



TESORO
CAAO
DE AMERICA

RECETARIO

ÍNDICE

4 Prólogo

Por José López Ganem, miembro de la facultad de la Universidad de Boston y director ejecutivo del Fine Cacao and Chocolate Institute.

8 Bolivia

- 10 Brownie Amazónico
- 12 Torta de Chocolate con Glaseado
- 14 Tarta de Maní y Chocolate
- 16 Pan Dulce

18 Colombia

- 20 Empanadas de Cacao con Relleno de Carne y Café
- 22 Arepuela de Chóclo y Cacao Amargo
- 24 Panceta de Cerdo con Salsa de Cacao
- 26 Natilla de Cacao con Ganache de Chocolate Blanco

28 Costa Rica

- 30 Chocolate con Jengibre
- 32 Terrina de Dos Chocolates
- 34 Carlota de Chocolate

36 Guatemala

- 38 Rellenitos de Plátano y Frijol
- 40 Plátanos en Mole
- 42 Ensalada con Vinagreta de Cacao

44 México

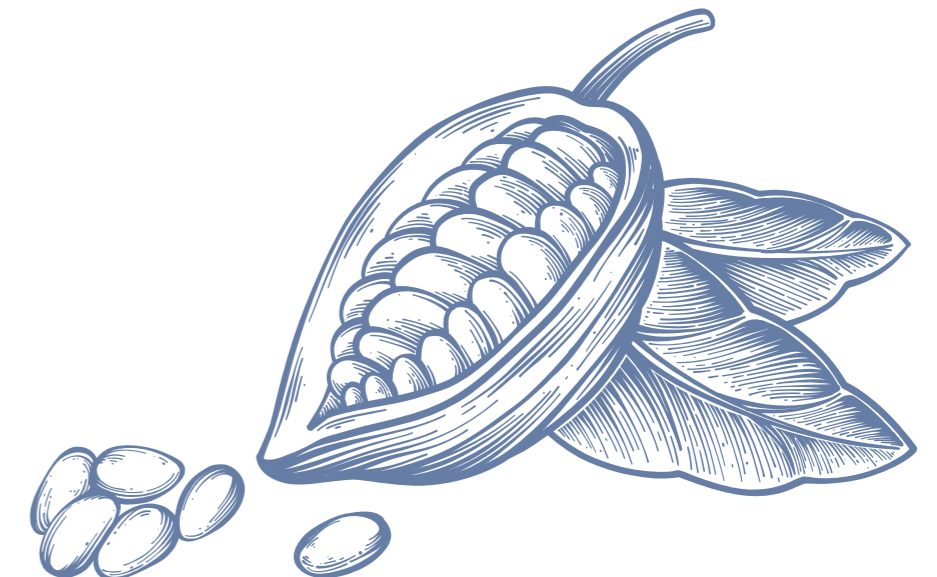
- 46 Mole Poblano
- 48 Polvorones de Chocolate
- 50 Chocolate Caliente
- 52 Filete en Salsa de Cacao con Jerez

54 Panamá

- 56 Arroz con Leche de Coco y Cacao
- 58 Bocado del Rey
- 60 Crema de Cacao

62 Venezuela

- 64 Torta Costa de Oro
- 66 Bao-Yaka
- 68 Panna Cotta de 3 Chocolates



PRÓLOGO



por José López Ganem

Profesor de la Universidad de Boston (BU)
y director ejecutivo del Fine Cacao and Chocolate Institute (FCCI)

El chocolate es una de las cartas de presentación más nobles, útiles y contundentes que comparten las naciones modernas del continente americano.

Todo inicia con el cacao. El uso y consumo de esta semilla – que se da desde la cuenca norte de Mesoamérica hasta la profundidad del Amazonas – se ha producido desde los tiempos más ancestrales de la especie humana y, además, muestra una enorme diversidad. El producto transformado más popular de esta semilla, el chocolate, es solo una variación de la cantidad inmensa de recetas y usos que le han dado los Pueblos Originarios de las Américas.

El cacao tuvo un rol importantísimo en las civilizaciones antiguas del continente americano, a través de dos ángulos: primero, el cacao como árbol, que supone un eje cosmológico para la creación del universo y del ser humano, un símbolo alrededor del cual se justifican los sucesos naturales que rodeaban a las culturas de Mesoamérica; por ejemplo, objetos arqueológicos como la Vasija de Princeton 1 o el Cuenco de Chubu 2 * sirven de evidencia del papel del cacao en la religiosidad de los pueblos ancestrales y originarios. Esos objetos muestran personas elaborando de manera ritual una bebida a base de cacao o un hombre transformándose en un árbol de cacao, respectivamente. Segundo, el cacao como semilla, que funcionaba como moneda en los mercados de la Gran Tenochtitlan (hoy Ciudad de México): podía servir para adquirir un tomate (3 granos), una prenda (12 granos), un guajolote (18 granos), entre otros.

Como curiosidad, los pobladores de Mesoamérica eran muy exigentes con la calidad de los granos de cacao que circulaban como moneda, comida u objeto de culto; estos tenían que

estar limpios, bien fermentados y secados, estar regordetes y tener una cascarilla casi intacta. Mismos estándares y expectativas que tienen las casas chocolateras actuales de gran renombre, en países como Francia o Japón.

Conocemos muchos usos que nuestros ancestros le daban al cacao a través de textos tipo códice o códex, escritos por pobladores originarios mesoamericanos y por misionarios católicos españoles. Asimismo, podemos aprender de la diversidad de usos del cacao por medio de los relatos de viaje de varios europeos que acompañaban la empresa colonial. Por esto, es posible que existan una serie de discrepancias entre la realidad y el relato subjetivo de los observadores, no obstante, lo que podemos asegurar es que el cacao tenía un papel fundamental en la vida diaria y espiritual de las diversas culturas de las Américas.

Algo único de varias áreas del continente es que los usos antiguos (previamente conocidos como prehispánicos o precolombinos) y coloniales del cacao y del chocolate siguen siendo favoritos de muchos. Como ejemplo, podemos nombrar el pozol en el Estado de Tabasco en México, el pinolillo en toda Nicaragua, el chokola peyi en Haití o el chocolate santafereño en la ciudad de Bogotá, en Colombia. Sin embargo, una vez consolidado el sincretismo y dominio europeo sobre las Américas – en particular por los reinos de España y Portugal –, hay aspectos acerca del cacao que cambiaron. Mutó el sentido y el volumen del cultivo, y el comercio y consumo del cacao, de manera que ahora, el papel principal lo tendrá el chocolate.

El apetito local de esta bebida azucarada fue tal que, en algunas regiones, como las nuevas ciudades (Bogotá, Quito, Caracas, Santo Domingo), los sibaritas fueron los más celosos de compartir el cacao local con el mercado europeo. Al mismo tiempo, el aumento de la agricultura intensiva para la producción de materias primas – destino inescapable para muchas naciones hasta hoy – dio pie a la creación de puertos inmensos como Acajutla (El Salvador), Acapulco (México), Cartagena (Colombia), Guayaquil (Ecuador), La Habana (Cuba), Port Royal (hoy Kingston, Jamaica), Puerto Caballero (Venezuela), Puerto España (Trinidad y Tobago) o Veracruz (México), entre otros.

Quizás lo que más conocemos hoy es la historia que se desprende a partir de la importación del cacao a Europa, primero por las casas reales de Borbón (Francia), Braganza (Portugal) y Habsburgo (España y otros países europeos), con ayuda de las órdenes monásticas y de chefs privados. Poco después, iniciaron los primeros talleres privados de chocolate como Á la Mere de Famille en París, Chocolat Ametller en Barcelona o Antica Dolceria Bonajuto en la isla de Sicilia, Italia. Conforme se consolidaba la empresa chocolatera en Europa, se fue produciendo también un aparente desprendimiento de la narrativa e historia de su origen americano.

Vale la pena visitar el trabajo del académico Tatsuya Mitsuda, quien ha investigado la llegada y establecimiento del chocolate a Japón. Contrario a la experiencia europea en América, este ingrediente ya llega elaborado como confección dulce al archipiélago japonés, inspirada por las redes de comercio euro-asiáticas. Mitsuda ubica evidencia de algún consumo de chocolate en el isla-puerto de Dejima, cerca de Nagasaki, en 1797. Sin embargo, tomará hasta finales del

1 Nombrada así por encontrarse en la Universidad de Princeton en los Estados Unidos.

2 Nombrada así por haber sido exhibida en la Universidad de Chubu en Japón.

siglo XIX para el chocolate en Japón comenzase a echar raíz. Por un lado, la Misión Iwakura visita en 1871 la compañía de francesa de chocolates Menier, en donde se hace la notación de que el chocolate es visto como un sinónimo de progreso y modernización. Al mismo tiempo, Youezu Fugetsudo, pastelero de confesiones occidentales (namban-gashi), abre su atelier en Ryogoku, Tokio, convirtiéndose en un pionero de preparaciones extranjeras. Estos hechos fueron las piedras angulares en donde compañías como Morinaga, Meiji, Glico y Fujiya, basarían su creación, expansión y presente éxito.

En la actualidad, regresamos al origen. Desde inicios del siglo XX, chocolateros de todas las latitudes se vieron plagados por preguntas de sus clientes sobre la historia de sus productos, sus prácticas comerciales, sus usos culturales o las condiciones de los productores de cacao y azúcar, por mencionar algunas. Estas inquietudes se han dado en las colecciones Grand Cru de maîtres chocolatiers franceses como Bernachon y Bonnat, pero también en los chocolateros históricos que han producido chocolate en países productores de cacao, entre los que destacan Chocolate Cortés (Puerto Rico), Chocolates Granada (Guatemala), la Compañía Nacional de Chocolates (Colombia), El Rey (Venezuela), La Cubana (México) o La Ibérica (Perú). Junto con el auge emprendedor de estas manufactureras, la comunidad académica comenzó a rescatar y contextualizar el origen del compendio gastronómico de las naciones americanas actuales.

Llegado el siglo actual, este movimiento por rescatar y mejorar la calidad del cacao y del chocolate continúa. El epicentro de estas acciones ha sido, sin duda, los cacaoteros y chocolateros "bean-to-bar" o "del grano a la barra" de las Américas. Incluso chefs de los mejores restaurantes de occidente – vienen a la mente los multi-galardonados René Redzepi y Shinobu Namae – han tenido residencias temporales en cocinas cerca de cacaotales o ingenios azucareros, con el objetivo de

ofrecer una experiencia gastronómica que, en trece o catorce tiempos, conteste una serie de interrogantes. Entre los gastro-literatos, conceptos como cacao Nacional (presente en Ecuador y Perú) o Beniano (en la Amazonia boliviana) – llamados así por genética o por propietarios del cacao – ya no son foráneos. El auge de compañías latinoamericanas en los mercados saturados de Europa, Estados Unidos y Japón, como los casos de Cacao Hunters de Colombia, Dengo de Brasil, o República del Cacao de Ecuador, es motivo de orgullo e indicador de la nueva mentalidad del consumidor de chocolate. El turismo culinario, en su iteración más reciente, ofrece visitas alrededor del festival Cacao para Todos en Ciudad de México, o al Salón du Chocolat en Lima. La oferta obedece a la demanda, además se convierte en sinónimo de una identidad compartida.

En Japón, Jeana Cadby nos invita a mirar el caso de la naciente industria de chocolateros "craft" o artesanales. Por ejemplo, sabemos por este estudio que los tres orígenes de cacao más utilizados en el subsegmento del mercado chocolatero son Vietnam, Perú y Madagascar; solo uno representado al continente americano. Aunado a esto, sabemos que los precios más elevados por gramo de chocolate los comandan productos a base de cacao originario de Trinidad y Tobago, Granada, Haití y Belice; todos países del Caribe, pero fuera de la esfera hispano o luso parlante.

En el sector chocolatero industrial, conocemos los datos recientes del Ministerio de Comercio, sabemos que el principal socio comercial de Japón en cacao es Ghana (74.5% del total) – tercer líder en producción de cacao mundial –, seguido por una lista enorme de países americanos como Ecuador (12.7%), Venezuela (5.28%), República Dominicana (1.91%) y Brasil (1.47%). Esta estadística, apunta Cadby, es alentadora para todo aquel que busca aprovechar el crecimiento acelerado, propio del siempre informado y participativo consumidor japonés.

Hemos regresado a una intersección histórica en la que el chocolate reclama más diversidad: ser más que una barra, confección o bebida dulce. "El chocolate es alimento" reclaman los cacaoteros mexicanos y guatemaltecos. Documentos como el que se explora aquí quedan como testimonio histórico del esfuerzo presente que entre naciones hermandadas, gracias a una realidad compartida, para que llegue a todas las culturas amigas.

La tarea diplomática siempre ha tenido línea directa con la cocina. El chocolate, amado en todo el mundo, siempre tendrá, sin embargo, un acento americano.

Boston, Massachusetts, 6 de julio de 2024



Nota del autor

* El Cuenco de Chubu llegó al Fine Cacao and Chocolate Institute en Boston, Massachusetts en mayo de 2024 para iniciar un proceso de repatriación a México. Esto es parte de un esfuerzo que rige el con el Instituto Nacional de Antropología e Historia (INAH) y la Secretaría de Relaciones Exteriores (SRE), con el que FCCI quiere – en parte – apoyar al Museo y Centro Cultural "La Cacaotera" de Tabasco. Nuestro esfuerzo busca repatriar (o rematriar) patrimonio histórico a diferentes culturas ancestrales u originarias a lo largo de Mesoamérica y Sudamérica que han celebrado el cacao y chocolate en varias partes de su historia.

Bibliografía

Brown, A. L., Bakke, A. J., & Hopfer, H. (2020). Understanding American premium chocolate consumer perception of craft chocolate and desirable product attributes using focus groups and projective mapping. *PloS One*, 15(11), e0240177–e0240177. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240177>

Cadby, J., y Araki, T. (2022). The recent rise of craft chocolate in Japan: A 2019 snapshot. *Journal of Agriculture and Food Research*, 7, 100273. <https://doi.org/10.1016/j.jafr.2022.100273>

Caso Barrera, L. (coord.) (2016). *Cacao, producción, consumo y comercio: del período prehispánico a la actualidad en América Latina*. Iberoamericana Editorial Vervuert

Coe, S. D. y Coe, M. D. (2013). *The true history of chocolate* (Third edition.). Thames & Hudson.

Mitsuda, T. (2014). From Reception to Acceptance: Chocolate in Japan, c. 1870–1935. *Food & History*, 12(1), 175–200. <https://doi.org/10.1484/J.FOOD.5.105148>

Norton, M. (2008). *Sacred gifts, profane, pleasures: a history of tobacco and chocolate in the Atlantic world*. Cornell University Press.

Schwartzkopf, S. y Sampeck, K. E. (eds.) (2017). *Substance and seduction: ingested commodities in early modern Mesoamerica*. University of Texas Press.



© PANDO

© BENI

© LA PAZ

© COCHABAMBA ©

SANTA CRUZ ©

BOLIVIA

LOS PRINCIPALES DEPARTAMENTOS PRODUCTORES DE CACAO

Enclavado en el corazón de América del Sur, Bolivia emerge como un epicentro del cacao de calidad excepcional. Su reconocimiento internacional, especialmente en el año 2021 al ser catalogado entre los 50 mejores cacaos del mundo, subraya su importancia en la industria del chocolate. Las regiones subtropicales de Beni, Pando, La Paz, Cochabamba y Santa Cruz son los viveros de este cacao, gracias a su clima húmedo y cálido. A lo largo de los años, los agricultores bolivianos han refinado sus técnicas de cultivo, abrazando prácticas sostenibles que protegen la biodiversidad. Muchos de estos agricultores son pequeños productores que operan en cooperativas, lo que les otorga una mayor capacidad de negociación en el mercado global.

El cacao boliviano, conocido como el "Cacao Silvestre", se erige como uno de los tesoros más antiguos y codiciados del mundo. Sus granos, de tamaño reducido y color púrpura oscuro, son eminentemente valorados por su sabor complejo, con notas de frutas, flores y nueces. Esta singularidad ha atraído la atención de chocolateros de todo el mundo, quienes eligen el cacao boliviano para dar vida a sus creaciones más exquisitas. No es sorprendente que la industria chocolatera boliviana haya florecido en los últimos años, experimentando un crecimiento constante en la exportación tanto de cacao como de productos terminados. El cacao boliviano ha logrado consolidarse como un ingrediente relevante en la escena gastronómica mundial.





BROWNIE AMAZÓNICO

Chef Yanine Reyes Ortiz Rodriguez

Una delicia que nos conecta con el aprecio por la riqueza del Amazonas y su capacidad para transformar ingredientes en texturas sorprendentemente deliciosas.

INGREDIENTES

 20 porciones  55 minutos

Huevos	4
Azúcar	340 gr
Mantequilla sin sal	150 gr
Chocolate	200 gr
Harina todo uso	180 gr
Cacao Beniano	30 gr
Almendra Amazónica	60 gr
Grageas de café	60 gr

PREPARACIÓN

Inicie disolviendo el azúcar junto con los huevos utilizando un baño maría. Esta técnica permitirá crear una mezcla suave y sedosa sin que los huevos se cuezan. Una vez disueltos, vierta la preparación en una batidora. Encienda a velocidad media y continúe mezclando hasta que la combinación tenga un tono más claro o blanquecino.

En un recipiente aparte, proceda a derretir el chocolate y la mantequilla. Una vez derretidos, incorpórelos lentamente en la mezcla de huevos y azúcar. Mezcle hasta que la preparación adquiera una textura homogénea.

Tamice la harina y el cacao para evitar grumos y asegurar una consistencia suave. Con movimientos envolventes, incorpórelos a la preparación. Use una espátula y asegúrese de no sobrebatar para mantener la aireación. Añada la almendra amazónica previamente picada y las grageas de café. Mezcle delicadamente.

Vierta la mezcla en el molde adecuado y coloque en un horno previamente precalentado a 180°C. Hornee durante 22 minutos o hasta que observe un craqueo en la parte superior. Retire del horno, deje enfriar, y corte en porciones para servir.



TORTA DE CHOCOLATE CON GLASEADO

Chef Yanine Reyes Ortiz Rodriguez

Esta torta rinde homenaje a la pasión de Bolivia por el cacao, mezclando la suavidad del glaseado con la intensidad del cacao en un dulce abrazo.

INGREDIENTES



12 porciones



85 minutos

Para el Mousse de Chocolate

Yemas	3 u
Azúcar	75 gr
Extracto de vainilla	5 ml
Gelatina sin sabor	13 ml
Agua	65 gr
Chocolate	250 gr
Leche	75 ml
Zumo de Maracuyá	50 ml
Tintura de café	20 ml
Crema de leche	250 ml

Para el Geleé de Maracuyá

Pulpa de maracuyá	250 ml
Azúcar	40 gr
Gelatina sin sabor	4 gr
Agua	50 ml

Para el Bizcochuelo de Cacao

Yemas	30 gr
Huevos	75 gr
Azúcar	50 gr
Claras	50 gr
Azúcar	30 gr
Harina floja	23 gr
Cacao	23 gr

Para el Glaseado Espejo

Crema de leche	120 ml
Azúcar	180 gr
Agua mineral	145 gr
Cacao en polvo	60 gr
Gelatina sin sabor	5 gr

PREPARACIÓN

Empezamos con el mousse de chocolate, hidrata la gelatina para evitar grumos y luego derrite el chocolate con leche tibia, agregando jugo de maracuyá y extracto de café. Por separado, mezcla las yemas, el azúcar y el extracto de vainilla a baño maría para crear la mezcla "bomba". Combina la mezcla "bomba" con el chocolate, incorpora la crema batida y la gelatina hidratada.

Para el geleé de maracuyá, hidrata la gelatina y mézclala con pulpa de maracuyá y azúcar, llevándola a ebullición. Después de enfriar un poco, agrega la gelatina rehidratada y congela la mezcla en un molde de 10 cm.

Empieza el bizcochuelo, bate huevos, yemas y azúcar hasta obtener una mezcla con la consistencia de "letra". Bate las claras de huevo con azúcar hasta formar picos firmes, luego incorpora capas alternadas de ingredientes secos y claras batidas. Extiende la masa en una bandeja para hornear y hornea.

Seguimos con el glaseado espejo. Hierve crema, azúcar y agua, luego agrega cacao en polvo. Enfría un poco, añade gelatina previamente hidratada y cuela.

Al momento de ensamblar coloca capas de mousse, geleé congelado, mousse restante y bizcochuelo de cacao. Congela y luego glasea.





TARTA DE MANÍ Y CHOCOLATE

Chef Yanine Reyes Ortiz Rodriguez

Una sinfonía de sabores se despliega en esta Tarta de Maní y Chocolate, donde se nos lleva de la mano a través de la rica tradición culinaria de Bolivia.

INGREDIENTES



12 porciones



125 minutos

Para la Masa de Chocolate

Mantequilla	150 gr
Azúcar impalpable	115 gr
Yemas	45 gr
Harina floja	220 gr
Cacao en polvo	30 gr
Extracto de vainilla	5 ml

Para el Ganache de chocolate y café

Crema de leche	300 ml
Chocolate	300 ml
Azúcar	30 gr
Café liofizado (instantáneo)	15 gr
Mantequilla sin sal	80 gr

Para el Cremoso de Caramelo

Gelatina sin salvar	3 gr
Agua	15 ml
Azúcar	115 gr
Glucosa	115 gr
Crema de leche	160 ml
Sal gruesa	2 gr
Extracto de vainilla	5 ml
Mantequilla sin sal	55 gr

Para el Ganache de Maní

Chocolate blanco 200 Gr	200 gr
Crema de leche 100 ML	100 ml
Crema de maní 100 Gr	100 gr

PREPARACIÓN

Para la base de la masa, cremamos la mantequilla con azúcar impalpable hasta que quede blanquecina. Luego, incorporamos las yemas y la vainilla. Añadimos los ingredientes secos sin amasar, solo hasta integrar, y refrigeramos la masa durante 30 minutos. Estiramos la masa, la colocamos en el molde de la tarta y horneamos a 180 grados Celsius durante 20 minutos.

Para el ganache de maní picamos el chocolate y lo reservamos. Hervimos la crema de leche y la vertemos sobre el chocolate, mezclando hasta obtener una consistencia homogénea. Agregamos la crema de maní, mezclamos y reservamos.

Seguimos con el cremoso de caramelo, hidratamos la gelatina en agua y reservamos. En una cacerola, caramelizamos el azúcar. Luego, calentamos la crema de leche con glucosa y la vertemos sobre el caramelo. Agregamos vainilla, mantequilla y sal, y reservamos.

Por último el ganache de chocolate y café, picamos el chocolate y lo reservamos. Calentamos la crema de leche con azúcar y café, y la vertemos sobre el chocolate. Mezclamos hasta obtener una consistencia homogénea, luego añadimos la mantequilla y reservamos.

Una vez todo listo, rellenamos la tarta con una capa de ganache de maní, una fina capa de cremoso de caramelo y terminamos con ganache de chocolate y café.



PAN DULCE

Chef Yanine Reyes Ortiz Rodriguez

Regresa en el tiempo con el Pan Dulce, un exquisito pan que nos lleva a explorar la herencia culinaria boliviana.

INGREDIENTES



12 porciones



95 minutos

Para el Pre fermento

Leche	200 ml
Levadura fresca	23 gr
Harina de fuerza	80 gr
Azúcar	15 gr

Para el Ganache de praliné

Praliné de castaña	150 gr
Crema de leche	50 ml
Chocolate	150 gr

Para la Masa

Pre fermento	1
Yemas	4
Azúcar	65 gr
Sal	5 gr
Harina de fuerza	300 gr
Ralladura de limón	1
Mantequilla	65 gr

PREPARACIÓN

Comienza con el pre fermento. En una jarra mezcla todo con leche tibia y deja que fermente 3 veces, cada vez que fermente bajamos con ayuda de una cuchara. Para el ganache calienta la crema de leche y mézclala con el praliné hasta lograr una consistencia uniforme. Luego, derrite el chocolate y añádelo. Finalmente, cubre con papel film y reserva en la nevera.

Para la masa agrega el pre fermento como base. Luego, vierte las yemas, el azúcar, la ralladura de limón, la sal y la harina en un recipiente. Mezcla con movimientos envolventes hasta que los ingredientes estén bien incorporados. Amasa la mezcla e integra gradualmente la mantequilla con las manos. Continúa amasando hasta que obtengas una masa suave, elástica y que no se adhiera a la superficie de trabajo. Forma una bola con la masa y déjala reposar para que leude.

Después de que la masa haya leudado, desgasifícala con los dedos y divídela en dos partes iguales. Estira cada una de estas partes en forma de rectángulos delgados con un espesor de 0.4 milímetros. Coloca una fina capa de ganache de praliné sobre uno de los rectángulos y luego coloca el otro encima. Enrolla la masa en un rollo y colócala en un molde de pan. Deja que la masa fermente durante 30 minutos.

Finalmente, pinta la superficie con huevo batido y una pizca de sal. Asegúrate de colocar papel pergamino hacia arriba, ya que la masa continuará creciendo. Lleva el molde al horno precalentado a 160 grados centígrados y hornea durante 20 minutos. Después, retira el papel pergamino y continúa horneando por 12 minutos adicionales. ¡Listo para disfrutar!





COLOMBIA

LOS PRINCIPALES DEPARTAMENTOS
PRODUCTORES DE CACAO

Colombia, una nación con raíces que se hunden en la Amazonía, se erige como un bastión del cacao excepcional. Su ubicación en un país megadiverso, con una variedad de ecosistemas y altitudes, permite categorizar su cacao como "cacao fino de aroma". Los límites de su versatilidad están solo limitados por la imaginación de productores y chefs, cuya creatividad se refleja en una amplia gama de preparaciones que aprovechan al máximo las cualidades únicas del cacao.

El uso del cacao es una parte cotidiana de la vida en todo el país, ya sea en bebidas, recetas dulces o saladas. Esto demuestra la versatilidad y la riqueza del cacao en la cultura culinaria y geografía colombianas.



EMPANADAS DE CACAO CON RELLENO DE CARNE Y CAFÉ

Profesor Felipe Castilla Corzo
Universidad de La Sabana, Colombia

Combinando el amor del país por la cocina a base de maíz con la sutil dulzura del cacao, estas empanadas encarnan la fusión de sabores atesorados por generaciones.

INGREDIENTES



6 porciones



60 minutos

Para el Relleno

Carne de res molida	150 gr
Cebolla larga	100 gr
Tomate maduro	100 gr
Pimentón dulce	50 gr
Agua	20 ml
Café en grano	5 gr
Sal	5 gr
Pimienta negra	2 gr

Para la Masa

Maíz trillado amarillo	200 gr
Cacao	50 gr
Sal	5 gr
Aceita de fritura	5 gr

PREPARACIÓN

Comenzaremos con la masa. Primero, hidrate el maíz en 450 ml de agua por un período de 12 horas. Pasado el tiempo, cocine el maíz a fuego medio durante 40 minutos hasta que esté tierno. Una vez cocido, retírelo y muélalo junto al cacao y la sal. Mientras amasa, incorpore el aceite poco a poco hasta obtener una masa uniforme que no se adhiera a las manos. Permita que esta masa repose durante 30 minutos.

Ahora, para el relleno, pique finamente todos los vegetales y proceda a sofreírlos junto con la carne a fuego bajo. Esta mezcla debe cocinarse durante 30 minutos, asegurándose de revolver de vez en cuando. Paralelamente, prepare una infusión con el café, vertiendo agua hirviendo sobre él. Deje reposar por 5 minutos y luego

cuele. Añada esta infusión de café al sofrito y deje que el líquido se evapore. Ajuste de sal y pimienta según prefiera.

Con la masa lista, forme bolitas de unos 45 gramos cada una. Aplane cada bolita sobre una superficie engrasada, obteniendo un círculo. Coloque el relleno en el centro de estos círculos de masa. Doble la masa por la mitad, formando una medialuna y selle los bordes con sus dedos.

En una sartén con aceite vegetal caliente, fría cada empanada a 180°C. Cocine cada lado hasta que estén doradas y crujientes. Retire y coloque sobre papel absorbente para eliminar el exceso de grasa.



AREPUELA DE CHÓCLO Y CACAO AMARGO

Profesor Felipe Castilla Corzo
Universidad de La Sabana, Colombia

Obra maestra culinaria que rinde homenaje a la tradición maicera de Colombia y su afinidad por el cacao fino. Nos conecta con el corazón de la agricultura colombiana y la comida reconfortante irresistible.

INGREDIENTES



4 porciones



30 minutos

Harina de maíz dulce (choclo)	100 gr
Nips de cacao	30 gr
Leche	70 ml
Agua	30 ml
Queso doble crema	15 gr

PREPARACIÓN

En un recipiente adecuado, mezcle todos los ingredientes, excepto el queso. Una vez todos los ingredientes estén bien integrados, deje reposar la masa resultante durante 8 minutos.

Caliente una sartén y añada un poco de aceite vegetal. Usando una cuchara, tome porciones de la masa y colóquelas en la sartén caliente. Esparza la masa hasta formar círculos de unos 10 cm de diámetro y 1 cm de altura.

Cocine la arepuela durante 6 minutos por un lado. Al voltearla, coloque tajadas de queso en el centro. Deje cocinar por otros 5 minutos o hasta que estén doradas y el queso haya derretido.





PANCETA DE CERDO CON SALSA DE CACAO

Profesor Felipe Castilla Corzo
Universidad de La Sabana, Colombia

Una delicia salada que nos une al amor de Colombia por la carne de cerdo y su dominio de las texturas deliciosamente crocantes.

INGREDIENTES



4 porciones



90 minutos

Pancetta de cerdo carnudo	300 gr
Zanahoria	70 gr
Tomate maduro	70 gr
Cebolla larga	70 gr
Pimentón dulce	70 gr
Fondo de res	1 lt
Panela (Piloncillo)	70 gr
Cacao	50 gr
Ajo	10 ml
Sal	10 gr

PREPARACIÓN

Inicie cortando el cerdo en porciones de 10 cm de largo, 5 cm de ancho y 6 cm de alto. En una sartén caliente, selle el cerdo por todos los lados y luego reserve.

En la misma grasa que dejó el cerdo, ase las verduras previamente picadas. Cocine hasta obtener un color dorado. Una vez listas, reincorpore la panceta al sartén, y añada el fondo de cocción, el cacao, la panela y la sal.

Cubra la olla y cocine a fuego medio durante 2 horas. Una vez el cerdo esté tierno, retírelo y colóquelo en un recipiente aparte. Licue los jugos de cocción y luego reduzca a fuego lento hasta que se forme una salsa espesa. Al servir, coloque la porción de cerdo en un plato y bañe con la salsa.



NATILLA DE CACAO CON GANACHE DE CHOCOLATE BLANCO

Profesor Felipe Castilla Corzo
Universidad de La Sabana, Colombia

Su indulgente mezcla de cacao refleja las preciadas tradiciones colombianas, invitándonos a saborear la calidez y la alegría de las festividades navideñas y de fin de año en el país.

INGREDIENTES



5 porciones



60 minutos

Cacao	40 gr
Leche	250 ml
Azúcar	20 gr
Fécula de maíz	30 gr
Esencia de vainilla	1 cdta

PREPARACIÓN

En un recipiente, combine el cacao triturado, el azúcar y la fécula de maíz. Por otro lado, caliente la leche con esencia de vainilla. Una vez caliente, vierta un poco de esta leche sobre la mezcla de ingredientes secos, removiendo constantemente para evitar la formación de grumos.

Vierta la mezcla anterior de regreso en el cazo con el resto de la leche y cocine a fuego bajo, revolviendo continuamente durante 8 minutos. Una vez la natilla esté cocida, distribúyala en vasijas pequeñas y refrigere por al menos una hora.

Para la decoración, derrita chocolate blanco a baño maría y deje enfriar ligeramente. Una vez la natilla esté firme, desmolde sobre un plato y bañe parcialmente con el ganache de chocolate blanco. Si lo prefiere, puede añadir frutos rojos como decoración.





COSTA RICA

LOS PRINCIPALES CANTONES PRODUCTORES DE CACAO

Costa Rica, tierra de los Pueblos Bribris y Cabécares, honra su herencia cultural en cada grano de cacao. Su cosmovisión se remonta a tiempos inmemoriales, cuando Sibö, creador de la tierra, estableció las normas y valores que debían regir la vida diaria de estas comunidades indígenas.

La historia relata que antes de la existencia de los seres humanos, ciertas especies, incluyendo la familia del cacao, poseían características humanas, y Sibö, tras eliminar a una generación de estas especies, seleccionó a la hermana Cacao por su nobleza. La transformó en la Bebida sagrada y ceremonial de los Pueblos Bribris y Cabécares, una tradición que persiste hasta el día de hoy.

La Organización de mujeres indígenas de Talamanca (ACOMUITA) ha asumido la tarea de elaborar productos de cacao, con el propósito de difundir esta bebida sagrada y sus principios y valores, irradiando su mensaje a personas en todo el mundo, fomentando la construcción de una sociedad más humana y solidaria.



CHOCOLATE CON JENGIBRE

Cacao Tsirushka

Este delicioso chocolate combina la riqueza del cacao con la chispeante calidez del jengibre, creando un equilibrio perfecto entre lo dulce y las especias que refleja la diversidad culinaria de Costa Rica.

INGREDIENTES



1 porción



100 minutos

Azúcar	1 kg
Leche	600 gr
Agua	500 gr
Cacao	300 gr
Jengibre	180 gr

PREPARACIÓN

En una cacerola grande, vierte los 500 gramos de agua y llévala a ebullición, después agrega el chocolate, el jengibre fresco y la leche y cocina la mezcla a fuego medio.

Revuelve ocasionalmente, hasta que se vuelva espesa y puedas ver el fondo de la cacerola. Esto debería tomar aproximadamente 40 minutos.

Luego, vierte la mezcla en un molde adecuado y deja que se enfríe durante 30 minutos. Una vez enfriado, corta el chocolate en porciones del tamaño deseado y empaquétalo para su disfrute.



TERRINA DE DOS CHOCOLATES

Chef Marco Vargas

En esta creación, se entrelazan dos variedades de chocolate, creando una sinfonía de texturas y sabores que evocan la riqueza de la biodiversidad tropical de Costa Rica.

INGREDIENTES

 1 porción  135 minutos

Para los mousse de chocolate

Azúcar	70 gr
Agua	30 ml
Yema de huevo	4
Chocolate amargo	90 gr
Chocolate blanco	100 gr
Crema batida	250 gr
Gelatina	9 gr
Agua (para hidratar la gelatina)	54 ml

Para la base de chocolate

Chocolate de leche	125 gr
Almendra	50 gr
Aceite de girasol o semillas de uva	15 ml

Para el ganache de chocolate

Crema dulce	200 gr
Chocolate semi amargo	200 gr

PREPARACIÓN

Derrite el chocolate de leche en baño maría o microondas, mezcla con el aceite y las almendras tostadas trituradas. Luego, vierte la mezcla en un molde rectangular de 10 x 20 cm con papel film y enfría hasta que tome cuerpo.

Hidrata la gelatina en agua y déjala reposar. Para el Mousse, cocina el agua con el azúcar hasta que hierva, vierte sobre las yemas de huevo y bate hasta obtener una consistencia pastosa. Prepara una pequeña porción de crema batida con el chocolate amargo derretido, añade la mitad de la pasta previamente cocida y otro poco de crema batida.

Derrite la gelatina en el microondas, mezcla la mitad con una parte del mousse, agrégala a un molde de 10x20 y congela.

Prepara el mousse de chocolate blanco de la misma manera y una vez que esté listo viértelo sobre el mousse de chocolate amargo, añade el crujiente de chocolate con almendras del principio y congela hasta desmoldar.

Calienta la crema dulce en una olla hasta que hierva, vierte sobre el chocolate semi amargo picado y mezcla bien. Cubre la terrina de chocolate con el ganache y decora a tu gusto.





CARLOTA DE CHOCOLATE

Chef Anabelle de Baltodano

Esta deliciosa carlota es un tributo al cacao y su historia en la región, fusionando el chocolate con la frescura tropical, ofreciéndonos un dulce recordatorio de la hospitalidad costarricense.

INGREDIENTES



1 porción



8 horas

Dedos de señora	500 gr
Huevos separados	4
Mermelada de guayaba suave	3 cda
Mantequilla	230 gr
Azúcar en polvo	230 gr
Cocoa pura	1/2 tz
Lata de leche condensada	1
Lata de jugo de melocotón	2
Ron	1/2 tz
Nueces peladas y picadas	230 gr

PREPARACIÓN

Comienza batiendo las claras hasta que estén a punto de nieve. Luego, añade la mermelada con movimientos suaves y envolventes.

En otro recipiente, bate la mantequilla hasta que esté cremosa. Agrega el azúcar, las yemas de huevo una a una, la cocoa pura y la leche condensada. Mezcla todo cuidadosamente.

Forra dos moldes de pan de 23 x 13 x 6 cm con papel encerado, o un molde redondo. Coloca los dedos de señora en el fondo y los lados, humedeciéndolos brevemente en una mezcla de jugo de melocotón con ron. Para que queden en su lugar, pon una cucharada de la crema de chocolate en un lado de los dedos de señora.

Rellena los moldes con capas alternas de merengue, nueces y los dedos de señora con crema de chocolate. Repite las capas hasta que hayas usado todos los dedos de señora.

Refrigera durante al menos ocho horas. Luego, desmolda y, si lo deseas, decora con merengue de claras cocido o crema Chantilly.



GUATEMALA

LOS PRINCIPALES DEPARTAMENTOS PRODUCTORES DE CACAO

Guatemala es un país centroamericano que se ha posicionado en los mercados internacionales como productor y exportador de cacao fino o especial.

El cacao guatemalteco es conocido por su sabor intenso y complejo, y se utiliza en la producción de chocolate, trufas, bombones, bebidas y otros productos. El cacao guatemalteco también se exporta a países de todo el mundo, como Estados Unidos, Europa y Japón.

La producción de cacao es una actividad agrícola emblemática en el país y representa una tradición de más de 3 mil años que perdura hasta nuestros días, a través de sistemas agroforestales de gran biodiversidad. Guatemala pertenece al grupo selecto de países productores de cacao fino, que simboliza el tipo de cacao de mayor valor económico por sus atributos de calidad, aroma y sabor.

En Guatemala se produce principalmente cacao acriollado y trinitario, desde las regiones: Franja Transversal del Norte, principalmente en Quiché, Alta Verapaz, Petén e Izabal y Costa Sur principalmente en San Marcos, Quetzaltenango, Retalhuleu, Suchitepéquez, Sololá y Escuintla.



RELLENITOS DE PLÁTANO Y FRIJOL

Chef Euda Morales

Su indulgente mezcla de cacao refleja las preciadas tradiciones de cultivo de cacao de la nación, invitándonos a saborear la calidez y la alegría de las festividades de Guatemala.

INGREDIENTES



12 porciones



90 minutos

Plátano maduro	6
Agua	1½ tza
Raja de canela	1
Miga pan	½ tza
Frijol negro cocinado	1 tza
Canela en polvo	½ cdta
Azúcar	¾ tza
Chocolate de taza	60 gr
Aceite para freír	

PREPARACIÓN

Comience por cortar el plátano en trozos. Coloque estos trozos en una cacerola junto con el agua, canela en raja y ¼ de taza de azúcar.

Cocine hasta que los plátanos estén tiernos. Una vez cocidos, retire la cáscara y triture los plátanos hasta obtener un puré. Agregue la miga de pan al puré y mezcle bien.

Por otro lado, fría los frijoles previamente cocinados en una sartén hasta que estén bien dorados. Una vez fritos, tritúrelos hasta obtener una pasta espesa. A esta pasta,

añada ¼ de taza de azúcar, canela en polvo y chocolate. Mezcle bien hasta integrar.

Tomando porciones del puré de plátano, forme pequeñas tortitas. Rellene cada tortita con una cucharada de la mezcla de frijol. Doble y cierre dando forma al relleno.

Caliente aceite en una sartén y fría cada relleno hasta que estén dorados y crujientes. Al sacarlos, pueden espolvorearse con azúcar o servirse con crema al gusto.





PLÁTANOS EN MOLE

Chef Euda Morales

Los plátanos, el chocolate y las especias se unen en armonía para crear un sabor único para el paladar. En cada bocado, sentirás cómo los sabores se complementan y se equilibran de manera perfecta.

INGREDIENTES



8 porciones



60 minutos

Aceite para freír		Astilla de canela	1
Plátano maduro	4	Agua	½ tza
Chile pasa	1	Chocolate dulce (en tableta)	230 gr
Pimienta gordas	3	Azúcar	¼ tza
Clavo de olor	4	Pizca de sal	
Ajonjolí	60 gr		
Pepitoria	60 gr		
Champurrada pequeña	3		
Tomate	700 gr		
Miltomate	30 g		

PREPARACIÓN

En una sartén con aceite caliente, fría las rodajas sesgadas de plátano hasta que adquieran un tono dorado. Una vez doradas, retire y deje escurrir el exceso de aceite en papel absorbente.

En una sartén aparte, tueste los ingredientes secos: chile pasa sin semillas, pimienta gorda, clavo de olor, ajonjolí y pepitoria. Una vez tostados, triture todos estos ingredientes junto con las champurradas que previamente también deben ser tostadas y desmenuzadas.

Por separado, ase los tomates hasta que estén bien dorados. Licúe o muele los tomates asados, junto con la canela y los ingredientes tostados, utilizando el agua.

Cuele la mezcla y agréguela a una sartén con ¼ de cucharadita de aceite caliente. Cocine durante unos minutos y luego incorpore el chocolate troceado. Revuelva hasta que el chocolate se derrita y la salsa esté bien integrada. Endulce con azúcar al gusto y ajuste la sal si es necesario.

Incorpore las rodajas de plátano frito a la salsa y deje cocinar a fuego lento durante unos minutos. Al servir, espolvoree con un poco de ajonjolí tostado. Puede disfrutarse caliente o dejar enfriar a gusto.



ENSALADA CON VINAGRETA DE CACAO

Chef Euda Morales

El cacao se convierte en el protagonista de esta vinagreta, mezclándose con el aceite de oliva extra virgen, el vinagre balsámico y un toque de miel para crear una combinación de sabores que deleitará tu paladar.

INGREDIENTES



4 porciones



11 minutos

Hojas verdes	5 tzas
Mango Tommy	1
Cebolla morada	1/4 tza
Chile pimiento	1/4 tza
Ajonjolí	1 cda
Cacao en polvo	1 cdta
Vinagre balsámico	1/2 cda
Aceite de oliva virgen extra	1 cda
Miel	1/2 cdta
Sal y pimienta	al gusto

PREPARACIÓN

En una ensaladera grande, combine las hojas verdes (lechuga, acelga, remolacha, etc.) con el mango Tommy cortado en láminas finas. Añada la cebolla morada cortada en pluma y el chile pimiento en bastones.

Para preparar la vinagreta, en un bol aparte, mezcle el cacao en polvo con el vinagre balsámico. Añada el aceite de oliva virgen extra y la miel. Mezcle bien hasta obtener una vinagreta homogénea. Ajuste de sal y pimienta al gusto.

Justo antes de servir, vierta la vinagreta sobre la ensalada y mezcle bien para que todos los ingredientes se impregnen. Decore su ensalada con ajonjolí tostado para un toque crujiente.





El cacao tiene un lugar preeminente en la historia, la cultura y las tradiciones culinarias de México. El país es considerado una de las cunas del cultivo del cacao, y sus antiguas civilizaciones, como los mayas y los aztecas, lo valoraban enormemente por sus diversos usos.

El cacao se cultiva en México desde hace miles de años y era consumido por los pueblos indígenas como una bebida amarga llamada "xocoatl". Esta bebida era considerada sagrada y se asociaba con la fertilidad, el poder y las conexiones divinas. Además de su valor ceremonial, los granos de cacao también tenían un papel vital en el sistema de comercio.

MÉXICO

LOS PRINCIPALES ESTADOS PRODUCTORES DE CACAO



MOLE POBLANO

Chef Germán Oliva

El mole es considerado la salsa más importante de la cocina mexicana. En su preparación se utilizan más de treinta ingredientes y es un platillo ritualista que está presente desde nuestro nacimiento hasta la muerte.

INGREDIENTES

 2 porciones  60 minutos

Pechuga, pierna y muslo de pollo	2 pzas	Pan (baguette) del día anterior	35 gr
Ajo	4 gr	Pasas	20 gr
Cebolla mediana	1 pza	Ciruela pasa	60 gr
Sal	2 cda	Jitomate rojo	300 gr
Chile ancho	3 pzas	Pimienta gorda o Tabasco	3 gr
Chile guajillo	2 pzas	Clavo	3 gr
Chile mulato	2 pzas	Canela en rama	3 gr
Manteca de cerdo	100 gr	Comino	3 gr
Ajonjolí	20 gr	Semillas de cilantro	2 gr
Almendra	30 gr	Caldo	1 lt
Cacahuates	30 gr	Chocolate	90 gr
Plátano macho maduro	1 pza	Azúcar	2 cdas
Tortilla	1 pza		

PREPARACIÓN

Corta el pollo en piezas y cocínalo con dos dientes de ajo, media cebolla y una cucharada aproximada de sal. Luego, limpia y desvena los chiles y fríelos en una sartén con una cucharada de manteca; después, reservalos en un bol. También, tuesta el ajonjolí y déjalo aparte.

En la misma sartén, agrega más manteca cada vez que se termine y fríe media cebolla, dos dientes de ajo, jitomate, almendras con piel, cacahuates, plátano macho cortado, tortilla y pan. Luego, reserva todo en un bol. Tuesta los clavos, canela, pimienta, comino y laurel; muélelos y agrégales a la mezcla anterior.

Licúa poco a poco todos los ingredientes, incluyendo pasas y ciruela pasa, añadiendo un poco de caldo. Una vez bien licuados, fríe todo en manteca y añade el caldo necesario para obtener una textura tersa. Cocina a fuego mediano moviendo constantemente hasta que la grasa suba a la superficie. Añade el chocolate, sal y azúcar al gusto, y rectifica la sazón. Agrega las piezas de pollo cocido y sirve con ajonjolí. Acompaña este delicioso platillo con arroz a la mexicana y tortillas recién hechas.



POLVORONES DE CHOCOLATE

Chef Germán Oliva

Estas delicias de la época de la cocina conventual en México, son conocidas por su textura que se desmorona en la boca y su irresistible sabor a chocolate.

INGREDIENTES

 5 porciones  40 minutos

Harina blanca refinada	270 gr
Cocoa	48 gr
Azúcar glass	10 gr
Azúcar mascabado	150 gr
Sal	1 gr
Yema de huevo	20 gr
Clara de huevo	20 gr
Mantequilla temperatura ambiente	216 gr

PREPARACIÓN

Inicie la preparación reuniendo todos los ingredientes necesarios. Utilizará una batidora eléctrica para combinar la mantequilla, azúcar glass, yema y sal. Asegúrese de que estos ingredientes estén bien integrados, trabajando con la pala de la batidora.

Una vez lograda una consistencia homogénea, añada harina y cacao a la mezcla. Continúe mezclando hasta obtener una pasta uniforme; esto puede llevar aproximadamente tres minutos.

Forme un cilindro con la masa y envuélvalo en papel encerado. Luego, refrigérelo durante al menos cinco minutos. Mientras espera, puede precalentar su horno a 180°C.

Saque el cilindro del refrigerador, desenróllelo del papel encerado y báñelo con una mezcla de clara de huevo y azúcar. A continuación, revuelque el cilindro en azúcar para darle un acabado dulce adicional.

Corte la masa en círculos de aproximadamente un centímetro de grosor y con un peso de unos 30 gramos cada uno. Coloque estos círculos en una bandeja para hornear y cocine en el horno precalentado durante el tiempo suficiente para que estén dorados.





CHOCOLATE CALIENTE

Chef Germán Oliva

El chocolate es una bebida sagrada en México; es una tradición querida que calienta los corazones y las almas de su gente.

INGREDIENTES



4 porciones



10 minutos

Chocolate de tablilla	90 gr
Leche	1 L
Vainilla	1 cdta
Canela	1 rmta

PREPARACIÓN

Comience calentando en el fuego la leche en una olla de paredes altas durante 30 segundos, o hasta que esté lo suficientemente tibia. A continuación, añada una ramita de canela y una tablilla de chocolate a la leche caliente. Deje disolver el chocolate y que se infusione la canela.

Fuera del fuego, use un batidor globo o molinillo para mezclar hasta que el chocolate esté completamente disuelto y la bebida adquiera una textura espumosa. Asegúrese de remover la ramita de canela antes de servir.

Sirva el chocolate caliente en tazas, disfrutando de su aroma y sabor.



FILETE DE RES EN SALSA DE CACAO Y JEREZ

Chef Diego López

Este platillo une la profundidad del cacao con la riqueza del jerez, que rinde homenaje a nuestras tradiciones culinarias y ofrece una explosión de sabores.

INGREDIENTES



2 porciones



90 minutos

Para la salsa

Caldo de res	1 tza
Nibs de cacao	200 gr
Jerez	400 ml
Mantequilla	60 gr

Para el filete

Filete de res	500 gr
Sal	al gusto
Pimienta	al gusto
Aceite vegetal	70 ml

PREPARACIÓN

Para la salsa

Comience por calentar el caldo de res en una olla hasta que hierva. Reduzca el fuego al mínimo y deje que el caldo se reduzca a la mitad. Mientras tanto, tueste el cacao en una sartén durante 4 minutos. Con un paño húmedo, retire la cáscara y muele el cacao en la licuadora junto con la reducción de caldo de res. Cuando este listo pase la mezcla por un colador fino.

En una olla aparte, caliente el jerez y flamee para evaporar el alcohol. Deje que el jerez hierva hasta reducirse a la mitad. Incorpore la mezcla de carne de res y cacao a la olla con jerez. Cuando comience a hervir, reduzca el fuego al mínimo, añada la mantequilla y mezcle hasta que esté completamente incorporada. Reserve la salsa.

Para el filete de res

Precale el horno a 200 °C. Corte el filete en porciones de aproximadamente 250 gramos y sazone con sal y pimienta. Caliente aceite en una sartén y selle el filete por todos los lados hasta que esté dorado. Coloque los filetes en una charola con papel para hornear, cubra con papel aluminio y hornee durante 10 minutos. Retire del horno y deje reposar durante 5 minutos.

Sirva el filete en un plato, cubierto con la salsa de cacao y jerez caliente. Puede acompañar con verduras y puré de papa o camote.





PANAMÁ

LAS PRINCIPALES PROVINCIAS
PRODUCTORAS DE CACAO

COLÓN

BOCAS DEL TORO

NGÄBE-BUGLÉ

El cacao ha sido cultivado en Panamá durante miles de años, en especial por las culturas indígenas, como los ngäbe-buglé y los emberá-wounaan, quienes han tenido una estrecha relación con el cacao, utilizando los granos para hacer bebidas y otros productos.

En Panamá se cultivan diversas variedades de cacao, cada una con sus propias características de sabor y aroma. Algunas de las variedades más destacadas son Criollo, Trinitario y Forastero. El cacao Criollo es conocido por su sabor suave y aromático, mientras que el Trinitario es una mezcla de Criollo y Forastero, y el Forastero tiende a tener un sabor más robusto.

Una región que se especializa en la producción del cacao de alta calidad es Bocas del Toro. Los agricultores de Bocas del Toro han desarrollado métodos de cultivo sostenibles y han promovido la producción de cacao orgánico.

En las últimas décadas, Panamá ha ganado reconocimiento en la comunidad chocolatera mundial por producir cacao de alta calidad. Los cacaoteros panameños han trabajado en la mejora de sus técnicas de cultivo y fermentación para producir granos de cacao con sabores únicos y excepcionales.

La industria cacaotera panameña continúa evolucionando y adaptándose a los desafíos modernos mientras sigue siendo un componente importante de la cultura y la economía del país.

ARROZ CON LECHE DE COCO Y CACAO

Chef Angélica Veroy

Esta delicia tropical combina la suavidad del arroz con leche de coco y la riqueza del cacao, creando una experiencia que te transporta a las costas panameñas en cada cucharada.

INGREDIENTES

 1 porción  60 minutos

Sal	1/8 cdta
Arroz	1/2 tza
Leche de coco	1 tza
Agua	8 tzas
Cocoa	3 cdas
Azúcar	al gusto

PREPARACIÓN

Lave el arroz y déjelo en remojo por una noche. Al día siguiente, descarte el agua de remojo, y agregue las ocho tazas de agua al arroz y cocínelo hasta que esté completamente tierno. Una vez cocido, escúrralo.

En una cacerola, combine la leche de coco, la cocoa, el azúcar y la sal. Cocine a fuego lento, usando la técnica de baño maría, para garantizar una cocción suave y uniforme.

Una vez cocida la mezcla, viértala en platos de postre y deje enfriar por un momento a temperatura ambiente. Luego, trásélalos al refrigerador hasta que estén bien fríos.

Opcionalmente, al servir, decore con una capa de crema de coco y disfrute de esta refrescante delicia.





BOCADO DEL REY

Chef Angélica Veroy

El Bocado del Rey es una joya de la repostería panameña. Inspirado en las tradiciones de cacao de la región, este manjar es un tributo a la riqueza de la historia cacaotera de Panamá.

INGREDIENTES

 1 porción  30 minutos

Plancha de bizcochuelo	1
Maicena	4 cdas
Cocoa amarga	4 cdas
Sal	1 cda
Ciruelas pasas	1 tza
Agua	2 tzas
Botella de ron	al gusto
Vainilla	1 cda
Leche condensada	1 lata
Pasitas	1 tza
Azúcar	2 tzas
Canela	al gusto

PREPARACIÓN

Mezcle el agua con el azúcar, las pasas, la ciruela y la canela. Hiérvalo hasta que el jarabe espese y luego deje que se enfríe. Posteriormente, incorpore el ron a la mezcla.

Prepare la crema utilizando la leche condensada, y agregue la maicena y el chocolate disuelto en 1/2 taza de agua. Coloque la mezcla en baño maría y revuelva constantemente. Cocine durante 10 minutos más.

Corte el bizcochuelo y remójelo con el jarabe colado.

Opcionalmente, añada rebanadas de durazno, pasas y ciruelas en su interior a su gusto. Cúbralo con la crema y decore formando flores con las pasitas, cerezas y ciruelas.



CREMA DE CACAO

Chef Angélica Veroy

Mezclando su sabor intenso con una suavidad inigualable, descubre la magia del cacao en una crema que captura la esencia de la tierra panameña.

INGREDIENTES



1 porción



60 minutos

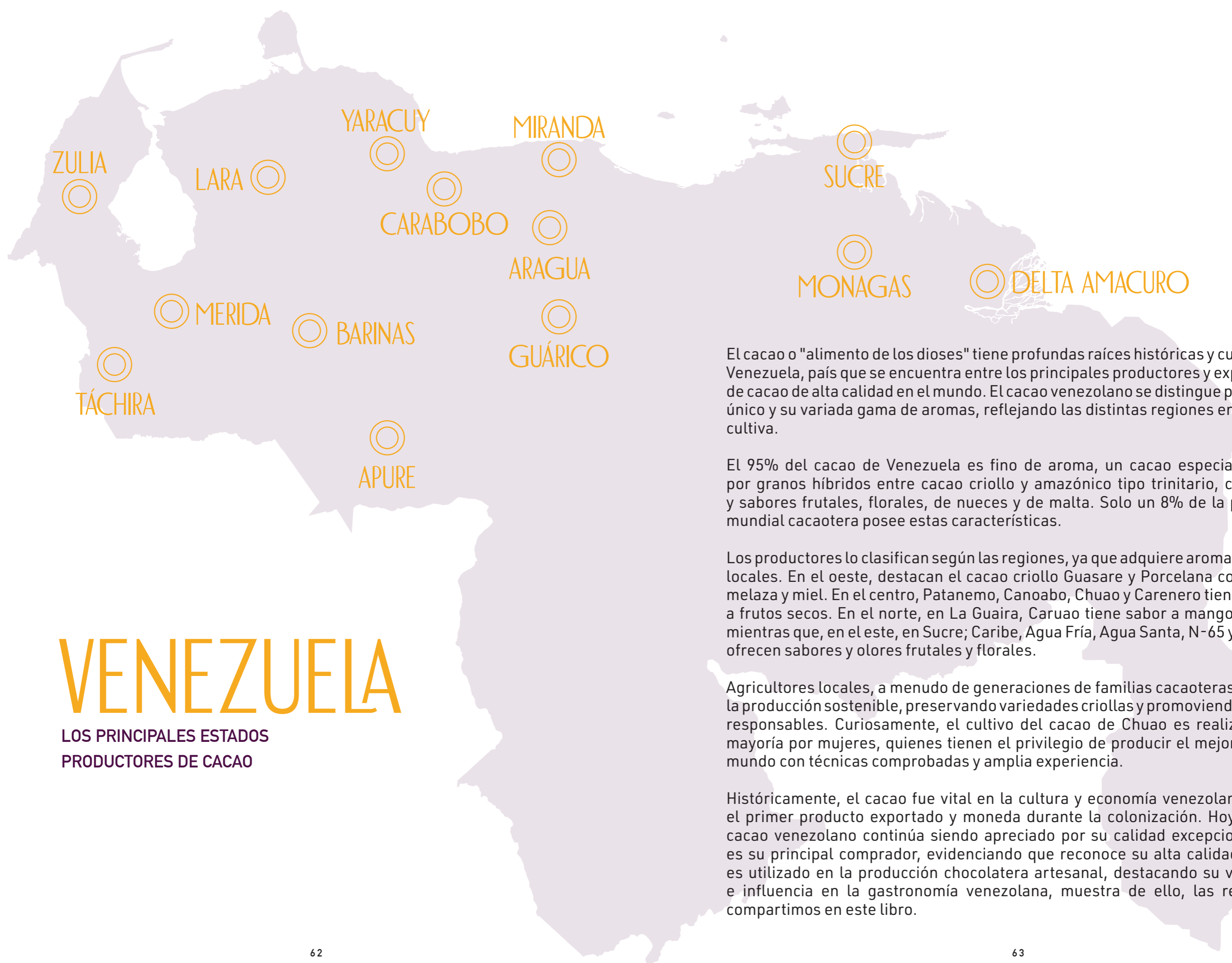
Leche pura de coco	1½ tza
Cocoa amarga	1/4 tza
Sal	1/2cdta
Maicena	4 cdas
Vainilla	1 cda
Azúcar	al gusto
Frutas partidas	

PREPARACIÓN

Inicie combinando el azúcar con la leche de coco y la sal en una cacerola. Póngalo al fuego y una vez caliente, incorpore la maicena previamente disuelta con la cocoa en 1/4 de taza de agua y revuelva constantemente.

Después de cocer por 15 minutos, vierta la preparación en recipientes pequeños y refrigérelos por al menos una hora. Al servir, desmolde sobre un plato y cúbrala parcialmente con ganache de chocolate blanco. Para una presentación más atractiva, decore con nueces o frutos rojos como arándanos, frambuesas o fresas.





VENEZUELA

LOS PRINCIPALES ESTADOS
PRODUCTORES DE CACAO

El cacao o "alimento de los dioses" tiene profundas raíces históricas y culturales en Venezuela, país que se encuentra entre los principales productores y exportadores de cacao de alta calidad en el mundo. El cacao venezolano se distingue por su sabor único y su variada gama de aromas, reflejando las distintas regiones en las que se cultiva.

El 95% del cacao de Venezuela es fino de aroma, un cacao especial, formado por granos híbridos entre cacao criollo y amazónico tipo trinitario, con aromas y sabores frutales, florales, de nueces y de malta. Solo un 8% de la producción mundial cacaotera posee estas características.

Los productores lo clasifican según las regiones, ya que adquiere aromas y sabores locales. En el oeste, destacan el cacao criollo Guasare y Porcelana con toques a melaza y miel. En el centro, Patanemo, Canoabo, Chuao y Carenero tienen sabores a frutos secos. En el norte, en La Guaira, Caruao tiene sabor a mango y cambur; mientras que, en el este, en Sucre; Caribe, Agua Fria, Agua Santa, N-65 y Villarroel, ofrecen sabores y olores frutales y florales.

Agricultores locales, a menudo de generaciones de familias cacaoteras, practican la producción sostenible, preservando variedades criollas y promoviendo prácticas responsables. Curiosamente, el cultivo del cacao de Chuao es realizado en su mayoría por mujeres, quienes tienen el privilegio de producir el mejor cacao del mundo con técnicas comprobadas y amplia experiencia.

Históricamente, el cacao fue vital en la cultura y economía venezolanas, siendo el primer producto exportado y moneda durante la colonización. Hoy en día, el cacao venezolano continúa siendo apreciado por su calidad excepcional; Japón es su principal comprador, evidenciando que reconoce su alta calidad. También es utilizado en la producción chocolatera artesanal, destacando su versatilidad e influencia en la gastronomía venezolana, muestra de ello, las recetas que compartimos en este libro.



TORTA COSTA DE ORO

(gluten free)

Chef Chocolatier Miguel Rodriguez

En la cultura venezolana, el cacao ha estado presente desde tiempos ancestrales. Las comunidades indígenas utilizaban el cacao como una parte fundamental de su dieta y también como moneda de intercambio.

INGREDIENTES



8 porciones



45 minutos

Chocolate "chua"	210 gr
Mantequilla "Con Sal"	130 gr
Azúcar Moreno	160 gr
Yemas de huevo	4 gr
Claras de huevo	4
Harina de merey (puede ser sustituido por otro fruto seco)	60 gr
Extracto de vainilla liquido	1 cdta
Molde	20 cm

PREPARACIÓN

En un recipiente, fundir el chocolate y la mantequilla a 40°C, incorporar las yemas de huevo, la vainilla líquida y mezclar. Agregar "la mitad del azúcar" (80g) y el harina de merey, mezclar hasta obtener una mezcla homogénea.

En un recipiente limpio, batir a punto de nieve las claras de huevo con el azúcar restante (80g). Agregar en forma envolvente el merengue obtenido, a la mezcla anterior. Llevar a una bandeja previamente engrasada y espolvoreada con cocoa en polvo o harina de frutos secos.

Hornear por espacio de "35" minutos a 170°C, desmoldar y a disfrutar.





BAO-YAKA

Chef Armando Canelon

Este bao es el resultado de años de experimentos y pruebas de las técnicas japonesas y los ingredientes criollos venezolanos. Buscando crear la cocina nikkei venezolana y darle impulso a las tradiciones llegadas desde Japón a nuestro país.

INGREDIENTES

 12 porciones  1 día

Para sofrito y salsa de cacao

Codillos de cordero	4
Cebolla	200 gr
Ají dulce	100 gr
Ajoporro (poro o cebolla larga)	200 gr
Dientes de ajo	2
Panela de caña de azúcar	150 gr
Pasta de cacao	150 gr
Chua o chocolate oscuro	
Hongos shiitake hidratados	50 gr
Sal y pimienta	Al gusto
Hojas de plátano (20x20cm)	12
Cerveza	300 ml

Para salsa de shiitake dulce

Shiitake secos	100 gr
Soya kikoman	100 ml
Azúcar	200 gr
Ondashi	10 gr

Para los panes bao y su relleno

Harina floja de trigo	500 gr
Levadura fresca de panadería	20 gr
Sal	10 gr
Azúcar	6 gr
Agua	180 ml
Aceite ajonjolí / maíz	20 ml
Vinagre	20 ml

PREPARACIÓN

Inicie sofriendo cebolla, ají dulce, ajoporro y ajo hasta caramelizar. Luego, despegue el fondo con cerveza y añada la pasta de cacao chua junto con la panela. Mezcle bien.

Marine la carne de cordero con este sofrito y coloque dentro de una bolsa al vacío. Cocine utilizando el método sous vide a 75°C durante 24 horas.

Al finalizar, dore la carne en una sartén caliente y deshágase de huesos y cartílagos, quedando solo con la carne jugosa. Separe y reserve la salsa que queda en la bolsa, pasándola por un tamiz.

En cuanto a la salsa de shiitake dulce, reduzca a fuego lento hasta obtener un almíbar.

Integre con la salsa reservada anteriormente. Si es necesario, ajuste la densidad de la salsa.

Para preparar los panes bao, en un tazón mezcle los ingredientes secos y luego añada agua. Deje reposar la mezcla durante 30-40 minutos. Divida la masa en 12 porciones y forme bollos. Después de otro periodo de reposo, estire cada bollo sobre hojas de plátano.

Rellene cada bollo con la carne de cordero y la salsa de shiitake. Doble y amarre al estilo de las hallacas venezolanas o tamales. Cocine al vapor durante 30 minutos.

Luego de cocinar al vapor, dore cada hallaca en una parrilla caliente. Sirva y disfrute.





PANNA COTTA DE 3 CHOCOLATES

Chef Elias Murciano

"En nuestra región, es un orgullo tener uno de los mejores cacaos del mundo gracias al esfuerzo de muchos productores venezolanos que se esmeran en mejorar sus técnicas de cultivo y de todo el proceso de selección del cacao venezolano."

INGREDIENTES

 3 porciones  180 minutos

Chocolate Negro:

Chocolate negro 15 gr
 Leche 125 ml
 Nata líquida 125 ml
 Gelatina en láminas 2,5 gr

Chocolate Blanco:

Chocolate blanco 45 gr
 Leche 150 ml
 Nata líquida 50 ml
 Gelatina 2,5 gr

Chocolate con Leche:

Chocolate con leche 30 gr
 Leche 150 ml
 Nata líquida 75 ml
 Gelatina 2,5 gr

PREPARACIÓN

Inicie calentando la leche y la nata en una cacerola a fuego medio. Mientras tanto, sumerja la gelatina en agua fría durante 5 minutos para hidratar.

Apartando la cacerola del fuego, incorpore el chocolate troceado a la leche caliente y mezcle con una varilla hasta que se funda completamente.

Escorra el exceso de agua de la gelatina y añádala a la mezcla de leche y chocolate, integrando bien hasta que se disuelva.

Vierta la preparación en un recipiente y deje enfriar a temperatura ambiente.

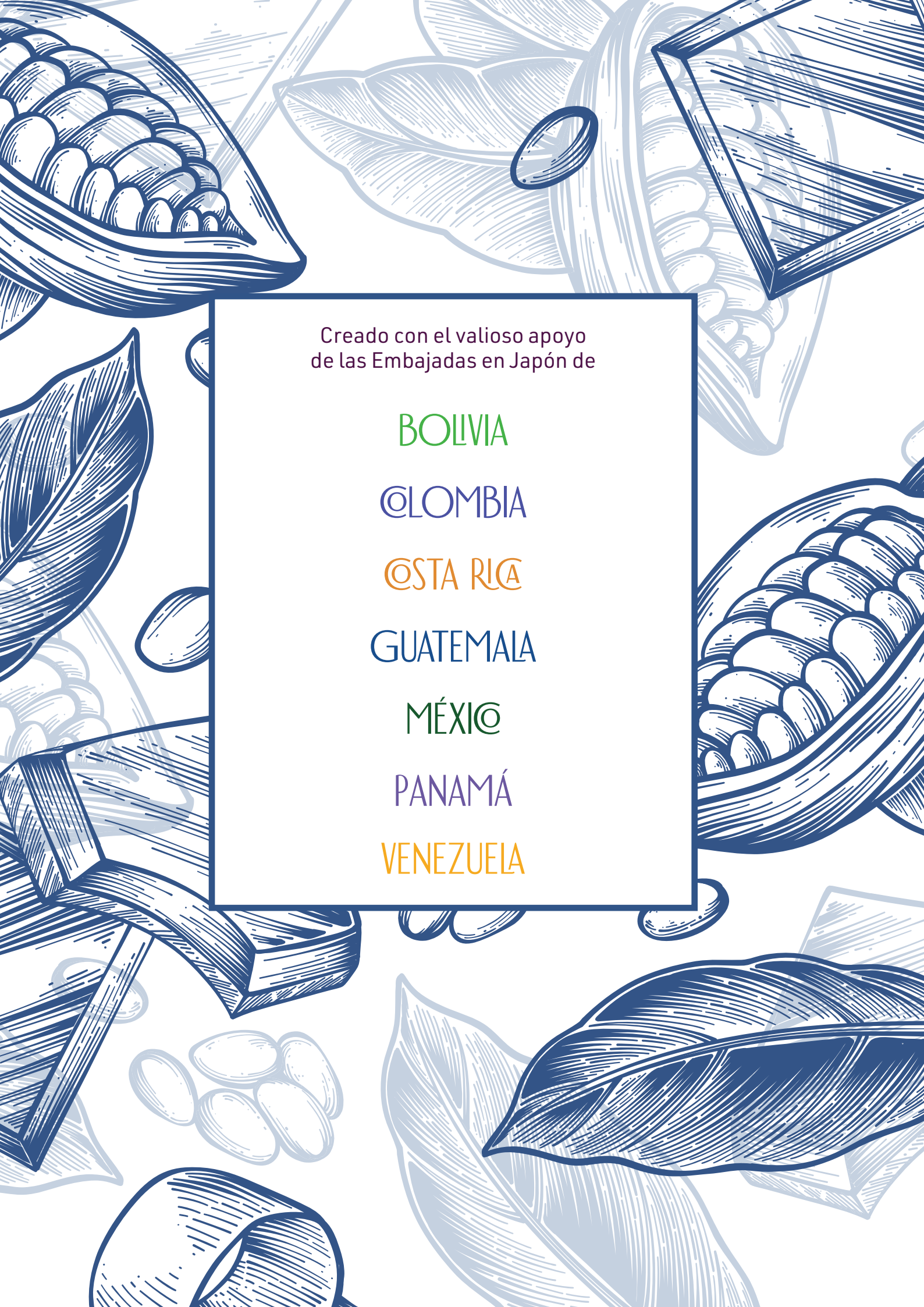
Una vez algo enfriada, distribuya la mezcla en vasitos, llenando primero 1/3 del vaso con la crema de chocolate negro. Refrigere durante 2 horas.

Luego, añada encima la crema de chocolate con leche hasta llegar a 2/3 del vaso y refrigere nuevamente por 2 horas.

Finalmente, cubra con la crema de chocolate blanco y refrigere por 2 horas más hasta que cuaje completamente.

Sirva frío, disfrutando de las tres capas de chocolate en cada bocado.





Creado con el valioso apoyo
de las Embajadas en Japón de

BOLIVIA

COLOMBIA

COSTA RICA

GUATEMALA

MÉXICO

PANAMÁ

VENEZUELA