



COSTEOCHEF PREMIUM

EDICIÓN 2027

Muestra Gratis: 4 Recetas Rentables

Una probada del recetario completo CosteoChef Premium: 50 fichas técnicas con escandallo, food cost y procedimiento de línea.

ALMUERZOS · CENAS · COMIDA RÁPIDA · POSTRES

Cómo leer cada ficha

Cada receta es una ficha técnica lista para tu cocina: escandallo con costo real (incluida la merma), precio sugerido según el food cost objetivo de su categoría, procedimiento de línea con tiempos y temperaturas, y la jugada de rentabilidad que separa un plato bueno de un plato que deja dinero.

Costo real del ingrediente

$$\text{cantidad} \times \text{precio de compra} \div \text{rendimiento}$$

El rendimiento descuenta la merma: una cebolla con 10% de merma tiene rendimiento 0.90.

Food cost %

$$\text{costo por porción} \div \text{precio de venta}$$

Objetivo por categoría: postres 22%, desayunos y menú infantil 25%, ensaladas 26%, comida rápida 28%, almuerzos 30%, cenas 32%.

Margen bruto

$$\text{precio de venta} - \text{costo por porción}$$

Es el dinero que el plato aporta para cubrir mano de obra, renta y utilidad. Promociona los de mayor margen.

Precio sugerido

$$\text{costo} \div \text{food cost objetivo} \rightarrow .45 / .95$$

Redondeado a terminaciones psicológicas de carta. Ajústalo a tu mercado y competencia.

Ingeniería de menú en 30 segundos

Estrella

Alta venta · alto margen. Protégela y dale el mejor lugar de la carta.

Enigma

Baja venta · alto margen. Renómbrala, fotografíala, que el mesero la recomiende.

Caballo

Alta venta · bajo margen. Ajusta porción o guarnición antes que el precio.

Perro

Baja venta · bajo margen. Rediséñala o sácala de la carta.

Precios de compra de referencia en USD (mayorista, Edición 2027). Sustituye por los de tu proveedor: la estructura de costeo se mantiene. Food cost promedio del recetario: **27.8%**.

Índice

Almuerzos	4	Comida Rápida	10
Lomo Saltado Clásico	5	Smash Burger Doble	11
Cenas	7	Postres	13
Short Rib Braseado al Vino Tinto	8	Tres Leches de la Casa	14



01

Almuerzos

Platos ejecutivos pensados para servicio rápido y margen estable.

| 1 RECETAS



ALMUERZOS • RECETA 10

Lomo Saltado Clásico

Res salteada al wok con cebolla, tomate y salsa de soya, papas fritas y arroz: el plato peruano que vende volumen.

COSTO / PORCIÓN

\$3.43

PRECIO SUGERIDO

\$11.45

FOOD COST

30.0%

MARGEN BRUTO

\$8.02 70.0%

Rinde **4 porc.**

Prep. **20 min**

Cocción **12 min**

Dificultad **Media**

Lomo Saltado Clásico

Escandallo

INGREDIENTE	CANTIDAD	COSTO
Lomo de res (punta o sirloin) merma 10%	600 g	\$9.00
Cebolla roja merma 10%	250 g	\$0.50
Tomate perita merma 8%	250 g	\$0.65
Ají amarillo en pasta	30 g	\$0.36
Salsa de soya	50 ml	\$0.25
Vinagre de vino tinto	30 ml	\$0.12
Papa amarilla merma 15%	600 g	\$1.13
Arroz blanco	280 g	\$0.48
Cilantro fresco merma 30%	15 g	\$0.17
Aceite vegetal	400 ml	\$0.96
Ajo y comino	15 g	\$0.12
Costo del lote (4 porc.)		\$13.74
Costo por porción		\$3.43

Food cost objetivo 30.0% → real 30.0%

Venta sugerida: Huevo frito encima o chicha morada (+\$2.50).

Procedimiento técnico

- 01 Arroz y papas** 25 min 150 °C → 180 °C
Cuece el arroz graneado. Corta papas en bastones de 1 cm y fríe en dos tiempos: 150 °C 5 min, luego 180 °C hasta dorar.
- 02 Cortar** 8 min
Res en tiras de 1×5 cm contra la fibra; cebolla en pluma gruesa; tomate en gajos sin semilla.
- 03 Sellar la carne** 4 min Wok 250 °C
Wok humeante, poco aceite, carne en tandas pequeñas 60 s sin mover. Retira.
- 04 Saltear** 2 min Fuego máximo
Ajo, ají y cebolla 30 s; regresa la carne, tomate, soya y vinagre; flamea si hay campana.
- 05 Emplatar** 2 min
Mezcla las papas al final o sírvelas al lado para que no se ablanden; arroz en molde y cilantro.

Panel de rentabilidad

INGREDIENTE CRÍTICO

Lomo de res (punta o sirloin)

66% del costo del plato: negocia este insumo primero.

PRECIO SEGÚN FOOD COST

FC 25%

\$13.95

FC 30%

\$11.45

FC 35%

\$9.95

Elige según tu mercado y posicionamiento.

UTILIDAD BRUTA CADA 100 PLATOS

\$802.00

Con el precio sugerido de \$11.45.

ALÉRGENOS

Soya, gluten (soya)

CONSERVACIÓN Y VIDA ÚTIL

Carne cortada 48 h a 4 °C. Papas precocidas (1.ª fritura) 24 h.

Secreto del Chef

El wok tiene que humear antes de la carne y nunca más de 200 g por tanda: si baja la temperatura la carne hierve en su jugo y pierdes el sabor ahumado del salteado.

Rentabilidad y mermas

Usa punta de lomo o sirloin en vez de lomo fino: ahorras 40% y en tiras finas salteadas nadie nota la diferencia. El aceite de freír filtrado rinde 4–5 servicios.



02

Cenas

Platos de autor para elevar el ticket y posicionar la marca.

| 1 RECETAS



CENAS • RECETA 23

Short Rib Braseado al Vino Tinto

Costilla de res braseada cuatro horas que se deshace con el tenedor, sobre puré de papa y su jugo reducido: el plato ancla de la cena.

COSTO / PORCIÓN

\$7.36

PRECIO SUGERIDO

\$23.45

FOOD COST

31.4%

MARGEN BRUTO

\$16.09 68.6%

Rinde 6 porc.

Prep. 30 min

Cocción 240 min

Dificultad Media

Short Rib Braseado al Vino Tinto

Escandallo

INGREDIENTE	CANTIDAD	COSTO
Short rib con hueso merma 10%	2400 g	\$33.33
Vino tinto	500 ml	\$3.00
Caldo de res	1000 ml	\$1.80
Cebolla, zanahoria y apio merma 12%	500 g	\$1.02
Pasta de tomate	60 g	\$0.24
Ajo merma 15%	30 g	\$0.23
Tomillo y laurel	10 g	\$0.20
Papa Yukon merma 12%	1200 g	\$2.46
Mantequilla	120 g	\$1.08
Crema de leche	150 ml	\$0.68
Aceite, sal y pimienta	50 g	\$0.15
Costo del lote (6 porc.)		\$44.19
Costo por porción		\$7.36

Food cost objetivo 32.0% → real 31.4%

Venta sugerida: Maridaje con copa de Malbec o vegetales glaseados (+\$5.00).

Procedimiento técnico

- 01 Sellar** 15 min Fuego alto
Sazona la costilla con 12 h de anticipación. Sella en aceite hasta costra oscura por todas las caras.
- 02 Base** 15 min
Dora el mirepoix y el ajo, añade pasta de tomate hasta que oscurezca y desglasa con el vino. Reduce a la mitad.
- 03 Brasear** 3 h 30 min Horno 150 °C
Regresa la carne, cubre con caldo y hierbas, tapa y hornea hasta que el hueso salga limpio.
- 04 Jugo** 20 min Hervor
Retira la carne, cuela el líquido, desgrasa y reduce hasta textura de salsa brillante.
- 05 Puré** 25 min
Cuece las papas, pasa por prensa y monta con mantequilla y crema caliente.
- 06 Emplatar** 2 min
150 g de puré, una costilla de 400 g con hueso y 60 ml de jugo encima. Hierba fresca.

Panel de rentabilidad

INGREDIENTE CRÍTICO

Short rib con hueso

75% del costo del plato: negocia este insumo primero.

PRECIO SEGÚN FOOD COST

FC 25%	FC 30%	FC 35%
\$29.45	\$24.95	\$21.45

Elige según tu mercado y posicionamiento.

UTILIDAD BRUTA CADA 100 PLATOS

\$1,609.00

Con el precio sugerido de \$23.45.

ALÉRGENOS

Apio, sulfitos (vino), lácteos

CONSERVACIÓN Y VIDA ÚTIL

Short rib braseado 4 días a 4 °C en su jugo o 3 meses congelado.

Secreto del Chef

Braséalo un día antes: enfría la costilla en su líquido, retira la grasa solidificada y regenera. La carne queda más jugosa, se porciona limpia y la salsa sale brillante.

Rentabilidad y mermas

El short rib cuesta menos que el lomo y se vende como plato estrella de cena. La grasa retirada del braseado se usa para confitar papas. Brasea en lote y congela porciones.



03 Comida Rápida

Productos estrella para delivery y volumen, diseñados para escalar.

1 RECETAS



COMIDA RÁPIDA · RECETA 37

Smash Burger Doble

Dos carnes aplastadas con costra caramelizada, queso americano, cebolla y salsa de la casa en pan de papa: el producto estrella del delivery.

COSTO / PORCIÓN	PRECIO SUGERIDO	FOOD COST	MARGEN BRUTO
\$2.76	\$9.95	27.8%	\$7.19 72.2%

Rinde **6 porc.** Prep. **15 min** Cocción **10 min** Dificultad **Baja**

Smash Burger Doble

Escandallo

INGREDIENTE	CANTIDAD	COSTO
Carne molida de res 80/20	1080 g	\$9.94
Pan de papa	6 u	\$3.30
Queso americano en lonja	12 u	\$1.44
Cebolla blanca merma 10%	150 g	\$0.25
Pepinillos	90 g	\$0.54
Mayonesa	90 g	\$0.43
Kétchup y mostaza	60 g	\$0.21
Relish y paprika	30 g	\$0.18
Mantequilla	30 g	\$0.27
Sal y pimienta	10 g	\$0.03
Costo del lote (6 porc.)		\$16.59
Costo por porción		\$2.76

Food cost objetivo 28.0% → real 27.8%

Venta sugerida: Tocino, papas y bebida en combo (+\$4.50).

Procedimiento técnico

- 01 Salsa de la casa** 3 min
Mezcla mayonesa, kétchup, mostaza, relish y paprika. Reposa en frío.
- 02 Porcionar** 6 min
Forma bolas de 90 g sin amasar demasiado y mantenlas muy frías.
- 03 Tostar el pan** 1 min Plancha 200 °C
Unta mantequilla en las caras cortadas y tuesta hasta dorar.
- 04 Smash** 1 min Plancha 250 °C
Coloca la bola en plancha humeante y aplasta con espátula firme a 6 mm en los primeros 10 s. Sal y pimienta.
- 05 Voltear y queso** 1 min
Cuando el borde se vea caramelizado raspa y voltea, queso encima y apila las dos carnes.
- 06 Montar** 1 min
Pan, salsa, cebolla picada fina, pepinillos, doble carne con queso y tapa con salsa.

Panel de rentabilidad

INGREDIENTE CRÍTICO

Carne molida de res 80/20

60% del costo del plato: negocia este insumo primero.

PRECIO SEGÚN FOOD COST

FC 25%

\$11.45

FC 30%

\$9.45

FC 35%

\$7.95

Elige según tu mercado y posicionamiento.

UTILIDAD BRUTA CADA 100 PLATOS

\$719.00

Con el precio sugerido de \$9.95.

ALÉRGENOS

Gluten, lácteos, huevo, mostaza, sésamo

CONSERVACIÓN Y VIDA ÚTIL

Bolas de carne 48 h a 4 °C. Salsa de la casa 1 semana.

Secreto del Chef

Aplasta solo durante los primeros 10 segundos: la carne fría contra la plancha muy caliente forma la costra de reacción de Maillard. Aplastar después exprime el jugo.

Rentabilidad y mermas

Dos carnes de 90 g se perciben más grandes que una de 180 g y se cocinan en 2 minutos: más rotación por hora de plancha. La cebolla picada cruda no tiene merma ni tiempo de cocción.



04 Postres

El cierre más rentable de la carta: food cost bajo y gran margen.

| 1 RECETAS



POSTRES • RECETA 45

Tres Leches de la Casa

Bizcocho esponjoso empapado en tres leches, cubierto de merengue flameado y canela: el postre latino más vendido por porción.

COSTO / PORCIÓN	PRECIO SUGERIDO	FOOD COST	MARGEN BRUTO
\$0.65	\$2.95	22.0%	\$2.30 78.0%

Rinde **12 porc.** Prep. **30 min** Cocción **35 min** Dificultad **Media**

Tres Leches de la Casa

Escandallo

INGREDIENTE	CANTIDAD	COSTO
Huevo grande	6 u	\$1.92
Azúcar	300 g	\$0.36
Harina de trigo	200 g	\$0.18
Polvo para hornear	8 g	\$0.05
Leche evaporada	360 ml	\$1.08
Leche condensada	390 g	\$1.64
Crema de leche	240 ml	\$1.08
Leche entera	120 ml	\$0.13
Claras de huevo	3 u	\$0.96
Vainilla y canela	15 g	\$0.38
Costo del lote (12 porc.)		\$7.77
Costo por porción		\$0.65

Food cost objetivo 22.0% → real 22.0%

Venta sugerida: Porción con frutos rojos o versión de café (+\$1.50).

Procedimiento técnico

- 01

Bizcocho 12 min

Bate las claras a punto de nieve con 150 g de azúcar; añade yemas una a una y la harina tamizada con polvo de hornear en forma envolvente.
- 02

Hornear 30 min Horno 175 °C

Vierte en molde de 30×20 cm engrasado y hornea hasta que al tocar rebote.
- 03

Tres leches 2 min

Licúa leche evaporada, condensada, crema, leche entera y vainilla.
- 04

Empapar 5 min + 6 h 4 °C

Pincha el bizcocho tibio por todas partes y vierte la mezcla fría en tres tandas. Refrigerera mínimo 6 h.
- 05

Merengue 10 min 70 °C

Bate las claras con el azúcar restante a baño María hasta 70 °C y luego a punto brillante. Cubre, flamea y espolvorea canela.

Panel de rentabilidad

INGREDIENTE CRÍTICO Huevo grande 25% del costo del plato: negocia este insumo primero.	PRECIO SEGÚN FOOD COST FC 25% \$2.95 FC 30% \$2.45 FC 35% \$1.95 Elige según tu mercado y posicionamiento.	UTILIDAD BRUTA CADA 100 PLATOS \$230.00 Con el precio sugerido de \$2.95.
---	--	---

ALÉRGENOS

Gluten, huevo, lácteos

CONSERVACIÓN Y VIDA ÚTIL

Empapado 4 días a 4 °C. Merengue el mismo día.

Secreto del Chef

Vierte la mezcla fría sobre el bizcocho tibio: el contraste de temperatura hace que absorba sin deshacerse. Un tres leches bien hecho no tiene charco en el fondo del plato.

Rentabilidad y mermas

Un molde de 30×20 cm rinde 12 porciones a menos de \$0.80 cada una. Las yemas sobrantes de otros postres entran aquí y las claras del flan también: el postre que recicla la pastelería.

Resumen de rentabilidad

Todas las recetas ordenadas por margen bruto. Úsala para decidir qué destacar en tu carta y qué empujar en ventas.

#	PLATO	CATEGORÍA	COSTO	PRECIO	FC	MARGEN
23	Short Rib Braseado al Vino Tinto	Cenas	\$7.36	\$23.45	31.4%	\$16.09
10	Lomo Saltado Clásico	Almuerzos	\$3.43	\$11.45	30.0%	\$8.02
37	Smash Burger Doble	Comida Rápida	\$2.76	\$9.95	27.8%	\$7.19
45	Tres Leches de la Casa	Postres	\$0.65	\$2.95	22.0%	\$2.30



COSTEOCHEF PREMIUM

Cocina con números. Vende con imagen.

Recetario completo con 50 recetas en costeochef.com/recetario