores</u> | 25 |
| <u>Comida para Sentirse Bien</u> | 29 |
| <u>Compartir 2.0</u> | 33 |
| <u>Proteínas Conscientes</u> | 37 |





VEGETALES

Irresistibles

Las técnicas modernas pueden hacer que humildes vegetales pasen de ser una guarnición a ser protagonista del plato

sin hacer concesiones de sabor (y reduciendo el costo del menú).

LOS VEGETALES IRRESISTIBLES

pasan a primer plano como platos de origen vegetal deliciosos y suntuosos.

Los comensales de todo el mundo están probando distintas versiones de platos de origen vegetal gracias al ingenio de los chefs.



Las recetas a base de plantas son una forma poderosa de reducir la huella de carbono y están llenas de nutrientes positivos.

En Buenos Aires, el Chef Mariano Ramon de **Gran Dabbang** creó el Roti de Cassava con Prata de Banana y Jalea de Chili. Inspirándose en

influencias de Latinoamérica y de Asia, impulsó el uso de las verduras combinando los ingredientes y las técnicas de las distintas regiones de manera inteligente.

LA GRAN REBELIÓN DE LAS Verduras

» El Chef de UFS Alemania, René-Noel Schiemer dice que los platos flexitarianos no tienen por qué ser complejos, solo hay que innovar con un ingrediente principal para simplificar el menú.

Ingredientes principales: Champiñones, coliflor, espárragos, berenjena, remolacha.
Mejores técnicas: Fresco, crudo, a la parrilla, al horno, asado, frito.

Wraps de Coliflor

DE *Jimena Solis*





“El coliflor no solo es sabroso, nutritivo y fácil de conseguir, sino que además nos permite combinarlo con una gran variedad de sabores y presentarlo a los comensales en preparaciones de lo más versátiles.”

Chef Jimena Solis
Coordinadora de Chefs – Argentina
@chefsufsarg

INGREDIENTES

Porotos manteca cocidos 200g

Limón: jugo y ralladura ½ u

Hellmann’s Vegana 50g

Harina de garbanzos 200g

Base de Tomate deshidratado Knorr 25g

Agua 100ml

Hierbas frescas picadas c/n

Orégano 5g

Flores de coliflor 1 atado

Salsa Barbacoa Hellmann’s 250g

Cerveza negra 15ml

Repollo colorado en juliana 25g

Espinaca fresca 50g

Tomates Cherry 50g

Masa de wraps c/n

MÉTODO

PARA LA PASTA DE POROTOS

- Hervir los porotos en agua, luego procesarlos con la ralladura y jugo de ½ limón. Agregar las hierbas picadas y **Hellmann’s Vegana**. Reservar.

PARA EL BATTER:

- Mezclar la harina de garbanzos con la **Base de tomate deshidratado Knorr** y el agua. Hacer una pasta y agregar el orégano. Pasar las flores de coliflor por la pasta y cocinar en horno a 180°C por 20 minutos.
- Por otro lado mezclar la **Salsa Barbacoa Hellmann’s** con la cerveza negra. Pasar las flores de coliflor por dicha mezcla. Volver a cocinar por 10 minutos más. Reservar.
- Esparcir la pasta de porotos en cada wrap. Añadir el repollo cortado en juliana, la espinaca fresca y el tomate Cherry. Por encima terminar con las flores de coliflor. Enrollar.



Usar todo el ingrediente ;ayuda a reducir el desperdicio de alimentos y también puede ser más nutritivo!





COMIDA CASERA

Modernizada

La comida casera no tiene por qué ser monótona ni predecible...

LA COMIDA CASERA MODERNIZADA

le da una vuelta de tuerca a platos atemporales y mantiene la conexión con la cultura propia.



Los comensales buscan familiaridad en platos “con gusto a comida casera”, pero también quieren degustar combinaciones nuevas y sabrosas. Esto se puede lograr agregando o sustituyendo ingredientes, combinando dos o más conceptos clásicos para crear algo nuevo o aplicando técnicas que mejoran el sabor y la textura del plato.

Por ejemplo, en el restaurante **Manam in Manila** parte de The Moment's Group, recrearon el Kansi (Garrón en Sopa Agria Batwan) usando corned beef (carne en conserva) con una salsa sustanciosa, servida muy caliente.

Ingredientes principales: Pollo, pescado, carne de vaca, papas, pasta.
Técnicas principales: Hornear a la parrilla, Marinar, Estofar, Asar.

Pastel de papa
**Reversionado sobre
provoleta**

DE *Jimena Solis*





“En este plato combinamos 2 infaltables de la cocina Argentina para sorprender a los comensales.

La Provoleta grillada y la carne cortada a cuchillo le aportan un sabor y una textura diferente a este pastel que ha estado en el menú de los argentinos por generaciones.”

Chef Jimena Solis

Coordinadora de Chefs – Argentina
@chefsufsarg

INGREDIENTES

CARNE

Salsa Demiglace Knorr 32g

Agua 20ml

Bife De ternera 1000g

Aceite de Girasol 50ml

Cebolla 500g

Morrón rojo 200g

Huevo 100g

Morrón verde 200g

Vino tinto 200ml

PURE DE PAPAS

Papa fresca 600g

Ajo 10g

Cebolla verdeo 60g

Comino 5g

Papas Deshidratadas en Escamas Knorr 125g

Leche 125ml

Agua 700ml

Aceite de oliva 100ml

ARMADO

Provoleta 700g

MÉTODO

PARA EL PURE:

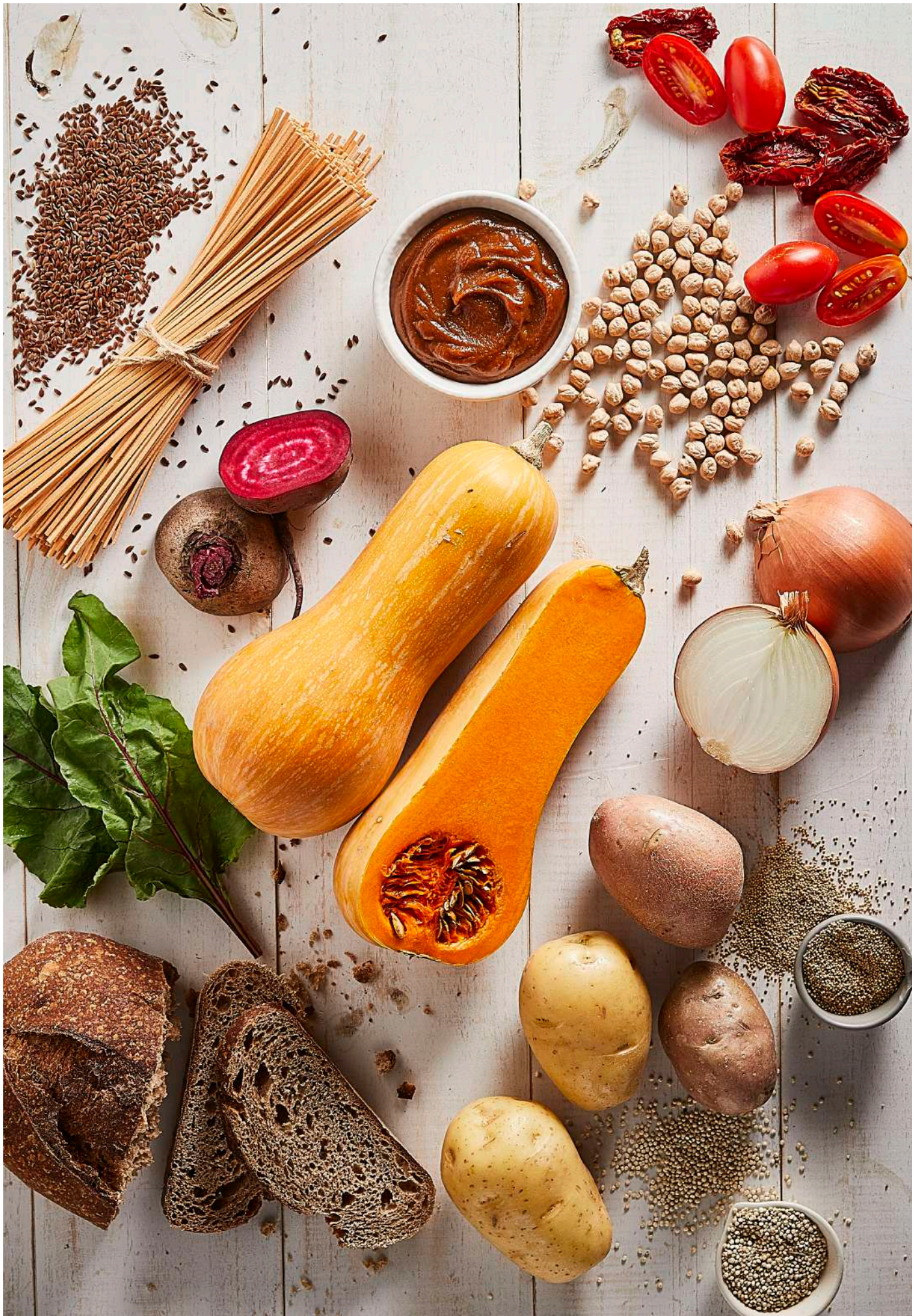
- Hervir el agua con la leche y aceite de oliva, incorporar las **Papas Deshidratadas en Escamas Knorr**, las papas previamente cocidas con piel y realizar el pure con algunos grumos (rústico).

PARA LA CARNE:

- Cortar el bife en cubos y colocarlo en una olla con aceite bien caliente hasta que dore, deglasar con el vino tinto y reservar. En la misma olla, colocar aceite y cocinar hasta blanquear la cebolla y los morrones, previamente cortados en brunoise. Agregar la carne, la **Salsa Demiglace Knorr** y el agua. Cocinar por 30 minutos, cuidando que no se pegue en la olla. Terminar con el huevo cocido picado y la cebolla de verdeo picada.

ARMADO:

- Dorar la provoleta y colocarla en la base del plato, por arriba colocarle la mezcla de carne y arriba de la misma, el puré rústico de papas. Terminar con cebollas de verdeo.





MENÚ SIN *Desperdicio*

Hagamos un uso inteligente de los ingredientes para reducir los desechos de alimentos (y los costos).

LOS MENÚS SIN DESPERDICIO ("LOW-WASTE")

buscan minimizar el desecho y maximizar el sabor de los platos.

Hay mucho que aprender de distintas gastronomías del mundo en donde se usa todo el animal o todo el vegetal en un plato porque la gente debe usar el ingenio para aprovechar al máximo los alimentos disponibles. Eso supone aprovechar al máximo el uso del ingrediente y no solo usar los 'cortes buenos o premium'. También tiene un impacto positivo sobre las ganancias. Es algo que nos beneficia a todos.

Las técnicas que se utilizan desde hace siglos, como la fermentación, el encurtido y el curado para la conservación de la carne no solo extienden la vida de los ingredientes, sino que crean una gran complejidad de sabores. Además, permiten planificar de forma eficiente el flujo de trabajo en el salón comedor y en la cocina y ello puede reducir el desperdicio de comida de forma significativa.

Ingredientes principales: Verduras, hortalizas, caldos, carne, cereales.
Las mejores técnicas: Hervir, estofar, asar, hacer puré.

Risotto de Cebada Perlada, Osobuco Braseado, Tallos de Brócoli y Crema de Zanahorias

DE *Paula Alarcon*





“Aprovechamos al máximo los ingredientes en este plato que pone en valor ingredientes simples y nobles como el osobuco, la cebada, el brócoli y las zanahorias.”

Chef Paula Alarcon
 Chef Argentina
 @chefsufsarg

INGREDIENTES

OSOBUCO BRASEADO

Osobuco 1500g

Zanahoria 200g

Dientes de ajo 3un

Agua 1500ml

Salsa Demiglace Knorr 135g

CREMA DE ZANAHORIA

Zanahorias braseadas 200g

Hellmann's Suave 40g

Pimienta Rosa Molida 2g

BRÓCOLI

Tallos verdes de brócoli 300g

Aceite de sésamo 40ml

RISOTTO

Cebada Perlada 1000g

Cebolla 100g

Aceite de Oliva Extra Virgen 60ml

Vino Torrontés 400ml

Agua 3000ml

Caldo para S. de Verd. Knorr 40g

Fondo de cocción Osobuco 1000ml

Manteca fría 60g

MÉTODO

OSOBUCO

- Cortar las zanahorias en rodajas, el ajo a la mitad y colocar sobre una placa de horno honda. Añadir por encima el osobuco y cubrir con el agua.
- Espolvorear la **Salsa Demiglace Knorr** y hornear tapado a 140° por 2 horas. La última media hora cocinarlo destapado.

CREMA DE ZANAHORIA

- Recuperar las zanahorias del braseado de osobuco y una vez frías procesar con minipimer. Condimentar con pimienta rosa molida y agregar **Hellmann's Suave** para darle más cuerpo y brillo.

BRÓCOLI

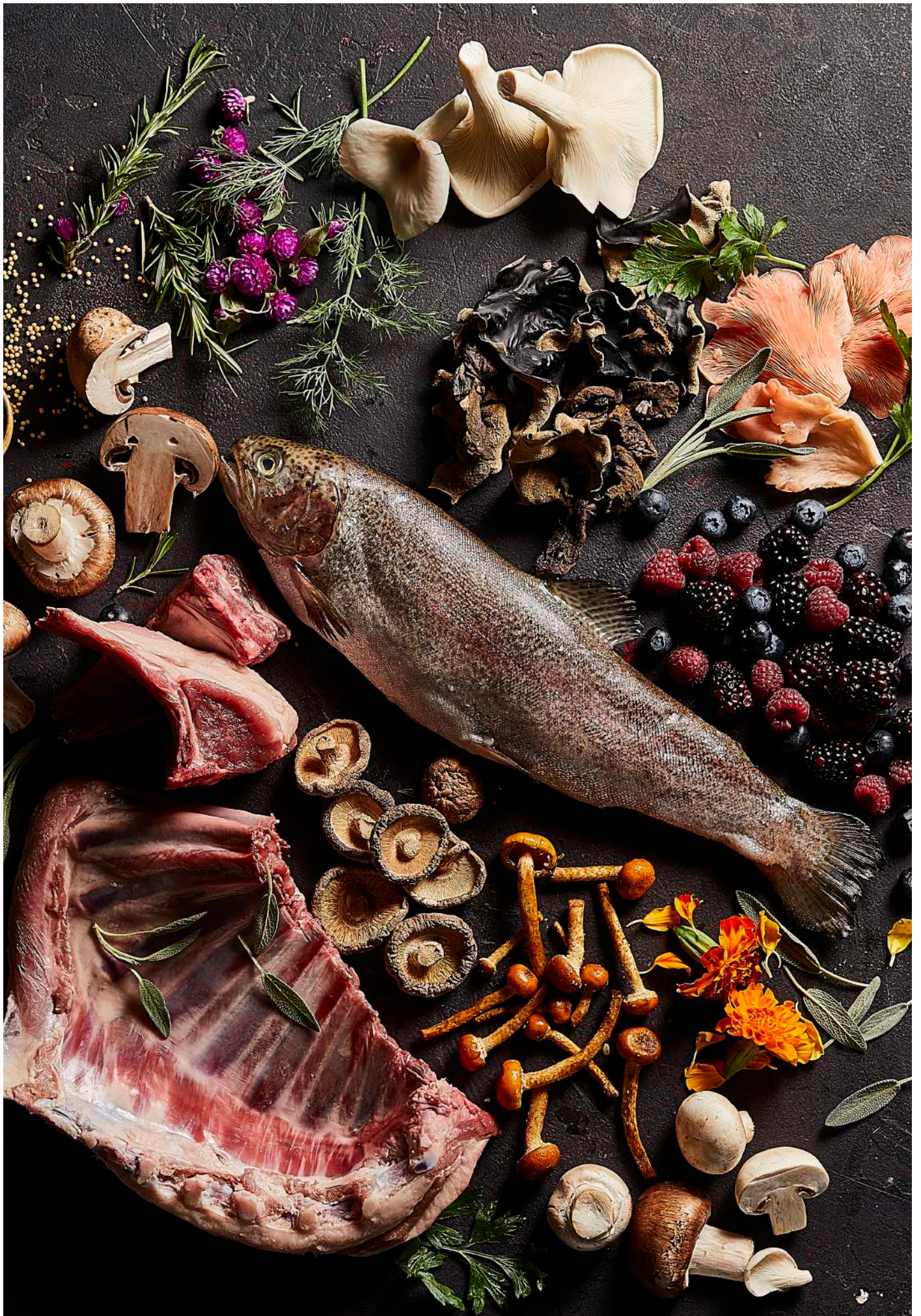
- Cortar el tallo verde central del brócoli en rodajas y saltear a fuego fuerte con aceite de sésamo.

RISOTTO

- Lavar la cebada y dejarla en remojo por lo menos 2 horas. Colar antes de usar.
- Preparar el caldo filtrando y desgrasando el fondo de cocción del osobuco braseado. Sumarle agua y llevar a hervor. Agregar el **Caldo para Saborizar de Verduras Knorr** y reservar.
- Picar la cebolla en brunoise y sudarla en aceite de oliva. Añadir la cebada y nacarar.
- Verter el vino Torrontés y mezclar hasta que prácticamente se evapore. Continuar cocinando la cebada con la técnica de risotto, usando la mezcla de caldos. Una vez cocida, mantecar y servir.

EMPLATADO

- Servir el risotto, añadir una pequeña porción del osobuco sin hueso, sumar el brócoli y luego colocar algunos puntos de crema de zanahorias por encima.





SILVESTRE & Puro

Platos de estación inspirados en la diversidad que encontramos en la naturaleza...

SILVESTRE Y PURO

usamos ingredientes encontrados en la naturaleza para crear platos sabrosos y sustentables.

Las flores comestibles, los frutos silvestres y las algas marinas le dan a los comensales la sensación de una conexión real con su entorno local y su diversidad. Dejamos a un lado las comidas comunes y buscamos lo que ofrece la naturaleza para crear platos sencillos y sostenibles con los ingredientes más cercanos.

Mabu Mabu, en Melbourne, busca hacer que los ingredientes locales estén disponibles en los restaurantes de todo el país.

Su Emu Carbonizado, Kutjera (pasas de uva del desierto), Pepperberry, Melaza, con Chips de Mandioca es uno de los muchos platos de la carta que emplean ingredientes de origen local.



Los ingredientes de origen local ayudan a reducir la huella de carbono.

Ingredientes principales: Hongos, Trucha, Cordero, Hierbas aromáticas, Frutos rojos.
Mejores Técnicas: Fresco, Asado, Marinado, Hervido, Crudo.



Portobello & Remolacha
Frittata Sándwich

DE *Jimena Solis*



“Los ingredientes de este plato llevan a los comensales en un viaje por la naturaleza. Los portobellos, las remolachas, las hierbas y los papines se conjugan para brindarnos el sabor de nuestra tierra.”

Chef Jimena Solis
Coordinadora de Chefs – Argentina
@chefsufsarg

INGREDIENTES

Remolacha 350g

Huevos 4 u

Eneldo picado c/n

Queso azul 150g

Hongos portobello 500g

Papines 250g

Romero fresco c/n

Base de Tomate Knorr 50g

Alioli Hellmann's 50g

Kale 100g

Tomate redondo 1 u

MÉTODO

PARA LA FRITTATA

- Rallar la remolacha.
- Incorporar los huevos, el eneldo picado y el queso azul en daditos.
- Cocinar en budinera cubierta con papel manteca.
- Horno a 180°C hasta pinchar y que salga seco. Reservar.

PORTOBELLOS GRILLADOS

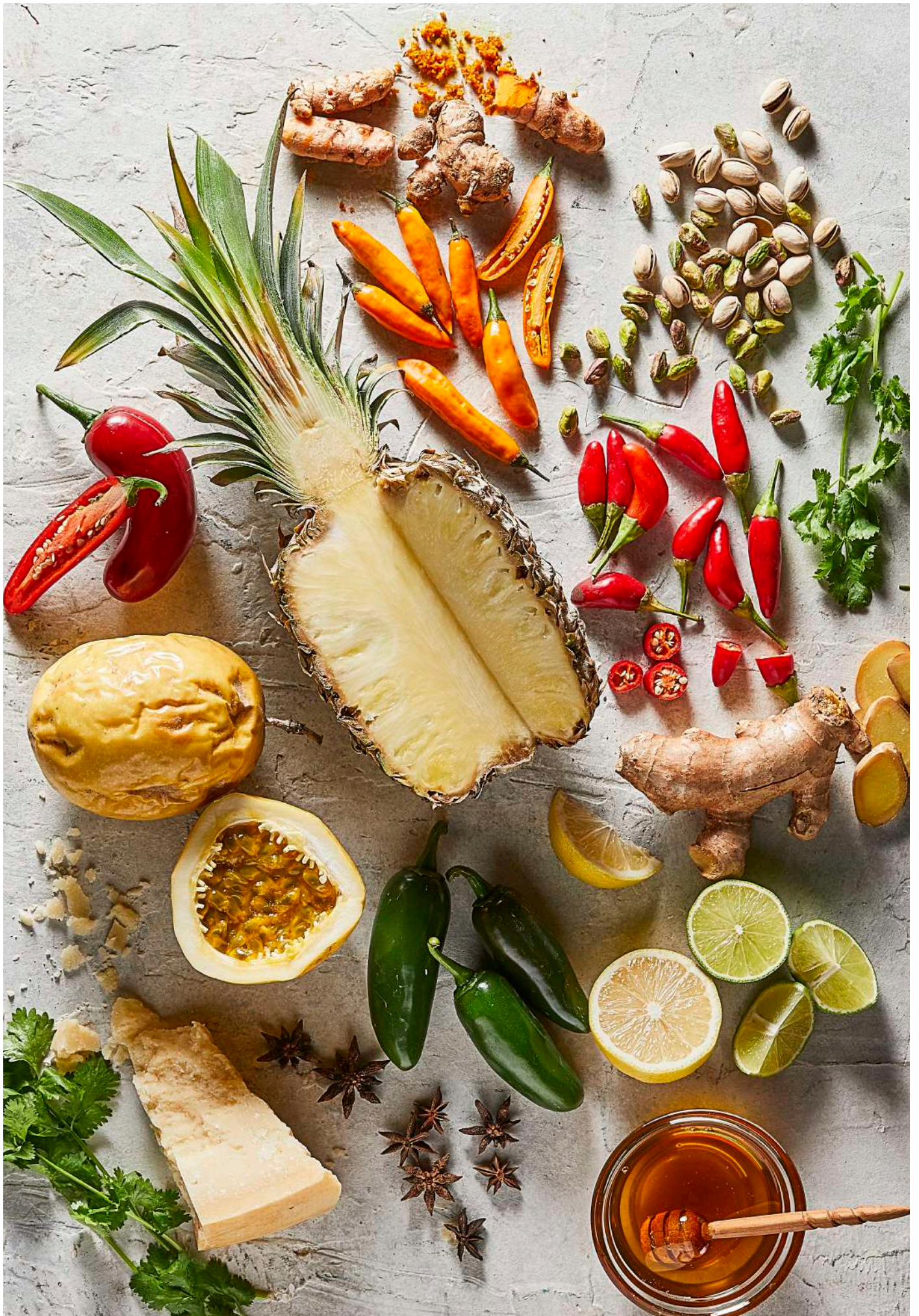
- Dorar en una plancha bien caliente los portobellos con un toque de aceite de oliva. Reservar.

PARA LOS PAPINES

- Cortar los papines a la mitad.
- Cocinar en una placa ligeramente aceitada al horno junto al romero. Cuando estén dorado y tiernos, retirar y espolvorear sobre los mismos **Base de tomate deshidratado Knorr** y realizar movimientos envolventes para lograr que la escama de tomate se impregne en los papines.

ENSAMBLE

- Colocar un portobello en la base, luego **Alioli Hellmann's** por encima el kale y una rodaja de tomate. Agregar una rodaja de la frittata. Luego otra capa de **Alioli Hellmann's**.
- Terminar con una hoja de kale y por encima otro portobello.
- Acompañar con los papines.





CONTRASTE *de Sabores*

Combinaciones inesperadas de sabores, colores y texturas que destacan la creatividad de los chefs más talentosos...

EL CONTRASTE DE SABORES explota con experiencias gastronómicas inesperadas y multisensoriales.

Caliente y frío, picante y dulce – pensemos en el chili y el chocolate, las bombas de umami – como el Salmón Aburi con Salsa de Miso-Ponzu. Estos platos ponen de manifiesto una combinación lúdica de colores y texturas – crocante y masticable, suave y cremoso. Las comidas amargas y ácidas están causando impresión, con distintos tipos de cítricos como el yuzu y el calamondín. Esta tendencia asalta los sentidos y es realmente inolvidable.

En Madrid, Javi Estévez, el chef del **Restaurante El Lince**, ha creado platos como Arroz de Pato, Magret de Pato y Mayonesa de Chipotle y Flan de Queso, Regaliz y Remolacha. En Shanghái, **Ultraviolet** ofrece una experiencia gastronómica de inmersión con elementos multisensoriales y audiovisuales que complementan los platos.

Ingredientes principales: Cilantro, Maracuya, Jengibre, Lemongrass, Chile.
Técnicas principales: Marinar, asar a la parrilla, condimentar, crudo, asado.



Colores, texturas, sabores y una presentación que sorprenden, este plato fue pensado para ser **una especialidad en la carta y estimular a los comensales a traves de los sentidos.**

Chef Uriel Solimei
Chef-Argentina
@chefsufsarg



Trío de Chupitos

DE *Uriel Solimei*



INGREDIENTES

GAZPACHO CON PEZ BLANCO

Base de tomate deshidratado Knorr 75gr

Agua para la base de tomate 750ml

Pepino 300gr

Morrón rojo 150gr

Echalote 75 gr

Vinagre de vino 30ml

Aceite de oliva c/n

Cilantro c/n

Aderezo Vinagreta Balsamica Hellmann's

Pez blanco 500gr

Rebozador total Knorr 150gr

SOPA DE MAÍZ Y QUESO ATUEL

Sopa crema de choclo Knorr 90gr

Agua para la sopa 1500ml

Queso Philadelphia 300 gr

Queso Atuel 750gr

Aceite de girasol c/n

Piña c/n

Paprika ahumada c/n

SOPA DE ARVEJAS Y PEPINO DULCE

Sopa Crema de Arvejas con Jamón Knorr 90gr

Agua para la sopa 1500ml

Cebolla 100 gr

Tomate Cherry 150gr

Tomillo fresco c/n

Pepinillos agridulces 150gr

Aceite de oliva c/n

MÉTODO

PARA EL GAZPACHO CON PEZ BLANCO

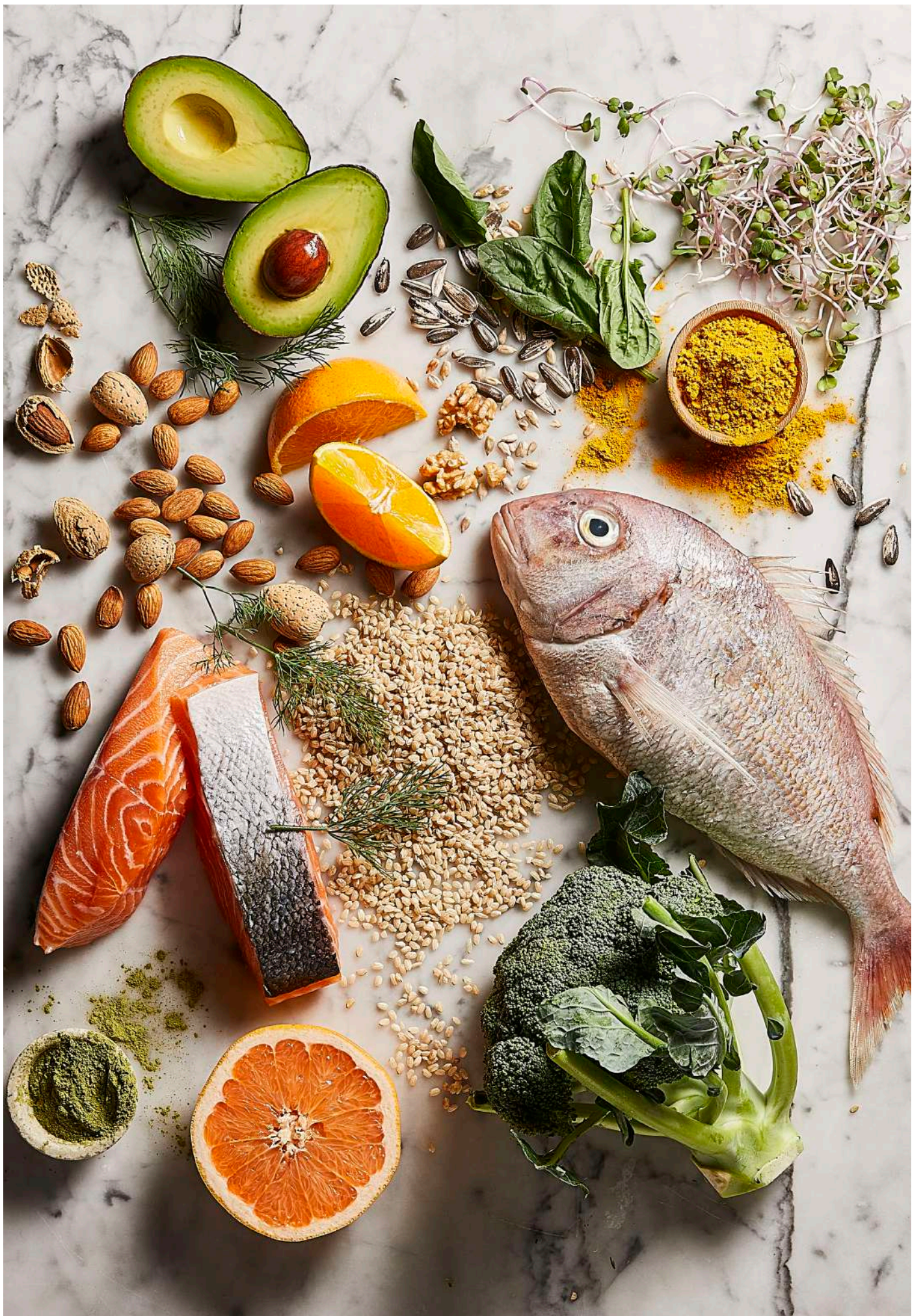
- Cortar el pescado en cubos de 3cm de lado. Sumergir en agua y pasar por el **Rebozador Total Knorr**. Reservar hasta 2 minutos antes de servir el shot. Antes de servir, en una sartén con un poco de aceite de oliva dorar los cubos de pescado rebozados.
- Para el shot preparar la **Base de tomate deshidratado Knorr** según las indicaciones del paquete. Incorporar el pepino, echalote, el Morrón y el aceite de oliva.
- Licuar y servir decorando con el cilantro picado y unas gotas del aderezo **Vinagreta Balsamica Hellmann's** Opcional Ají picante Knorr para el Gazpacho. Emplatar.

PARA LA SOPA DE MAÍZ Y QUESO ATUEL

- Preparar la sopa crema de **choclo Knorr** según las indicaciones del paquete. Rayar el queso Atuel e incorporar a la sopa solo la mitad de este. Reservar.
- Mezclar el resto del queso Atuel con el queso Philadelphia. Reservar en frío hasta su uso.
- Cortar la piña en trozos pequeños y dorarlos con ayuda de un poco de aceite de girasol. Cuando la piña alcance el color deseado espolvorear con paprika ahumada.
- Emplatar acompañando la sopa con un trozo de piña y un copo de la crema de queso.

PARA LA SOPA DE ARVEJAS

- Preparar la **Sopa Crema de Arvejas con Jamón Knorr** según las indicaciones del paquete.
- Picar y dorar la cebollas sobre una sartén con aceite de oliva. Una vez dorada, incorporar a la sopa.
- Corta en finas laminas el el pepinillo agridulce para luego junto al tomate confitados, guarnecer el plato.
- Cortar los tomates en finas rodajas, sazonarlos con tomillo y con ayuda de un poco de aceite llevar en una placa a horno 150°C.





COMIDA PARA *Sentirse Bien*

Platos positivos y sabrosos que estimulan la mente, el cuerpo y el espíritu...

“LA COMIDA PARA SENTIRSE BIEN

tiene que ver con la vitalidad. La clave es la diversidad y el equilibrio en lo que comemos”. Ria van der Maas, Gerenta de Nutrición Global.

Los comensales que optan por una alimentación sana quieren tener experiencias gastronómicas saludables y sabrosas. Esto se puede lograr creando una serie de opciones de menú usando ingredientes que estimulen la inmunidad y técnicas que mantengan el valor nutricional.

Esto se puede lograr al elegir ingredientes alternativos que tengan menos grasas saturadas, cortes de carne más magros, y al crear versiones más ligeras de salsas untuosas.

Tordesilhas en São Paulo, se destaca por reinventar platos brasileños clásicos. Su Baião de Dois (arroz y porotos) fue recreado usando puré de zapallo y kale.

Ingredientes principales: Arroz Yamani, Palta, Semillas, Brocoli, Citricos.
Técnicas principales: Fresco, marinado, al vapor, hervido, salteado.

Medallón vegetariano **de Tofu y zucchini con mayonesa de mostaza**

DE *Jimena Solís*





“El tofu es un alimento de origen vegetal obtenido a través del procesamiento del grano de la soja. Esta es la legumbre más consumida en todo el mundo en gran parte debido a su importancia en diferentes países asiáticos. **Uno de los grandes puntos fuertes del tofu es su aporte de proteínas, que si bien es de origen vegetal, se la considera de alto valor biológico por contener todos los aminoácidos esenciales que nuestro cuerpo necesita. Además, es fuente de minerales, como el calcio y el hierro.**

Chef Jimena Solis
Coordinadora de Chefs- Argentina
@chefsufsarg

INGREDIENTES

MEDALLÓN

Cebollas 2

Dientes de ajo 4

Zucchini 600g

Tofu 400g

Garbanzos cocidos 300g

Perejil 20g

SALSA DE TOMATE

Cebolla roja 1

Chile rojo 1

Tomate Cherry rojo 250g

Tomate Cherry amarillo 250g

Vinagre de Jerez 25g

Albahaca fresca 7g

ADEREZO

Hellmann's Vegana 100 g

Savora 25g

ADEREZO

Lechuga

Canónigos

MÉTODO

MEDALLÓN:

- Sofreír la cebolla y el ajo picados muy finos en aceite de oliva. Añadir el zucchini y el tofu también en trozos muy finos, cocinar hasta que prácticamente toda la humedad se haya evaporado y dejar enfriar.
- Triturar los garbanzos hasta que tengan la textura de un puré y mezclar con la base de verduras. Condimentar con pimienta, aceite de oliva y perejil picado muy fino.
- Pasar la mezcla a un molde redondo para conseguir un medallón consistente de aproximadamente 100 g.

SALSA DE TOMATE:

- Sofreír la cebolla y el chile picados muy finos.
- Cortar los tomates en mitades y echarlos en la sartén ya caliente. Verte el vinagre de Jerez y condimentar con la albahaca cortada en "chiffonade", y pimienta.
- Dejar enfriar

ADEREZO:

- **Mezclar mayonesa Hellmann's Vegana y Savora.**

PRESENTACIÓN:

- Hornear el medallón de tofu en el horno. Abrir el pan de hamburguesa y tostarlo en una sartén con la parte de corte hacia abajo.
- Montar la hamburguesa, empezando con la salsa de tomate y el medallón de tofu encima y cubrir con la mayonesa de mostaza y la ensalada.



Como el tofu es de sabor neutro, admite una combinación de ingredientes inmensa.





COMPARTIR 2.0

Una celebración de la vida, donde la comida hace que las personas se reúnan... y todos están invitados.

COMPARTIR 2.0 se trata de conectarse con otros en torno a platos generosos que alimentan el alma.

Muchas cocinas del mundo se basan en la cultura del compartir. Pensemos en los guisos, los embutidos, y los estofados, los asados coreanos, el mezze en Grecia, las tapas en España y el rodizio en Brasil por mencionar algunos. Es una recuperación muy necesaria para todos, de los estilos de vida en todo el mundo.

Esta tendencia nutre no solo el cuerpo con alimentos fantásticos sino también el corazón con personas fantásticas.

Blood Bros BBQ en Houston ofrece un menú de catering para sus clientes durante las festividades, por ejemplo, pato entero en salmuera de té, aderezo de pan de maíz, arroz frito con falda de res, choclo cremoso con jalapeños y col rizada con ensalada de ambrosía.

Ingredientes principales: Quesos locales, morrones, cebollas, carnes.
Top Techniques: Asar, Hornear, Crudo, Tostar.



“Los buñuelos son una gran opción para compartir, y con estos dips diferentes ¡aún más!, en este caso elegí las remolachas por **su color estimulante y su sabor dulce, y usamos todo el vegetal para no desperdiciar nada.**”

Chef Paula Alarcon
Chef - Argentina
@chefsufsarg

Buñuelos de Tallos y Hojas de Remolacha

DE *Paula Alarcon*



INGREDIENTES

BUÑUELOS

Tallos y Hojas de Remolacha 750g

Cebolla de Verdeo 250g

Morrón Rojo 250g

Cilantro 50g

Dientes de ajo 2un

Pimienta c/n

Pimentón Ahumado c/n

Aceite de Oliva Extra Virgen c/n

Huevo 5un

Avena Instantánea c/n

SALSA PICANTE

Ketchup Hellmann's 240g

Jalapeños Frescos c/n

Vinagre de Sidra de Manzana 40ml

Semillas de Sésamo Negro 5g

ADEREZO DE HIERBAS

Hellmann's Clásica 240g

Mix de Hierbas Frescas 15g

Pepinillos Agridulces en Brunoise 20g

Cebolla en Polvo 10g

Mostaza Savora 10g

ADEREZO DE PALTA Y JENGIBRE

Hellmann's Suave 240g

Palta Hass 2un

Jugo de Lima 60ml

Jengibre Rallado 4g

Pimienta c/n

MÉTODO

BUÑUELOS

- Picar todos los vegetales. Sudar en aceite de oliva los tallos de remolacha, la cebolla de verdeo, el ajo y el morrón y luego enfriarlos.
- Colocar los vegetales cocidos en un bowl, agregar las hojas de remolacha y el cilantro, condimentarlos a gusto. Por último, sumar el huevo y mezclar bien. Darle reposo en frío para que la preparación quede teñida del color de la remolacha.
- Agregar de a poco avena hasta que la consistencia de la mezcla permita armar buñuelos redondas con las manos. Colocar en una asadera aceitada y hornear a 180°C.

SALSA PICANTE

- Mezclar el **Ketchup Hellmann's** con el vinagre, añadir las semillas de sésamo y jalapeños cortados en finas rodajas. Al servirlo, decorar con más rodajas de jalapeño.

ADEREZO DE HIERBAS

- Mezclar la **Mayonesa Hellmann's Clásica** con las hierbas bien picadas, los pepinillos, la cebolla en polvo y la Mostaza Savora.

ADEREZO PALTA Y JENGIBRE

- Procesar con un mixer todos los ingredientes.





PROTEÍNAS

Conscientes

Esta tendencia toma en cuenta la diversificación para incluir diferentes fuentes de proteína.

“Las proteínas conscientes toman en cuenta la diversificación para incluir diferentes fuentes de proteína. Esto no solo reduce los costos, sino que también hace que los platos sean mejores para los comensales y para el planeta”.

- Sana Minhas, Nutricionista, Unilever.

El auge de fuentes alternativas de proteínas solo supone una mayor variedad al planificar un menú y una mayor posibilidad de crear más opciones para un grupo más amplio de comensales. Usando fuentes de proteínas de plantas como porotos, legumbres, leguminosas, tofu y sustitutos de la carne de origen vegetal, se reduce la huella ambiental del plato.

Yardbird en Hong Kong, se especializa en yakitori (pollo en brocheta) pero ahora ofrece deliciosos platos de origen vegetal, como Tempura de Hongos Maitake y Coliflor Frito Coreano con Yuzu, Chili y Lima.

Ingredientes principales: Nueces, legumbres, Tofu, alternativas a la carne.
Técnicas principales: Asar, hervir, marinar, estofar.



“A medida que aumenta en la sociedad la conciencia sobre la forma en la que nos alimentamos, los chefs nos vemos desafiados a traer cada vez más opciones a base de plantas **y ser más selectivos en el uso de la proteína de origen animal, buscando fuentes sustentables.**”

Chef Uriel Solimei

Chef - Argentina

@chefsufsarg



Hamburguesa de hongos con salsa vegana de remolacha

DE *Uriel Solimei*



INGREDIENTES

Pan para hamburguesa Brioche 10 un

Portobellos frescos 300gr

Gírgolas enteras y frescas 300gr

Hongos de pino secos 300 gr

Hongos Shitakes 300gr

Cucharadas Miso en pasta 150gr

Semillas de girasol 200gr

Cebolla 500 gr

Aceite de Oliva c/n

Perejil picado c/n

Ajo en polvo c/n

Pimentón ahumado c/n

PARA EL ADEREZO DE REMOLACHA

Hellmann's Vegana 500gr

Remolacha cocida 300gr

Limón Asado 1u

MÉTODO

PARA PREPARAR LA HAMBURGUESA

- Limpiar los hongos frescos y luego cortarlos en cubos pequeños.
- Hidratar los hongos de pino y los Hongos Shitakes con agua tibia y dejar reposar.
- Aparte limpiar los hongos frescos con un paño húmedo y luego cortarlos en cubos pequeños.
- Escurrir los hongos previamente hidratados y luego cortarlos en cubos pequeños. Por otro lado, procesar en seco las semillas de girasol para generar una harina de semillas, procurando de no procesar más de 3 a 4 segundos, para evitar que se apelmace o se formen grumos.
- En un recipiente mezclar los hongos frescos cortados, los hongos secos picados, el miso, la cebolla picada y el perejil fresco.
- Condimentar con ajo en polvo, pimentón ahumado.
- Agregar la harina de girasol, la materia grasa y amalgamar los ingredientes. De ser necesario corregir la humedad de la masa con un poco de harina de girasol. Mezclar nuevamente e integrar mecánicamente todos los ingredientes hasta formar una mezcla homogénea.
- Dar forma a las hamburguesas y moldear en aros de 9 centímetros de diámetro. Luego colocarlas en una placa previamente pincelada con aceite para evitar que se peguen.
- Hornear las hamburguesas en horno fuerte, entre 15 y 20 minutos o hasta que estén doradas.

PARA EL ADEREZO

- Con la ayuda de un Mixer procesar **Hellmann's Vegana** junto a la remolacha.
- Para la guarnición: Aprovechar las hojas de la remolacha agregando alguna otra hoja verde a elección. Aderezar con jugo de limón asado, aceite de oliva y parte del aderezo de remolacha.

UFS

ingredientes

Estos productos fueron elegidos por los chefs colaboradores y se usaron en las recetas de este informe.

A menudo hay productos equivalentes en países donde opera UFS.

Si necesitas ayuda no dudes en contactarte para que nuestro equipo de chefs pueda ayudarte a encontrar productos sustitutos.

para más información

visite

UFS.COM



Hellmann's Vegana

Salsa Barbacoa Hellmann's

Hellmann's Suave

Alioli Hellmann's

Vinagreta Balsamica Hellmann's

Ketchup Hellmann's

Hellmann's Clasica

Mostaza Savora

Base de Tomate deshidratado Knorr

Salsa Demiglaze Knorr

Papas deshidratadas en escamas Knorr

Caldo para saborizar de Verduras Knorr

Rebozador Total Knorr

Sopa Crema de Choclo Knorr

Sopa Crema de Arvejas con Jamón Knorr

Tiramisú y Cheesecake Carte D'Or



Unilever
Food
Solutions



CARTE D'OR





SOBRE nosotros

Nutrition | Unilever

hacé clic aquí para obtener más información sobre **Force for Good In Food.**

Climate action | Unilever

Hacé clic aquí para obtener más detalles sobre nuestro compromiso **Net Zero Com commitment.**



UFS ofrece ingredientes profesionales, innovadores y de alta calidad, y servicios de valor añadido creados por más de 250 chefs profesionales, cubriendo cincuenta cocinas en 200 millones de platos al día.

Las marcas de UFS incluyen **Knorr Professional, Hellmann's, The Vegetarian Butcher** y **Carte d'Or Professional**, entre otras, todas creadas por Chefs para Chefs.

Con el lanzamiento de nuestro Informe de "Menús del Futuro"; UFS está estableciendo tendencias y ayudando a los chefs a ponerlas en acción en sus menús mediante recetas, técnicas y formación. Nuestras deliciosas soluciones para menús están inspiradas por las tendencias y las expectativas de los comensales, para tener hoy en día la inspiración necesaria para que el menú esté fresco y listo para mañana.

Como parte de Unilever, uno de los mayores fabricantes de productos alimentarios del mundo, UFS reconoce su rol clave para mejorar la dieta mediante la nutrición positiva y reducir el impacto ambiental en la cadena alimentaria global. Todo esto contribuye a un plan más amplio con respecto a los compromisos de Future Foods. Los 'Menús de Futuro' brindan un espacio adicional para lograr una mayor sostenibilidad y servicio alimentario, empoderando a los profesionales de la cocina e inspirando los platos de hoy y de mañana.





para más
información

visite
UFS.COM



@ufs.argentina



@unileverfoodsolutionsargentina



@Unilever Food Solutions



El equipo de Chefs de Unilever Food Solutions Argentina (de izq. a der.):
Paula Alarcon, Jimena Solis coordinadora de Chefs y **Uriel Solimei**.

Agradecimiento especial: Sebastian Israelit por la fotografía y a **UStudies Argentina** por la diagramación y el diseño



**Unilever
Food
Solutions**

Menús del Futuro para los Chefs de Hoy

MENÚS *del* FUTURO 2023

Contactate con nosotros



UFS.COM



Unilever
Food
Solutions