



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

COCINA MOLECULAR

RECETA DE COCINA FUSIÓN  
(LASAÑA DE CALABAZA CON RELLENO DE ATÚN  
AL ESTILO SUR)

PROFESORA

ANDREA DEL ROSARIO HENNING FONSECA

ALUMNA

ILSA DEL ROSARIO ALFONSO LÓPEZ

08 DE DICIEMBRE DE 2020

VILLAFLORES, CHIAPAS

# LASAÑA DE CALABAZAS CON RELLENO DE ATÚN AL ESTILO DEL SUR

## INGREDIENTES

- 1 calabaza
- 1 lata de atún
- Granos de elote
- Zanahoria
- Papa
- Cebolla
- Ajo
- Tomate
- Queso manchego
- Aceite
- Sal

## PROCEDIMIENTO

- Picar todas las verduras y reservar.
- Hacer una salsa de tomate (freír tomate, cebolla, ajo y zanahoria), licuar con agua y un poco de sal, reservar.
- En una sartén con aceite, poner ajo y cebolla, después agregar papa picada cuando esté un poco cocida, agregarlos granos de elote y la zanahoria, por último, el atún, reservar.
- Poner a cocer la calabaza cortada en láminas, cuando esté cocido, dejar enfriar y empezar a montar.
- Poner una capa de calabaza, una de atún, una de salsa de tomate, otra de queso manchego y así sucesivamente.
- Llevar al horno a 180 grados por 10 minutos.
- Cuando esté listo, retirar del horno y presentar.



## ¿Qué es cocina fusión?

La cocina fusión es un concepto general que se emplea en gastronomía para indicar tanto la mezcla de estilos culinarios de diferentes culturas como la mezcla de ingredientes representativos de otros países, mezcla de condimentos y/o especias, prácticas culinarias, etc. La fusión de las cocinas se realiza por diversas vías, en algunos casos puede ser motivada por la creatividad de una comunidad de cocineros (como ocurrió a comienzos de los 70), por la simple fusión de culturas debidas a desplazamientos físicos de las mismas (inmigración, diáspora, etc.) o por influencias geográficas o económicas (cercanía del país a la frontera, colonización, etc.).

En este caso yo, en mi receta quise fusionar la cocina italiana con la cocina mexicana, haciendo una lasaña, pero en vez de ponerle capas de pasta de lasaña, la sustituí por calabacín italiano y el relleno fue de atún al estilo sur de México, es una receta que mi familia usa para hacer empanadas.

En mi criterio fue una mezcla en tal forma, que hubieron ingredientes y técnicas italianas y también mexicanas.