

# Cocinero profesional

CIU0:5-31.30



COLECCIONES BASICAS CINTERFOR

Copyright © ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL DEL TRABAJO (CINTERFOR) 1980

Las publicaciones de la Organización Internacional del Trabajo están protegidas por el *Copyright* de conformidad con las disposiciones del protocolo número 2 de la Convención Universal sobre Derecho de Autor.

---

CBC Cocinero profesional

Primera edición en castellano: 1973

Reimpresión: 1980

Hecho el depósito legal N° 145.804/80

---

*El Centro Interamericano de Investigación y Documentación sobre Formación Profesional (Cinterfor) es una agencia regional especializada de la Organización Internacional del Trabajo (OIT).*

*Establecida en 1964, Cinterfor tiene como objetivos impulsar y coordinar los esfuerzos de los institutos, organismos y empresas que se ocupan de formación profesional en América Latina.*

*Dir. Postal: Casilla de correo 1761*

*Dir. Telegráfica: "CINTERFOR"*

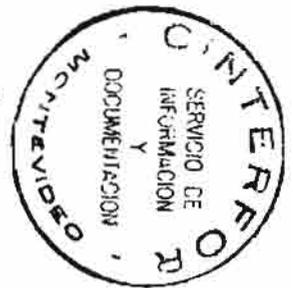
*Télex: CINFOR UY6521*

*Montevideo - Uruguay*



COLECCIONES BASICAS CINTERFOR ©

CBC  
64151  
330  
CINTC  
Bump



Títulos publicados

Enciclopedia de Mecánica General que contiene 6 volúmenes incluyendo las siguientes CBC:

Mecánico Ajustador -CIUO 8-41.05  
Tornero mecánico -CIUO 8-33.20  
Fresador mecánico -CIUO 8-33.30  
Rectificador mecánico -CIUO 8-33.70  
Tratador térmico de metales -CIUO 7-26.10  
Soldador por arco eléctrico -CIUO 8-72.20  
Soldador oxiacetilénico -CIUO 8-72.15  
Matricero para metales -CIUO 8-32.21  
Matricero para plásticos -CIUO 8-32.22  
Afilador de herramientas -CIUO 8-35.30  
Herrero -CIUO 8-31.10  
Calderero -CIUO 8-73.10 y 8-74.30  
Trabajador en chapa fina y perfiles -CIUO 8-73.30/40

Mecánico automotriz -CIUO 8-43.20  
Cocinero profesional -CIUO 5-31.30  
Electricista de automóviles -CIUO 8-55.41  
Electricista de edificios -Instalador- -CIUO 8-55.20  
Ajustador electricista, Bobinador -CIUO 8-51.20/30  
Operación de máquinas agrícolas -AGRIC.  
Mecánico de maquinaria agrícola -CIUO 8-49.55  
Mecánico de motores diesel -CIUO 8-49.20 y 8-43.21  
Plomero -CIUO 8-71.05  
Albañil -CIUO 9-51.20  
Encofrador - CIUO 9-52.20  
Armador de hormigón -CIUO 9-52.30  
Mecánico de refrigeración -CIUO 8-41.80  
Camarera de hotel -CIUO 5-40.50  
Productor de maíz -AGRIC.  
Productor de naranjas -AGRIC.  
Productor de tomate -AGRIC.

Títulos en preparación

Recepcionista de hotel -CIUO 3-94.20  
Conserje de hotel -CIUO 5-40.55  
Cajero de hotel -CIUO 3-31.60  
Productor de arroz -AGRIC.  
Píntor a pistola -CIUO 9-39.30  
Chapista de automóviles -CIUO 8-73.70  
Electronicista -CIUO 8-52.10  
Ciencias básicas (Colección de hojas de  
informaciones complementarias)

Impresos en los talleres de Cinterfor

© Cinterfor.

28 JUL 1984



### INTRODUCCION

Esta Colección Básica Cinterfor -CBC- para Cocinero Profesional, forma parte de un conjunto o familia de CBC de ocupaciones afines, denominada "Servicios de hostelería, bares y similares".

La familia antedicha está integrada por ocupaciones de los sub-grupos 5-2, 5-3 y 5-4 de la Clasificación Internacional Uniforme de Ocupaciones de la OIT (CIUO).

Eventualmente podrán incorporarse los sub-grupos 5-5, 5-6, 5-7 y 5-9.

Las CBC están destinadas a la preparación de material de instrucción para la parte práctica de los cursos, tanto de formación profesional como de educación técnica.

Tienen además validez regional, al ser producidas por grupos de trabajo multinacionales de especialistas de los países latinoamericanos, que actúan bajo la coordinación del CINTERFOR.

11 JUN. 1980

En la presente CBC no se incluye el Documento Normativo de la página 3 a 96, dado que ha sido ampliamente difundido en todas las CBC anteriormente editadas y distribuidas.

DESCRIPCIÓN DE LA CBC

### Campo de aplicación de la CBC para Cocinero profesional

Las hojas de operación (HO) y de información tecnológica (HIT) contenidas en la presente CBC para Cocinero profesional son aplicables a la preparación de material didáctico para enseñar la parte práctica de los cursos concernientes a la siguiente ocupación:

#### 5-31.30 COCINERO (excepto servicio doméstico)

Prepara, condimenta y guisa carne, pescado, huevos y verduras, confecciona postres y prepara ensaladas y otros manjares, en establecimientos de comidas, hoteles, trenes, clubes, escuelas, cafeterías y otros lugares:

fríe, asa, rehoga o cuece carne, pescado, verduras y otros alimentos; prepara ensaladas, emparedados, pasteles, zumos de frutas y otros platos fríos; vigila la preparación de los alimentos que serán guisados o servidos crudos; vigila, en la cocina, los trabajos de limpieza y lavado de los platos y utensilios empleados.

Puede especializarse en la preparación de un tipo determinado de alimentos, como carne, pescado, verduras, ensaladas o repostería, y ser designado de acuerdo con su especialización.

También pueden aplicarse para instruir sobre aspectos parciales correspondientes a otras ocupaciones de la familia tales como la 5-31.20 Jefe de cocina; 5-31.40 Cocinero (servicio doméstico); 5-31.50 Cocinero de barco y 5-31.90 Otros cocineros y ayudantes.

### Operaciones

En esta CBC se han incluido la mayoría de las operaciones que requieren las tareas normales ejecutadas por un cocinero. A pesar de ello es probable que, dada la diversidad de preparados y materiales usados en las cocinas de la región, falten o haya que sustituir algunas hojas muy específicas o con términos muy localistas. En ese caso es conveniente preparar el nuevo material observando estrictamente las disposiciones contenidas en el Documento Normativo.

Respecto a los índices para HO debe notarse que no se ha incluido el N°III, de norma en estas colecciones. Los programadores al estructurar el curso deberán armar las unidades de instrucción exclusivamente de acuerdo a sus necesidades y criterio.

En relación a la terminología, el obstáculo que representan las pronunciadas diferencias y peculiaridades regionales, ha hecho imposible lograr una solución que satisfaga a todos los países. En otras CBC es norma que aparezca un vocabulario técnico al fin de cada hoja. En la CBC para Cocinero, dadas las dificultades anotadas se prefirió concentrar el vocabulario técnico en hojas aparte que se irán completando y perfeccionando a medida que se reciban observaciones de los programadores y docentes que utilicen las colecciones.

### Informaciones tecnológicas

A fin de facilitar la programación de los cursos el Documento normativo, prevee organizar las hojas de tecnología mediante una clasificación por temas y su correspondiente codificación decimal. En esta colección ha sido imposible hacerlo no incluyéndose por lo tanto los índices VII y VIII. Más adelante al preparar e incorporar otras CBC de la familia, podrá incluirse la clasificación e índices que faltan.

En relación a las hojas de informaciones tecnológicas que sea necesario substituir, modificar o hacer nuevas, corresponden las mismas observaciones que se hicieron para las hojas de operación.

Respecto a la terminología también corresponden las observaciones que se hicieron para las hojas de operación.

ÍNDICES

HOJAS DE OPERACIÓN

I OPERACIONES ordenadas por número de REFERENCIA. Ocupación: COCINERO PROFESIONAL.

REFERENCIA	Nombre de la operación
01/CP	Limpiar utensilios de cocina
02/CP	Limpiar equipos y muebles de cocina
03/CP	Limpiar alimentos en grano
04/CP	Limpiar raíces, tubérculos, bulbos, frutas de semilla y similares
05/CP	Limpiar tomate, pimentón y similares
06/CP	Limpiar y cortar legumbres de flor (coliflores, bróculis, alcachofas y similares)
07/CP	Limpiar legumbres de hojas y hierbas (acelgas, coles, repollos, espinacas, etc.)
08/CP	Tratar los alimentos en salmuera, marinadas y similares
09/CP	Limpiar vísceras y menudencias (hígados, riñones, corazones, sesos, etc.)
10/CP	Limpiar carnes
11/CP	Limpiar y hacer filetes de pescado
12/CP	Preparar moluscos de concha (mise en place)
13/CP	Preparar crustáceos (mise en place)
14/CP	Preparar aves (mise en place)
15/CP	Empanar
16/CP	Modelar masas de cocina
17/CP	Preparar comestibles por mezcla y composición homogénea
18/CP	Picar huesos
19/CP	Cortar comestibles manualmente
20/CP	Cortar, moler, licuar o rallar comestibles mecánicamente
21/CP	Tornear legumbres y frutas

I OPERACIONES ordenadas por número de REFERENCIA. Ocupación: COCINERO  
PROFESIONAL (cont.)

REFE- RENCIA	Nombre de la operación
22/CP	Mechar carnes
23/CP	Rellenar alimentos
24/CP	Cortar carnes en porciones
25/CP	Despostar cuartos traseros
26/CP	Despostar el chuletal
27/CP	Despostar piernas (Vacuno, porcino, lanar, caprino, caza mayor)
28/CP	Despostar roedores (conejos, liebres, chigüiros, etc.)
29/CP	Cortar pescados
30/CP	Preparar calamares, pulpos y similares (mise en place)
31/CP	Cocinar en líquido (Hervir, blanquear, escalfar)
32/CP	Cocer alimentos al vapor
33/CP	Gratinar, tostar, abrillantar
34/CP	Asar a la plancha o parrilla
35/CP	Saltear, sofreír, freír en sartén
36/CP	Freír en fritura (aceite hondo)
37/CP	Asar al horno (asar, hornear)
38/CP	Guisar, estofar, brasear
39/CP	Clarificar caldos
40/CP	Ligar fondos y caldos con harinas y/o féculas
41/CP	Preparar salsas por emulsión
42/CP	Preparar pastas fuertes y elásticas
43/CP	Preparar pastas hojaldradas
44/CP	Componer sándwiches, canapés y similares
45/CP	Preparar tortillas y huevos revueltos

I OPERACIONES ordenadas por número de REFERENCIA. Ocupación: COCINERO  
PROFESIONAL (cont.)

REFE- RENCIA	Nombre de la operación
46/CP	Napear, cubrir y abrillantar alimentos
47/CP	Presentar comestibles en rebanadas
48/CP	Presentar platos
49/CP	Trinchar cortes de carne deshuesados o por deshuesar
50/CP	Trinchar perniles
51/CP	Trinchar aves
52/CP	Trinchar pescados
53/CP	Trinchar langostas y similares

II OPERACIONES por orden ALFABETICO. Ocupación: COCINERO PROFESIONAL.

NOMBRE DE LA OPERACION	Referencia
Asar a la plancha o parrilla	34/CP
Asar al horno (asar, hornear)	37/CP
Clarificar caldos	39/CP
Cocer alimentos al vapor	32/CP
Cocinar en líquido (Hervir, blanquear, escalfar)	31/CP
Componer sándwiches, canapés y similares	44/CP
Cortar carnes en porciones	24/CP
Cortar comestibles manualmente	19/CP
Cortar, moler, licuar o rallar comestibles mecánicamente	20/CP
Cortar pescados	29/CP
Despostar cuartos traseros	25/CP
Despostar el chuletal	26/CP
Despostar piernas (Vacuno, porcino, lanar, caprino, caza mayor)	27/CP
Despostar roedores (conejos, liebres, chigüiros, etc.)	28/CP
Empanar	15/CP
Freír en fritura (aceite hondo)	36/CP
Gratinar, tostar, abrillantar	33/CP
Guisar, estofar, brasear	38/CP
Ligar fondos y caldos con harinas y/o féculas	40/CP
Limpiar alimentos en grano	03/CP
Limpiar carnes	10/CP
Limpiar equipos y muebles de cocina	02/CP
Limpiar legumbres de hojas y hierbas (acelgas, coles, repollos, espinacas, etc.)	07/CP

II OPERACIONES por orden ALFABETICO. Ocupación: COCINERO PROFESIONAL (cont.)

NOMBRE DE LA OPERACION	Referencia
Limpiar raíces, tubérculos, bulbos, frutas de semilla y similares	04/CP
Limpiar tomate, pimentón y similares	05/CP
Limpiar utensilios de cocina	01/CP
Limpiar vísceras y menudencias (hígados, riñones, corazones, sesos, etc.)	09/CP
Limpiar y cortar legumbres de flor (coliflores, bróculis, alcachofas y similares)	06/CP
Limpiar y hacer filetes de pescado	11/CP
Mechar carnes	22/CP
Modelar masas de cocina	16/CP
Napear, cubrir y abrillantar alimentos	46/CP
Picar huesos	18/CP
Preparar aves (mise en place)	14/CP
Preparar calamares, pulpos y similares (mise en place)	30/CP
Preparar comestibles por mezcla y composición homogénea	17/CP
Preparar crustáceos (mise en place)	13/CP
Preparar moluscos de concha (mise en place)	12/CP
Preparar pastas fuertes y elásticas	42/CP
Preparar pastas hojaldradas	43/CP
Preparar salsas por emulsión	41/CP
Preparar tortillas y huevos revueltos	45/CP
Presentar comestibles en rebanadas	47/CP
Presentar platos	48/CP
Rellenar alimentos	23/CP
Saltear, sofreír, freír en sartén	35/CP

II OPERACIONES por orden ALFABETICO. Ocupación: COCINERO PROFESIONAL (cont.)

NOMBRE DE LA OPERACION	Referencia
Tornear legumbres y frutas	21/CP
Tratar los alimentos en salmuera, marinadas y similares	08/CP
Trinchar aves	51/CP
Trinchar cortes de carne deshuesados o por deshuesar	49/CP
Trinchar langostas y similares	53/CP
Trinchar perniles	50/CP
Trinchar pescados	52/CP

ÍNDICES

HOJAS DE INFORMACIÓN

TECNOLÓGICA

(de la ocupación)

V TEMAS TECNOLOGICOS por número de REFERENCIA para COCINERO PROFESIONAL.

REFE- RENCIA	Título del tema tecnológico	
001	Materiales y equipos de limpieza	
002	Productos de limpieza	
003	Recipientes de cocina	
004	Herramientas varias	
005	Herramientas para cortar, coser y afilar	
006	Muebles de cocina	
007	Equipos de preparación	
008	Equipos de cocción	
009	Equipos de refrigeración	
010	Recipientes para presentación de alimentos	
011	Leguminosas, cereales, féculas y derivados	
012	Legumbres	
013	Frutas	
014	Ganado vacuno (buey, vaca, ternera)	
015	Ganado porcino	
016	Ganado lanar y caprino (carnero, oveja, cordero, chivo, castrón, cabra y cabrito)	
017	Caza de pelo y cerda	
018	Vísceras, menudencias, huesos	
019	Aves	
020	Pescados	
021	Crustáceos	
022	Moluscos y reptiles	
023	Huevos	

V TEMAS TECNOLOGICOS por número de REFERENCIA para COCINERO PROFESIONAL. (cont.)

REFE- RENCIA	Título del tema tecnológico	
024	Leche y productos lácteos	
025	Grasas comestibles	
026	Azúcares	
027	Productos auxiliares, condimentos y hierbas	
028	Chacinas	
029	Conservas y productos industrializados	
030	Bases de cocina (fondos, ligazones, aromáticos, embellece- dores)	
031	Salsas	
032	Comidas frías (entremeses, platos fríos, ensaladas)	
033	Sopas	
034	Entradas calientes	
035	Platos fuertes	
036	Postres	
037	Emparedados y canapés	
038	Métodos de cocción	
039	Conservación de alimentos	
040	Presentación de platos	

VI Índice alfabético de TEMAS TECNOLOGICOS para COCINERO PROFESIONAL.  
(Incluye referencia)

Título del tema tecnológico	REFE- RENCIA	
Aves	019	
Azúcares	026	
Bases de cocina (fondos, ligazones, aromáticos, embellecedores)	030	
Caza de pelo y cerda	017	
Comidas frías (entremeses, platos fríos, ensaladas)	032	
Conservación de alimentos	039	
Conservas y productos industrializados	029	
Crustáceos	021	
Chacinas	028	
Emparedados y canapés	037	
Entradas calientes	034	
Equipos de cocción	008	
Equipos de preparación	007	
Equipos de refrigeración	009	
Frutas	013	
Ganado lanar y caprino (carnero, oveja, cordero, chivo, castrón, cabra y cabrito)	016	
Ganado porcino	015	
Ganado vacuno (buey, vaca, ternera)	014	
Grasas comestibles	025	
Herramientas para cortar, coser y afilar	005	
Herramientas varias	004	
Huevos	023	

VI Índice alfabético de TEMAS TECNOLOGICOS para COCINERO PROFESIONAL.  
(Incluye referencia) (cont.)

Título del tema tecnológico	REFE- RENCIA	
Leche y productos lácteos	024	
Legumbres	012	
Leguminosas, cereales, féculas y derivados	011	
Materiales y equipos de limpieza	001	
Métodos de cocción	038	
Moluscos y reptiles	022	
Muebles de cocina	006	
Pescados	020	
Platos fuertes	035	
Pastres	036	
Presentación de platos	040	
Productos auxiliares, condimentos y hierbas	027	
Productos de limpieza	002	
Recipientes de cocina	003	
Recipientes para presentación de alimentos	010	
Salsas	031	
Sopas	033	
Vísceras, menudencias, huesos	018	

VOCABULARIO TECNICO

## VOCABULARIO TECNICO

Dado que la CBC para Cocinero Profesional, por los temas que trata, conlleva dificultades peculiares de terminología, se ha optado por redactar un detallado vocabulario técnico.

Por la extensión que abarca este vocabulario se ha presentado en forma independiente y no, como está indicado en las normas, a continuación de cada hoja en donde se aplican los términos.

Además de los sinónimos de aplicación regional se han agregado algunas definiciones que ayudarán a comprender mejor los textos.

No se incluyeron en este vocabulario algunas de las palabras cuyas definiciones pueden encontrarse en los diccionarios comunes de la lengua española.

## Vocabulario técnico

- ABACORA:** Ver atún.
- ABADEJO:** bacalao; reyezuelo.
- ABATI:** Ver aguardiente.
- ABRILLANTAR:** dar brillo con jarabe, jalea o gelatina.
- ACAJU:** anacardo.
- ACARAMELAR:** bañar con azúcar fundida.
- ACEITE:** Ver grasa. Ver grasa líquida. Ver óleo.
- ACEITE DE OLIVA:** óleo.
- ACEITUNA:** oliva.
- ACIDULAR:** poner ligeramente ácido un ingrediente, añadiéndole limón o vinagre.
- ACITRON:** Ver limón.
- ACOMPÑAMIENTO:** guarnición; adorno; guarnitura.
- ACHAGUAL:** Ver girasol.
- ACHICORIA SILVESTRE:** almeirón.
- ACHURAS:** intestinos, menudos de animales vacunos, lanares o cabríos. Ver menudos.
- ADEREZAR:** sazonar los manjares; condimentar.
- ADOBAR:** ponerles a carnes u otras cosas un preparado que sirve para conservarlas y sazónarlas.
- ADOBO:** cualquier caldo o salsa con que se sazona y conserva un manjar, especialmente carnes; marinada; aliño.
- APTOSA:** Ver ventosa.
- AGUA CARBONATADA:** soda; agua con gas.
- AGUA CON GAS:** Ver agua carbonatada.
- AGUA DE AZAHAR:** se prepara con la flor del naranjo; aguanafa.
- AGUACATE:** avocado; palto; palta; aguazate; chuchú.
- AGUARDIENTE:** calaguasca; abati; chiringuito.
- AGUANafa:** Ver agua de azahar.
- AGUARDIENTE DE ORUJO DE UVA:** bebida espirituosa que, por destilación, se saca del hollejo de la uva; "marc"; "grappa".
- AGUAZATE:** Ver aguacate.
- AGUJA PARA LARDEAR:** aguja para mechar.
- AGUJA PARA MECHAR:** Ver aguja para lardear.
- AHOGAR:** estofar o rehogar.
- AHUMADO:** Ver defumado.
- AHUYAMA:** Ver zapallo.
- "AYOLI":** Ver ajiaceite.
- AJADA:** Ver ajiaceite.
- AJI:** Ver pimiento.
- AJI MORRON:** Ver pimentón.
- AJIACEITE:** salsa preparada con ajos machacados y aceite; ajada; ajoñio; "afoli".
- AJILIMOJILI:** salsa o pebre para los guisados.
- AJOLIO:** Ver ajiaceite.
- AJONJOLI:** planta de semillas amarillentas, muy menudas y oleaginosas; sésamo; alearfa.
- ALABEGA:** Ver albahaca.
- ALARGAR:** arreglar.
- ALBACORA:** Ver atún.
- ALBAHACA:** planta que se utiliza por sus propiedades aromáticas; alábega; alfábega.
- ALBARCOQUE:** Ver albaricoque.
- ALBARDAR:** envolver una carne, ave o caza con lonjas o albardas de tocino para evitar que se seque al asarla; enalbardar; albardillar.
- ALBARDILLAR:** Ver albardar.
- ALBARICOQUE:** albarcoque; damasco.
- ALCACHOFA:** alcaucil; alcaucf.
- ALCAPARRA:** planta cuyo botón se usa como condimento y como entremés; pápara.
- ALCARAVEA:** Ver comino.
- ALCAUCI:** Ver albaricoque.
- ALCAUCIL:** Ver alcachofa.
- ALCUZCUZ:** pasta de harina y miel, reducida y guisada, típica entre los moros.
- ALGRIA:** Ver ajonjolí.
- ALFABEGA:** Ver albahaca.
- ALIAÑAR:** condimentar los alimentos para que resulten más sabrosos; aderezar.
- ALIAÑO:** condimento.
- ALMEIRON:** achicoria silvestre.
- ALMIBAR:** azúcar disuelto en agua y cocido hasta que adquiere consistencia de jarabe; sirop; miel.
- ALMIBARAR:** bañar o cubrir con almíbar.
- ALMIDON:** sustancia hidrocarbonada que se extrae de cereales y vegetales; fécula; tapioca; sagú; salep.

## Vocabulario técnico

**ALUBIA:** fríjol; poroto; judía; habichuela; judía blanca; faba; fasil; fréjol; frejol; tríjol; frisol; frisuelo.

**ALVERJA:** arveja.

**AMALGAMAR:** mezclar a fondo varias sustancias.

**AMASAR:** trabajar una masa con las manos.

**AMBIGU:** Ver bufete.

**ANACARDO:** Ver acajú.

**ANADE:** pato.

**ANADON:** pollo del ánade.

**ANANA:** Ver piña.

**ANCHOA:** bocarte; boquerón; anchova.

**ANCHOVA:** Ver anchoa.

**ANQUILA DE MAR:** Ver congrio.

**ANIS:** fruto maduro y seco de una planta de olor y gusto aromáticos muy finos.

**APAREJAR:** emparejar.

**APIO:** esmirnio; perejil macedonio; arracachá; panul.

**APIO MASO:** apio de raíz carnosa, muy abultada y redondeada.

**ARRACACHA:** Ver apio.

**ARREGLAR:** Ver alargar.

**ARROLLADO:** Ver brazo.

**"ARROW-ROOT":** fécula extraída de la raíz de las plantas tropicales que, disuelta en agua fría, se emplea para liar los jugos o caldos; arrurruz.

**ARROZ:** casulla; macho; palay.

**ARRURRUZ:** Ver "arrow-root".

**ARVEJA:** Ver alverja. Ver guisante.

**ASA:** manija.

**ASADOR:** Ver espetón.

**ASADOR GIRATORIO:** "spiedo".

**ASCALONIA:** Ver escalona.

**"ASPIC":** gelatina hecha con residuos de carne, que sirve para espesar las salsas, y es aplicada a los platos fríos.

**ATAR:** Ver bridar.

**ATOLE:** Ver pasta.

**ATUN:** albacora; bonito; abacora.

**AUTOCLAVE:** Ver horno de vapor.

**AVOCADO:** Ver aguacate.

**AZAFRAN:** estigma de las flores, de la planta del mismo nombre, de olor fuerte y sabor amargo, que se emplea como condimento; brin; croco.

**AZANOEIA:** Ver zanahoria.

**AZUCAR "CANDY":** azúcar rubia; azúcar moreno.

**AZUCAR FLOR:** azúcar impalpable; azúcar en polvo.

**AZUCAR BLANCA O AZUCAR DE LUSTRE:** se obtiene mezclando tres partes de azúcar con una de fécula de arroz, el primero reducido a polvo impalpable.

**AZUCAR IMPALPABLE:** Ver azúcar flor.

**AZUCAR MORENO:** Ver azúcar "candy".

**AZUCAR RUBIA:** Ver azúcar "candy".

**AZUCAR TOSTADO:** Ver caramelo.

**AZUCARILLO:** masa compuesta de almíbar, clara de huevo y zumo de limón, que sirve para endulzar; bolado.

\*

**BABA:** tipo de pastel.

**BACALAO:** abadejo; reyezuelo; curadillo; truchuela.

**"BACON":** tocino entreverado ahumado.

**BAJOCA:** Ver judía verde.

**BALCON:** mostrador; mesa de despacho.

**BALDOSA:** Ver ladrillo.

**BALLENA:** Ver hueso traslúcido.

**BANANA:** plátano.

**BANDA DE MANZANAS:** persiana.

**BANDEJA:** charola; jofaina; lebrillo.

**BAÑAR:** cubrir una materia con salsa, caldo o agua.

**BAÑO MARIA:** sistema de cocción que consiste en introducir, en un recipiente (lleno hasta la mitad de agua mantenida a temperatura próxima a la ebullición), la cazuela que contiene el alimento que debe cocerse.

**BARBACOA:** parrilla construida con varillas de madera y que se utiliza para asar carne; barbacoa.

**BARBACUA:** Ver barbacoa.

## Vocabulario técnico

- BARQUITA:** molde de forma ovalada hecho con pasta quebrada (o restos de hojaldre), cocido y relleno con distintas preparaciones.
- BASTONES:** Ver "pont-neuf".
- BATATA:** papa dulce; boniato; camote; moñato; buniato; moniato.
- BATIDOR:** utensilio compuesto de hilos metálicos unidos a un mango, que sirve para batir huevos, claras de huevo, salsas, etc.; varillas.
- BATIDOR DE BIFE:** máza y mazo.
- BATIR "A PUNTO DE NIEVE":** sacudir, con las varillas, claras de huevo hasta que alcancen una gran densidad.
- "BAVAROISE":** Ver Baviera.
- BAVIERA:** "bavaroise".
- BAYONESA:** Ver mayonesa.
- BECHAMEL:** bechamela; besamel; besamela; salsa blanca.
- BECHAMELA:** Ver bechamel.
- BERRO:** planta de gusto picante, cuyas hojas se comen en ensalada.
- BERZA:** col; tallo; bretón.
- BESAMEL:** Ver bechamel.
- BESAMELA:** Ver bechamel.
- BESITO:** Ver merengue.
- BESUCO:** castañeta; papamosca; pez marino.
- BESUGUERA:** cazuela de hierro estañado o de cobre, de forma cuadrangular y alargada, que sostiene una rejilla con asideros, y que se usa para escalfar o cocer pescado.
- BETABEL:** Ver remolacha.
- BETERRAGA:** Ver remolacha.
- BETERRAVE:** Ver remolacha.
- BIFE:** Ver bistec.
- BIGOTE:** Ver croqueta.
- "BISMARCK":** Ver bitoque.
- BISTEC:** pedazo de carne de vaca asado; biftec; bife, bisteca, filete, "steak", hojuela.
- BISTECA:** Ver bistec.
- BITOQUE:** bistec de carne picada, similar a una albóndiga pero con forma de bistec; grifo; "bismark".
- BIZCOCHO:** cauca; galleta.
- BLANCO:** caldo corto a base de vinagre, harina y agua.
- BLANQUEAR:** sumergir en agua hirviendo; escaldar.
- "BLANQUETTE":** guisado de carne blanca con salsa blanca.
- BOCADILLO:** Ver emparedado.
- BOCARTE:** Ver anchoa.
- BOGAVANTE:** crustáceo marino, parecido a la langosta de mar, pero de pinzas muy grandes, de color pardo, que se vuelve rojo por la cocción.
- BOL:** Ver paila.
- BOLADO:** Ver azucarillo.
- BOMBILLA:** Ver cucharón.
- BCNIATO:** Ver batata.
- BONITO:** Ver atún.
- BOQUERON:** Ver anchoa.
- BOQUILLA:** Ver tuya.
- BORDURA:** Ver contorno.
- BOTE:** lata; pote.
- "BOUQUET GARNI":** Ver ramillete guarnecido.
- "BOURRIDE":** plato de pescado, típico del "Midi" francés.
- BRAMANTE:** hilo.
- BRASEAR:** asar con lentitud y durante largo tiempo un alimento en su salsa de acompañamiento, sin evaporación.
- BRASERA:** cacerola en la que se procede a brasear, de forma rectangular y paredes altas, con tapadera ajustada que impide la evaporación.
- BRAZO:** brazo gitano; arrollado.
- BRAZO GITANO:** Ver brazo.
- BRECOL:** Ver brócoli.
- BRECOLERA:** Ver brócoli.
- BRETON:** Ver berza.
- BRIDAR:** atar; liar.
- BRILLO:** estropajo; esponja de acero.
- "BRIOCHE":** especie de panecillo o pastel.
- BRIN:** Ver azafrán.
- BROCOLE:** Ver brócoli.
- BROCUL:** Ver brócoli.

## Vocabulario técnico

**BROCULI:** col de la misma familia que la coliflor, pero de color violáceo; brécol; brecolera; brócole; brócul. Ver coliflor.

**BROCHETA:** varilla de plata, alpaca o madera, que sirve para ensartar las piezas destinadas a la cocción, a la "broche" o al asador; "brochette"; broqueta.

**"BROCHETTE":** Ver brocheta.

**BROQUETA:** Ver brocheta.

**BUCHE:** Ver esófago.

**BUDIN:** plato dulce a modo de bizcocho. Ver flan (hecho al baño María). Ver "pudding".

**BUDIN INGLES:** Ver "plum cake".

**BUEY:** novillo (castrado).

**BUFETE:** ambigü; exposición de manjares en frío; "buffet".

**"BUFFET":** Ver bufete.

**BULE:** Ver calabaza.

**BUNIATO:** Ver batata.

\*

**CABRITO:** cría de la cabra, hasta que deja de mamar; chivito.

**CACAHUATE:** Ver cacahuete.

**CACAHUETE:** cacahuete; cacahuey; maní.

**CACAHUEY:** Ver cacahuete.

**CACUJA:** Ver nata.

**CACHAPA:** panecillo de maíz.

**CAJA DE GRASA:** Ver trampa de grasa.

**"CAKE":** pastelillo.

**CALABACIN:** calabaza pequeña de corteza verde y carne blanca; zapallito; hoco; zapallo italiano.

**CALABACITA:** Ver zapallito.

**CALABAZA:** zapallo; bulé.

**CALAGUASCA:** Ver aguardiente.

**CALDERETA:** caldera pequeña.

**CALDERO:** holla de hierro.

**CALDERON:** rancho.

**CALDO CORTO:** líquido que se deja reducir para aumentar su aroma y con el que se cuecen los pescados; corto cocimiento; medio caldo.

**CALDO DE PESCADO:** Ver "fumet".

**CALVADOS:** aguardiente muy seco, destilado en el departamento francés de Calvados, de color acaramelado y propiedades digestónicas.

**CALLAMEA:** Ver seta seca.

**CALLOS:** mondongo.

**CAMARON:** chacalín; cámbaro; cangrejo de río.

**CAMBARO:** Ver camarón. Ver cangrejo de río.

**CAMOTE:** Ver batata.

**"CANAPE":** rebanaditas de pan, cortadas en forma rectangular.

**CANASTA:** Ver costra.

**CANGREJO DE RIO:** cámbaro; camarón; jaiba.

**"ANILLA:** Ver grifo.

**CAÑON:** Ver "cornet".

**CAPA:** Ver estrato.

**CAPIBARA:** Ver chigüiro.

**CAPON:** pollo o cordero joven, castrado y cebado especialmente para que resulte más sabroso.

**CARACU:** Ver tuétano.

**CARAMELO:** pasta quebradiza de azúcar, hecho al mibar al fuego y endurecido al enfriarse, que suele aromatizarse con esencias; se usa para colorear; azúcar tostado.

**CARBONADA:** carne cocida y luego asada en la parrilla.

**CARCASA:** armadura o esqueleto interior de un ave.

**CARDO DE COMER:** planta compuesta, parecida a la alcachofa, de cultivo en los países cálidos.

**CARLOTA:** "charlotte".

**CARNE EN CANAL:** media res (cortes).

**CAROZO:** Ver hueso.

**CARPINCHO:** Ver chigüiro.

**CARRIL DESLIZANTE:** Ver corrediza.

**CARRO ESTANTE:** mesa rodante.

**CASCO:** Ver gajo.

**"CASSOULET":** típico estofado provenzal.

**CASTAÑETA:** Ver besugo.

**CASULLA:** Ver arroz.

**"CATSUP":** Ver "ketchup".

## Vocabulario técnico

- CAUCA:** Ver bizcocho.
- CAZO:** vasija de metal, de forma más o menos esférica o cilíndrica, y provista de un mango largo terminado en forma de gancho.
- CAZUELA:** vasija de cocina que tiene más anchura que profundidad; designa también el guiso que se hace en ella.
- CEBOLLA DE VERDEO:** Ver cebollín.
- CEBOLLETA:** planta muy parecida a la cebolla, cuyas hojas se utilizan como condimento; cebollino inglés.
- CEBOLLIN:** cebolla de verdeo.
- CEBOLLINO INGLÉS:** Ver cebolleta.
- CECINA:** carne salada, enjuta y secada al aire, al sol o al humo; chalonga; chacina.
- CEDAZO:** Ver tamiz.
- CENACLE:** Ver mazorca.
- CENANACLE:** Ver mazorca.
- CENTOLLA:** Ver santola.
- CEPILLO:** Ver escobilla.
- CEPO:** mortero.
- CERDO:** chuchf; chancho; tunco; cocho; cochino; puerco.
- CERNIDOR:** Ver tamiz.
- CILANTRO:** Ver cuentro.
- CILINDRO:** rodillo.
- CINCELAR:** cortar.
- CIRUELA PASA:** Ver orejón de ciruela.
- CITRON:** Ver limón.
- "CIVET":** estofado, en general de caza cuya carne se remoja con vino tinto y se condimenta; condición principal del "civet" es ligar la salsa, al terminar la cocción, con la sangre del animal guisado.
- CLARIFICAR:** dar transparencia, ya sea espumando, filtrando, o con la adición de claras de huevo batidas.
- CLAVAR:** Ver hincar.
- CLAVETE:** Ver clavo.
- CLAVO:** capullo seco de la flor del clavel, que se emplea como especia; clavete.
- COCIDO:** preparación culinaria en la que se hierven juntos carne, tocino, chorizo, legumbres y hortalizas; olla. Puchero.
- COCHINILLO:** cochinita; lechón; tostón.
- COCHIRITA:** Ver cochinitillo.
- COCHINO:** Ver cerdo.
- COCHO:** Ver cerdo.
- CODEGUIN:** Ver embutido.
- CODORNIZ:** ave gallinácea, de plumaje pardo y líneas ocres, sin espolones y cola muy corta. Más pequeña que la perdiz, y de carne muy estimada.
- COPRE:** oecho.
- COSOLLO:** interior acretado de ciertas hortalizas.
- COHOMBRO:** variedad de pepino, de fruto largo y retorcido.
- COL:** Ver berza.
- COLA:** Ver mango.
- COLADOR "CHINO":** utensilio agujereado de forma cónica, que se usa para pasar salsas y demás mezclas líquidas, saliendo el líquido por los lados, en vez de por el fondo; chino; "chinoir".
- COLADOR (paño de trama fina):** Ver estameña.
- COLAR:** pasar por un cedazo algún líquido.
- COL DE BRUSELAS:** variedad de col común, de brotes diminutos en las axilas de las hojas.
- COLIFLOR:** variedad de col con cabezuelas y grumitos blancos y compactos; brócoli.
- COLOREAR:** tostar, dorar, o dar color con algún extracto, o caramelo.
- COMINO:** semilla de la planta del mismo nombre, de olor aromático y sabor acre, que se usa como condimento; "kummel"; alcaravea.
- COMPOTA (HACER):** cocer la fruta, fresca o seca, con agua y azúcar, perfumándola, o no, con vainilla, piel de limón o naranja, canela, etc. Se come fría.
- COMPUERTA:** puerta.
- CONCHA:** Ver ostra.
- CONDIMENTAR:** dar gusto y sabor a los alimentos; sazonar.
- CONDIMENTO:** Ver aliño.
- CONFITAR:** cubrir frutas o semillas con un baño de azúcar; cocerlas en almíbar.
- CONFITE:** gragea; peladilla.
- CONGRIO:** llamado "anguila de mar"; su carne recuerda la de la anguila, pero es menos delicada.
- CONGUITO:** Ver pimiento.

## Vocabulario técnico

**CONSOME:** caldo de carnes, enriquecido, concentrado y clarificado; consumado.

**CONSUMADO:** Ver consomé.

**CONTORNO:** bordura, zócalo.

**COPO:** Ver floco.

**CORAL:** huevos de crustáceo, por cuyo poder colorante se utilizan para ligar y colorear salsas, frías o calientes.

**"CORNET":** cañón.

**CORREDIZA:** patín; carril deslizante.

**CORTAPASTAS:** utensilio de hojalata, de diversas formas, liso o estriado, que se usa para cortar pastas.

**CORTAR:** Ver cincelar. Ver picar.

**CORTARSE:** tratándose de leche, o salsas, separarse los componentes.

**CORTO COCIMIENTO:** Ver caldo corto.

**COSTILLAR:** Ver chuletal.

**COSTRA:** canasta; tarteleta; tartaleta. Resto.

**CREMA:** Ver nata.

**CREMA "CHANTILLY":** nata batida; crema doble batida.

**CREMA DE LECHE:** a sustituir, en su defecto, por leche muy hervida, reducida a un tercio.

**CREMA DOBLE BATIDA:** Ver crema "Chantilly".

**CREPA:** Ver "crêpe".

**"CRÊPE":** crepa; panqueque; panqueca.

**CREPINETA:** membrana grasa que se utiliza para envolver alimentos.

**CRIADILLA DE TIERRA:** Ver trufa.

**CROCO:** Ver azafrán.

**"CROISSANT":** panecillo en forma de luna creciente, hecho con pasta de hojaldre; medialuna; lunita.

**"CROQUE MONSIEUR":** "sandwich" o emparedado de jamón y queso.

**CROQUETA:** fritura preparada en pequeños trozos a base de carne picada, leche y harina, y rebozada con huevo y pan rallado; bigote.

**CROSTON, CROSTONCITO:** se prepara con migas de pan cuadrado, llamado también pan de molde, pan imperial o pan inglés, servido al natural o frito.

**CRUZ:** Ver espetón.

**CUAJAR:** dejar que el manjar se trabe y solidifique.

**CUATRO ESPECIAS:** mezcla de especias pulverizadas, compuesta de pimienta blanca molida (125 g), nuez moscada rallada (25 g), canela en polvo (50 g) y clavos de especia molidos (50 g).

**CUBIERTA:** Ver tope.

**CUBRIR:** Ver napear.

**CUCURUCHO o CORNETE:** manga o bolsa muy pequeña, de tela, papel de barba o cartón, que sirve para decorar preparaciones de cocina o pastelería.

**CUCHARON:** cuchara grande; bombilla.

**CUCHILLA:** Ver lámina.

**CUCHILLO DE ESTRIAR:** torneador.

**CUCHUMPE:** Ver pavo.

**CUENCO:** vasija de barro, ancha y honda, sin borde.

**CUENTRO:** cilantro.

**CURADILLO:** Ver bacalao.

**CURCUMA:** especia originaria de Asia Menor, que se expende en forma de polvo de color amarillo oscuro; su sabor fuerte es ligeramente amargo, y su olor recuerda al jengibre.

**CURRY:** condimento indio, aromático y de fuerte sabor, hecho con una mezcla de diversas especias.

\*

**CHACALIN:** Ver camarón.

**CHACINA:** charcutería. Ver cecina.

**CHACINERÍA:** charcutería.

**CHALONA:** Ver cecina.

**CHALOTE:** Ver escaloña.

**CHAMPUS:** Ver polenta.

**CHAMUSCAR:** pasar las aves por una llama, preferentemente de alcohol, porque no ahuma.

**CHANCAR:** Ver triturar.

**CHANCHO:** Ver cerdo.

**"CHAPELURE":** Ver pan rallado.

**CHARCUTERÍA:** Ver charcutería. Ver cecina.

**"CHARLOTTE":** Ver Carlota.

**CHAROLA:** Ver bandeja.

## Vocabulario técnico

*CHAUCHA*: Ver judía verde.

*"CHAUD-FROID"*: preparación de aves o caza en caliente, pero que se sirve en frío.

*CHICHARO*: Ver garbanzo. Ver guisante.

*CHICHARRON*: residuo de las pellas del cerdo, una vez derretida la manteca; carne u otro alimento requemado.

*CHIFONADA*: hojas de lechuga y acederas, cortadas en juliana y fundidas en mantequilla, o blanqueadas en agua salada, momentos antes de añadirse al potaje.

*CHIGÜIRE*: Ver chigüiro.

*CHIGÜIRO*: capibara, carpincho, chigüire.

*CHILE*: Ver pimienta.

*CHIPIPIQUIN*: Ver pimienta.

*CHILTONA*: Ver pimienta.

*CHINCHULIN*: Ver tripa.

*CHINO*: Ver colador chino.

*"CHINOIR"*: Ver colador chino.

*"CHIPS" (PAPAS)*: Ver "chips" (patatas).

*"CHIPS" PATATAS*: patatas cortadas en tiras muy finas, fritas en aceite muy caliente, escorridas y sazonadas.

*CHIRINGUITO*: Ver aguardiente.

*CHIVITO*: Ver cabrito.

*CHOCHOLO*: Ver mazorca.

*CHOCOZUELA*: Ver choquezuela.

*CHOLGUA*: Ver mejillón.

*CHOQUEZUELA*: corte de carne; rótula de la rodilla. Chocozuela.

*CHORITO*: Ver mejillón.

*CHORO*: Ver mejillón.

*CHUCHI*: Ver cerdo.

*CHUCHU*: Ver aguacate.

*CHULETAL*: costillar.

*CHULLA*: Ver lonja (de carne).

*CHUMPIPE*: Ver pavo.

*CHUÑO*: Ver fécula de patata.

*CHUZO*: Ver espetón.

*DAMASCO*: Ver albaricoque.

*"DARTOIS"*: pastel de hojaldre, relleno de crema o confitura.

*DEFUMADO*: ahumado.

*"DELICATESSEN"*: exquisiteces; especialidades.

*DENTADO*: Ver frizado.

*"DENTE (AL)"*: expresión italiana que indica cierto grado de cocción de la pasta, retirada del fuego cuando todavía está algo dura.

*DERRETIDO*: Ver "fondant".

*DESANGRAR*: sumergir algunas carnes o pescados en agua fría durante cierto tiempo para que desprendan la sangre.

*DESCARNAR*: dejar un hueso, o caparazón de animal, sin residuo alguno de carne.

*DESCASCADOR*: pelador.

*DESCONECTAR*: Ver desligar.

*DESCUARTIZAR*: Ver despostar.

*DESESPUMAR*: Ver espumar.

*DESGLASAR*: diluir, con vino, caldo, licor o agua, el jugo de la cocción que se haya espesado.

*DESGRASADOR*: Ver trampa de grasa.

*DESHUESAR*: dejar limpio de hueso cualquier trozo de carne o ave.

*DESLEIR*: añadir líquido.

*DESLIGAR*: desconectar.

*DESOLLAR*: quitar la piel a un animal.

*DESPEJAR*: volcar, tirar.

*DESPOSTAR*: descuartizar.

*DETAL (AL)*: al detalle; secundarios; al menudeo.

*DETALLE*: Ver detal (al).

*DIABLESA*: Ver "diavola".

*DIAVOLA*: diablesa.

*DORAR*: aplicar huevo batido a la superficie de una pasta, antes de la cocción, para que adquiera color dorado: cocer en grasa, a fuego moderado, carnes vegetales, etc., hasta que adquieran color dorado; overear.

*DURAZNO*: melocotón.

\*

*DADO*: trozo cuadrado o cúbico.

\*

## Vocabulario técnico

"ECLAIR": relámpago; pastelillo a la crema, de forma alargada, glaseado por encima.

EDULCORAR: endulzar.

ELOTE: Ver mazorca.

EMBETUNAR: Ver untar.

EMBUTIDO: codeguín; prieta; embuchado.

EMPANADILLA: pastel pequeño, relleno, que se hace doblando la masa sobre sí misma.

EMPANAR: rebozar.

EMPAREDADO: "sandwich"; bocadillo.

EMPAREJAR: Ver aparejar.

EMPARRILLAR: grillar.

"EN CARNE VIVA": en una fruta quitar incluso la pielecita que recubre gajos.

ENALBARDAR: Ver albardar.

ENCABALGAR: sobreponer los extremos de los ingredientes, cortados a lonjas o escalopes.

ENCEBOLLADO: guisado de carne, cortado en trozos y mezclado con cebolla.

ENCONSTRAR: cubrir con costra un manjar.

ENCURTIDO: fruto o legumbre conservados en vinagre; "pickle".

ENDIBIA: variedad de escarola, de brotes muy blancos y delicados.

ENDULZAR: Ver endulcorar.

ENFONDAR: en pastelería: tapizar el interior de un molde con una capa de pasta; en cocina: aderezar, con tocino graso y con legumbres en tajadas, una cazuela o una fuente en la cual se brasean carnes o legumbres.

ENGRASAR: Ver untar.

ENROLLADO: arrollado; matambre.

ENSARTAR: atravesar pedacitos de carne en un agujón de metal; espetar.

ENTRETEJIDO: en zigzag.

ESCABECHAR: conservar alimentos durante largo tiempo, bañados en escabeche.

ESCABECHE: salsa, guiso, caldo o adobo para conservar ciertos manjares y sazónarlos, mediante un condimento a base de vino o vinagre, laurel y otros ingredientes.

ESCALDAR: Ver blanquear.

ESCALPAR: dar una ebullición enérgica de muy pocos minutos; cocer un alimento a una temperatura cercana a la ebullición, pero sin llegar a ésta; rociar con agua hirviendo.

ESCALONIA: Ver escaloña.

ESCALONÍA: planta de bulbos agregados, como el ajo, de uso similar al de la cebolla; chalo te; ascalonia; escalonia.

ESCALOPA: Ver escalope.

ESCALOPE: lonja delgada de carne de ternera, cortada al través; escalopa; milanese.

ESCAMAR: quitar las escamas a los pescados.

ESCAROLA: planta compuesta, de hojas dispuestas en roseta, que se consume en ensalada.

ESCOBILIA: cepillo.

ESCURRIR: dejar que caiga gota a gota el exceso de agua de un alimento, después de lavarlo o hervirlo.

ESENCIAS: sustancias oleosas, volátiles, olorosas, solubles en alcohol, que se extraen de las plantas; se preparan también por síntesis (esencias artificiales). Se dice también del caldo y jugos de carne, volatería y caza reducidos hasta consistencia de jarabe.

ESMIRNIO: Ver apio.

ESOFAGO: buche.

ESPATULA: paleta de mango largo que sirve para mezclar ingredientes.

ESPECIALIDADES: Ver "delicatessen".

ESPECIAR: sazonar los alimentos mediante especias.

ESPETAR: atravesar con el espeto, asador u otro instrumento puntiagudo, carnes, aves, etc., para asarlos.

ESPETON: asador; cruz; pincho de brocheta; chuzo.

ESPIGA: Ver mazorca.

ESPINAZO: peine.

ESPONJA DE ACERO: Ver brillo.

ESPUELA: ruedecita estrellada con mango que sirve para cortar la pasta.

ESPUMADERA: cucharón, cazo o paleta circular, con agujeros, para espumar líquidos.

ESPUMAR: desespumar.

ESQUEJE: Ver gajo.

ESTAMEÑA: colador (paño de trama fina); paño filtrante.

ESTAMINA: pieza de franela a través de la cual se pasan las salsas, exprimiéndolas o apretándolas con una espátula de madera.

## Vocabulario técnico

**ESTANTE:** Ver pratelera.

**ESTERNON:** quilla.

**ESTIGMA:** porción mínima.

**ESTOFADO:** Ver "fricassée".

**ESTOFADO HUNGARO:** Ver "goulasch".

**ESTOFAR:** condimentar un manjar con aceite, vino o vinagre, ajo, cebolla y especias, y ponerlo a cocer lentamente, a fuego suave, y con la cacerola tapada, para evitar la pérdida de vapor y aroma; ahogar; rehogar.

**ESTRAGON:** planta compuesta, de hojas aromáticas y sabor algo picante, muy utilizada como condimento.

**ESTRATO:** capa.

**ESTROPAJO:** Ver brillo.

**EXPRIMIDOR DE PURE:** prensa-papas; pasapurés; exprimidor de verduras.

**EXPRIMIDOR DE VERDURAS:** Ver exprimidor de puré.

**EXQUISITESSES:** Ver "delicatessen".

\*

**FABA:** Ver alubia.

**"FAISANDE":** estado de las carnes de caza u otras aves, en un punto de ligera descomposición.

**FARSA:** amalgama de distintos elementos que se utiliza para relleno; relleno.

**FASOL:** Ver alubia.

**FECULA:** almidón.

**FECULA DE PATATA:** fécula que se utiliza para espesar cremas y salsas; chuño.

**FETA:** Ver lonja (de carne).

**FIAMBRE:** Ver frío.

**FIDEOS:** Ver "spaghetti".

**FIDEOS PLANOS:** Ver "tagliatelle".

**FILETE:** Ver bistec.

**FLAMEAR:** pasar una pieza por una llama; rociar un plato o un postre con un licor espirituoso y encender éste.

**FLAN (hecho al baño María):** budín.

**FLAN (hecho al horno):** leche asada.

**FLOCO:** copo.

**FONON:** hornalla.

**"FOIE-GRAS":** pasta hecha a base de hígado de oca, pato, ganso y tocino.

**FONCEAR:** recubrir un molde con cualquier pasta.

**"FONDANT":** derretido; fundido; fundente.

**FONDO:** caldo sustancioso que ha servido para cocer una vianda, y que suele utilizarse para mejorar las salsas; salsa.

**FORMA:** molde.

**FORRAR:** tapizar un molde con picadillo o gelatina para formar una corteza; enfondar.

**FREGADORA:** pileta para lavar.

**FREIDURA:** acción y efecto de freír; fritura; fritada; fritote.

**FREIR:** preparar un alimento teniéndolo el tiempo necesario en aceite o grasa hirviendo; fritar.

**FREJOL:** Ver alubia.

**FRESA:** madroncillo; frutilla.

**"FPLICANDO":** carne de ternera guisada.

**"FRICASSEE":** cocer las carnes en una salsa batida con huevo, después de cortarlas a trocitos y blanquearlas; estofado.

**FRISOL:** Ver alubia.

**FRIO:** fiambre.

**FRISOL:** Ver alubia.

**FRISUELO:** Ver alubia.

**FRITALA:** Ver freidura.

**FRITAR:** Ver freír.

**FRIOTE:** Ver freidura.

**FRIURA:** Ver freidura.

**FRIZADO:** dentado; rizado; ondeado.

**FRUTA ABRILLANTADA:** Ver fruta escarchada.

**FRUTA CONFITADA:** Ver fruta escarchada.

**FRUTA ESCARCHADA:** fruta confitada; fruta abrillantada.

**FRUTILLA:** Ver fresa.

**FUENTE:** plato grande para servir comidas; platón.

**FUENTE DE SODA:** heladería; expendio de bebidas sin alcohol.

## Vocabulario técnico

"**FUMET**": preparaciones líquidas que sirven para perfumar caldos y salsas, y que se derriten haciéndolas hervir en caldo o en vino; caldo de pescado.

**FUNDENTE**: Ver "fondant".

**FUNDIDO**: Ver "fondant".

\*

**GACHA**: masa blanda.

**GAJO**: esqueje; (de naranja) casco.

**GALANTINA**: preparación hecha con carne de ave, desosada y rellena, y comida fiambre en un fondo de gelatina.

**GALLETA**: Ver bizcocho.

**GARBANZO**: chícharo.

**GELATINA**: cola refinada de pieles, huesos o pescado, incolora, insípida e inodora; jaletina; grenetina.

"**GIGOT**": pierna entera de carnero, asada sin hueso y con ajo; quisado de carne picada, rehogada con manteca: gigote.

**GIGOTE**: Ver "gigot".

**GIRASOL**: achagual; mirasol.

**GLASA**: fondo reducido, con consistencia de almíbar.

**GLASEAR**: dar brillo con azúcar fundente, cobertura de chocolate, mermelada, gelatina, jarrabe, jalea, etc.; dar a la carne braseada un aspecto brillante, sometiénola a fuego vivo y rociándola con su jugo.

"**GNOCCHI**": Ver ñoquis.

"**GOULASCH**": estofado húngaro.

**GRAGEA**: Ver confite.

"**GRAPE-FRUIT**": Ver pomelo.

"**GRAPPA**": Ver aguardiente de orujo de uva.

**GRASA**: aceite; substancia grasa.

**GRASA LIQUIDA**: aceite.

**GRATIN**: preparación al horno de alimentos que se recubren con una costra tostada.

**GRATINAR**: tostar en el horno, o con fuego enciema, cualquier alimento recubierto de una capa de pan rallado u otra pasta.

**GRIFO**: canilla, surtidor. Bitoque.

**GRILLA**: parrilla; rejilla.

**GRILLAR**: Ver enparrillar.

**GRENETINA**: Ver gelatina.

**GROSURA**: sustancia mantecosa, o jugo untuoso y espeso.

**GRUYERE**: queso procedente de la población suiza del mismo nombre, de pasta cerosa, más o menos seca, según la edad del queso, y con muchos "ojos" o huecos, fabricado con mezcla de leche de cabra y de oveja.

**GUAJALOTE**: Ver pavo.

**GUARNICION**: Ver acompañamiento.

**GUARNITURA**: acompañamiento.

"**GUERIDON**": mesa redonda que se ubica cerca de la mesa principal para preparar y servir los platos.

**GUIRLACHO (molido)**: Ver "praliné".

**QUISADO**: alimento preparado con salsa, después de haber sido rehogado, y mezclado con cebolla y harina.

**QUISANTE**: arveja; chícharo.

\*

**HABICHUELA**: Ver alubia.

**HABICHUELA VERDE**: Ver vainita.

**HELADERA-MOSTRADOR**: Ver refrigerador tipo balcón.

**HELADERIA**: Ver fuente de soda.

**HERVOR**: acción y efecto de hervir. "Dar un hervor": dejar que un líquido o un alimento sumergido en una salsa hierva un segundo.

**HIERBAS AROMATICAS**: hierbas de olor; por lo general, perejil, tomillo y laurel.

**HIERBAS DE OLOR**: Ver hierbas aromáticas.

**HIERBAS FINAS**: manojo de hierbas (perejil, albahaca, cebollitas tiernas, mejorana, perifollo), trituradas finamente.

**HILO**: Ver bramante.

**HINCAR**: clavar.

**HOCO**: Ver calabacín.

**HOJA**: Ver lámina.

**HOJALDE**: Ver hojaldre.

**HOJALDRA**: Ver hojaldre.

**HOJALDRE**: masa muy sobada con manteca, que al cocerse en el horno forma hojas superpuestas; milhojas; hojalde; hojaldra.

## Vocabulario técnico

*HOJUELA*: Ver bistec.

*HOLLA DE HIERRO*: Ver caldero.

*HONGO*: Ver seta.

*HORNALLA*: Ver fogón.

*HORNO DE GRATINAR*: Ver salamandra.

*HORNO DE VAPOR*: autoclave.

*HORTALIZA*: Ver legumbre.

*HORTALIZA DE HOJA*: Ver legumbre de hoja.

*HUESO*: carozo.

*HUESO DE PECHUGA*: Ver hueso en "Y".

*HUESO EN "Y"*: hueso de pechuga.

*HUESO TRASLUCIDO*: ballena.

*HUEVAS*: masa que forman los huevecillos de ciertos pescados.

\*

*INGLESA (A LA)*: marinera (a la).

*INTESTINOS*: Ver tripa.

\*

*JABOTI*: especie de tortuga de concha negra.

*JAIBA*: Ver cangrejo de río.

*JALEA*: conserva transparente, hecha con el zumo y la pulpa de algunas frutas.

*JALETINA*: Ver gelatina.

*JAMON*: Ver pernil.

*JAMON COCIDO*: Ver jamón de York.

*JAMON DE YORK*: jamón cocido; jamón en dulce.

*JAMON EN DULCE*: Ver jamón de York.

*JARABE*: Ver "syrup".

*JAROPE*: Ver "syrup".

*JENABE*: Ver mostaza.

*JIBE*: Ver tamiz.

*JITOMATE*: Ver tomate.

*JOFAINA*: Ver bandeja.

*JUDIA*: Ver alubia. Ver habichuela.

*JUDIA BLANCA*: Ver alubia.

*JUDIA VERDE*: chaucha; poroto verde; bajoca; vaina.

*"JULIANA"*: verdura, o cualquier producto, cortado en forma de tiras pequeñas.

\*

*"KETCHUP"*: condimento que se expende en los comercios, embotellado, preparado a base de champiñones y especias; "catsup".

*"KUMMEL"*: Ver comino.

\*

*LADRILLO*: baldosa.

*LAMINA*: cuchilla; hoja. Rodaja muy fina.

*LANGOSTINO*: crustáceo marino, de patas pequeñas, cuerpo alargado y comprimido, y caparazón poco consistente, de color grisáceo, que cambia, por la cocción, en rosa subido.

*LARDEAR*: untar con grasa o lardo.

*LARDO*: la parte grasa del tocino; también, grasa de los animales; tocino.

*LASAÑA*: pasticho.

*LATA*: Ver bote.

*LAUREL*: árbol de hojas verdes, duras y brillantes en su parte superior, y aromáticas, que se utilizan como condimento.

*LEBRILLO*: Ver bandeja.

*LECHE ASADA*: Ver flan (hecho al horno).

*LECHON*: Ver cochinitillo.

*LECHOSA*: papaya.

*LEGUMBRE*: hortaliza, verdura, leguminosa.

*LEGUMBRE DE HOJA*: hortaliza de hoja.

*LEGUMBREKA*: fuente honda, a veces con tapa en la que se sirven las legumbres y hortalizas.

*LEGUMINOSA*: Ver legumbre.

*LEVADURA*: porción de masa agria que, mezclada con la masa del pan, la hace fermentar, y en general cualquier sustancia que, mezclada con otra, produce la fermentación.

*LEVADURA (en polvo)*: polvo leudante; polvo de hornear.

*LIAR*: Ver bridar.

*LIGA*: mezcla; unión; ligazón.

## Vocabulario técnico

**LIGAR:** dar consistencia a una salsa o crema.

**LIGAZON:** compuesto para espesar fondos. Ver liga.

**LIMON:** citrón; acitrón.

**LOMBARDA:** berza parecida al repollo, pero menos cerrada y de color morado.

**LOMO:** solomillo.

**LONCHA:** Ver lonja (de carne).

**LONJA (de carne):** chulla; feta; lonça.

**LURITA:** Ver "croissant".

\*

**MACEDONIA:** mezcla de frutas o legumbres, cortadas en trozos, que se sirven en frío o en caliente.

**MACERAR:** ablandar una sustancia manteniéndola sumergida en una mezcla aromática líquida, para que tome el gusto de ésta.

**MACHO:** Ver arroz.

**MADRONCILLO:** Ver fresa.

**MAESTRE SALA:** Ver "maître d'hôtel".

**MAHONESA:** Ver mayonesa.

**MAICENA:** harina fina de maíz purificada.

**"MAITRE D'HOTEL":** maestro sala, mayordomo.

**MAJO:** Ver requesón.

**MANDOLIN:** torneador.

**MANGA:** bolsa de tela de forma cónica, con un orificio en su fondo, que sirve para colar los líquidos.

**MANGO:** cola.

**MANI:** Ver cacahuete.

**MANIJA:** Ver asa.

**MANO DE ALMIREZ:** instrumento de madera, hierro u otra materia, que sirve para moler o desmenuzar.

**MANTECA:** sustancia grasa y oleosa de ciertos productos animales, como la leche, o de ciertos frutos, como el cacao; mantequilla, gordura o sebo de los animales; mantequilla.

**MANTEQUILLA:** manteca de vaca, producto obtenido de la leche de este animal; manteca.

**MANTEQUILLA "MANEJADA":** mantequilla ligeramente reblandecida y trabajada con harina.

**MANTEQUILLA NEGRA:** Ver mantequilla tostada.

**MANTEQUILLA TOSTADA:** mantequilla a la que se hace tomar color a fuego vivo, sin que sobrepase la tonalidad dorada; cuando se cuece más, toma el nombre de "mantequilla negra".

**"MARC":** Ver aguardiente de orujo de uva.

**MARINADA:** líquido aromatizado que se emplea para macerar, impregnar, perfumar y ablandar las carnes y, asimismo, conservarlas.

**MARINAR:** macerar en un líquido aromatizado y avinagrado, y también con vino.

**MARINERA:** Ver "mâtelote".

**MARINERA (A LA):** Ver a la inglesa.

**MARMITA:** utensilio de cocina, de barro cocido y esmaltado interiormente, parecido a una olla de metal, provisto de una tapadera ajustada.

**"MARRONS GLACES":** castañas confitadas en azúcar.

**MARTAJAR:** Ver picar.

**MASA:** Ver pasta.

**MASA BLANDA:** Ver gacha.

**MASA DE MANTEQUILLA:** pasta de manteca.

**MASITA:** Ver pastel.

**MATAMBRE:** Ver enrollado.

**"MATELOTE":** marinera.

**MAYONESA:** bayonesa; mahonesa.

**MAYOR (AL):** primarios.

**MAYORDOMO:** Ver "maître d'hôtel".

**MAZA:** Ver batidor de bife.

**MAZO:** Ver batidor de bife.

**MAZORCA (de maíz):** choclo; cenacle; cenacle; elote; espiga.

**MECHAR:** introducir materias aromáticas, grasas u otros ingredientes, en viandas, para sazónarlas.

**MEDALLON:** artículos cortados en forma de medallón, es decir, redondos u ovalados.

**MEDIALUNA:** Ver "croissant".

**MEDIO CALDO:** Ver caldo corto.

**MEDULA:** Ver tuétano.

**MEJILLON:** cholgua; chorito; choro.

**MELAZA:** líquido que queda como residuo de la cristalización del azúcar, de caña o de remolacha.

**MELOCOTON:** durazno.

## Vocabulario técnico

*MENUDEO (AL)*: Ver a} detal.

*MENUDILLOS*: higadillo, molleja, sangre, madre-cilla y yemas de las aves; articulación de los cuadrúpedos.

*MENUDOS*: vientres, manos y sangre de las reses; pescuezo, alones, pies, intestinos, higadillos, molleja, etc., de las aves; achuras; tripa.

*MERENGUE*: dulce hecho con claras de huevo y azúcar; besito.

*MESA DE DESPACHO*: Ver balcón.

*MESA RODANTE*: Ver carro estante.

*"MEUNIÈRE"*: molinera.

*MEZCLA*: Ver liga. Ver pasta.

*MIEL*: Ver almíbar.

*MILANESA*: Ver escalope.

*MILHOJAS*: Ver hojaldre.

*MIRASOL*: Ver girasol.

*"MIREPOIX"*: conjunto de hortalizas y hierbas rehogadas.

*MIRRANGA*: Ver pizza.

*MIRRIA*: Ver pizza.

*"MIXED GRILL"*: mezcla de carne emparrillada.

*MOLDE*: Ver forma.

*MOLDEAR*: rellenar un molde.

*MOLEDOR DE CARNE*: picadora de carne.

*MOLINERA*: Ver "meunière".

*MOLINILLO*: instrumento que se utiliza para moler.

*MOLINO DE CARNE*: picadora de carne.

*MOLLAR*: muelle; "mollet".

*"MOLLET"*: Ver mollar.

*MONDAR*: quitar la cáscara a las frutas, la corteza o la piel a los tubérculos, la vaina a las legumbres.

*MONDONGO*: Ver callos. Ver tripa.

*MONIATO*: Ver batata.

*MONTAR*: batir una salsa para incorporarle mantequilla fresca; batir claras de huevo.

*MOÑATO*: Ver batata.

*MORRON*: pimiento o ají colorado dulce. Ver pimiento encarnado.

*MORTERO*: Ver cepo.

*MOSTAZA*: condimento extraído de las semillas de esta planta; jenabe; mostazo.

*MOSTAZO*: Ver mostaza.

*MOSTO*: zumo de fruta, antes de fermentar.

*MOSTRADOR*: Ver balcón.

*"MOUSSE"*: espuma, especialmente la formada al batir clara de huevo o mantequilla.

*MULITO*: Ver pavo.

*MURCEO*: Ver tocino.

*MUSELINA*: tela de algodón, fina y poco tupida.

\*

*NAPEAR*: cubrir; recubrir.

*NATA*: crema. Cacuja; natillas.

*NATA BATIDA*: Ver crema "Chantilly".

*NATILLAS*: Ver nata.

*NOVILLO (castrado)*: Ver buey.

*NUEZ MOSCADA*: semilla desecada, sin cáscara, de la mirística, que se emplea como condimento.

\*

*ÑACO*: Ver polenta.

*ÑOQUIS*: panecillos que se preparan de distintas maneras, con harina batida con huevo, patatas, etc., pero principalmente con sémola (de pasta).

\*

*OLEO*: aceite. Aceite de oliva.

*OLIVA*: Ver aceituna.

*OLLA*: Ver cocido.

*"OMELETTE"*: Ver tortilla francesa.

*ONDEADO*: Ver frizado.

*OPORTO*: vino dulce, tinto o claro, fabricado en la ciudad portuguesa del mismo nombre.

*OREGANO*: planta herbácea, muy aromática y empleada en la condimentación de platos.

*OREJON DE CIRUELA*: ciruela pasa.

## Vocabulario técnico

"OSSOBUCO": estofado de carne de ternera, con hueso.

OSTIA: Ver ostra.

OSTRA: ostia; concha.

OVEREAR: Ver dorar.

\*

PAILA: bol.

"PAILLE": Ver palito.

PAJA: Ver palito.

PALAY: Ver arroz.

PALITO: paja; "paillé".

PALOTE: Ver rodillo.

PALTA: Ver aguacate.

PALTO: Ver aguacate.

PAN RALLADO: polvo de pan; "chapelure".

PANCETA: Ver tocino.

PANECILLOS DE MAIZ: Ver cachapas.

PANQUE: Ver "plum cake".

PANQUECA: tostada. Ver "crêpe".

PANQUEQUE: Ver "crêpe".

PANUL: Ver apio.

PAÑO FILTRANTE: Ver estameña.

PAPA: Ver patata.

PAPA DULCE: Ver patata.

PAPAMOSCA: Ver besugo.

PAPARA: Ver alcaparra.

PAPAYA: Ver lechosa.

PAPILLOTA: hoja de papel blanco, cortada en forma de corazón y bien aceitada, en la que se envuelven piezas de carne o pescado para asarlas; "papillote".

"PAPILLOTE": Ver papillota.

"PAPRIKA": pimienta dulce.

PARRILLA: Ver grilla.

PARRO: Ver pato.

PASA: uva seca.

PASAPURES: Ver exprimidor de puré.

PASTA: atole; masa. Mezcla.

PASTA DE MANTECA: Ver masa de mantequilla.

PASTEL: masita. Ver "pudding".

PASTELILLO: Ver "cake".

PASTICHO: Ver lasaña.

PATA TRASERA: Ver pernil.

PATATA: papa.

PATILLA: sandía.

PATIN: Ver corrediza.

PATO: ánade; parro.

PAVIPOLLO: pollo del pavo.

PAVITA: Ver pavo.

PAVO: cuchimpe; chumpipe; guajalote; mulito; pavita.

PEBEE: Ver pimienta.

PECARI: Ver váquiro.

PECHO: pchuga. Ver cofre.

PECHUGA: Ver pecho.

PEINE: Ver espinazo.

PELADILLA: Ver confite.

PELADOR: Ver descascador.

PEREJIL MACEDONIO: Ver apio.

PERNIL: pata trasera; jamón.

PERSIANA: Ver banda de manzanas.

PICADILLO: relleno; recado; pino; lomo de cerdo picado y adobado.

PICADORA DE CARNE: Ver molador de carne. Ver molino de carne.

PICAR: introducir, junto a la superficie de una carne, pedacitos de tocino o de trufa con la ayuda de una aguja; martajar. Cortar.

"PICKLE": Ver encurtido.

"PIE": pastel inglés cocido en una fuente especial "pie dish".

PIEZA: Ver posta.

"PILAF": arroz cocido con manteca y carne; arroz con mariscos.

PILETA PARA LAVAR: Ver fregadora.

PIMENTON: ají morrón; pimienta morrón.

## Vocabulario técnico

- PIMIENTA:** fruto del pimentero, usado como condimento excitante y estimulante; se le llama negra a la que conserva la corteza, y blanca a la que se le ha quitado; pebre.
- PIMIENTA DE CAYENA:** condimento que se obtiene secando las semillas de diferentes especies de pimientos rojos.
- PIMIENTA GRIS:** pimienta que no está madura ni seca.
- PIMIENTO:** ajf; chile; chiltona; conguito; chil-tipiquín.
- PIMIENTO DULCE:** Ver "paprika". Ver pimiento encarnado.
- PIMIENTO ENCARNADO:** pimiento dulce; morrón.
- PIMIENTO MORRON:** Ver pimentón.
- PINCHE:** Ver tenedor.
- PINCHO:** punzón.
- PINCHO DE BROCHETA:** Ver espetón.
- PINO:** Ver picadillo.
- PIÑA:** ananá.
- PIZCA:** porción mínima o muy pequeña de una cosa; mirranga; mirria.
- PLATANO:** banana.
- PLATON:** Ver fuente.
- FLAYO:** Ver raso.
- "PLUM CAKE":** panqué; budín inglés.
- POLENTA:** gachas de harina de maíz; ñaco; champús.
- POLVO DE HORNEAR:** Ver levadura (en polvo).
- POLVO DE PAN:** Ver pan rallado.
- POLVO LEUDANTE:** Ver levadura (en polvo).
- POLVO LIMPIADOR:** Ver sapolio.
- POMELO:** "grape-fruit".
- "PONT-NEUF":** bastones.
- POPIETA:** lonja fina de carne o pescado, arrollada y con una farsa en su interior.
- POROTO:** Ver alubia.
- POROTO VERDE:** Ver judía verde.
- POSTA:** pieza.
- POTAJE:** caldo de olla.
- POTE:** Ver bote.
- "PRALINE":** almendra garrapiñada molida; quirlacho, molido también.
- PRATELERA:** estante.
- PRENSA-PAPAS:** Ver exprimidor de puré.
- PRIMARIOS:** Ver al mayor.
- PUCHERO:** vasija de barro o de hierro fundido y esmaltado, que sirve para cocer la comida. Ver cocido.
- "PUDDING":** pastel; budín.
- PUERCO:** Ver cerdo.
- PUERTA:** Ver compuerta.
- PULIDOR:** Ver sapolio.
- PULPA:** sustancia blanda y carnosa de fruto o de hortaliza.
- PUNZON:** Ver pincho.
- PURE:** preparación obtenida aplastando o pasando a través de un tamiz, o colador, diversas sustancias alimenticias; sopa formada por esta pasta desleída en caldo.
- \*
- QUENEFA:** vianda finamente picada y amasada en forma de bola, o alargada.
- QUENELA:** especie de masa que se moldea con las manos como si fuera una albondiguilla, que sirve de guarnición para sopas, volovanes, etc.; puede ser de pescado, de ave o de ternera.
- QUESILLO:** Ver requesón.
- QUILLA:** Ver esternón.
- \*
- "RAGOUT":** ragú; plato de carne, ave o pescado, cortados en trozos regulares, cocidos con vino y guarnecidos con legumbres.
- RAGU:** Ver "ragoût".
- RALLADOR:** cuchillo-cepillo, liso o estriado, para cortar hortalizas y especialmente patatas.
- RALLAR:** desmenuzar una cosa frotándola contra el rallador.
- "RAMEQUIN":** pastelito de queso.
- RAMEQUINO:** molde para "soufflé"; remiquino.
- RAMILLETE GUARNECIDO:** ramo compuesto; "bouquet garni".
- RAMO COMPUESTO:** Ver ramillete guarnecido.
- RANCHO:** Ver calderón.

## Vocabulario técnico

- RASO:** playo.
- RASPAR:** raspar con un cuchillo la cáscara de un limón o naranja, sin llegar a la piel blanca, que es amarga.
- RAVIOLES:** pequeños emparedados de pasta hecha de harina, huevos y agua, rellenos con diferentes ingredientes.
- REBAJAR:** extender con el rodillo una pasta cualquiera, para cortarla o para enfondar un molde.
- REBOZAR:** Ver empanar.
- RECADO:** Ver picadillo.
- RECUBRIR:** Ver napear.
- REDUCIR:** proseguir la cocción de una salsa para que pierda volumen.
- REFRIGERADOR TIPO BALCON:** heladera-mostrador.
- REHOGAR:** Ver sofreír. Ver estofar.
- REJILLA:** Ver grilla.
- RELAMPAGO:** Ver "éclair".
- RELLENO:** Ver farsa. Ver picadillo.
- REMIQUINO:** Ver ramequino.
- REMOLACHA:** betabel; beterraga; beterrave.
- "REMOULADE":** especie de mayonesa condimentada con mostaza y hierbas.
- REPOLLO:** col de hojas firmes, sólidas y apiñadas.
- REQUESON:** masa de leche cuajada; ricota; majo; quesillo.
- RESCOLDO:** fuego de brasas.
- RESTOS:** Ver costras.
- REYZUELO:** Ver abadejo. Ver bacalao.
- RICOTA:** Ver requesón.
- RISOLES:** Ver risolis.
- RISOLIS:** risoles.
- "RISOTTO":** arroz guisado.
- RIZADO:** Ver frizado.
- "ROAST BEEF":** Ver rosbif.
- RODAJA:** torreja; rodela.
- RODELA:** Ver rodaja.
- RODILLO:** palote; uslero; palo de amasar. Ver cilindro.
- RODO:** secador de piso con lámina de goma.
- ROJO:** Ver "roux".
- ROLLO:** arrollado.
- ROSBIF:** filete de carne de vaca soasado.
- ROSCON:** bollo en forma de rosca grande.
- "ROUX":** rojos; rubios; tostados.
- PURTO:** Ver "roux".
- \*
- "SABAYON":** sambayón.
- "SABLE":** pastelillo seco.
- SAGU:** Ver almíbar.
- SAL DE APIO:** se obtiene del apio, secado al horno y reducido a polvo, y mezclado con sal fina.
- SAL DE NITRO:** Ver salmuera.
- SAL ESPECIADA:** mezcla de sal fina y especias comuestas.
- SALADILLO:** tocino fresco, a media sal.
- SALAMANDRA:** horno de gratinar.
- SALAZON:** acción de salar o curar con sal las viandas, etc.; tiempo y efecto de salar; conjunto de carnes o pescados salados.
- SALCHICHA:** embutido de carne de cerdo; moronga.
- SALCHICHON:** salame; salami.
- "SALEP":** Ver almidón.
- SALMONETE:** barbo de mar; trilla; trigla.
- SALMUERA:** agua cargada de sal; sal de nitro.
- SALPICON:** mezcla de diferentes elementos, cortados en pedacitos y ligados generalmente con un poco de salsa.
- SALSA:** fondo.
- SALSA BLANCA:** bechamel; la que se hace con harina y manteca que no se ha dorado al fuego.
- SALSA DE TOMATE:** tomatiscán.
- SALSA MADRE:** fondo.
- SALSERA:** recipiente en que se sirve la salsa.
- SALTEADORA:** cacerola con los bordes más bien bajos, en ángulo recto, y con el fondo de un espesor considerable.
- SALTEAR:** cocer vivamente algún alimento, sin caldo, en una sartén; sofreír un alimento a fuego vivo en manteca o aceite hirviendo.

## Vocabulario técnico

- SAMBAYON*: Ver "sabayón".
- SANDIA*: Ver patilla.
- "*SANDWICH*": Ver emparedado.
- SANTOLA*: centolla.
- SAPOLIO*: pulidor, polvo limpiador.
- SARTEN*: vasija de hierro, circular, con mayor anchura que profundidad y que se emplea generalmente para freír.
- SAZONAR*: condimentar un alimento con sal y especias; condimentar.
- SECADOR DE PISO CON LAMINA DE GOMA*: Ver rodo.
- SECUNDARIOS*: Ver al detal.
- SEGUETA*: sierra.
- SEMILLA*: Ver simiente.
- SESAMO*: Ver ajonjolí.
- SETA*: hongo.
- SELTA SECA*: callampa.
- SIERRA*: Ver segueta.
- SIERRA DE CINTA*: sierra sin fin.
- SIERRA SIN FIN*: Ver sierra de cinta.
- SIMIENTE*: semilla.
- SIROP*: Ver almíbar.
- SIROPE*: jarabe para endulzar bebidas refrescantes.
- SODA*: Ver agua carbonatada.
- SOFREIR*: rehogar.
- SOLOMILLO*: Ver lomo.
- SOLTAR*: volcar.
- SORBETE*: refresco dulce, congelado, algo pastoso y elaborado con azúcar, leche, yemas de huevo, zumo de frutas y esencias.
- SORBETERA*: máquina de hacer helados.
- "*SOUFFLE*": puré ligado con yemas de huevo, mantequilla batida y queso rallado, que se cuece al horno en timbales o moldes de hierro; suflé.
- "*SPACHETTI*": macarrones muy finos y sin agujeros; fideos.
- "*SPIEDO*": Ver asador giratorio.
- "*STEAK*": Ver bistec.
- SUBSTANCIA GRASA*: Ver grasa.
- SUPLE*: Ver "soufflé".
- SUPREMA*: Ver supremo.
- SUPREMAS*: los mejores pedazos de una pieza, sin huesos, espinas ni piel.
- SUPREMO*: suprema.
- SURTIDOR*: Ver grifo.
- "*SYRUP*": jarabe; jarope; almíbar.
- \*
- TABLA*: Ver tope.
- TABLA CON CANAL*: tabla con soporte.
- TABLA CON SOPORTE*: Ver tabla con canal.
- TABLA DE PICAR*: Ver tajo.
- TACO*: trozo.
- "*TAGLIATELLE*": fideos planos.
- TAJADA*: troncha; trocha.
- TAJO*: tabla de picar.
- TALLARINES*: tiras muy estrechas, hechas con pasta de macarrones.
- TALLO*: Ver berza.
- TAMIZ*: cedazo; cernidor; jibe.
- TAPIOCA*: fécula extraída de la raíz de la mandioca.
- TARDALETA*: Ver costra.
- TARTELETA*: Ver costra.
- TARTERA*: utensilio, generalmente de metal, para cocer las tortas.
- TENEDOR*: pinche; trinche.
- TIMBAL*: masa de harina y manteca, en forma de cubilete, que se rellena con diversos manjares.
- TIRAR*: Ver despejar.
- TOCINETA*: Ver tocino.
- TOCINO*: lardo; murceo; panceta; tocineta.
- TOMATE*: jitomate.
- TOPE*: cubierta. Tabla.
- TORNEADOR*: Ver cuchillo de estriar. Ver mandolín.
- TORNEAR*: dar forma redonda a los alimentos.

## Vocabulario técnico

**TORREJA:** torrija; rebanada de pan empapada en vino o leche, frita y endulzada. Ver rodaja.

**TORTILLA FRANCESA:** "omelette".

**TOSTADA:** Ver panqueca.

**TOSTADO:** Ver "roux".

**TOSTAR:** poner un alimento al horno o sobre las brasas para que adquiera consistencia exterior.

**TOSTON:** rebanada de pan tostado, empapado en aceite. Ver cochinitillo.

**TRABAJAR:** remover las salsas o las masas para alisarlas o trabarlas.

**TRABAR:** ligar o espesar una salsa.

**TRAMPA DE GRASA:** caja de grasa; desgrasador.

**TRIJOL:** Ver alubia.

**TRINCHAR:** cortar los alimentos en trozos.

**TRINCHE:** Ver tenedor.

**TRIPA:** intestinos; menudos; mondongo; chinchulín.

**TRITURAR:** chancar.

**TROCEAS:** partir a trozos.

**TROCHA:** Ver tajada.

**TRONCHA:** Ver tajada.

**TROZOS:** Ver "ragoût". Ver taco.

**TRUCHUELA:** Ver bacalao.

**TRUFA:** hongo subterráneo de olor aromático y muy apreciado para perfumar rellenos y embutidos; criadilla de tierra.

**TUETANO:** sustancia grasa que se halla dentro de los huesos de algunos animales; caracú; médula.

**TUNCO:** Ver cerdo.

**TURBANTE:** modo de preparar los platos en forma de círculo.

**TURNEDO:** trozo de lomo de ternera o de vaca, de forma redonda u ovalada; medallón.

**TUYA:** boquilla.

\*

**UNION:** Ver liga.

**UNTAR:** recubrir el fondo y las paredes de un molde con una grasa; empavonar; emmantecar; embetunar; engrasar.

\*

**VACTADOR:** utensilio en forma de tubo para eliminar el corazón y las semillas de las manzanas.

**VAINA:** Ver judfa verde.

**VAINILLA:** fruto de una orquídea trepadora que crece en los trópicos, muy oloroso, que se emplea para aromatizar.

**VAINITA:** habichuela verde.

**VAQUIRO:** pecarí.

**VARILLAS:** Ver batidor.

**"VELOUTE":** salsa blanca que sirve de base para otros compuestos.

**VENTOSA:** aftosa.

**VERDUHA:** Ver legumbre.

**VERMUT:** licor aperitivo, compuesto de vino blanco (estilo francés) o tinto (italiano), aromatizado con diversas sustancias amargas y tónicas, entre las que hay ajeno, canela, badiana, corriandro, corteza de naranja amarga, clavo, quina, etc.

**"VOL-AU-VENT":** pastel de hojaldre que se rellena con bechamel y salpicones diversos; volován.

**VOLCAN:** harina dispuesta en forma de montón y con un hoyo en el centro para albergar los ingredientes que han de formar la masa.

**VOLCAR:** Ver desojar. Ver soltar.

**VOLOVAN:** Ver "vol-au-vent".

**VUELTA DE CUATRO DOBLECES:** Ver vuelta doble.

**VUELTA DE TRES DOBLECES:** Ver vuelta simple.

**VUELTA DOBLE:** vuelta de cuatro dobleces.

**VUELTA SIMPLE:** vuelta de tres dobleces.

\*

**ZANAHORIA:** azanoria.

**ZAPALLITO:** calabacita; calabacín.

**ZAPALLO:** calabaza; ahuyama.

**ZAPALLO ITALIANO:** Ver calabacín.

**ZIGZAG (EN):** Ver entretejido.

**ZOCALO:** base de legumbres frescas en las ensaladas compuestas. Base de bizcocho en las copas heladas. Base de hielo, etc. Ver contorno.

\* \* \*

### ADVERTENCIAS

- 1) Las hojas incluidas a continuación, servirán de patrón para imprimir matrices o estenciles para máquinas offset de oficina o mimeógrafos u otro tipo de duplicadores. Deben ser tratadas con cuidado a fin de no dañar el papel, ni manchar su superficie.
- 2) Es conveniente que las hojas sean verificadas antes de realizar la impresión de las matrices, pudiendo retocarse con lápiz común o tintas de dibujo los trazos demasiado débiles, así como tapar las manchas e imperfecciones con "gouache" (témpera blanca).
- 3) Los agregados que deban hacerse a las hojas, por ejemplo código local, pueden escribirse en papel blanco y pegarse en el lugar correspondiente. El mismo procedimiento es adecuado para corregir erratas y otras faltas.

### ADVERTENCIA ESPECIAL

- 4) Esta CBC de Cocinero profesional presenta dificultades de terminología particularmente agudizadas. Así los nombres de los vegetales, animales, cortes de carne, etc. varían de país a país y aún dentro de cada país, en sus diferentes regiones. Esta dificultad puede llegar a invalidar algunas hojas de instrucción. En los casos extremos en que sea imprescindible rehacer la hoja es conveniente observar las disposiciones del Documento Normativo. En otros casos bastará sustituir las palabras desusadas por sus sinónimos de aplicación local, utilizando el procedimiento indicado en el punto 3. Hay operaciones que también son de aplicación local por ejemplo las H0 24, 25, 26, etc., en las que se explica la forma de fraccionar la carne vacuna.

HOJAS DE OPERACIÓN

Operación manual que consiste en sacar la suciedad de los utensilios y man tenerlos siempre en buen estado para la utilización. Los utensilios deben limpiarse después de cada uso y repasarse antes de emplearlos de nuevo .

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Retire los restos de comida.*

2º paso *Ponga en remojo.*

OBSERVACIONES

1) Use agua caliente y detergente.

2) El tiempo de duración de este paso, varía conforme a caracte-  
rísticas de la suciedad.

3º paso *Suelte el agua.*

4º paso *Raspe las costras de sucie-  
dad (fig. 1).*

OBSERVACION

Utilice esponja de acero o cepillo apropiado.

5º paso *Sumerja el utensilio en so-  
lución detergente.*

6º paso *Lave.*

a Friegue con cepillo o pa-  
ño bajo el agua corriente.

b Lave la parte interna y  
la externa del utensilio  
(fig.2).

OBSERVACION

La sartén de hierro o de  
acero debe limpiarse sola  
mente con cepillo o paño.

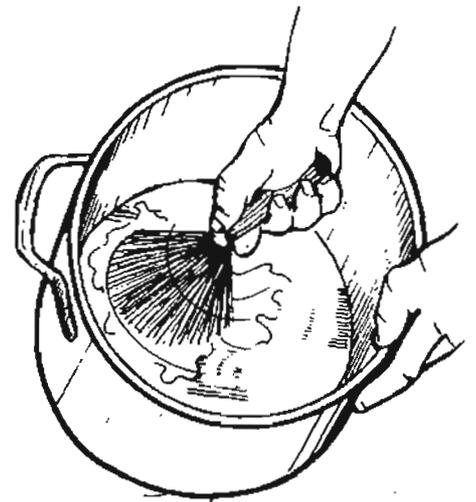


Fig.1



Fig.2

7º paso *Enjuague.*

8º paso *Escurra.*

9º paso *Dé brillo.*

*CASO I - UTENSILIOS DE COBRE*

a Friegue con un paño embebido en líquido apropiado o en una mezcla de limón y harina.

b Lave y enjuague.

c Seque con un paño.

*CASO II - UTENSILIOS DE PLATA*

a Sumerja en solución de agua con un líquido apropiado.

b Hierva si es necesario.

c Lave y enjuague.

d Seque con un paño.

OBSERVACION

Si los utensilios son de otros materiales, friéguelos con paño seco antes de usarlos.

10º paso *Guarde.*

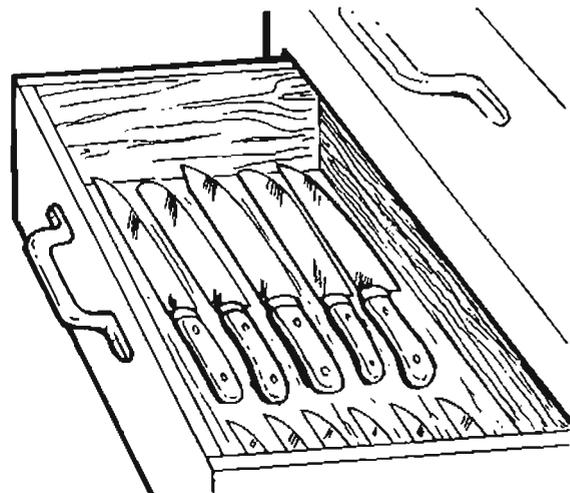
OBSERVACION

Todos los utensilios deben ser guardados en lugares ventilados, limpios y libres de polvo.

PRECAUCION

*GUARDE LOS UTENSILIOS DE CORTE Y DE PUNTA EN POSICION CORRECTA (fig.3). PARA IMPEDIR ACCIDENTES AL RETIRARLOS DE LOS CAJONES Y ARMARIOS.*

Fig.3





Es una operación manual que consiste en sacar la suciedad y mantener limpios, acondicionados y conservados los equipos y muebles de la cocina. Debe realizarse limpieza de conservación, limpieza al final del día y limpieza general en días determinados, conforme al sistema de trabajo.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Desmante las piezas de cada equipo.*

OBSERVACION

Se exceptúan las piezas de conexión eléctrica y otras instalaciones de uso delicado.

2º paso *Lave las piezas.*

- a Use solución de detergente y un cepillo.
- b Friegue para sacar la suciedad.

3º paso *Enjuague las piezas.*

4º paso *Escorra.*

5º paso *Seque con un paño.*

6º paso *Lave la parte interna de los equipos.*

*CASO I - HORNOS Y SALAMANDRAS*

- a Caliente el interior hasta 200°C.
- b Friegue con un paño húmedo con salmuera o con pasta apropiada, utilizando cepillo.
- c Retire la salmuera o pasta; utilice un paño húmedo en el primer caso o uno seco en el segundo.

*CASO II - REFRIGERADORES*

- a Deje descongelar.
- b Retire el hielo.
- c Lave con agua limpia.

79 paso *Lave las superficies.*

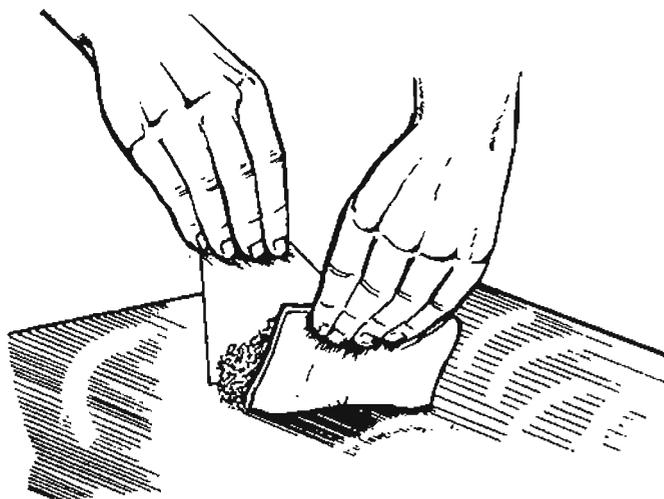
*CASO I - DE MADERA*

- a Raspe con cepillo de acero.
- b Lave con agua corriente.
- c Deje secar.

*CASO II - PLANCHAS Y PARRILLAS*

- a Caliente la pieza.
- b Retire las costras y suciedad con la espátula (fig.1).

Fig.1



*CASO III - OTROS METALES*

- a Lave con agua y detergente.
- b Enjuague con agua limpia.

Es una operación manual que consiste en separar impurezas de estos alimentos, dejándolos en condiciones de limpieza e higiene. Debe ser realizada antes de someterlos a cualquier proceso de cocción. Los alimentos en grano, una vez limpios, son utilizados como acompañamiento o en platos especiales.

### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Deposite el alimento sobre la mesa de trabajo o una tabla, en un montón.*

Fig.1



2º paso *Examine el alimento.*

- a Separe el alimento en pequeñas porciones (fig.1).
- b Separe los granos que no estén en condiciones de uso, las suciedades y los cuerpos extraños.

3º paso *Lave el alimento.*

- a Deposite el alimento en agua fría.
- b Mueva los granos con las manos para que toda la suciedad venga a flote.
- c Despeje el agua sucia.
- d Vuelque el alimento en un colador.
- e Ponga el colador debajo del grifo y deje caer agua fría sobre el alimento.

4º paso *Coloque los granos en remojo, si es necesario.*

### OBSERVACION

Generalmente este paso es realizado con leguminosas secas, que serán cocidas posteriormente en agua.

Es una operación que consiste en retirar la piel o la cáscara e impurezas que puedan perjudicar el sabor y la apariencia de esos alimentos. Una vez limpios, estos comestibles son utilizados como ingredientes básicos, acompañamiento, o complemento de sabor.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - LIMPIEZA MANUAL*

1º paso *Retire las partes impresentables.*

- a Use cuchillo de oficio.
- b Retire las partes machucadas y podridas.
- c Retire las raíces de los tallos, los ojos y las partes florecidas.

OBSERVACION

Retire lo mínimo posible de la parte carnosa de los alimentos.

2º paso *Lave el alimento.*

- a Sumérjalo en abundante agua fría.
- b Frótelo con las manos.
- c Cambie el agua repitiendo el paso, cuando sea necesario.

OBSERVACIONES

- 1) Los alimentos que tengan tierra u otras impurezas adheridas deberán ser lavados con mayor cuidado.
- 2) Trate de no machucar las frutas al lavarlas.

3º paso *Pele el alimento.*

OBSERVACIONES

- 1) Tratándose de legumbres y frutas de cáscara fina, use el pelador (fig.1) o raspe con el cuchillo de oficio (fig.2).

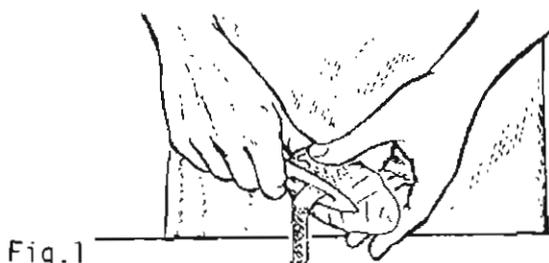


Fig.1

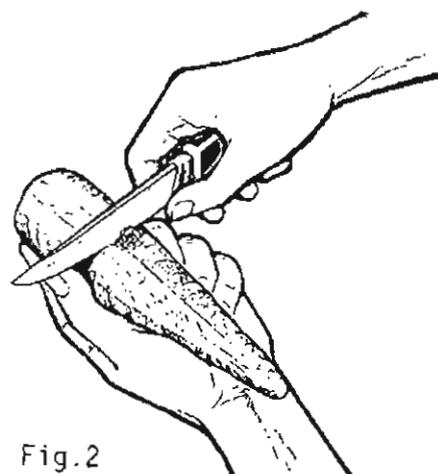


Fig.2

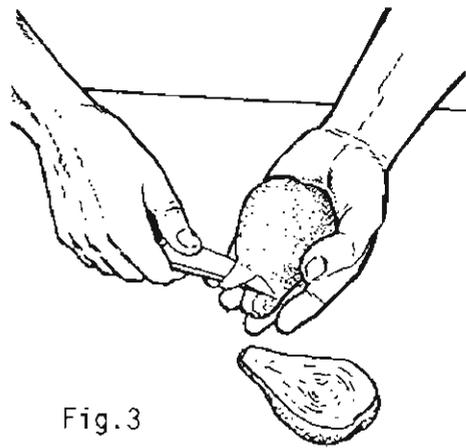


Fig.3

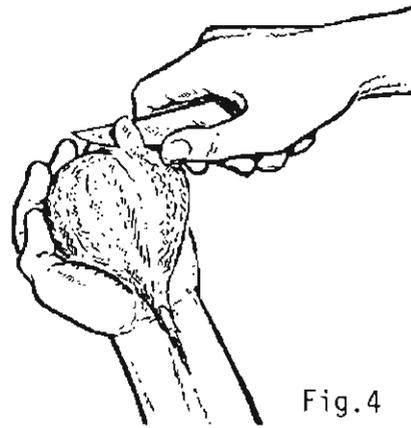


Fig.4

2) En el caso de legumbres y frutas de cáscara gruesa y legumbres cocidas, retire la cáscara con cuchillo de oficio (fig.3).

3) En el caso de bulbos desprenda las cáscaras secas con el cuchillo de oficio (fig.4).

4º paso *Retire las semillas si es necesario.*

- a Corte el alimento por la mitad.
- b Raspe las semillas de la parte carnosa con una cuchara pequeña (fig.5).

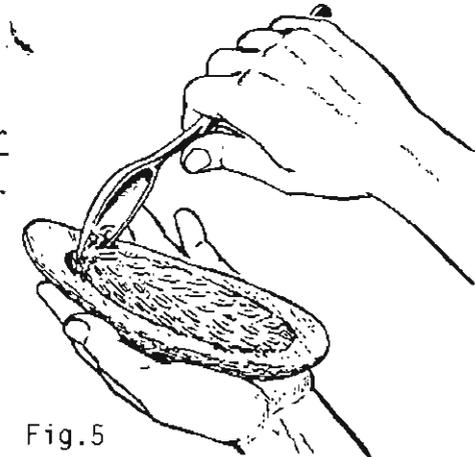


Fig.5

OBSERVACION

Este paso es realizado con legumbres de fruto (berenjenas, pepinos, etc.) y frutas con semillas, si la tarea así lo exige.

5º paso *Enjuague el alimento si es necesario.*

OBSERVACION

Enjuague solamente los comestibles que durante la primera operación se ensuciaron.



*CASO II - LIMPIEZA MECANICA*

NOTA

Este proceso es hecho únicamente con raíces y tubérculos de cáscara fina (papa, zanahoria, etc.).

1º paso *Ponga la máquina a funcionar .*

- a Verifique si la compuerta está cerrada.
- b Abra el surtidor de agua.
- c Conecte la máquina.

2º paso *Coloque el alimento en la máquina.*

- a Llene la máquina hasta la altura indicada.
- b Espere hasta que el alimento esté pelado.

OBSERVACION

Trate de colocar en la máquina los alimentos de igual tamaño para evitar desperdicio.

3º paso *Retire el alimento de la máquina.*

- a Coloque un recipiente debajo de la compuerta.
- b Abra la compuerta.

4º paso *Desconecte la máquina.*

5º paso *Complete la operación.*

- a Seleccione el alimento que contenga los restos de cáscaras y ojos.
- b Retire las partes desechables con el cuchillo de oficio.



COCINERO  
CIUO: 5-31.30

La limpieza de estos alimentos consiste en separar las partes inútiles o arruinadas y sacar las semillas y pieles dejándolas perfectas para usarlas. Pueden utilizarse crudos en ensalada o como adorno de platos, y cocidos como ingredientes o (contornos) acompañamiento.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Lave el alimento.*

2º paso *Retire las partes inútiles o desechables.*

OBSERVACION

Use el cuchillo de oficio.

3º paso *Pele el alimento si es necesario.*

*CASO I - TOMATE*

- a Haga un corte en forma de cruz en la piel del tomate.
- b Sumérjalo en agua hirviendo por algunos instantes.
- c Desprenda la piel, comenzando por el corte.

*CASO II - PIMIENTO Y SIMILARES*

- a Coloque el pimiento en el horno o en aceite bien caliente, hasta que la piel forme ampollas.

OBSERVACION

Este paso sólo es ejecutado si la tarea así lo requiere.

Fig.1



4º paso *Retire la raíz del tallo.*

- a Corte alrededor de la raíz (fig.1).
- b Desprenda la raíz del tallo sin desperdiciar demasiado la parte carnosa.



5º paso *Retire las semillas.*

*CASO I - TOMATE*

- a Corte el tomate por el medio.
- b Retire las semillas con cuchara pequeña.

*CASO II - PIMENTON Y SIMILARES*

- a Corte el alimento por la mitad.
- b Saque las semillas, enjuagando con agua fría por dentro.

OBSERVACIONES

- 1) Hay casos en que las semillas de los tomates no se sacan.
- 2) Las semillas extraídas de los tomates son guardadas para usos posteriores en trabajos de la cocina.

Es una operación manual que consiste en separar impurezas y partes no comestibles, y en cortar en tamaño apropiado el alimento. En algunos casos el acondicionamiento se hace con el fin de conservarlo para uso posterior.

Después de la limpieza, estas legumbres deben cocinarse con el fin de que puedan ser utilizadas frías o calientes, en platos variados.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Retire las hojas e impurezas.*

- a Desprenda las hojas de la base o tallo, con el cuchillo.
- b Retire las partes marchitas y oscurecidas.

**OBSERVACION**

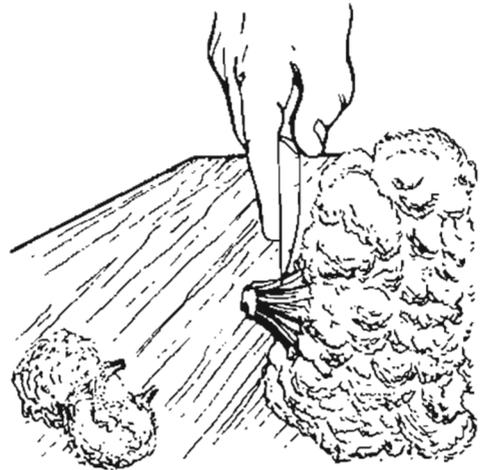
De la alcachofa se retiran, solamente, las primeras hojas de la parte externa.

2º paso *Corte la legumbre.*

*CASO I - COLIFLOR Y SIMILARES*

- a Corte la legumbre en la base del tallo (fig.1).
- b Sepárela en pequeños pedazos.

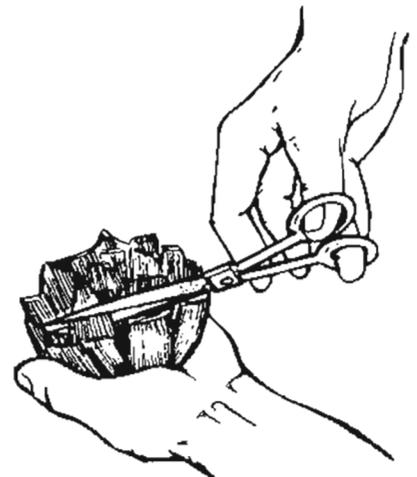
Fig.1



*CASO II - ALCACHOFA*

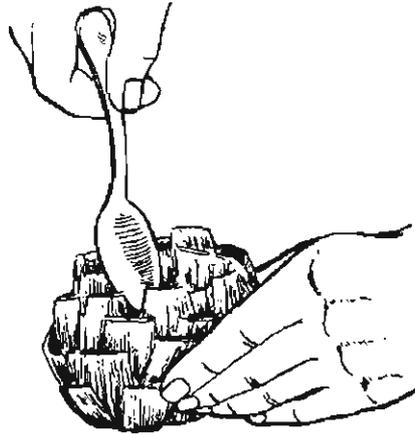
- a Quiebre el tallo con la mano, apoyando la alcachofa en la orilla de la mesa.
- b Empareje las hojas superiores con el cuchillo.
- c Recorte las puntas de las demás hojas con tijeras (fig.2).

Fig.2



d Retire el centro con una cucharita (fig.3).

Fig.3



OBSERVACIONES

- 1) Corte la legumbre de acuerdo con la receta.
- 2) Preferentemente retire el centro de la alcachofa después de cocida.

3º paso *Lave la legumbre en agua fría.*

OBSERVACIONES

- 1) Una vez limpias, estas legumbres deben ser utilizadas en el menor tiempo posible.
- 2) Deposítelas en agua fría con limón o envuélvalas con un paño húmedo en caso de demora.

Operación manual que consiste en retirar impurezas y partes marchitas de los alimentos, para lograr buenas condiciones de higiene y presentación.

Estos alimentos son utilizados crudos en ensaladas y adornos, o cocidos como acompañamiento o condimento.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Retire los tallos.*

OBSERVACIONES

1) En caso de legumbres de hojas sueltas, como acelga, espinaca, col, arranque las hojas en la unión con el tallo (fig.1).

2) En caso de legumbres de hojas cerradas, como lechuga y repollo, recorte el tallo con la punta del cuchillo (fig.2).

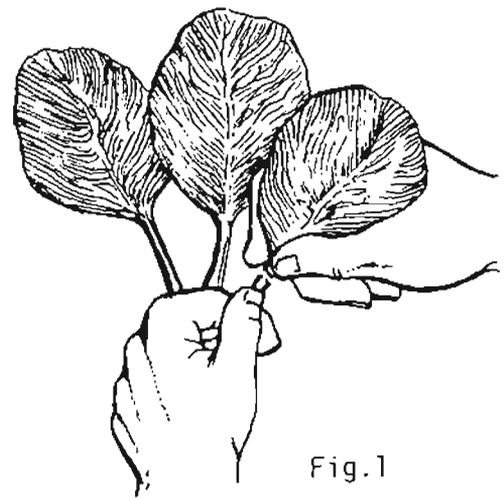


Fig.1

2º paso *Retire las partes marchitas de las hojas.*

3º paso *Separe las hojas.*

4º paso *Corte las legumbres.*

OBSERVACION

Este paso se ejecuta si la ta rea lo exige.

5º paso *Lave.*

6º paso *Escorra.*

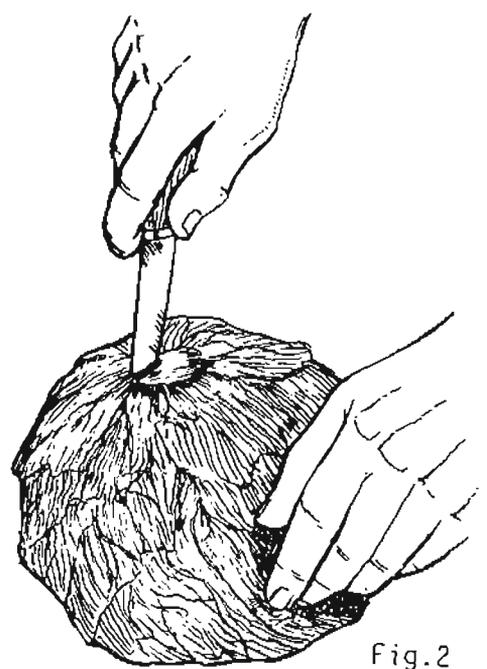


Fig.2

OBSERVACION

Una vez limpias, estas legumbres deberán utilizarse en el menor tiempo posible.

COCINERO  
CIUO: 5-31.30

Es una operación que consiste en colocar carnes, aves, pescados, legumbres, frutas, etc., en una solución para conservarlos y darles sabor específico. Se utiliza este proceso para preparar, principalmente, jamones y conservas.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Seleccione el recipiente.*

**OBSERVACION**

El recipiente debe ser de material no corrosivo, preferentemente de madera, vidrio o acero inoxidable.

2º paso *Coloque los ingredientes para preparar los alimentos en salmuera o marinada dentro del recipiente.*

3º paso *Mezcle los ingredientes.*

4º paso *Hierva la solución.*

5º paso *Cuele la solución.*

6º paso *Deje enfriar la solución.*

7º paso *Coloque el alimento en el líquido, cubriéndolo totalmente.*

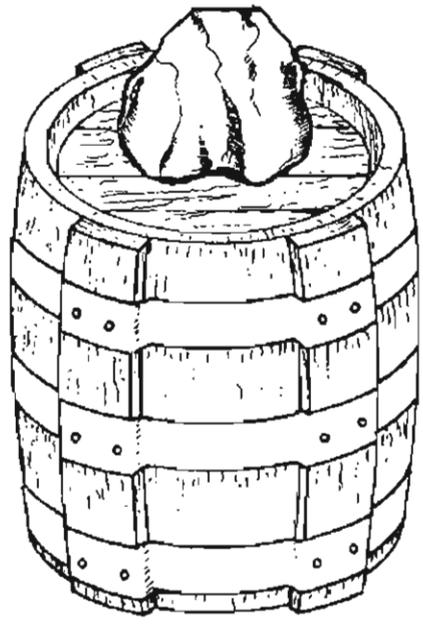


Fig.1

**OBSERVACIONES**

1) Según la tarea, algunos alimentos se colocan en solución fría, otros son hervidos en el líquido y otros se colocan en el líquido aún hirviendo.

2) En el caso que el alimento flote en la solución, presiónelo con un peso para mantenerlo sumergido (fig.1).

8º paso *Conserve el alimento en la solución por tiempo determinado, de acuerdo con las características del alimento.*

**OBSERVACION**

Según las características del alimento, guárdelo bajo refrigeración o temperatura ambiental.

COCINERO  
CIUO: 5-31.30

Es una operaciōn manual que consiste en retirar partes inūtiles e impurezas que puedan perjudicar el sabor de los alimentos preparados. Estos cōmestibles sirven de base o acompaņamiento a diversos platos.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - HIGADO*

1º paso *Retire las partes inūtiles.*

**OBSERVACION**

Retire la hiel del hígado en caso de que aún esté adherida a la pieza.

2º paso *Haga una pequeņa incisiōn en la piel, con la punta del cuchillo.*

3º paso *Levante la piel con las manos, retirāndola completamente.*

*CASO II - RIÑONES*

1º paso *Retire el sebo que envuelve el riñōn.*

a Haga una incisiōn en el sebo sin herir la carne.

b Desprenda el sebo con las manos.

2º paso *Haga una incisiōn en el lado opuesto al canal (fig.1).*

3º paso *Lave el riñōn en agua fra.*

*CASO III - CORAZON*

1º paso *Retire las adherencias y arterias.*

2º paso *Haga una incisiōn hasta el centro, en sentido longitudinal.*

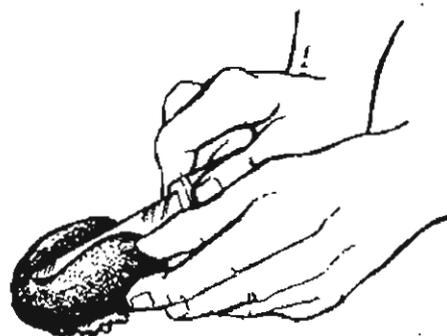


Fig.1

3º paso *Retire la piel.*

4º paso *Lave el corazón con agua fría.*

*CASO IV - MOLLEJA*

1º paso *Retire las adherencias.*

2º paso *Corte la molleja hasta la bolsa central.*

3º paso *Retire la bolsa central (fig.2).*

*CASO V - SESO*

1º paso *Ponga el seso en remojo y déjelo en el agua media hora aproximadamente.*

2º paso *Retire la piel con las manos.*



Fig.2

COCINERO  
CIUD: 5-31.30

Es una operación que consiste en separar de la carne el exceso de grasa, los nervios, los tendones y los huesos. Con este trabajo se eliminan las partes que perjudican la buena apariencia y el rendimiento de los platos preparados.

Se debe evitar en esta operación cualquier corte que pueda perjudicar la buena forma de la pieza.

La limpieza de las carnes se hace antes de cualquier otra operación.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Lave la carne si es necesario.*

2º paso *Retire sebos e impurezas.*

- a Retire el sebo con el cuchillo.
- b Retire las partes inútiles.

3º paso *Retire la grasa con el cuchillo (fig.1)*

OBSERVACION

En la carne de cochino y en otras en que la receta lo exige, de je una capa de grasa sobre la carne.

4º paso *Separe la piel, con las manos o cuchillo pequeño, conforme sea necesario (fig.2).*

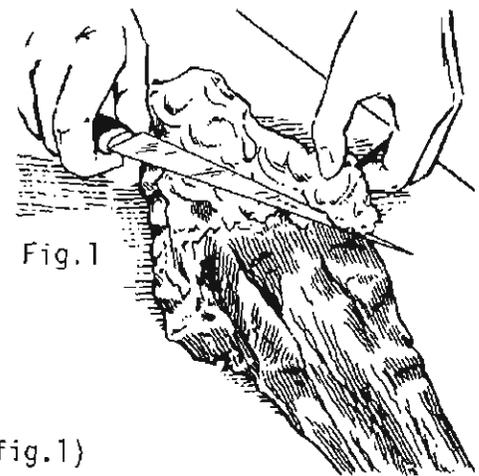


Fig.1

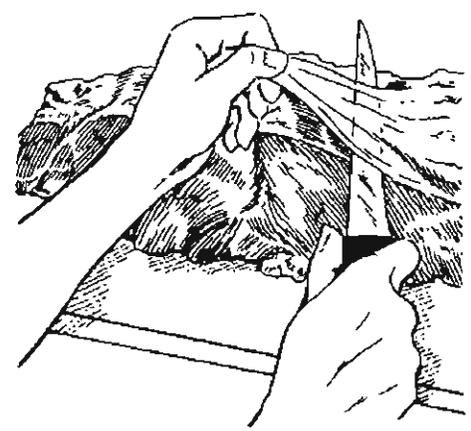


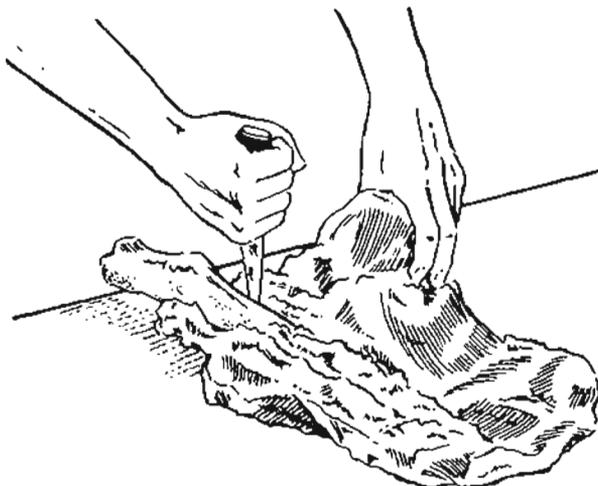
Fig.2

5º paso *Recorte los tendones y nervios, usando el cuchillo grande de carne.*

6º paso *Deshuese.*

- a Descubra los huesos, introduciendo el cuchillo entre los músculos.
- b Desprenda la carne alrededor de los huesos usando la punta del cuchillo (fig.3).
- c Retire los huesos.

Fig.3



OBSERVACION

En el caso de la chuleta, se limpia la punta del hueso, sin deshuesar.

NOTA

En la limpieza de la carne de cerdo, la operación se completa de la siguiente manera:

7º paso *Separe la corteza del tocino* con el cuchillo apropiado, el cual deberá correr bien junto a la corteza (fig. 4).

8º paso *Corte el tocino en tajadas o tiras*, de acuerdo a las necesidades. (fig.5).



Fig. 4

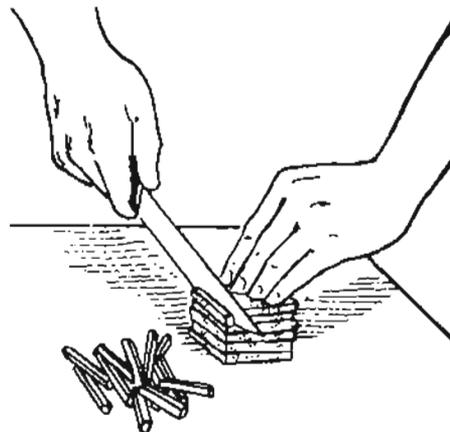


Fig. 5

Es una operación manual que consiste en separar vísceras, aletas, escamas y, a veces, las pieles, espinas y las cabezas de estos comestibles. Con esta operación se pretende separar las partes que perjudican el sabor y atender a la necesidad de variar las presentaciones del alimento. Los pescados deberán limpiarse tan pronto como lleguen a la cocina, antes de destinarlos a la cocción y conservación.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - PESCADO COMUN*

1º paso *Retire las aletas con excepción de la cola.*

a Use las tijeras apropiadas o un cuchillo.

b Corte junto a la raíz (figs. 1 y 2).

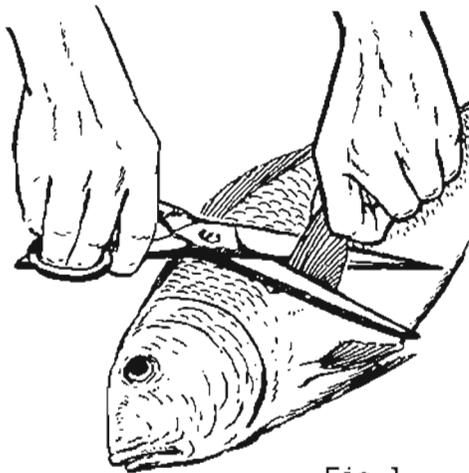


Fig.1

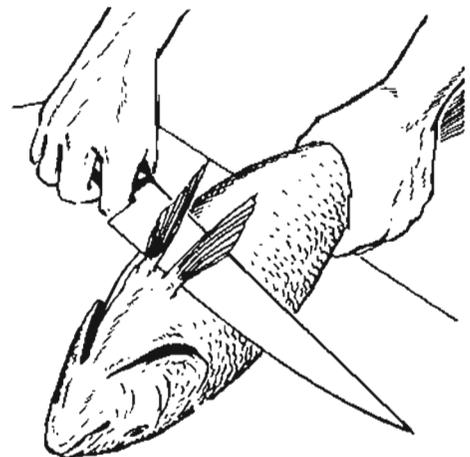


Fig.2

OBSERVACION

Quando los pescados son preparados "azules" no se retiran las aletas.

PRECAUCION

*CUIDE DE NO HERIRSE CON LAS PUNTAS DE LAS ALETAS PUES HAY PELIGRO DE INFECCIONES.*

29 paso *Retire las escamas.*

- a Sujete el pescado por la cola.
- b Raspe con el cuchillo o cepillo apropiado, desde la cola hacia la cabeza (fig.3).

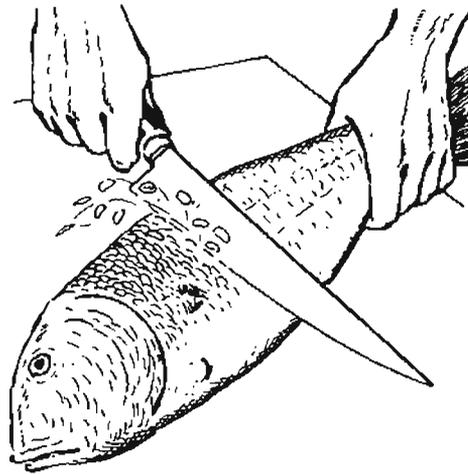


Fig.3

OBSERVACION

Este paso es indispensable cuando los pescados destinados a filetes posean escamas menudas adheridas a la piel.

30 paso *Abra el vientre,* con cuchillo de deshuesar, cortando del ano hasta la cabeza (fig.4).

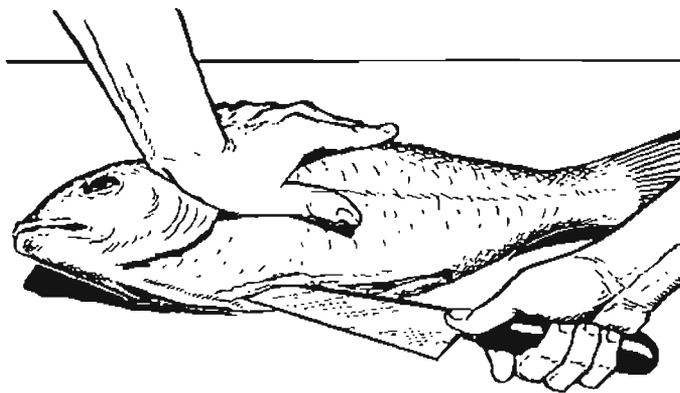


Fig.4

40 paso *Retire las vísceras.*

- a Separe las vísceras con las manos (fig. 5).
- b Corte las tripas en la unión con la cabeza con auxilio de un cuchillo.

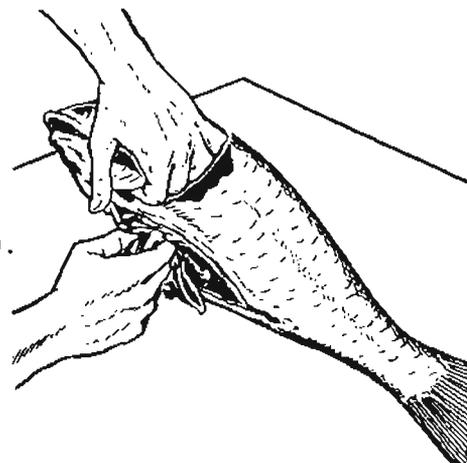


Fig.5

OBSERVACIONES

1) En el caso de pescados grandes, se debe retirar la piel cuidadosamente sin romperla.

2) Cuando el pescado va a ser preparado con la cabeza, se retiran las agallas.

3) En los pescados preparados "azules", las tripas son retiradas debajo de una leve corriente de agua (fig. 6) para evitar que la mucosidad que cubre la piel se desprenda.

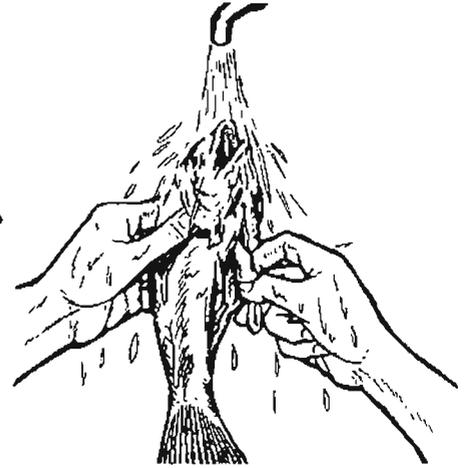


Fig.6

5º paso *Corte la cabeza* (fig.7) cuando la ta  
rea lo exija.

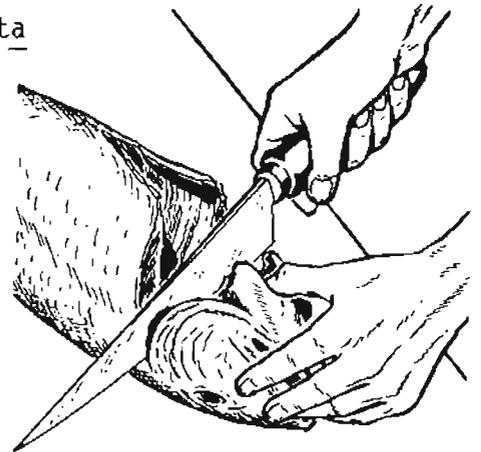


Fig.7

6º paso *Deshuese el pescado* si es necesa  
rio.

- a Utilize cuchillo de deshuesar.
- b Corte en el sentido longitudinal y en ambos lados de la espina dorsal (fig.8).
- c Corte sobre las espi  
nas, suavemente, hasta separar la carne.

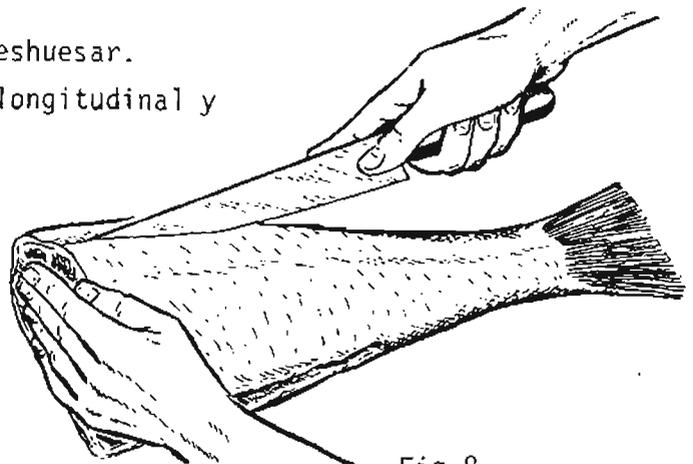


Fig.8

OBSERVACIONES

1) Este paso se realiza sólo cuando el pescado se corta para preparar filetes.

2) Ciertas especies de pescados tienen una estriá en el centro del filete, que debe sacarse.

79 paso *Retire la piel, si es necesario.*

- a Sujete por la punta del filete.
- b Retire la piel y deslice un cuchillo apropiado, junto a la misma. (fig.9).



Fig.9

OBSERVACION

Este paso se realiza sólo cuando el pescado es cortado para preparar filetes.

80 paso *Lave el pescado, con abundante agua fría.*

CASO II - PESCADO ACHATADO

19 paso *Retire la piel.*

- a Sujete el pescado por la cola.
  - b Levante la piel desde la punta de la cola con un cuchillo.
  - c Retire la piel desprendiéndola desde la cola hacia la cabeza con las manos. (fig.10).
- Use el cuchillo si es necesario.

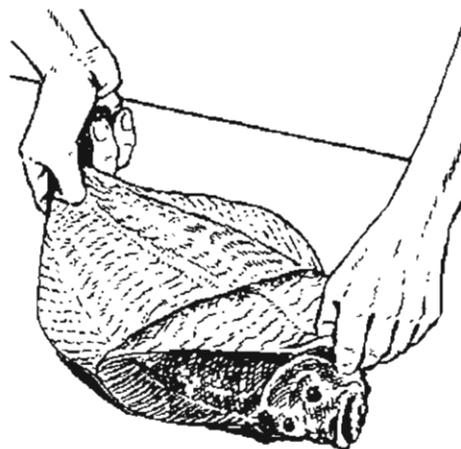


Fig. 10

OBSERVACIONES

- 1) Desprenda primeramente la piel de la parte superior (oscura) del pescado.
- 2) La piel de la parte inferior (clara) podrá no ser retirada.

2º paso *Retire las vísceras.*

a Haga un corte del ano hasta la cabeza a todo lo largo del vientre (fig.11).

b Recorte las vísceras en la unión con la cabeza.

3º paso *Corte la cabeza si es necesario.*

4º paso *Separe los filetes si es necesario.*

a Haga un corte en la espina central del pescado.

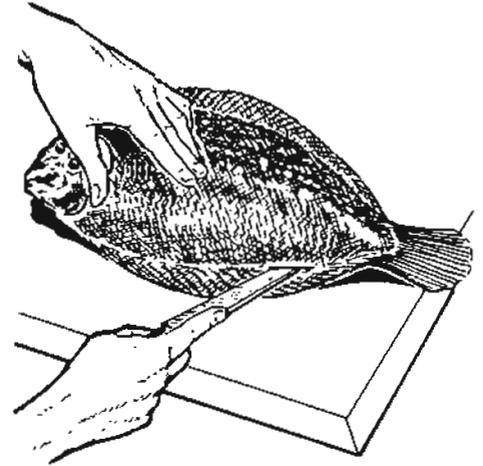


Fig. 11

b Desprenda con la punta del cuchillo los 4 filetes del centro, de la espina hacia afuera (fig.12).

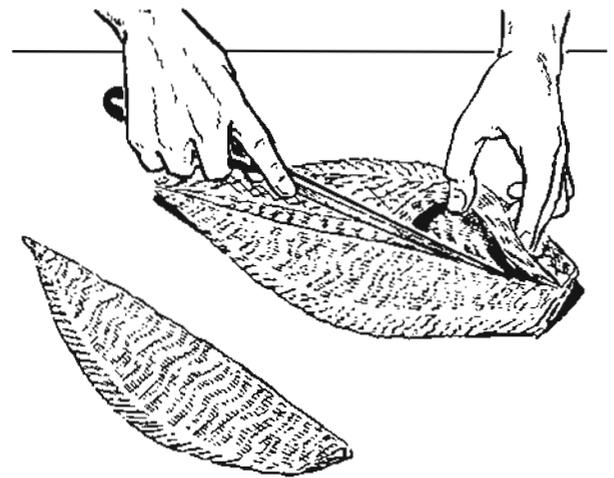


Fig. 12

#### OBSERVACION

Evite desperdiciar carne al separarla de la cabeza y de las espinas.

5º paso *Lave con agua fría.*

Es una operación que consiste en separar de la concha la parte comestible y en seguida retirar las barbas adheridas al molusco. Esta operación permite una presentación satisfactoria de los moluscos, para emplearlos en guarniciones o para su utilización simple.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Lave el molusco.*

- a Use agua corriente fria.
- b Frote la concha con una brocha (fig.1) o rāspela con el cuchillo.

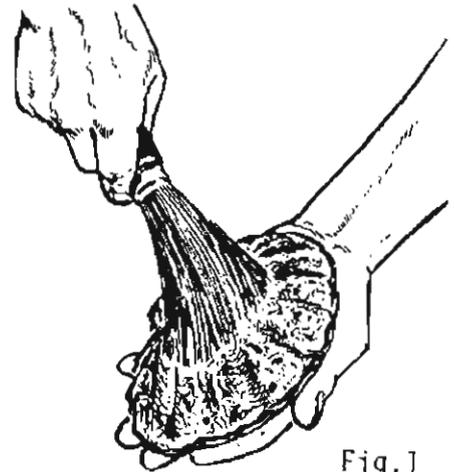


Fig.1

2º paso *Abra y separe las conchas.*

*CASO I - OSTRAS*

- a Introduzca la punta del cuchillo en la unión de las conchas (fig.2).

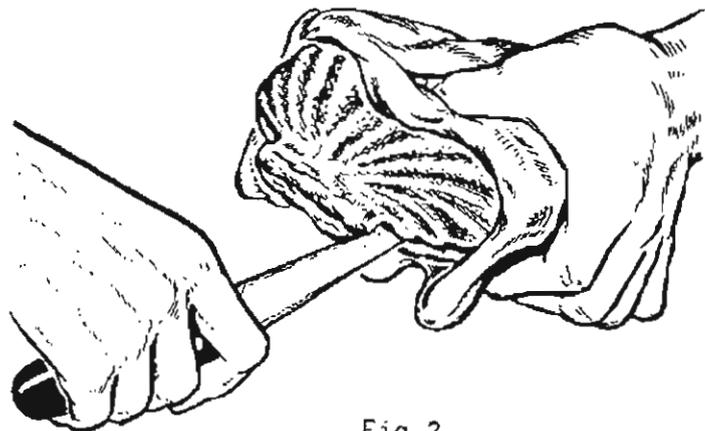


Fig.2

**PRECAUCION**

*PROTEJA LA MANO QUE SOSTIENE LA OSTRA PARA EVITAR QUE LA PUNTA DEL CUCHILLO CAUSE HERIDAS.*

- b Abra la concha.



*CASO II - MEJILLONES Y SIMILARES*

- a Coloque el mejillón en un recipiente.
- b Guise el molusco, use vino blanco y condimentos.

OBSERVACIONES

- 1) Los moluscos abiertos antes del tratamiento y aquellos que no se abren durante la cocción, deben ser rechazados.
- 2) Las ostras que se comen crudas se presentan en la concha con el propio caldo, sin otro trabajo de preparación.

3º paso *Retire la carne de la concha, con la punta del cuchillo.*

4º paso *Retire las barbas, con las manos.*

5º paso *Guarde el molusco, en lugar refrigerado.*

OBSERVACIONES

- 1) En caso de ostras y otros moluscos crudos, guárdelos en su propio jugo o en agua salada una vez retirada la concha.
- 2) En caso de mejillones y similares, manténgalos cubiertos con el líquido en que fueron cocidos.

Operación manual que consiste en retirar las partes inútiles y las impurezas y cortar los crustáceos para darles forma y presentación adecuadas.

Los crustáceos pueden utilizarse en platos fríos o calientes y en las más variadas formas.

Según la receta, alguno de los pasos pueden hacerse antes o después de un trabajo de cocción.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - CAMARONES, LANGOSTINOS Y SIMILARES*

1º paso *Lave el crustáceo en agua fría.*

PRECAUCION

*EVITE HERIRSE CON LAS PROTUBERANCIAS Y AGUIJONES, PUES HAY PELIGRO DE INFECCION.*

2º paso *Cocine el crustáceo de acuerdo a la receta.*

3º paso *Pele el crustáceo.*

- a Separe el cuerpo de la cola con las manos.
- b Pele la cola.
- c Retire la "tripa" de la cola.

OBSERVACIONES

- 1) Según los casos, este paso puede realizarse antes de la cocción.
- 2) Las colas se utilizan en la confección de mantequillas compuestas.

*CASO II - LANGOSTAS Y SIMILARES PRESENTADAS ENTERAS*

1º paso *Lave el crustáceo.*

2º paso *Atelo sobre la tabla.*

a *Extiéndalo completamente sobre la tabla.*

b *Atelo firmemente con un bramante (fig. 1).*

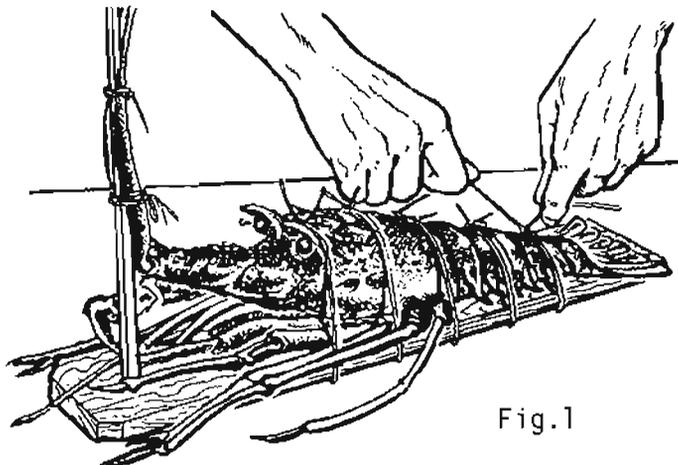


Fig.1

3º paso *Cocine el crustáceo conforme a la receta.*

4º paso *Retire el bramante.*

5º paso *Retire la carne de la cola.*

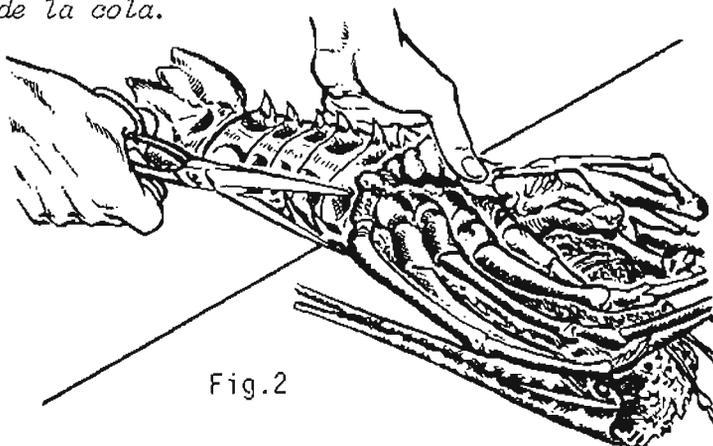


Fig.2

a *Abra la parte inferior de la cola con una tijera (fig.2).*

b *Retire la cáscara inferior de la cola.*

c *Retire la carne cuidadosamente, sin fraccionarla.*

6º paso *Retire el coral del cuerpo con una pequeña cucharita.*

**OBSERVACION**

Conserve el coral en un recipiente, para uso posterior.

7º paso *Limpie el interior del crustáceo.*

8º paso *Desprenda las pinzas del cuerpo si es necesario.*

9º paso *Quiebren las pinzas con un golpe de cuchillo si fuera necesario, (fig. 3).*

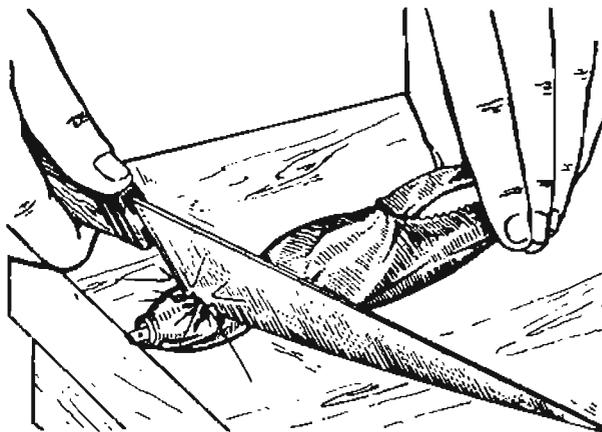


Fig.3

**OBSERVACION**

Trate de no deshacer la carne de la pinza.

10º paso *Retire la carne de la pinza, si es necesario.*

- a Retire los fragmentos de la cáscara.
- b Retire la carne cuidadosamente sin romperla.
- c Separe el cartílago de la carne.

**NOTA**

Los pasos 8º, 9º y 10º solamente se realizan si la receta lo exige.

## CASO III - LANGOSTA Y SIMILARES PRESENTADOS EN MITADES

- 1º paso *Lave el crustáceo.*
- 2º paso *Cocine el crustáceo.*
- 3º paso *Divida el crustáceo por la mitad, a lo largo (fig.4).*

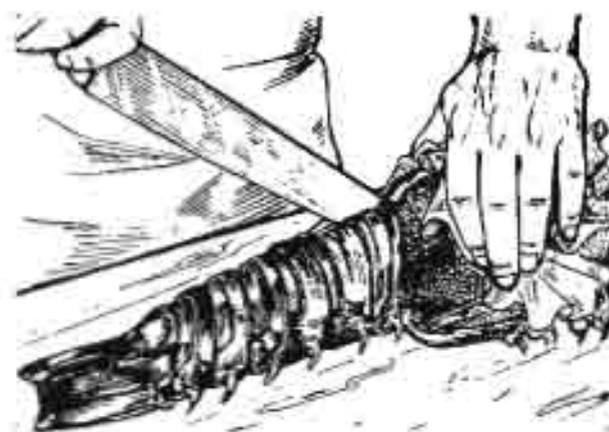


Fig.4

- 4º paso *Retire las partes no comestibles.*

- a *Retire la tripa de la cola.*
- b *Retire la bolsa de arena.*

## PRECAUCION

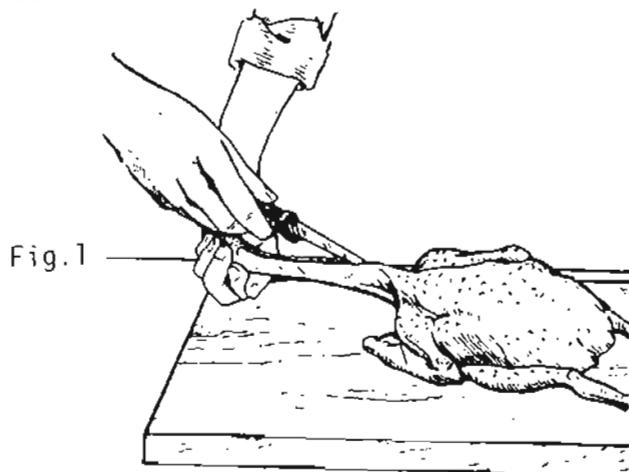
*EN LA MANIPULACION DE LANGOSTAS Y SIMILARES, PROTEJA LAS MANOS  
CON UN PAÑO PARA EVITAR HERIDAS.*

Operación manual que consiste en retirar las partes no comestibles, reservar las menudencias y a veces, cortar y armar.

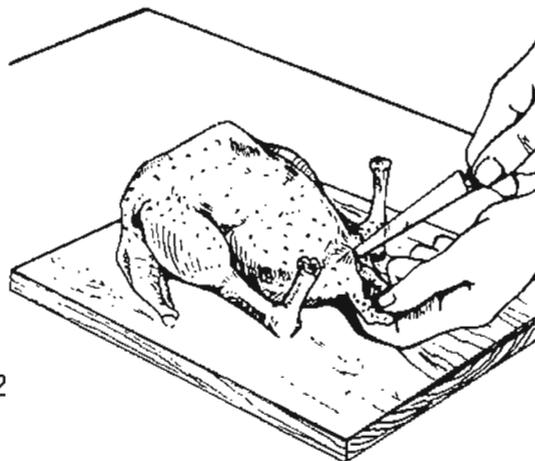
El trabajo de corte debe ser hecho en forma adecuada para determinados platos, además de buscar la mejor presentación del alimento. Generalmente, las aves llegan a la cocina sacrificadas y en estado de limpieza inicial.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Retire las vísceras.*



- a Haga una incisión en la parte superior del pescuezo (fig.1) .
- b Introduzca por la incisión del pescuezo el índice y desprenda el esófago y pulmones.
- c Haga una incisión en el ano (fig.2).



- d Introduzca los dedos índice y medio desprendiendo las vísceras.

e Retire las vísceras por la incisión inferior y corte los intestinos junto al cuerpo del ave (fig.3).

OBSERVACIONES

- 1) Saque las vísceras con cuidado para no romper la piel.
- 2) En ciertos casos, antes de iniciar el paso 1º, se debe chamuscar el ave con alcohol.

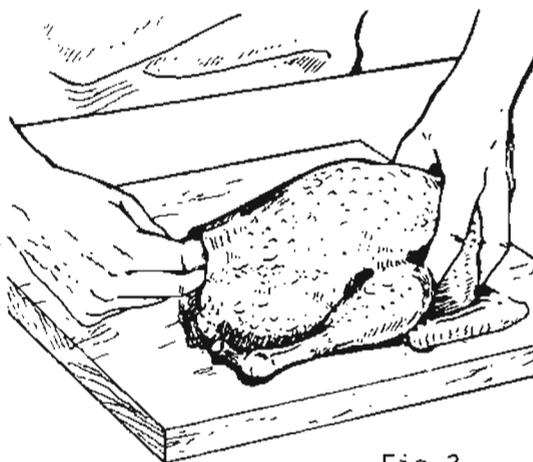


Fig.3

2º paso *Separe el pescuezo.*

- a Use cuchillo adecuado.
- b Corte en la unión de la espina dorsal (fig.4).

OBSERVACION

La piel que fue desprendida del pescuezo no debe ser cortada.

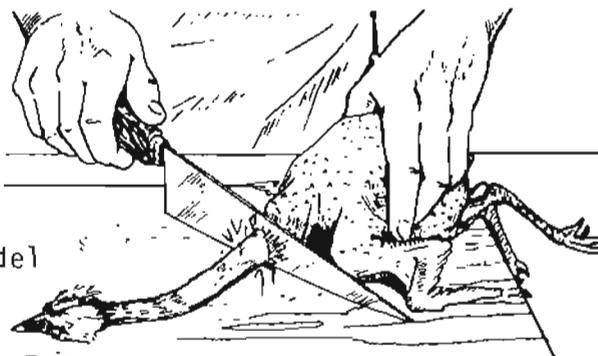


Fig.4

3º paso *Separe la cabeza del pescuezo.*

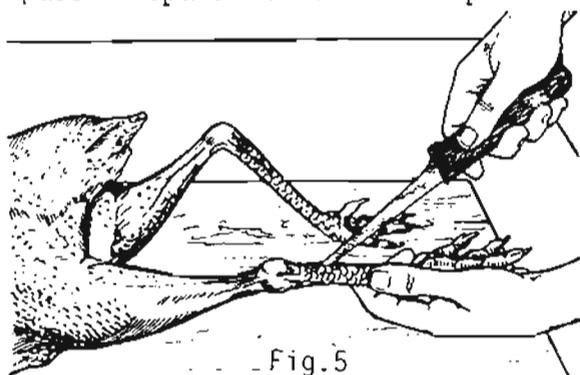


Fig.5

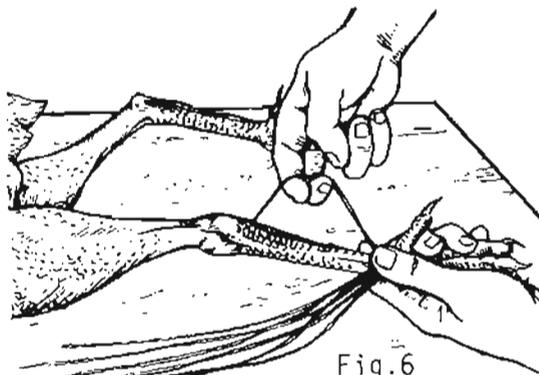


Fig.6

4º paso *Retire los tendones de las piernas.*

- a Haga una incisión desde los dedos hasta la unión con el muslo. (figs. 5 y 6).
- b) Retire los siete tendones de cada pierna, uno por uno.

OBSERVACION

Este paso es indicado, para la preparación de los pavos.

5º paso *Separe las patas de los muslos, cortando aproximadamente 1 cm abajo de la conyuntura de la pata con el muslo.*

OBSERVACION

En el caso de aves a la parrilla, el corte se hace en la coyuntura.

6º paso *Lave el ave.*

- a Colóquela bajo un chorro de agua fría.
- b Frote con las manos la parte interna y la externa.

7º paso *Arregle el ave para asar o cocinar.*

- a Tome aguja y bramante.
- b Introduzca la aguja de un ala hasta la otra, por dentro del pollo (fig.7)
- c Introduzca la aguja nuevamente de un muslo al otro, pasándola por la conyuntura desde la superior del muslo hasta la inferior (fig.8).
- d Junte las dos puntas haciendo un nudo (fig.9).

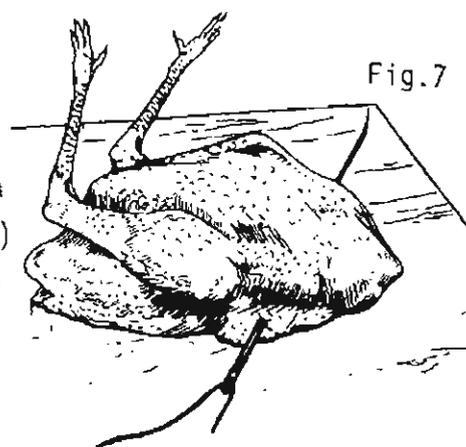


Fig.7

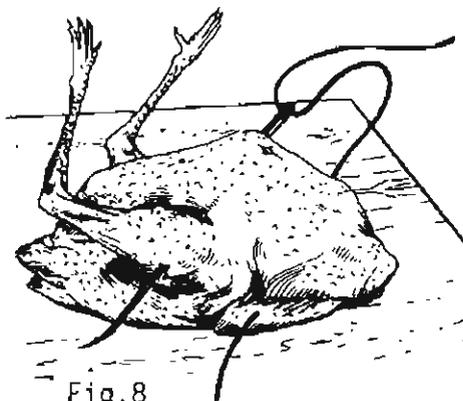


Fig.8

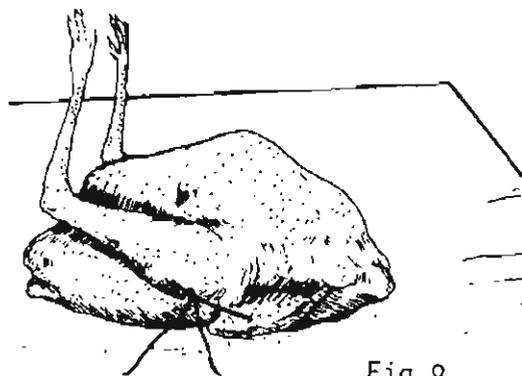


Fig.9

- e Haga una nueva operación de unión con las dos puntas superiores de los muslos, girando la aguja por dentro junto a la espina dorsal. (fig.10).



Fig.10

OBSERVACION

Se puede también arreglar el ave con el pecho hacia arriba, cruzando el bramante por fuera entre los muslos, volviendo hasta las alas y cruzando nuevamente (figs. 11, 12, 13, 14 y 15).

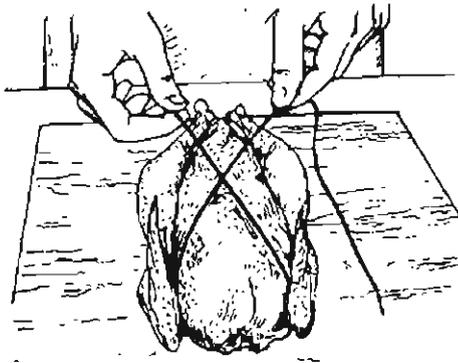


Fig. 11

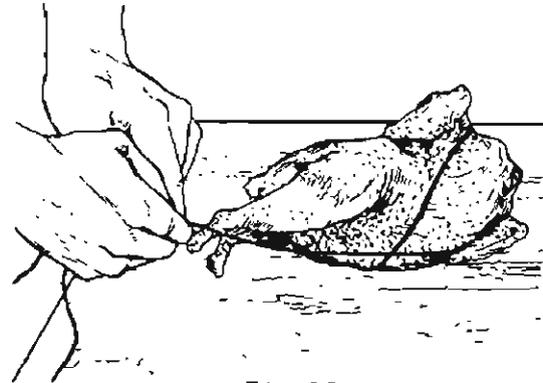


Fig. 12

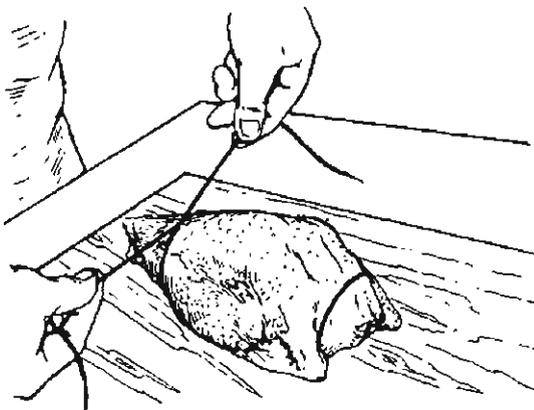


Fig. 13

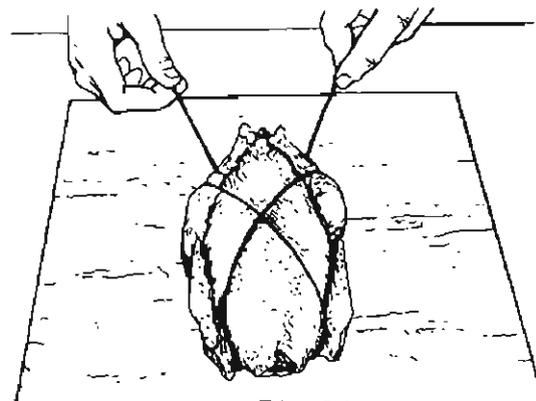


Fig. 14

8º paso Corte el ave para preparaciones específicas.

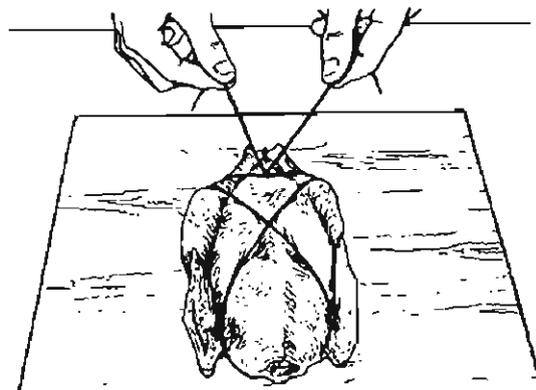


Fig. 15

*CASO I - PARA MITADES Y CUARTOS*

a Corte el ave en el sentido longitudinal junto a la espina y en el centro del esternón (figs. 16 y 17).

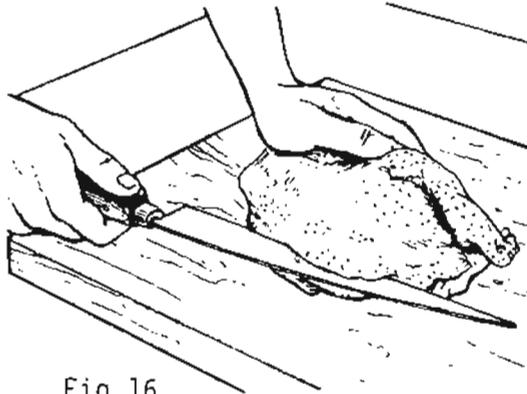


Fig.16

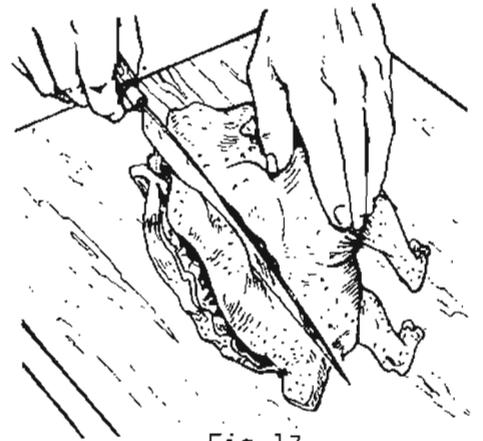


Fig.17

b Retire la espina dorsal de la mitad en que quedó unida (fig.18).



Fig.18

c Separe el muslo del pecho por la coyuntura natural.

*CASO II - PARA PREPARACION ENTERA*

a Retire la espina dorsal mediante un corte desde el pescuezo hasta el rabo, de ambos lados (fig. 19).

b Abra el ave.

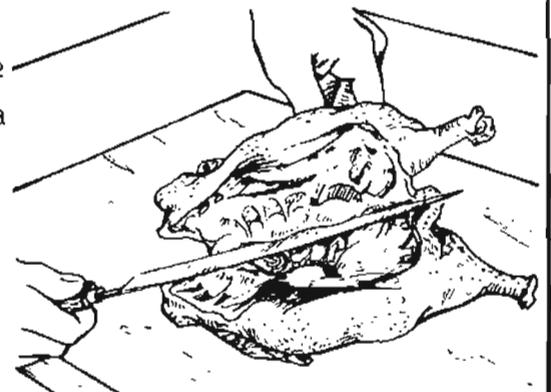


Fig.19

CASO III - PARA PREPARACION "A LA CRAPAUDINE"

- a Coloque el ave con el pecho hacia arriba.
- b Separe el pecho pasando el cuchillo desde la punta del esternón hasta la raíz de las alas (figs. 20 y 21).

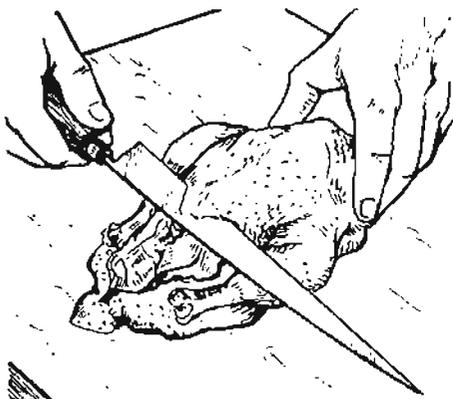


Fig.20

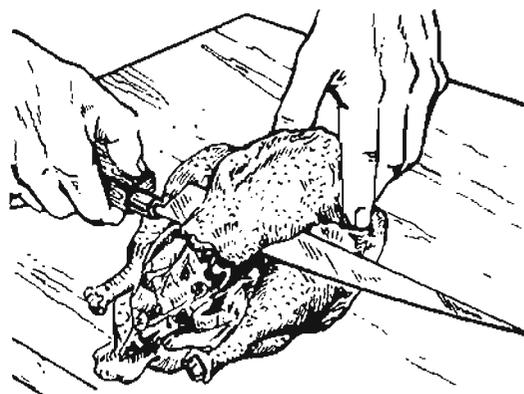


Fig. 21

- c Doble el pecho hacia el frente (figs. 22 y 23).

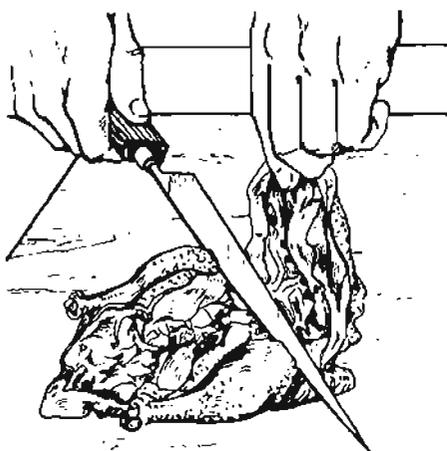


Fig.22

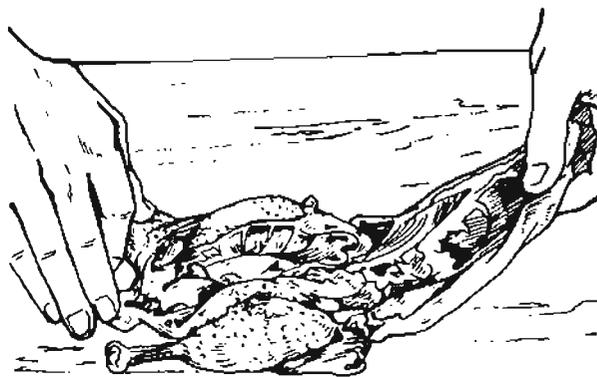


Fig.23

- d Abra el pecho y retire el hueso (fig.24).

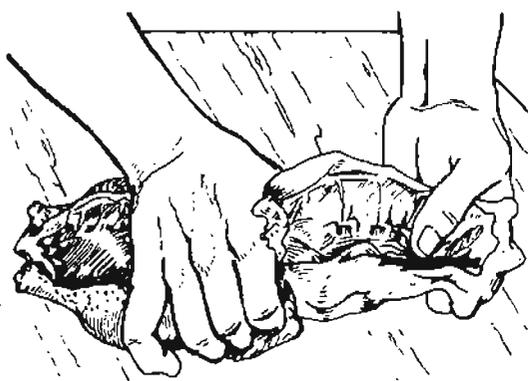


Fig.24

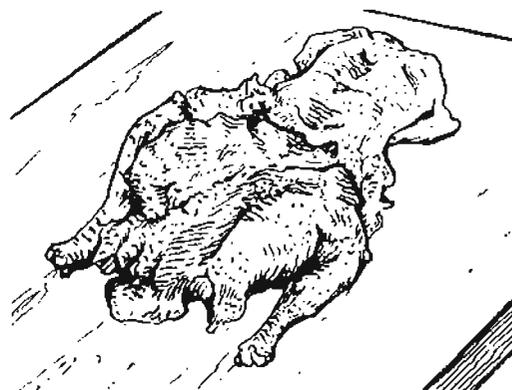


Fig.25

- e Vire el ave (fig.25).

OBSERVACION

En los casos I, II y III, para asar a la parrilla se golpea suavemente el ave con el mazo para carne, dejando espesor uniforme.

CASO IV - PARA "SUPREMA"

a Introduzca el cuchillo por uno de los lados del ave a lo largo del hueso del pecho, hasta la raíz del ala (fig.26).

b Separe la carne de los huesos con auxilio del cuchillo. (figs. 26 y 27).

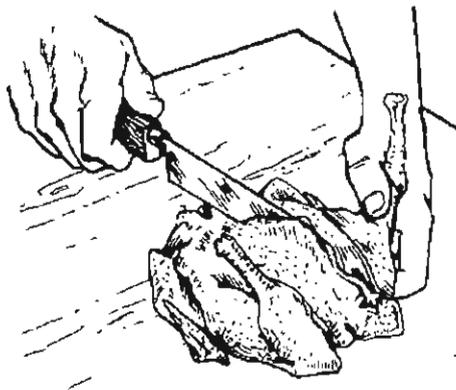


Fig.26

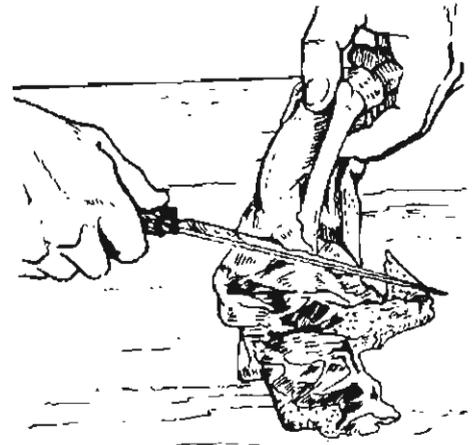


Fig.27

c Retire la piel.

d Repita el paso del otro lado del ave.

OBSERVACION

En este tipo de preparación, a veces se retiran las alas.

Operación manual que consiste en envolver carnes, aves, legumbres, pescados y otros comestibles en una capa de masa. El empanado impide la salida de las sustancias del alimento y lo protege del contacto directo con la grasa.

El principal objetivo del empanado es recubrir los alimentos que poseen poco almidón, con una capa que favorezca la fritura. Los procesos más comunes de empanar son: a la milanesa, a la inglesa, a la doré y a la orly.

### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Unte el alimento, en el caso de empanados a la inglesa, con mantequilla derretida.*

2º paso *Pase el alimento por harina de trigo (fig.1).*

#### OBSERVACION

Este paso se ejecuta en los empanados a la milanesa, a la doré y en la fritura simple del pescado.

3º paso *Pase el alimento por huevos batidos.*

- a Bata los huevos rápidamente.
- b Pase el comestible por los huevos batidos.

#### OBSERVACION

Este paso se ejecuta en los empanados a la milanesa y a la inglesa.

4º paso *Pase el alimento por pan rallado.*

#### OBSERVACION

Este paso se ejecuta en los empanados a la milanesa y a la inglesa.

5º paso *Asegure el recubrimiento con las manos o con la hoja del cuchillo, aplastando suavemente (fig.2).*

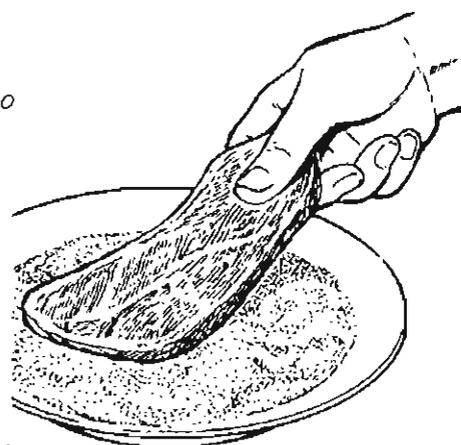


Fig.1

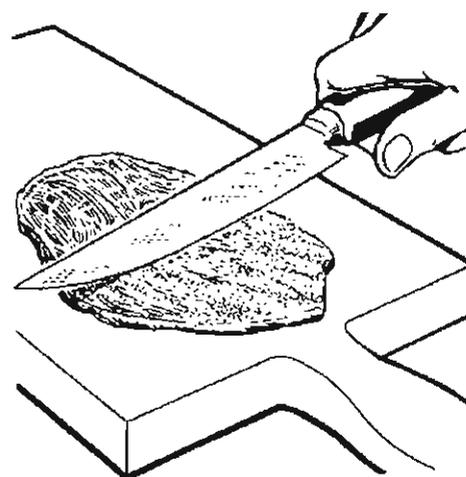


Fig.2

Operación manual que consiste en dar formas específicas a las variadas masas usadas en la cocina.

El trabajo de modelar, también permite la mejor presentación de alimentos determinados, tanto al prepararlos como al decorarlos.

Se modelan masas en la confección de empanadas, bolitas, croquetas, "risolis", ñoquis, etc.

Se usan también masas de mantequilla, compuestas de mayonesa, de patata y otras, para las decoraciones de platos.

### PROCESO DE EJECUCION

#### CASO I - MANUAL

1º paso *Divida la masa en pequeños pedazos.*

#### OBSERVACION

La masa se prepara de acuerdo con la receta.

2º paso *Forme bolitas de masa.*

- a Espolvoree harina de trigo o use grasa líquida en las manos.
- b Tome un pedazo de masa.
- c Haga movimientos giratorios con las manos (fig.1). Puede hacerlo sobre una superficie lisa, para la preparación de dos bolitas a la vez.



3º paso *Modele la masa.*

#### OBSERVACIONES

- 1) Para redondearlas, aplaste levemente las bolitas de masa ya preparadas (fig.2) e iguale los bordes si es necesario.

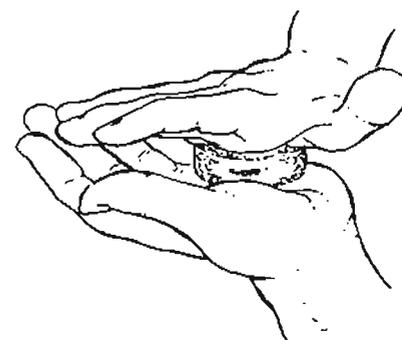


Fig.2

2) Para cilindros, alargue la bolita inicial haciendo un movimiento de vaivén con las manos (fig.3).

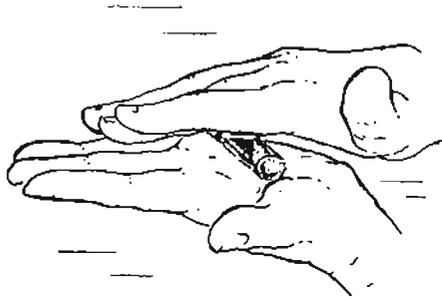


Fig. 3



Fig. 4

3) Para rellenos, forre con la bolita inicial el moldecito (fig.4) y use otra bolita de masa para el molde (fig. 5). Después del relleno cubrase el molde con otra bolita aplastada.



Fig.5

CASO II - CON RODILLO DE PASTELERO

1º paso *Retire un pedazo de masa.*

OBSERVACION

La cantidad varía conforme a las necesidades.

2º paso *Abra la masa.*

- a Enharine la mesa y la masa.
- b Estire la masa con el rodillo para darle el espesor deseado (fig.6).
- c Modele la masa.
- d Corte la masa.

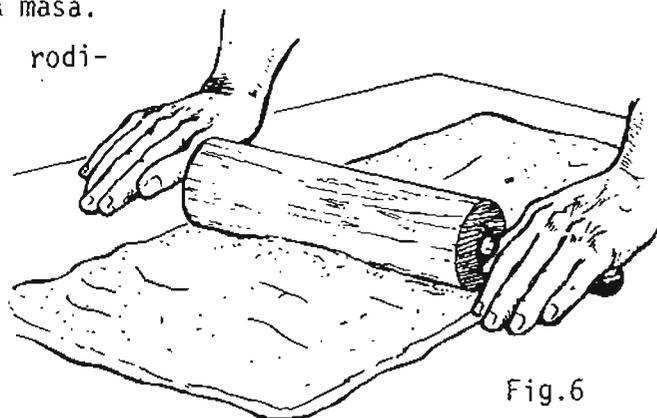


Fig.6

OBSERVACION

En caso de que las masas se rellenen, cortarlas después de haber hecho ese paso (figs. 7 y 8).

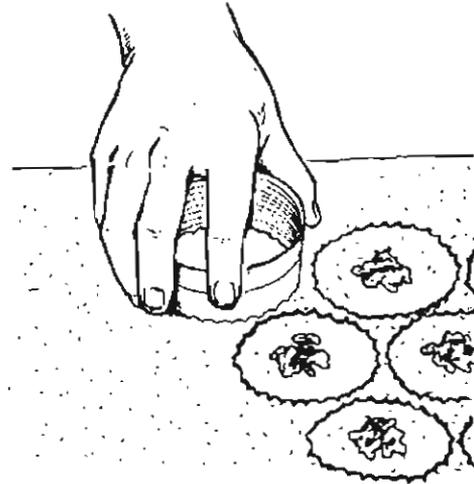


Fig. 7

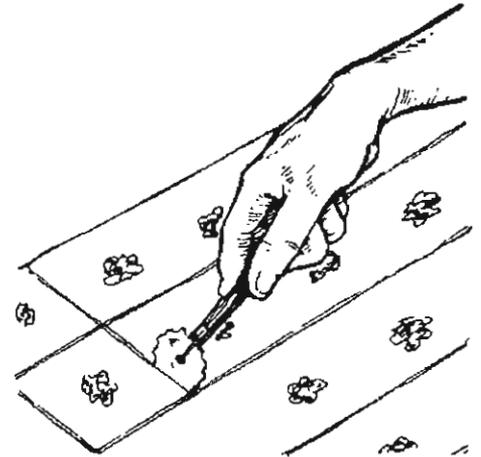


Fig. 8

CASO III - CON MAQUINA DE CILINDRO

- 1º paso *Coloque el pedazo de masa entre los cilindros.*
- 2º paso *Repita la operación hasta que la masa quede bien elástica.*
- 3º paso *Gradúe los cilindros hasta obtener el espesor deseado.*

OBSERVACION

La masa debe ser enharinada antes de pasarla por los cilindros.

CASO IV - CON LA MANGA DE PASTELERO

- 1º paso *Coloque la boquilla apropiada en la manga.*

OBSERVACIONES

- 1) El modelo de boquilla será elegido de acuerdo con las necesidades decorativas.
- 2) La manga de pastelero puede ser de lona, plástico o papel. Generalmente en las de papel no se usa la boquilla.

2º paso *Llene la manga con la masa.*

OBSERVACION

No llene más de 2/3 de la manga con masa (fig. 9).

3º paso *Cierre la manga por la parte superior, dando una vuelta en la parte vacía de la misma (fig.10).*

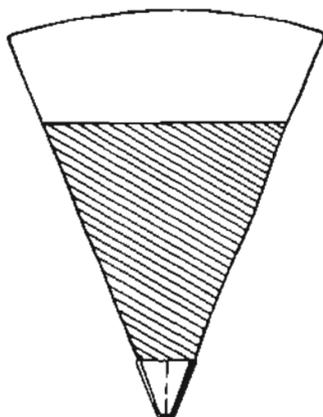


Fig.9

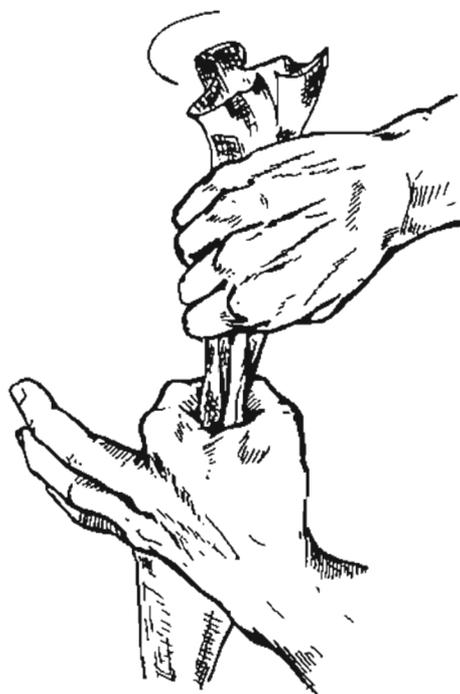


Fig.10

4º paso *Modele la masa (fig.11) conforme la tarea lo exija.*

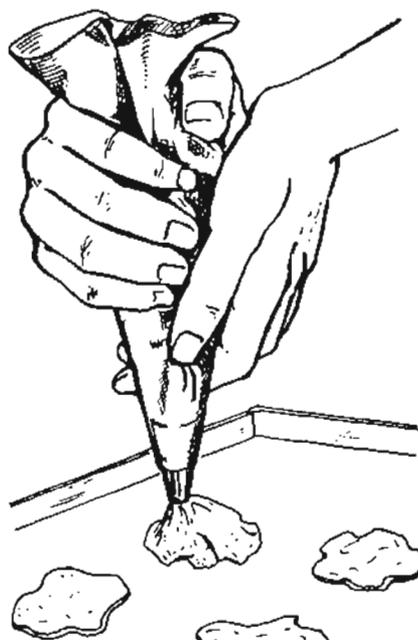


Fig.11



COCINERO  
CIUO: 5-31.30

Operación manual que consiste en combinar diferentes comestibles para con seguir un nuevo sabor.

Se combinan alimentos crudos o cocidos, tales como frutas, lácteos y otros. Por este proceso se llega a las salsas, ensaladas, purés, masas para rellenos, pastas y similares para ser utilizados en platos fríos y calientes.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - POR MEZCLA*

1º paso *Prepare los alimentos, y use un recipiente adecuado.*

OBSERVACION

Los alimentos podrán ser cocidos o crudos.

2º paso *Mezcle los alimentos básicos con los de sazonar.*

- a Use cuchara grande.
- b Mezcle cuidadosamente para no machacar los alimentos.

OBSERVACION

Los complementos de sazonar son las salsas, la mantequilla y aromáticos.

*CASO II - POR COMPOSICION HOMOGENEA*

1º paso *Deshaga el alimento por medio de tamiz o licuadora.*

2º paso *Coloque el alimento principal en recipiente adecuado.*

OBSERVACION

No llene más de 2/3 del recipiente.

3º paso *Prepare los ingredientes complementarios, por medio de un bati-  
dor de alambre (fig.1) o amase con las manos conforme señala la  
tarea.*

OBSERVACION

En ciertos casos, el alimento com-  
plementario al ser batido debe  
quedar espumoso.

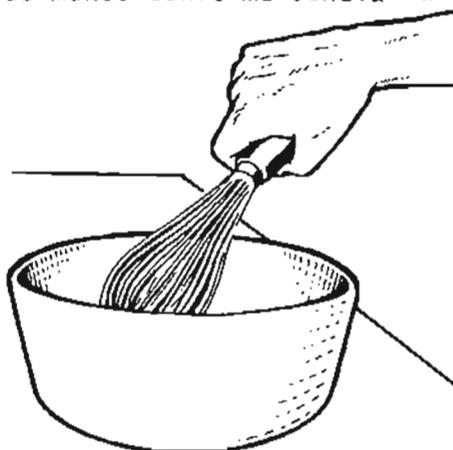


Fig.1

4º paso *Junte los ingredientes complementarios al ingrediente principal.*

a Use cuchara de madera.

(fig. 2).

b Mezcle levemente.

OBSERVACIONES

1) En caso de purés calientes  
o "pâtés" bata o amase enér-  
gicamente.

2) En las masas de carne cru-  
da, los líquidos se juntan de  
a poco.



Fig.2

5º paso *Coloque en el molde, si es necesario.*

OBSERVACION

Conforme la receta la forma es untada o forrada.

6º paso *Lleve al horno o heladera.*

7º paso *Retire el alimento de la forma.*

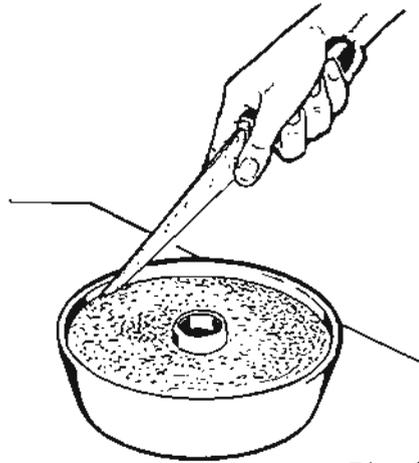


Fig. 3

a Pase la punta del cuchillo entre el alimento y la forma (fig. 3).

b Coloque un recipiente plano sobre el molde (figs. 4 y 5).

c Vuélquelos juntos (figs. 6 y 7).

d Retire la forma (fig. 8).

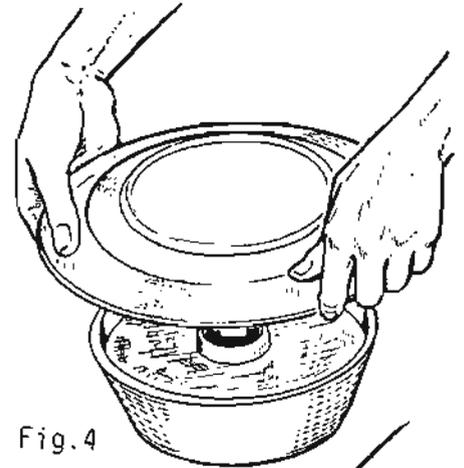


Fig. 4

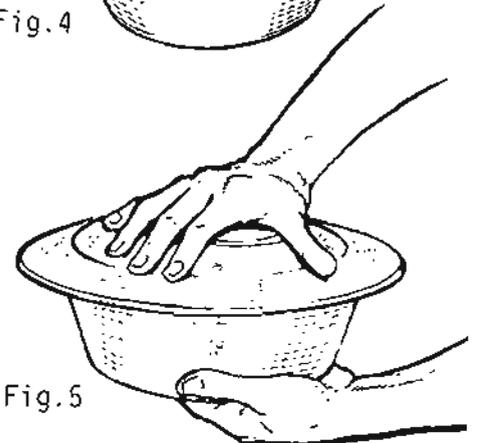


Fig. 5

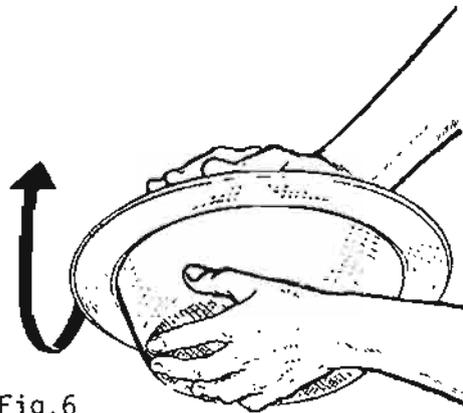


Fig. 6

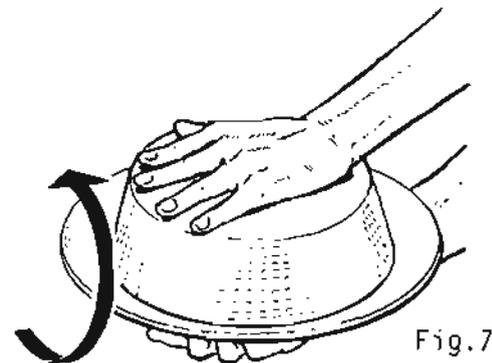


Fig. 7

#### OBSERVACIONES

1) No todos los alimentos se sacan de la forma.

2) En los alimentos que van a la heladera, antes de sacarlos de la forma, se debe sumergir el molde durante un instante en agua caliente.

3) En caso que el alimento no salga con facilidad, golpee suavemente, la base de la forma.

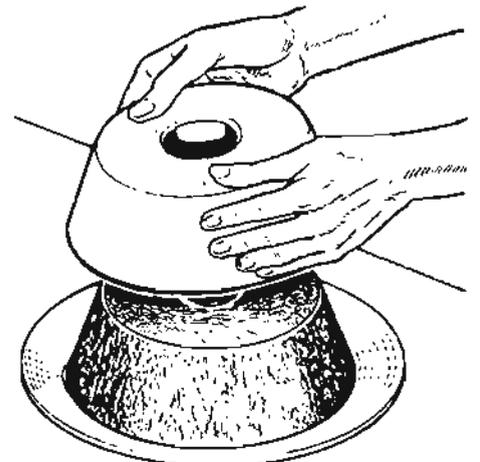


Fig. 8

Es una operación que se hace con hachuela o sierra de carnicero para reducir el tamaño de los huesos. Una vez picados, los huesos son más manejables y su cocción es más rápida.

Los huesos de ganado, aves, caza e inclusive las espinas de pescados grandes se pican y forman, junto con restos de carne, verduras, especias y agua, la base de fondos y caldos.

### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Pique los huesos.*

#### *I - CON HACHUELA*

- a Coloque los huesos sobre un tajo; sujete los huesos grandes con una mano.
- b Pique con la punta de la hachuela (fig.1).

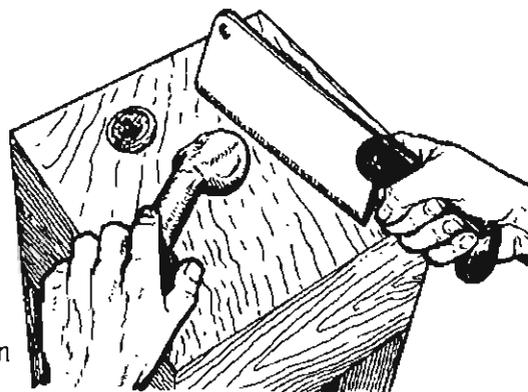


Fig. 1

#### *II - CON SIERRA*

- a Gradúe la guía de alimentación de la sierra.
- b Corte los huesos en piezas.

#### PRECAUCIONES:

- 1) PELIGRO DE CORTARSE. SUJETE FIRMEMENTE LAS HERRAMIENTAS DE TRABAJO.
- 2) CUIDADO CON LAS ASTILLAS DE LOS HUESOS. PROTEJA LOS OJOS Y LAS MANOS.

2º paso *Separe la médula de los huesos.*

- a Rompa los huesos con el lomo de la hachuela.
- b Saque la médula sin desmenuzarla.

3º paso *Lave los huesos picados con agua fría y deje escurrir el agua.*

Operación que consiste en reducir el tamaño del comestible y darle formas diversas, de acuerdo a las necesidades de su utilización. El corte favorece el cocimiento y la presentación del alimento, que se destina para acompañamiento, ingrediente, base y hasta mismo, condimento de platos fríos y calientes.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - CORTE EN REBANADAS CON CUCHILLO*

1º paso *Coloque el alimento para el corte, utilizando tabla de cocina.*

2º paso *Corrija la forma recortando las partes irregulares (fig.1).*

3º paso *Corte en rebanadas (fig.2).*

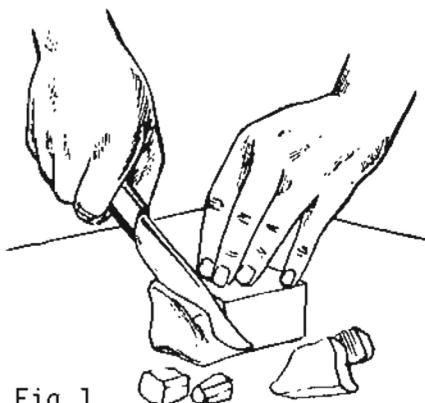


Fig.1

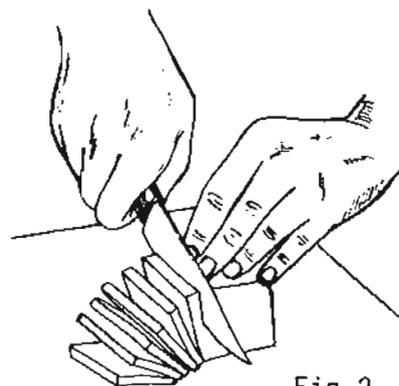


Fig.2

OBSERVACIONES

1) La corrección del alimento para forma rectangular o cuadrada, se hace sólo cuando se quieren otros cortes.

2) El ancho de la rebanada también varía de acuerdo con las necesidades de los demás cortes.

3) Efectos especiales para adornos se obtienen cortando en rebanadas con un cuchillo de filo estriado (fig. 3).

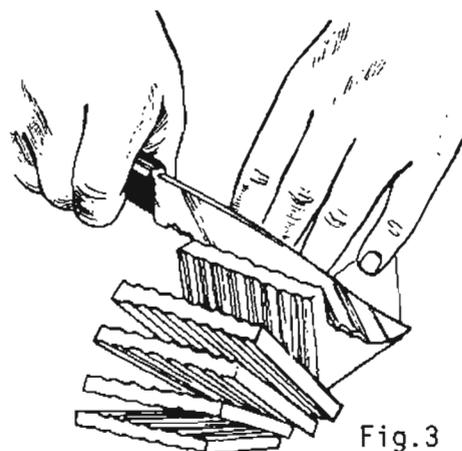


Fig.3



49 paso *Corte las rebanadas en tiras.*

OBSERVACIONES

- 1) El corte en tiras bien finas se llama "a la juliana" (fig. 4).
- 2) El corte en tiras gruesas va del tipo palito al "Pont-Neuf", (fig. 5).

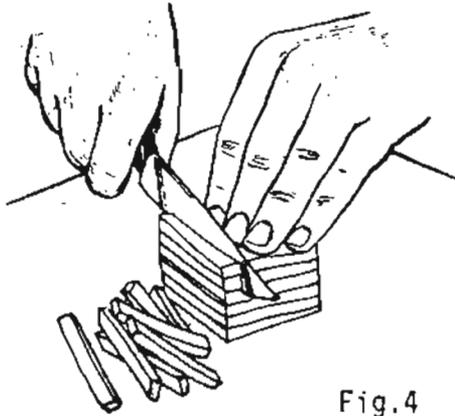


Fig.4

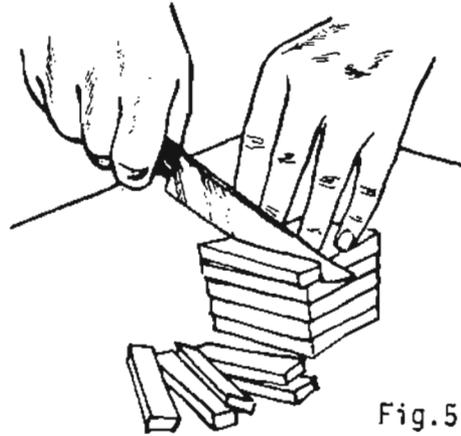


Fig.5

59 paso *Corte las tiras transversalmente en dados.*

OBSERVACIONES

- 1) El corte "a la juliana" da la "Brunoise" (fig. 6).
- 2) El corte de palito da la "Printa nière" (fig.7).
- 3) Los cortes intermedarios dan el palito o "Pont-Neuf" de la "Macedonia" (fig.8).
- 4) El corte del palito en pedazos finos se denomina "à la paysanne".



Fig.6

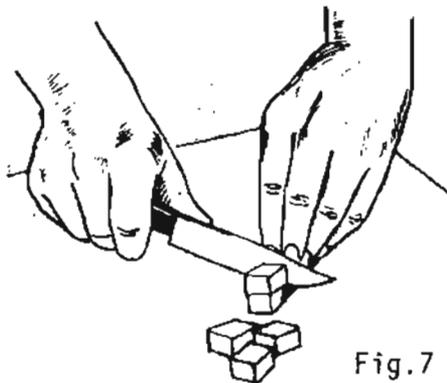


Fig.7

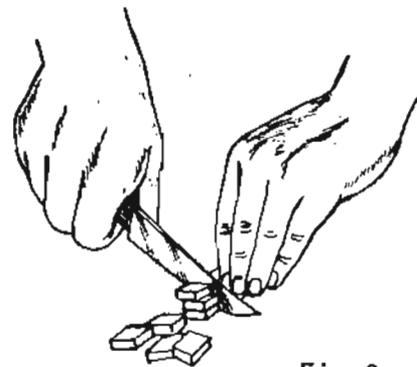


Fig.8

6º paso *Pique menudo, utilizando cuchillo grande de cocina o medialuna.*

*CASO II - CORTE EN GAJOS CON CUCHILLO.*

1º paso *Coloque el comestible sobre la tabla.*

2º paso *Corte el comestible por la mitad (fig. 9).*

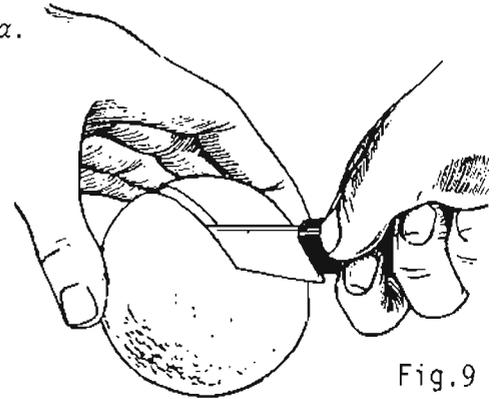


Fig.9

**OBSERVACION**

En caso de alimentos alargados, se cortan en tacos antes de partirlos por el medio (fig.10).

3º paso *Divida cada mitad en cuartos o sextos, siempre en sentido longitudinal (fig.11).*

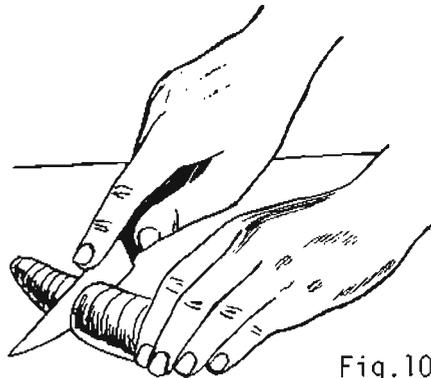


Fig.10

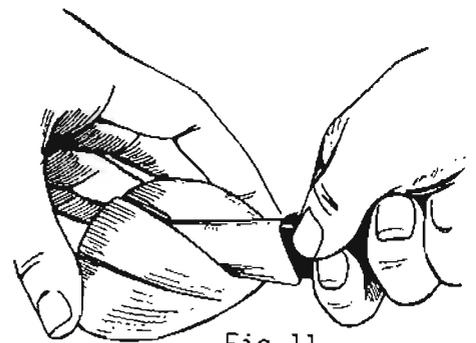


Fig.11

**OBSERVACION**

El corte en gajos puede ser aprovechado para el corte en triángulos o pedazos irregulares.

*CASO III - CORTE CON MANDOLIN.*

1º paso *Regule el aparato según el corte deseado.*

2º paso *Sujete el mandolín, apoyándolo en la mesa en posición inclinada.*

3º paso *Pase la legumbre por la cuchilla de la tabla de cortar (fig.12).*

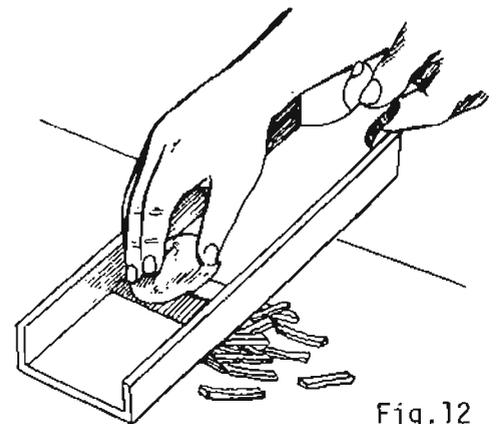


Fig.12

**PRECAUCION**

*MANIPULE CON CUIDADO PARA NO CORTARSE LOS DEDOS.*

Operación que consiste en reducir el tamaño de los comestibles y darles formas diversas conforme a las necesidades de su utilización. Favorece el cocimiento y la presentación del alimento que se destina como acompañamiento, ingrediente, base o condimento de platos fríos o calientes.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Prepare la máquina o aparato.*

- a Armela correctamente.
- b Gradúe el espesor del corte.

PRECAUCION

*OBSERVE TODAS LAS MEDIDAS DE SEGURIDAD PARA EL FUNCIONAMIENTO Y MONTAJE ESPECIFICO DE CADA MAQUINA.*

2º paso *Prepare el alimento.*

OBSERVACION

Para moler, licuar y rallar, corte el alimento en pedazos, con el fin de que pueda ser introducido en la garganta de alimentación de la máquina.

3º paso *Coloque el alimento en la máquina.*

4º paso *Ponga la máquina a funcionar.*

5º paso *Corte el alimento.*

*CASO I - MAQUINA DE CORTAR*

- a Conecte la máquina.
- b Gradúe la guía de alimentación según espesor del corte.
- c Pase al alimento por la cuchilla de la cortadora (fig.1).

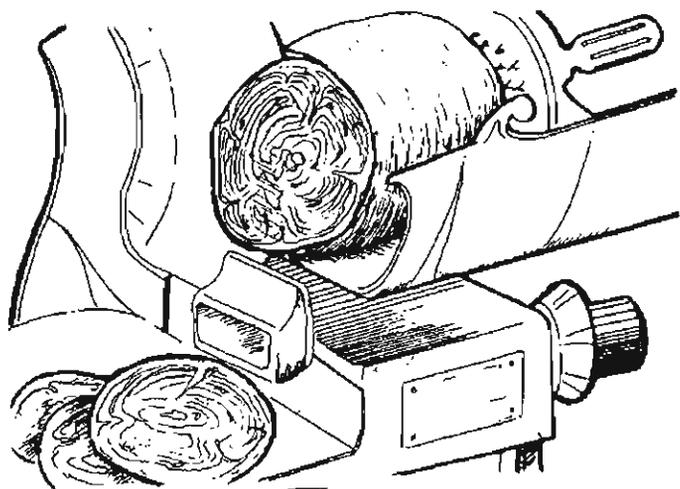


Fig. 1

*CASO II - MAQUINA DE MOLER Y RALLAR*

- a Introduzca el alimento, haciendo ligera presión.
- b Alimente la máquina continuamente (fig.2).

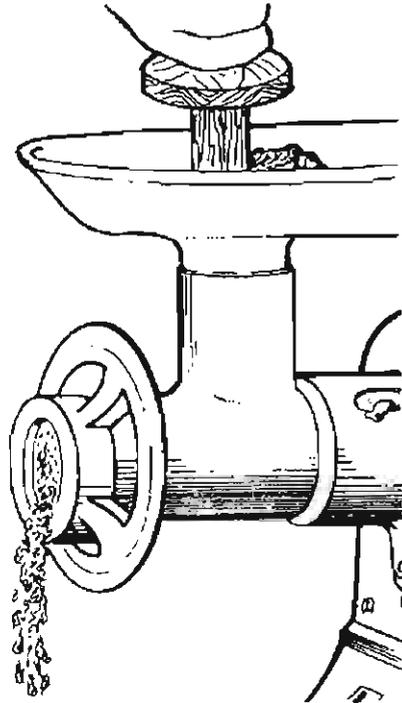


Fig.2

*CASO III - LICUADORA*

- a Conecte la máquina.
- b Agregue suficiente líquido para que el alimento pueda circular por sí solo entre las cuchillas (fig. 3).

**PRECAUCION**

*CUIDADO DE NO INTRODUCIR LOS DEDOS  
U OBJETOS DUROS EN EL MECANISMO DE  
CORTE.*



Fig.3

Es una operación manual que consiste en dar a estos alimentos una forma determinada, para lograr una mejor presentación individual y en las garniciones.

El torneado se practica por lo general con alimentos crudos, con fines principalmente estéticos como por ejemplo con las papas. Con el torneado se logra además una cocción más uniforme.

Existen muchas formas de tornear legumbres y frutas. Entre las de más uso se cuentan el corte en flor, estriado de hongos, formación de cestas y aparejo de papas y similares.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - CORTE EN FLORES*

OBSERVACION

El corte en flores se practica principalmente con rabanitos y a veces con cebollas, zanahorias, nabos y otros.

1º paso *Limpie el alimento*

- a Lave con agua fría .
- b Recorte el rabo y las raíces .
- c Pele la legumbre .

OBSERVACION

Los rabanitos no se pelan.

2º paso *Corte "pétalos" de flores.*

*A - CEBOLLA Y SIMILARES*

- a Haga incisiones en la carne con la punta del cuchillo de oficio desde el rabo hacia la raíz (fig.1).
- b Corte en todo el contorno de la cebolla.

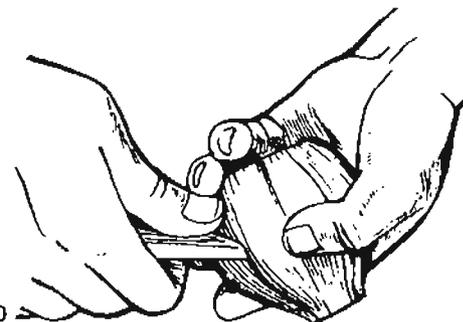


Fig.1

*B - RABANITOS, NABOS Y OTRAS LEGUMBRES DE RAIZ O TUBERCULOS*

Separe las esquinas del corazón de la legumbre sin desprenderlas totalmente.

OBSERVACIONES

1) Según el tamaño del alimento separe de 3 a 5 "pétalos"(fig.2).

2) Corte con el filo de la punta del cuchillo desde la parte del rabo hacia la raíz (fig.3).

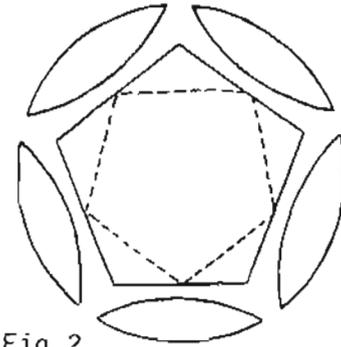


Fig.2



Fig.3

3º paso *Corte los "pétalos interiores" de la flor.*

OBSERVACIONES

1) Separe las esquinas del corazón de la legumbre producidas por el corte anterior.

2) Este paso no es necesario hacerlo con las cebollas.

4º paso *Coloque las legumbres en agua helada.*

OBSERVACION

Para que los pétalos se abran es necesario mantener la legumbre en remojo durante varias horas.

*CASO II - ESTRIAR LEGUMBRES Y FRUTAS*

OBSERVACION

Este caso se practica principalmente con champiñones y eventualmente con frutas cítricas.

1º paso *Remueva toda la suciedad adherida.*

2º paso *Tornee el alimento.*

A - Con cuchillo de oficio (hongos so-  
lamente).

a Hínque el filo de la punta del  
cuchillo unos 2 mm en la cabeza de  
la legumbre.

b Estrié el hongo haciendo un movi-  
miento curvo de arriba-abajo, con el  
cuchillo (fig.4).

c Estrié en todo el contorno del  
hongo.

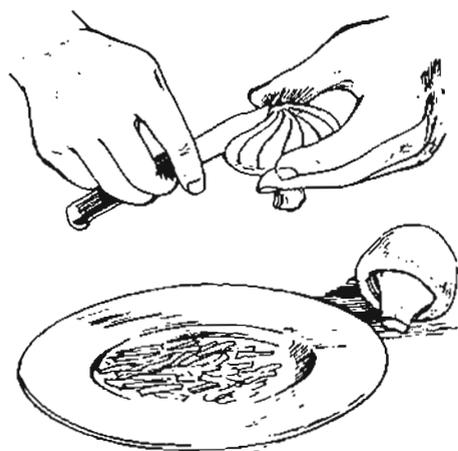


Fig.4

B - Con cuchillo de estriar (hongos y  
frutas cítricas).

a Hínque la punta cortante en la  
cabeza o corteza del alimento.

b Desprenda tiras del comestible.

3º paso *Lave el alimento.*

#### OBSERVACION

Las frutas cítricas sólo se lavan en caso de extrema necesidad.

#### CASO III - FORMAR CESTAS DE FRUTAS, HUEVOS DUROS O TOMATES

#### OBSERVACION

Este caso se practica con frutas cítricas, con melones, patillas, lechosas y similares; huevos duros, tomates.

1º paso *Prepare la base.*

a Recorte una pequeña porción de piel con carne.

b Guíe el cuchillo perpendicular o paralelamente al eje del ali-  
mento.

OBSERVACIONES

1) En caso de querer la cesta más alta que ancha, recorte en el extremo opuesto al del tallo.

2) Si la cesta se desea más ancha que alta corte por el lado menos estético del contorno.

2º paso *Señale la forma de la cesta, dibujando con la punta del cuchillo.*

OBSERVACION

Considere el asa y la altura con suficiente anchura.

3º paso *Prepare la cesta.*

a Recorte con el cuchillo de oficio las partes señaladas anteriormente.

b Desprenda las piezas.

4º paso *Vacíe el interior de la cesta.*

5º paso *Decore la cesta.*

a Talle estrías en la piel.

b Recorte los bordes de la cesta (fig.5).

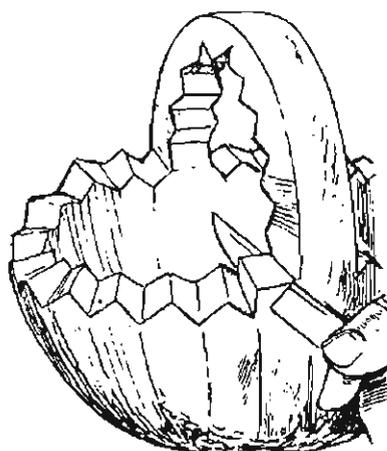


Fig.5

CASO IV - TORNEAR TUBERCULOS Y RAICES

1º paso *Pelee la legumbre.*

2º paso *Corte el alimento.*

OBSERVACIONES

1) Las legumbres alargadas se cortan en tacos.

2) Los tubérculos muy grandes se pueden cortar en mitades, según las necesidades.

3º paso *Tornee el alimento.*

a Sujete el comestible entre pulgar e índice, en sentido longitudinal.

b Recorte las esquinas en todo el contorno, de punta a punta (fig.6).

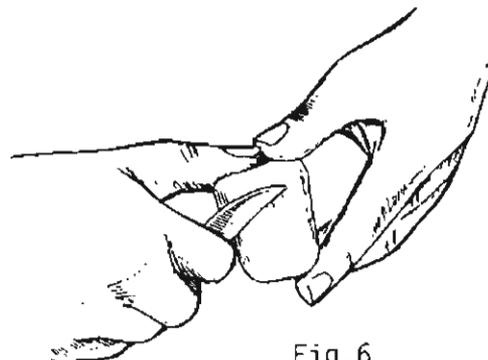


Fig.6

OBSERVACION

De acuerdo con la tarea estos alimentos se tornean en forma de barriles, ajos o aceitunas.

CASO V - TORNEAR BOLITAS Y OVOIDES

1º paso *Acondicione el alimento para tornear.*

A - Melones y similares

a Limpie la superficie.

b Parta el comestible en mitades.

c Separe las semillas.

B - Legumbres y otras frutas.

a Pelee el alimento.

29 paso *Moldee con la cucharilla de la legumbre.*



Fig.7

- a Introduzca la cucharilla en la carne del alimento haciendo presión con el dedo pulgar (fig.7).
- b Remueva la cucharilla dentro del alimento con movimientos hacia la izquierda y derecha.
- c Retire la porción torneada.

**OBSERVACION**

En caso de tornear bolitas la cucharilla se introduce con movimiento hacia adelante y arriba; cuando se moldean ovoides el movimiento es de izquierda hacia el centro y de allí a la derecha.

**PRECAUCION**

*PELIGRO DE LASTIMARSE. COMO EN TODOS LOS CASOS SE CORTA "EN LA MANO", DEBE TENERSE ESPECIAL CUIDADO DE NO HACER MOVIMIENTOS DE SIERRA CON LOS CUCHILLOS NI DEJARLOS ESCAPAR.*

Es una operación manual que consiste en agregar tocino y otros alimentos cortados, en piezas de carne de ganado, venado, aves, pescados y otros. Con el mechado se pretende mejorar el sabor y la apariencia de las carnes mediante la adición de grasa, elementos de sabor y color, tales como zana horias, pepinillos en vinagre, trufas, chacinas, etc. Generalmente se mechan carnes "magras" que se asan en piezas grandes.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Corte el alimento para mechar, en láminas.*

2º paso *Corte las láminas en tiras o palitos.*

OBSERVACIONES

1) La longitud del alimento debe ajustarse al tamaño de la pieza que se quiera mechar.

2) El espesor será de unos 4mm para mechar con aguja y de 6 a 12mm para mechar con cuchillo.

3º paso *Coloque la pieza a ser mechada sobre la mesa.*

OBSERVACIONES

1) La carne debe estar limpia.

2) El lado "bonito" de la carne debe quedar hacia arriba.

4º paso *Meche la carne.*

CASO I - MECHAR CON AGUJA

a Perfore la carne con la aguja, en la misma dirección de la ve ta (figs.1, A y B).

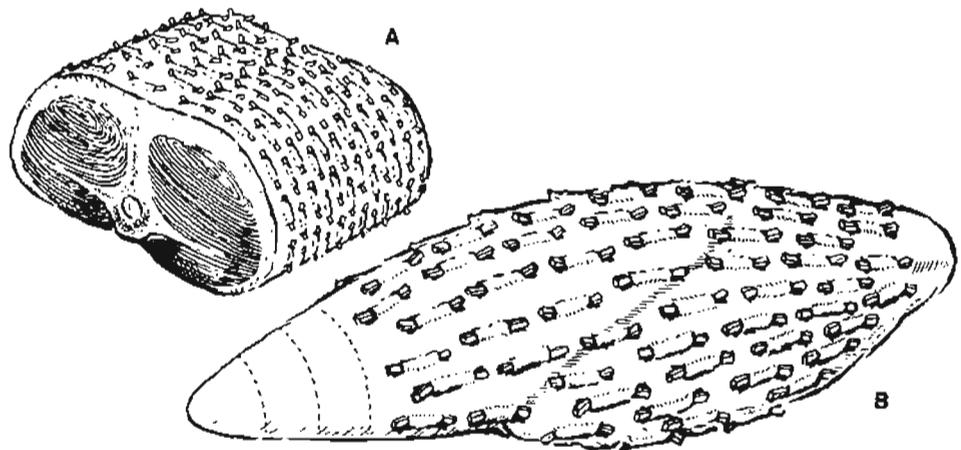


Fig. 1

b Introduzca la mecha con la aguja en la carne (fig.2).

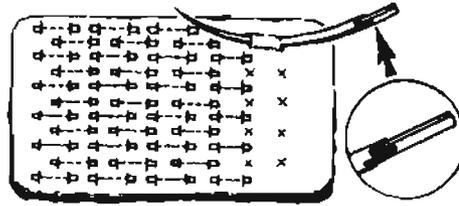


Fig. 2

*CASO II - MECHAR CON CUCHILLO DE DESHUESAR*

a Hunda el cuchillo en la carne, en la misma dirección de la ve  
ta (fig.3).



Fig. 3

b Introduzca el palito en el hueco dejado por el cuchillo.

OBSERVACION

Las mechas se introducen en la carne en forma entretrejida.

Es una operación manual que consiste en introducir farsas en cavidades naturales o hechas a propósito en otros alimentos. Los alimentos se rellenan para cambiar, diversificar y/o complementar su sabor y apariencia.

Como rellenos o farsas se utilizan por lo general ensaladas compuestas y pastas preparadas en platos fríos y masas de carne molida, ragús y purés para platos que se preparan calientes.

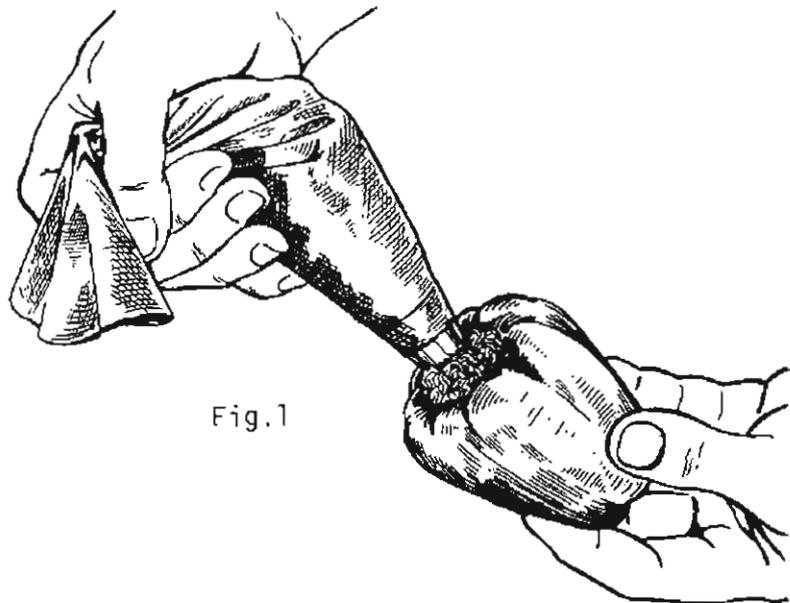
PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - RELLENAR PIEZAS DE CARNE, AVES, O PESCADOS QUE SE CUECEN CON EL RELLENO*

1º paso *Introduzca el relleno en la cavidad del alimento que va a rellenar.*

OBSERVACIONES

- 1) Cuide de no dejar bolsas de aire en la cavidad.
- 2) Utilice una cuchara para rellenos semi-sólidos.
- 3) Rellene con manga las cavidades blandas y finas (fig.1).



2º paso *Limpie la boca de la cavidad de todo resto del alimento de relleno.*

3º paso *Cierre la envoltura.*

OBSERVACIONES

- 1) Utilice aguja e hilo para cerrar carnes y aves.
- 2) Ate con hilos los pescados enteros.

4º paso *Distribuya el relleno haciendo una presión suave sobre el alimento.*

CASO II - RELLENAR FILETES

1º paso *Aplane bien el filete.*

2º paso *Coloque el relleno sobre el filete.*

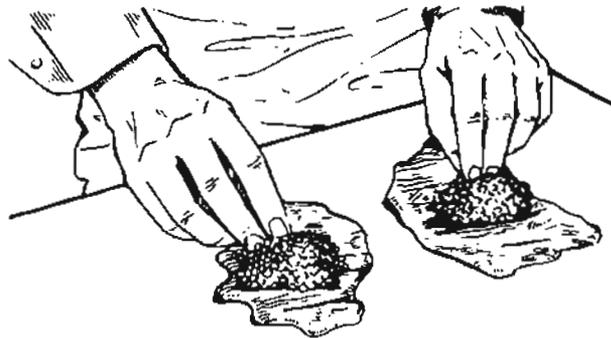


Fig. 2

OBSERVACIONES

- 1) Los rellenos blandos deben esparcirse.
- 2) Los rellenos sólidos se colocan en el centro del filete (fig.2).

3º paso *Enrolle el filete firmemente.*

4º paso *Cierre el rollo.*

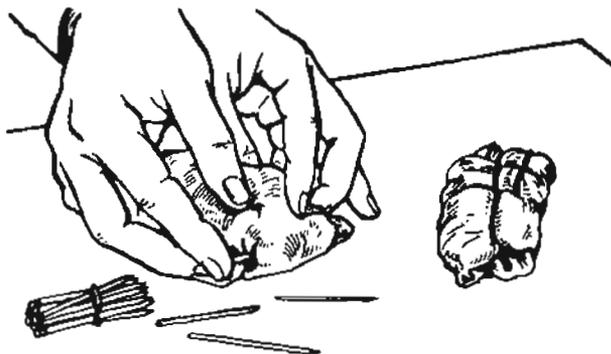


Fig. 3

OBSERVACIONES

- 1) Utilice palillos o pinzas para los filetes pequeños (fig.3).
- 2) Ate con hilo los rollos grandes.

CASO III - RELLENAR ALIMENTOS QUE NO SE CIERRAN DESPUES.

1º paso *Coloque el relleno.*

- a Rellene la cavidad sin dejar bolsas de aire.
- b Cubra la cavidad haciendo salir algo del relleno.

OBSERVACIONES

- 1) Utilice una cuchara o paleta para rellenos semi-sólidos.
- 2) Rellene con manga cavidades blandas y finas.

2º paso *Alise el relleno, con una paleta (fig.4).*



Fig. 4

OBSERVACION

Por lo general, los rellenos colocados con la manga no necesitan ser alisados.

3º paso *Guarnezca el alimento relleno según especificaciones de la receta.*



## CASO IV - RELLENAR PASTAS ALIMENTICIAS

1º paso *Lamine la pasta.*

\_\_\_a Estire en el espesor exigido por la receta.

\_\_\_b Cuadre la pasta recortando irregularidades en su forma.

2º paso *Marque la pasta.*

\_\_\_a Determine los cortes y lugares en que colocará el relleno.

\_\_\_b Señale con regla o corta-pastas las divisiones.

3º paso *Coloque el relleno deseado, dejando suficiente espacio para cubrirlo luego.*

4º paso *Pinte la pasta alrededor del relleno, utilizando huevo batido y brocha.*

5º paso *Cubra el relleno.*

\_\_\_a Voltee una parte de la pasta sobre el relleno.

\_\_\_b Afiance la tapa sobre la base.

6º paso *Corte la pasta.*

\_\_\_a Utilice el canto de un plato u otro instrumento de corte.

\_\_\_b Corte entre relleno y relleno.

Es una operación que consiste en fraccionar con cuchillos o sierra mecánica de carnicero cortes de carnes en porciones individuales.

Con las porciones se pretende obtener el mayor aprovechamiento, facilidad de cocción y presentación que con los cortes mayores, en la cantidad y características que exigen las recetas. Las carnes se fraccionan crudas, con o sin hueso y se preparan por lo general por un método de cocción rápida para servir las principalmente como base de platos fuertes calientes.

### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Coloque el corte sobre una mesa, con el lado exterior hacia arriba.*

#### OBSERVACION

El tope de la mesa debe ser de madera.

2º paso *Prepare una "cara de corte".*

- a Recorte carnes y tendones desprendidos.
- b Haga un corte recto y vertical, contrario a las vetas de la carne, en uno de los extremos de la pieza.

#### OBSERVACION

La preparación de la "cara de corte", por lo general, se omite cuando la carne se fracciona en piezas muy menudas.

3º paso *Corte en rebanadas.*

*CASO I - CON SIERRA DE CARNICERO (fig.1)*

- a Gradúe la guía de alimentación.
- b Coloque la pieza sobre la mesa de la sierra, con la cara de corte presionando hacia la guía.
- c Fraccione el corte.

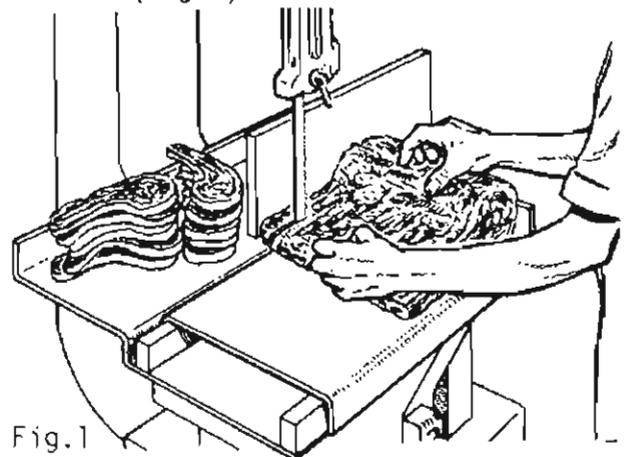
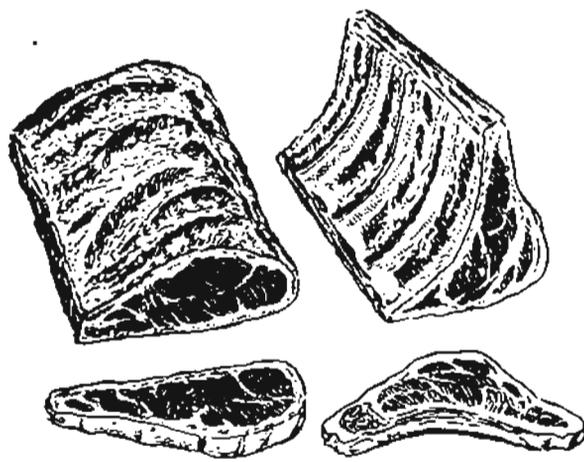


Fig.1

CASO II - CON CUCHILLO

- a Corte paralelamente a la cara de corte.
- b Fraccione rebanadas sencillas de chuletas y piezas grandes (fig. 2, A y B).
- c Fraccione rebanadas dobles (escalopes de carnes deshuesadas.) (fig.3).



A  
Fig. 2

B

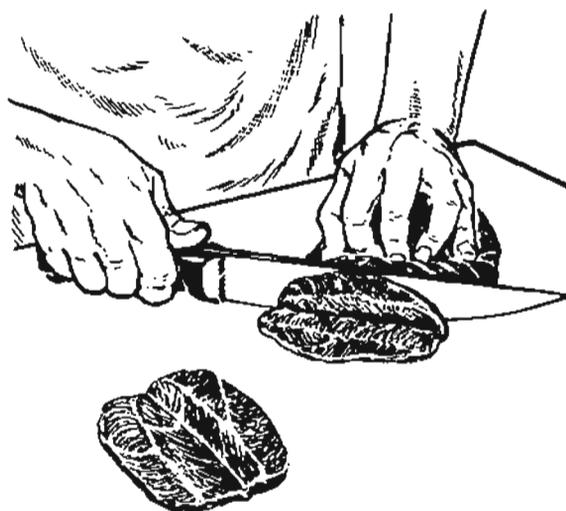


Fig. 3

OBSERVACIONES

- 1) En carnes con hueso, el corte se hace a través del hueso al trabajar con la sierra y alrededor de éste si se usa cuchillo.
- 2) En las porciones que quedan en rebanadas, las tajadas deben ser pesadas una por una, a medida que se van obteniendo.

4º paso *Corte dados y cuadritos.*

- a Divida las rebanadas.
- b Corte en el espesor y tamaño que pide la receta.



OBSERVACION

Este paso sólo se hace cuando la carne se necesita en piezas pequeñas (ragú, molida, brochetas...).

5º paso *Aplane la carne* con el mazo.

OBSERVACION

Deje un espesor uniforme.

6º paso *Cincele el borde de la carne*, picando todos los tendones.

OBSERVACIONES

- 1) Utilice sólo la punta del cuchillo.
- 2) Los pasos 5º y 6º no se hacen con carnes para ragú o para moler.

Es una operación manual que consiste en dividir en cortes primarios o al mayor los cuartos traseros de ganado vacuno (buey, vaca y ternera), porcino (cochino, váquira y jabalí), lanar (carnero, oveja y cordero) y caprino (chivo, cabra y cabrito), así como corzos y ciervos.

Estos cortes se preparan para procesarlos enteros, como asados, estofados, al espetón, a la parrilla, etc. o para fraccionarlos en porciones individuales.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Coloque la posta sobre la mesa, con el lado interior hacia arriba.*

OBSERVACION

El tope de la mesa debe ser de madera.

2º paso *Desprenda el riñón con cuchillo mediano (fig.1).*



a Fuerce con las manos.

b Separe el riñón de la grasa que lo envuelve.

3º paso *Separe el lomito.*

a Despegue la punta del lomito.

Fig.1

b Raspe sobre los huesos entre membranas, sin herir la carne.

c Desprenda desde la punta hacia la cabeza.

OBSERVACION

El lomito se desprende con toda la grasa que lo envuelve

PRECAUCION

PELIGRO DE CORTARSE. GUIE EL CUCHILLO CON FIRMEZA, SIN DEJARLO RESBALAR DEL CORTE; TRABAJE SOLO CON CUCHILLOS PERFECTAMENTE APILADOS.

49 paso *Recorte la falda, con cuchillo mediano (fig.2).*

OBSERVACION

Haga un corte curvo desde la mecha de carne sobre la chocozuela (A) hasta la 12a costilla (B), pasando por la punta de todas las costillas cortas.

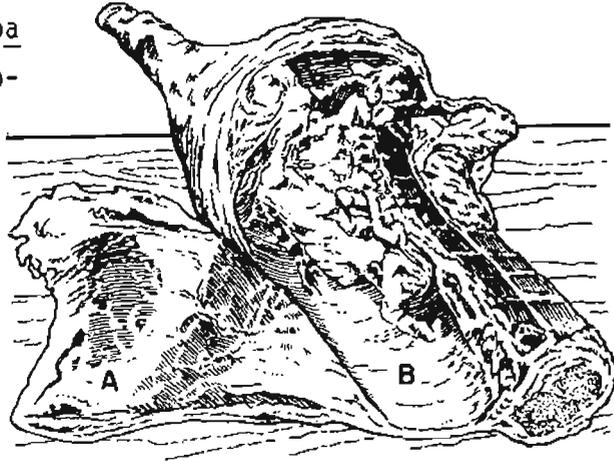


Fig. 2

59 paso *Señale la separación del solomo, marcando con la punta del cuchillo*

OBSERVACION

El corte debe partir entre la tercera y cuarta vértebras sacras (fig.3-A), contadas desde el arco (fig.3-B) que forma el espinazo, y pasar "delante" de la parte visible de la pelvis. (figura 3-C).

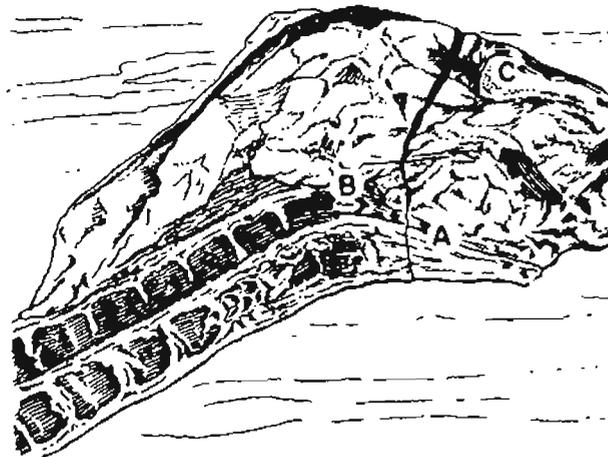


Fig. 3

69 paso *Separe el solomo siguiendo la línea de corte marcada.*

a Pique con hachuela a través de los huesos.

b Corte con el cuchillo en un corte recto y vertical.

Es una operación manual que consiste en acondicionar para el procesamiento este corte primario.

El chuletal, "steak-house", se puede procesar entero o dividido a lo largo en chuletas, deshuesado o con hueso, presentado en cortes individuales en bistécs. Cualquiera que sea la presentación o el método de cocción que se utiliza, se obtiene un plato de la mejor calidad con sólo poner es mero en su confección.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - CORTE CRIOLLO*

1º paso *Divida el chuletal en dos mitades iguales, longitudinalmente, con sierra.*

OBSERVACIONES

1) El chuletal no se divide si se procesa como silla.

2) Los chuletales de venado y ganado muy pequeño se trozan a ve ces en tacos y chuletas dobles, sin dividir el corte.

2º paso *Coloque la chuleta con el lado interior hacia arriba, sobre la mesa.*

3º paso *Desprenda el lomito.*

4º paso *Rebaje el peine.*

a Suelte el espinazo del solomo con cuchillo.

b Rebaje con hachuela (fig.1).

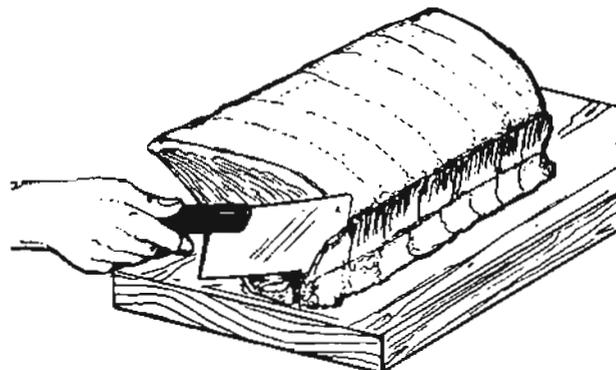


Fig. 1

5º paso *Rebaje las vértebras.*

- a Coloque la chuleta de canto.
- b Pique las vértebras con la punta de la hachuela.

**OBSERVACION**

En esta forma la chuleta está en condiciones de ser asada entera, o fraccionada en porciones de chuletas.

6º paso *Deshuese el solomo con cuchillo de deshuesar.*

- a Raspe la carne del espinazo.
- b Deshuese las vértebras.
- c Haga una incisión en la membrana de las costillas.
- d Retire el esqueleto de la carne con un empujón fuerte.

**OBSERVACIONES**

1) En piezas mayores o de animales viejos, no será posible separar las costillas a empujones; en este caso deshúeselas con el cuchillo (fig.2).

2) Las chuletas de res son las que más se deshuesan.

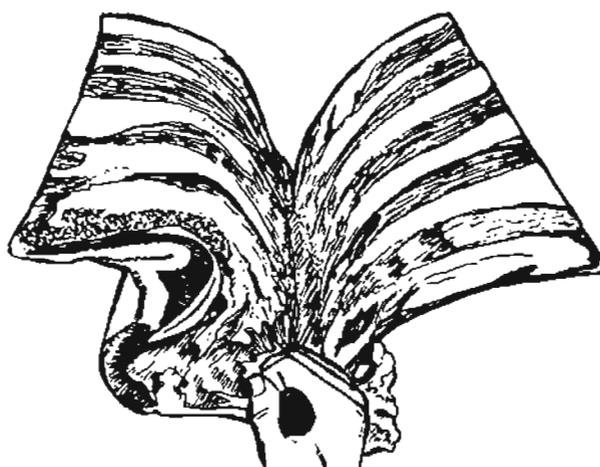


Fig. 2

**CASO II - CORTE AMERICANO**

1º paso *Divida el chuletal.*

2º paso *Corte la chuleta en "steaks" con sierra eléctrica.*

- a Rebane con el espesor adecuado.
- b Corte desde la costilla hacia la punta de trasero.

OBSERVACIONES

- 1) La posición de corte es siempre perpendicular a la vértebra.
- 2) Con el fraccionamiento indicado se obtienen sucesivamente los siguientes "steaks" (fig.3).

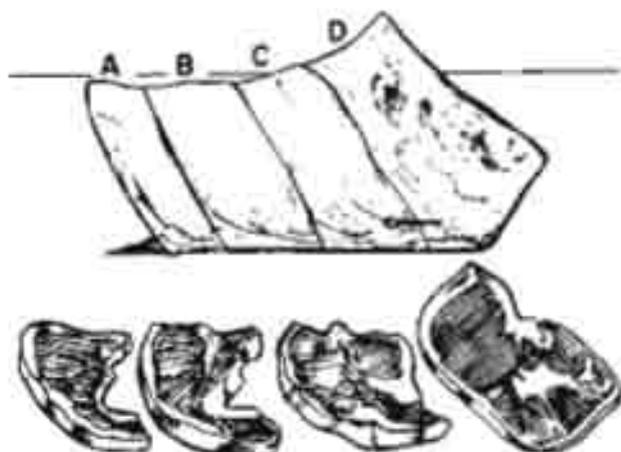


Fig. 3

A - "Club-steak": las primeras vértebras lumbares en la res o chuleta en las demás piezas que incluye la 13a. costilla.

B - "T-bone steak" en la res o chuleta redonda, que comprende el solomo con la punta del lomito, en los demás animales.

C - "Porter-house steak" en la res, que es mayor que el "T-bone" y se corta con el corazón del lomito.

D - "Sirloin" y "pin-bone sirloin steak" en la res, que se compone de lomito y punta de trasero. El hueso del corte es el ilíaco.

Es una operación manual que consiste en dividir en cortes individuales las piernas de ganado vacuno, porcino, lanar y caprino, así como corzos y ciervos. Estos cortes se hacen para separar diferentes tipos de carne y de esta forma lograr máxima calidad y economía en el procesamiento.

#### PROCESO DE EJECUCION

##### *CASO I - CORTE "CRIOLLO"*

1º paso *Coloque la pierna sobre una mesa con el lado interior hacia arriba.*

2º paso *Limpie el hueso de la cadera, desprendiendo la carne y grasa del interior de la pelvis.*

3º paso *Separe la pelvis con cuchillo de deshuesar (fig.1).*

a *Cave entre el hueso y la carne.*

b *Separe el hueso.*

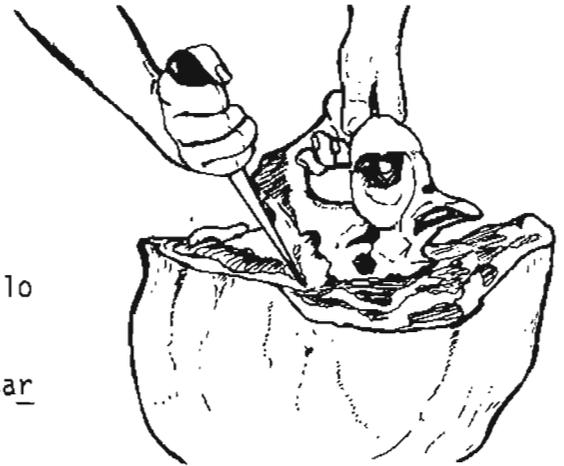


Fig. 1

4º paso *Desprenda el lagarto.*

a *Corte el tendón que une la base de la tibia con el lagarto la reina.*

b *Despegue el lagarto la reina por la membrana, hasta la coyuntura tibia-fémur.*

c *Retire el lagarto con un corte recto a través de la coyuntura.*

#### OBSERVACION

En algunos animales el lagarto se llama jarrete.

59 paso *Abra la pierna*(fig. 2).

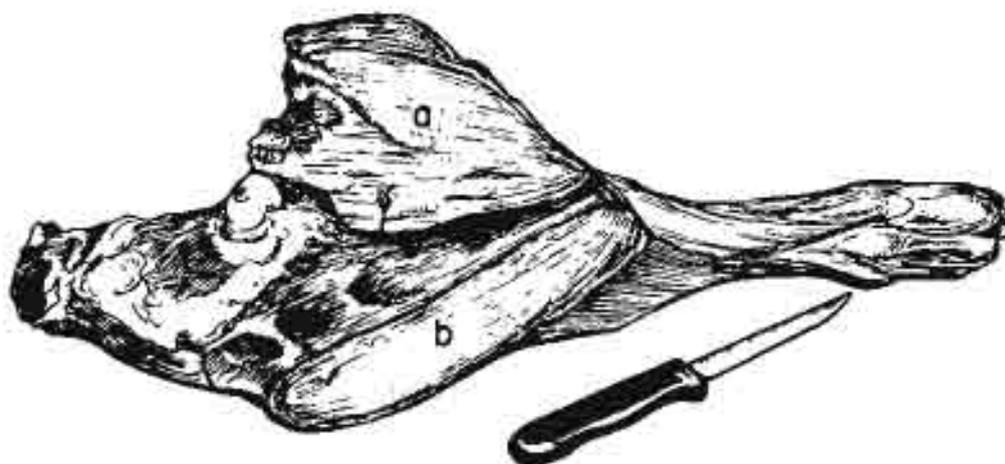


Fig. 2

- a Introduzca la punta del cuchillo por la membrana entre la pulpa y el muchacho redondo.
- b Corte por esta separación hasta que llegue al hueso de la pierna (fémur).
- c Despegue la pulpa (a) del ganzo (b).

69 paso *Separe la pulpa*, desprendiendo por la unión natural con la chocozuela.

79 paso *Desprenda el hueso de la pierna* y deshuese completamente.

89 paso *Separe la chocozuela*, cortando por la unión natural con el muchacho cuadrado.

**OBSERVACION**

La rótula (el hueso pegado a la chocozuela) ayuda a mantener la forma en la chocozuela; generalmente no se separa este hueso hasta que la carne quede fraccionada.

99 paso *Desprenda el lagarto la reina*, cortando por la unión natural con el muchacho.

10º paso *Corte la punta de trasero, con cuchillo grande.*

OBSERVACION

Haga un corte recto perpendicular al ganzo.

11º paso *Separe el ganzo del muchacho cuadrado.*

12º paso *Prepare el lagarto.*

OBSERVACIONES

1) Para deshuesar separe la tibia y el peroné.

2) Para preparar el "ossobuco" corte el lagarto con sierra eléctrica o segueta.

3) Según el tipo y tamaño del animal se pueden omitir pasos si conviene obtener cortes mayores.

4) A veces piernas pequeñas destinadas a ser procesadas enteras se deshuesan y bridan (lían) sin dividir los cortes al detalle.

CASO II - CORTE AMERICANO

1º paso *Separe la punta de trasero (fig. 3), con la sierra.*

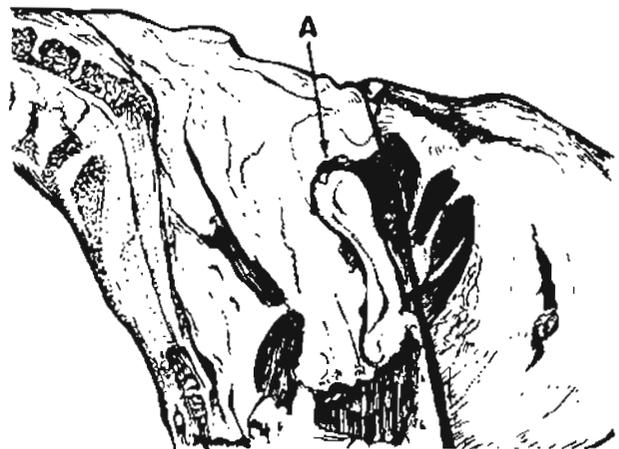


Fig. 3

OBSERVACION

Haga un corte vertical y perpendicular al fémur, 2cm detrás de la parte visible del hueso pélvico (A).

29 paso *Deshuese la punta de trasero.*

**OBSERVACIONES**

- 1) Binde el corte, con un bramante o pinchos de metal.
- 2) La punta del trasero que se obtiene en el corte americano comprende parte del ganzo y muchacho; esta pieza se conoce también como "rump".
- 3) El corte igualmente se fracciona, con o sin huesos, en "steaks" y se presta para preparaciones rápidas.

39 paso *Marque la chocozuela (fig. 4).*



Fig. 4

- a Haga un corte perpendicular a lo largo del fémur, entre la chocozuela y la pulpa.
- b Voltee la pieza.
- c Repita el corte entre chocozuela y ganzo.

49 paso *Pare la pierna sobre su cara de corte.*

59 paso *Desprenda la chocozuela.*

- a Suelte la rótula del hueso de la pierna.
- b Separe con un tirón fuerte la chocozuela del resto de la pierna (fig. 5).



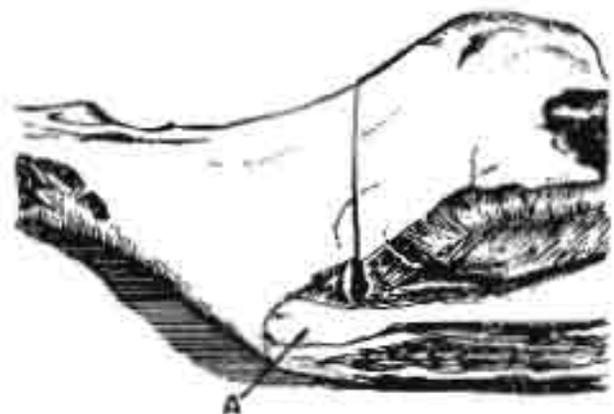
Fig. 5

OBSERVACION

Si se desea obtener bistécs redondos completos, este paso se omite (especialmente en piezas pequeñas).

69 paso *Separe la pulpa o "round" (fig.6).*

Fig.6



- a Haga un corte paralelo a la separación del "rump", 3 cm debajo de la rótula (A).
- b Corte el hueso con la sierra.

OBSERVACIONES

- 1) Esta pieza comprende la pulpa negra, el gancho y el muchacho del corte criollo.
- 2) Si se desea obtener bistécs redondos completos, los pasos 69 y 79 se omiten (especialmente con piezas pequeñas).

79 paso *Fraccione la pulpa en bistécs, con la sierra eléctrica.*

OBSERVACION

Corte tajadas paralelamente a las caras de corte.

89 paso *Divida los bistécs de pulpa, cortando a través del hueso, entre el muchacho y la pulpa negra.*

OBSERVACIONES

- 1) En los bistécs de pulpa divididos, también denominados "round steaks", se llama corte superior "top round" la pieza con el muchacho.
- 2) Los pasos 89 y 99 sólo se hacen si se requieren bistécs.

9º paso *Deshuese la pulpa.*

10º paso *Divida la pulpa, separando la pulpa negra del muchacho (fig.7).*



Fig. 7

#### OBSERVACION

Estos cortes se procesan enteros o se fraccionan en "steaks" que se prestan para cocciones lentas.

11º paso *Separe el lagarto la reina del jarrete (fig.8).*



Fig. 8

Es una operación manual que consiste en descuartizar estos animales en piezas de tamaño uniforme y clasificarlas según sus características.

Los roedores que así se despostan llegan a la cocina sacrificados, despellados y sin intestinos; los cortes que se obtienen se asan, brasean, fríen o se cuecen de otra manera para servirlos como base de platos generalmente típicos de cocinas regionales o de "especialidades".

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Separe las vísceras, desprendiendo con las manos (fig.1).*

2º paso *Lave el animal con agua fría.*

3º paso *Seque de inmediato con un paño.*

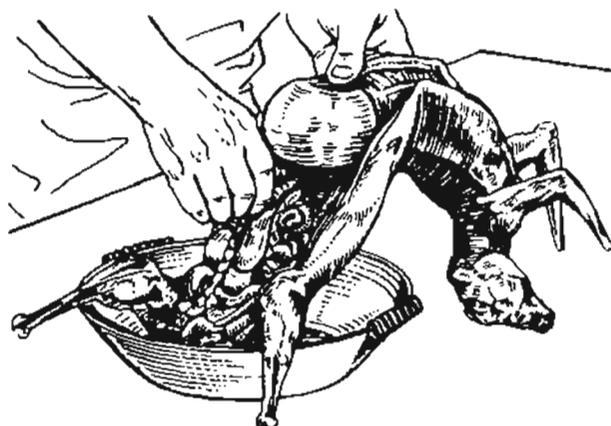


Fig. 1

4º paso *Separe la cabeza.*

OBSERVACIONES

- 1) Use un cuchillo grande.
- 2) Corte exactamente entre las vértebras cervical y dorsal.

5º paso *Desprenda los brazuelos.*

OBSERVACIONES

- 1) Utilice el cuchillo de deshuesar.
- 2) Corte por la unión natural con el cuerpo.

6º paso *Divida los brazuelos en 2 ó 4 piezas.*

7º paso *Desprenda los muslos del lomo.*

**OBSERVACIONES**

- 1) Use el cuchillo grande o la segueta.
- 2) Corte aproximadamente entre las vértebras dorsales y sacras (fig. 2).

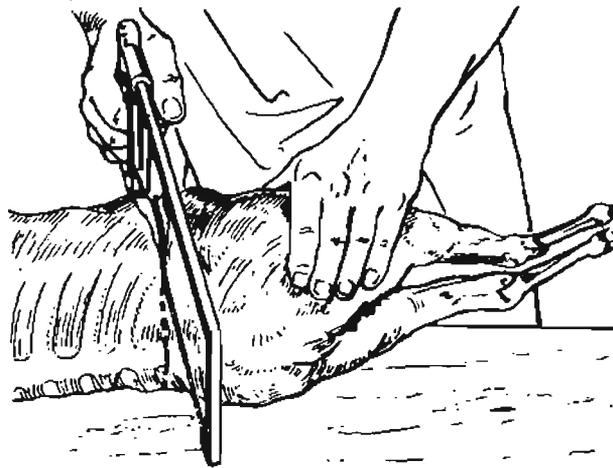


Fig. 2

8º paso *Divida los muslos, picando en todo el centro de la pelvis (fig. 3).*

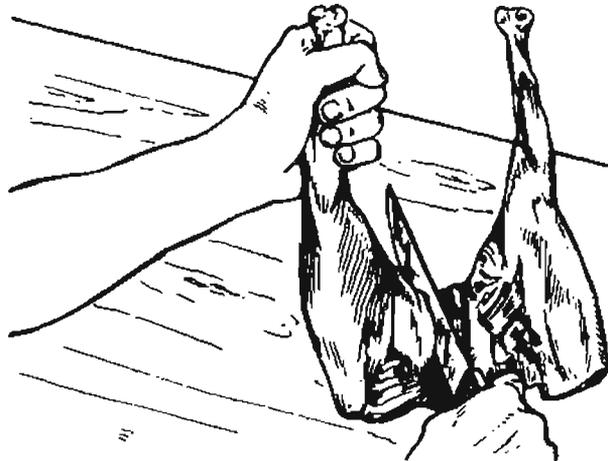


Fig. 3

9º paso *Fraccione los muslos en "steaks" o ragú.*

**OBSERVACION**

Los muslos de roedores grandes (por ejemplo el chigüiro) pueden deshuesarse o acondicionarse como las piernas de ganado.

10º paso *Separe el cofre.*

a Abra el esternón en todo el centro.

b Corte desde la falda hacia la raíz del cuello a través de todas las costillas (fig.4).

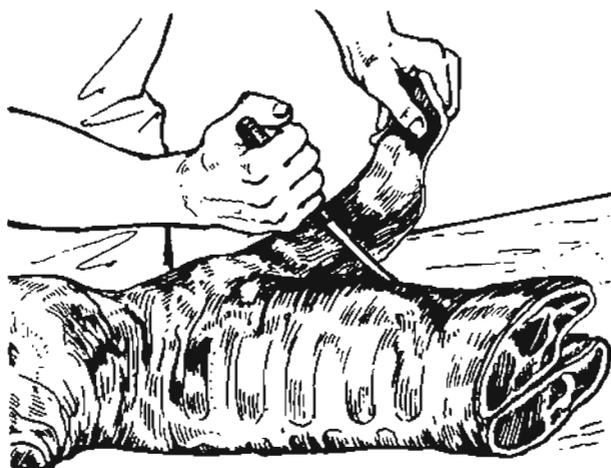


Fig. 4

11º paso *Pique el cofre para ragú.*

12º paso *Trocee el lomo entre costillas, en sentido perpendicular al eje de la espina.*

#### OBSERVACION

Use el cuchillo grande o la segueta.

Es una operación manual que consiste en fraccionar con cuchillos, pescados enteros o filetes, en porciones individuales. Los pescados se cortan en ruedas, filetes, dados o de otra forma con el fin de buscar el mayor rendimiento económico, facilidad de cocción y presentación de las partes comestibles, en el peso y características que exigen las recetas.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Coloque la pieza con el vientre para abajo sobre la mesa.*

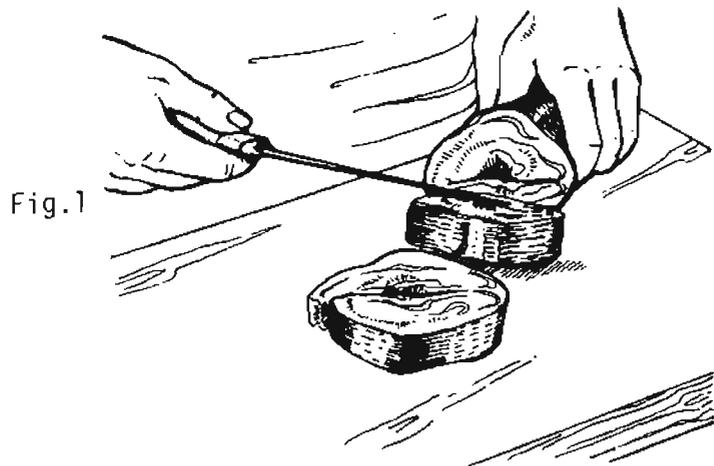
OBSERVACION

Use tope de madera reservado a pescados.

2º paso *Corte el pescado en porciones.*

*CASO I - PESCADOS ENTEROS, ALARGADOS, CON ESPINA.*

a Corte ruedas de espesor uniforme en la parte central (fig.1).



b Corte tacos de longitud uniforme, en la cola.

c Retire la piel de los tacos de cola.

OBSERVACION

Utilice el cuchillo de trinchar.

CASO II - PESCADOS EN FILETES

Corte en sentido transversal a la espina , con el cuchillo en posición oblicua (fig.2).

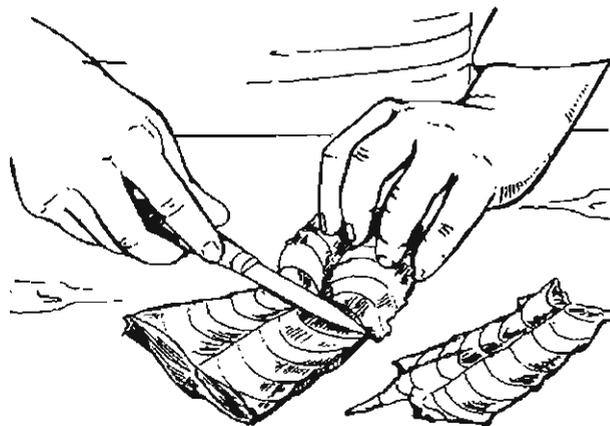


Fig. 2

3º paso *Aplana las porciones con un mazo sin dientes.*

OBSERVACIONES

1) Cuidate de no aplastar la carne.

2) Este paso se omite cuando el pescado se corta luego en piezas más menudas.

4º paso *Corte el pescado en piezas menudas.*

NOTA:

Este paso se omite según la tarea.

   a Corte los filetes en tiras.

   b Corte las tiras en dados.

OBSERVACIONES

1) La forma y tamaño del corte se determinan por la receta en cada caso.

2) Para cortar en piezas menudas se utilizan casi exclusivamente filetes.

COCINERO  
CIUO: 5-31.30

Es una operación manual que se realiza para separar de la carne la tinta, las impurezas y partes no comestibles y dar los cortes necesarios para poder procesar los moluscos. Con el acondicionamiento de estos moluscos se pretende mejorar el aspecto y sabor, acortar el tiempo de cocción y aprovechar al máximo el producto.

Estos alimentos se procesan (se exceptúan sólo los calamares tiernos) generalmente por calor húmedo, a veces rellenos, para diferentes entremeses y platos fuertes calientes en los cuales constituyen el ingrediente de base.

#### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Extraiga la bolsa con la tinta, retirándola con las manos (fig. 1).*

#### OBSERVACION

Proceda con cuidado para no romperla.

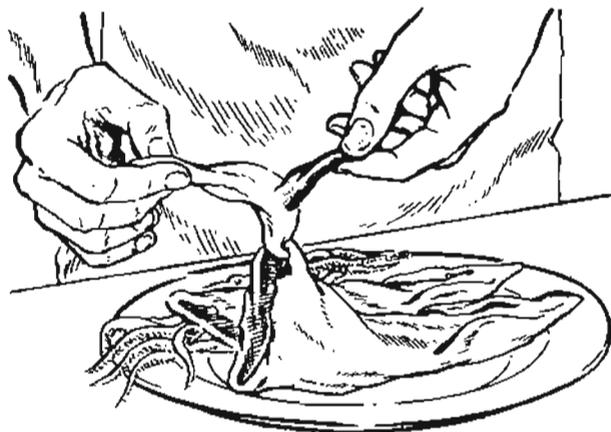


Fig. 1

2º paso *Separe las partes del animal con cuchillo de oficio.*

a Corte por la unión natural.

b Desprenda del cuerpo sucesivamente la cabeza, las bolsas y las tripas.

- 3º paso *Rompa los ojos con las manos y limpie la cavidad, raspando con la punta del cuchillo.*
- 4º paso *Separe la bolita dura que se encuentra en la cabeza del animal.*
- 5º paso *Desprenda del cuerpo el "hueso" traslúcido con las manos (fig. 2).*

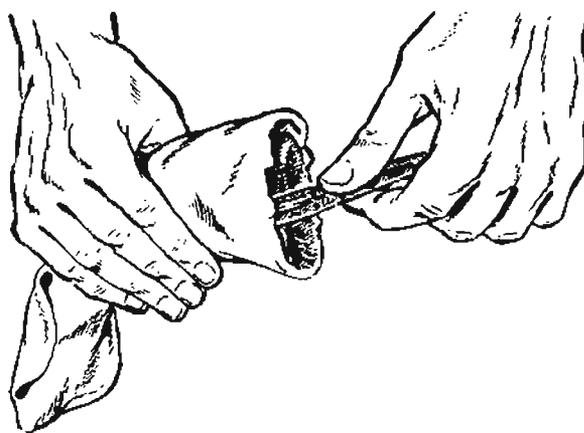


Fig. 2

OBSERVACION

La bolita, los ojos, el espadón, el hueso traslúcido y las tripas se desechan; la carne y la tinta son comestibles.

- 6º paso *Lave el molusco.*

- a Use agua fría y frote con las manos.
- b Cambie de agua varias veces.
- c Desprenda el tejido que cubre la carne.

OBSERVACIONES

- 1) La carne debe quedar blanca, traslúcida.
- 2) En la cavidad y rededor de las ventosas se acumulan impurezas que deben ser lavadas cuidadosamente.
- 3) El tejido (piel) que se separa de la carne tiene usos en la preparación del molusco.

- 7º paso *Corte el molusco en pedazos, en tiras, tacos o anillos, según especificación de la receta.*



COCINERO  
CIUO: 5-31.30

Es una operación que consiste en procesar comestibles por acción del calor transmitido a través de agua o caldo. Los alimentos se cuecen en agua con el fin de hacer más fácil su ingestión y orientar sus características de sabor, consistencia y aspecto hacia un gusto determinado.

La cocción en agua es aplicable a casi todos los alimentos. En este tipo de procesamiento se distinguen tres modalidades: hervir, blanquear y escalfar. Todo comestible hervido o escalfado deja residuos en el líquido, el cual se denomina luego caldo; los caldos pueden tener gran valor nutritivo y son indispensables en la preparación de la mayoría de las salsas y sopas.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Ponga a hervir el líquido.*

- a Llène no más de 3/4 partes del recipiente.
- b Coloque el recipiente en el fogón, con fuego máximo.

2º paso *Condimente, de acuerdo a la receta.*

3º paso *Agregue el alimento que se deba cocer.*

OBSERVACIONES

- 1) Si la cocción se hace para obtener un buen caldo, el alimento se introduce en el líquido frío.
- 2) Para blanquear y cocer pastas, use abundante agua (proporción 5:1).
- 3) En los demás métodos el líquido apenas debe cubrir el alimento.

4º paso *Deje cocer el alimento.*

OBSERVACIONES

- 1) La intensidad del hervor usada en los tres métodos es por lo general la siguiente.
  - a hervir (cocer en agua) - ebullición lenta.

b Blanquear (escaldar) y hervir pastas - hervor vigoroso a fuego máximo.

c Escalfar (poché) - mantener el líquido a punto de ebullición, sin que llegue a romper el hervor.

2) alimentos "harinosos" como pastas y otros deben, para evitar que se peguen entre sí, revolverse durante la cocción.

5º paso *Quite la espuma del líquido (fig. 1).*



Fig. 1

6º paso *Verifique el punto de cocción.*

7º paso *Retire el alimento del caldo.*

*CASO I - PIEZAS ENTERAS DE CARNES, AVES, PESCADOS, HUEVOS, etc.*

a Retire cuidadosamente con la espumadera.

*CASO II - COMESTIBLES "SUELTOS" (PASTAS, CEREALES, LEGUMBRES PICADAS)*

a Vierta el alimento sobre un colador.

*CASO III - CALDOS OBTENIDOS POR EL HERVOR DE ALIMENTOS NO COMESTIBLES*

a Trasiegue el caldo a otro recipiente.

b Use cucharón.



8º paso *Deje enfriar el alimento.*

*CASO I - CARNES, AVES, PESCADOS, LEGUMBRES (HERVIDAS O ESCALFADAS)*

a Deje enfriar en temperatura ambiental.

b Tape con estameña o papel de aluminio.

*CASO II - COMESTIBLES BLANQUEADOS. HUEVOS ESCALFADOS, PASTAS Y CEREALES HERVIDOS*

Póngalos bajo un chorro de agua fría.

OBSERVACIONES

1) Según especificaciones de la receta, algunos alimentos hervidos o escalfados se enfrían dentro del caldo en que se hicieron.

2) Ciertos casos podrán exigir eliminación o alteración del orden de pasos de esta operación.

Es una operación que consiste en procesar comestibles por acción del calor, transmitido exclusivamente por medio de vapor de agua. Los alimentos se cuecen al vapor con el fin de hacer más fácil su ingestión y orientar sus características de sabor, consistencia y aspecto hacia un gusto determinado. Se procesan al vapor todas las carnes, aves, pescados, frutas y legumbres de alto contenido de agua. Este método de cocción es muy rápido y los alimentos sufren poca pérdida de valores nutritivos, por lo cual es empleado prominentemente en cocinas de hospitales.

### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Acondicione el equipo de cocción al vapor.*

#### *CASO I - HORNO DE VAPOR ("Steamer")*

- a Compruebe el funcionamiento del equipo.
- b Verifique las válvulas de control.

#### *CASO II - OLLA DE PRESION*

- a Coloque el fondo falso.
- b Vierta agua hasta el fondo falso.
- c Verifique el ajuste de la tapa y funcionamiento de la válvula de seguridad.

2º paso *Ponga el alimento a cocer.*

#### *CASO I - HORNO DE VAPOR*

- a Ponga el alimento dentro de un recipiente en el horno (fig.1).
- b Cierre las compuertas del horno, herméticamente.
- c Abra la entrada de vapor.

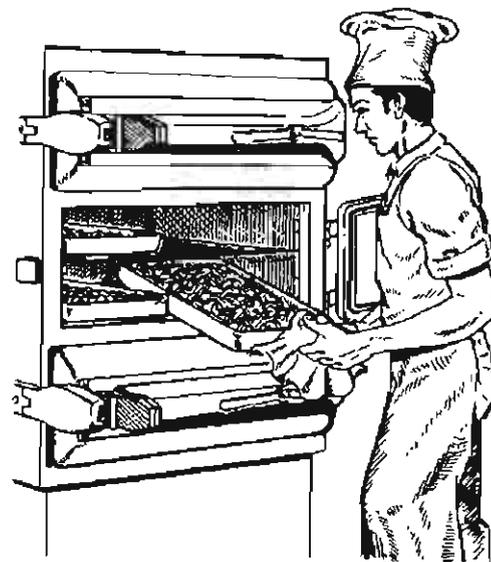


Fig. 1



## CASO II - OLLA DE PRESION

- a Ponga el alimento sobre el fondo falso.
- b Cierre la tapa herméticamente.
- c Lleve el recipiente al fuego.

## OBSERVACION

Comestibles sueltos como legumbres cortadas menudas se cuecen dentro de una bolsa de tela o recipiente perforado.

3º paso *Deje cocer el alimento.*

## OBSERVACION

En hornos de vapor automáticos regule el tiempo de cocción con el mecanismo interruptor de reloj.

4º paso *Retire el alimento.*

- a Corte la fuente de calor y espere un minuto.
- b Saque el comestible del recipiente.

## PRECAUCION

*PELIGRO DE QUEMADURAS DE VAPOR . NO INTENTE ABRIR LAS COMPUERTAS O TAPA DE LA OLLA MIENTRAS HAYA PRESION EN EL RECIPIENTE.*

5º paso *Deje enfriar el alimento.*



COCINERO  
CIUO: 5-31.30

Es una operación que consiste en procesar comestibles por acción del calor, transmitido por irradiación de un metal caliente. Los alimentos se gratinan o tuestan para formar una costra alrededor del comestible, que le da un gusto y aspecto particular. Se distinguen tres tipos de gratinados: el gratinado completo, que involucra un proceso de cocción en todo el alimento, el gratinado ligero o tostado en el cual se cuece sólo una capa del alimento y el abrillantado, en el que se forma sólo una película brillante sobre la superficie del alimento. Por lo general los comestibles que así se procesan son productos semi-elaborados.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Acondicione el equipo para gratinar.*

OBSERVACIONES

- 1) Verifique el buen funcionamiento.
- 2) Caliente previamente el equipo.

2º paso *Introduzca el alimento en el equipo y guárdue la intensidad del calor.*

3º paso *Deje cocer.*

OBSERVACION

Ajuste el tiempo y la temperatura durante la cocción.

4º paso *Retire el alimento del equipo.*

PRECAUCION

*PELIGRO DE QUEMADURAS. NO INTRODUZCA LA MANO EN LA RECAMARA DE COCCION.*



COCINERO  
CIUO: 5-31.30

Es una operación que consiste en procesar comestibles por acción del calor aplicado, en el caso de la plancha, por transmisión directa de un metal caliente o, en caso de la parrilla, por exposición directa al fuego.

Los comestibles que se asan de esta manera cambian de sabor, consistencia y aspecto de una manera muy particular. Se procesan a la plancha o parrilla especialmente carnes, aves, pescados y otros alimentos crudos, tiernos y fraccionados en cortes individuales o "steaks". Algunas masas de huevo y harina, tales como "waffles", panqueques y tortillas, también pueden asarse a la plancha.

#### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Acondicione el equipo.*

##### *CASO I - EQUIPOS ELECTRICOS O DE GAS*

- a Caliente previamente el equipo.
- b Gradúe la temperatura.

##### *CASO II - EQUIPOS CON CARBON VEGETAL*

- a Coloque el carbón debajo de la parrilla.
- b Encienda el carbón.
- c Espere que el carbón se convierta en brasa.

##### OBSERVACION

La brasa de carbón vegetal debe estar al menos 15cm debajo de la parrilla.

2º paso *Engrase la parrilla o plancha.*

- a Use una brocha.
- b Deje sólo una fina película.

3º paso *Unte de grasa el alimento.*

##### OBSERVACION

El uso de la grasa en los pasos 2º y 3º, es para evitar que el alimento se adhiera al metal del equipo; la diferencia con otros tipos de cocción, es que la grasa no debe actuar como transmisor del calor.



4º paso *Coloque el alimento sobre la plancha o parrilla caliente.*

## OBSERVACIONES

- 1) En caso de "steak", use las manos.
- 2) En caso de masas líquidas, use un cucharón.

## PRECAUCION

*PELIGRO DE QUEMADURAS . NO TOQUE EL METAL NI SE ASUSTE CUANDO CREPITA LA GRASA; TRABAJE RAPIDO Y PRECISO.*

5º paso *Deje cocer el alimento.*

- a Ase por un lado a fuego máximo.
- b Voltee la pieza con paleta o tenedor.
- c Ajuste la temperatura que actúa sobre el alimento.
- d Termine de cocer.

## OBSERVACION

No pinche el alimento; el producto perdería su jugosidad.

6º paso *Verifique el punto de cocción.*

7º paso *Retire el alimento del calor.*

## OBSERVACION

Como todos los alimentos que se procesan por cocción rápida, los asados a la plancha o parrilla deben servirse inmediatamente para conservar su buen sabor.

COCINERO CIUO: 5-31.30

Es una operación que consiste en procesar comestibles por acción del calor aplicado por medio de una grasa. Los alimentos que se procesan por este método de cocción rápida cambian de sabor, consistencia y aspecto; obtienen una costra exterior suave y un núcleo tierno y jugoso.

Se preparan de esta manera todo tipo de carnes tiernas, crudas, legumbres y frutas, pastas alimenticias y otros, generalmente pre-cocidas.

PROCESO DE EJECUCION

- 1º paso *Vierta grasa en la sartén, dejando que una película fina cubra el fondo del recipiente.*
- 2º paso *Lleve la sartén al fuego máximo.*

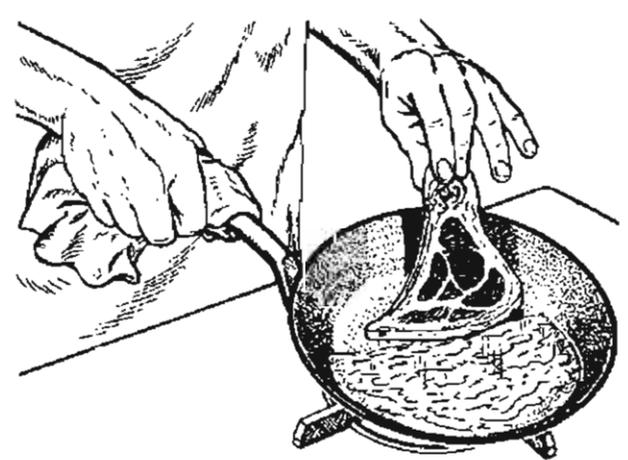
OBSERVACION

Espere que la grasa esté bien caliente.

- 3º paso *Eche el alimento en la sartén.*

- a *Incline la sartén.*
- b *Coloque el comestible en la parte no cubierta por la grasa (fig. 1).*

Fig.1



OBSERVACION

De freírse alimentos en rebanadas grandes (por ejemplo escalopes) coloque el lado más bonito hacia abajo.

PRECAUCION

*¡ PELIGRO DE QUEMADURAS! NO TOQUE LA SARTEN CON LAS MANOS . SUJETE CON UN PAÑO Y CUIDE DE NO SALPICARSE CON LA GRASA CALIENTE.*



4º paso *Dore el alimento en fuego máximo hasta que el comestible tome un bonito color.*

## OBSERVACION

Este paso no se hace en el salteado de algunos alimentos o recetas específicas (por ejemplo pastas y verduras).

5º paso *Voltee el comestible.*

a Agite la sartén.

b Ayúdese con una espátula o tenedor.

6º paso *Termine de cocer el producto.*

a Modere el fuego.

b Verifique el punto de cocción.

7º paso *Retire la comida del fuego.*

## OBSERVACION

Como todos los alimentos que se procesan por cocción rápida, los salteados, sofritos o fritos en la sartén deben servirse inmediatamente para conservar su buen sabor.

Es una operación que consiste en procesar comestibles por acción del calor aplicado por un baño de grasa caliente. Los alimentos que se procesan por este método de cocción rápida cambian de aspecto y sabor, obtienen costra exterior impregnada de grasa y un núcleo jugoso.

Se frien de esta manera todos los tipos de alimentos crudos, tiernos y también pre-cocidos o semi-preparados; en algunos casos, comestibles que son empanados antes de freírse para ayudar a formar la costra necesaria.

#### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Caliente la grasa, utilizando freidor o caldero y fogón.*

#### OBSERVACIONES

- 1) En equipos con termostato gradúe a la temperatura necesaria.
- 2) Utilice grasa limpia en cantidad suficiente para que el alimento por freír pueda flotar en ella.

2º paso *Coloque el comestible en una cesta para freír.*

- a Escurra bien el alimento de migas, agua, etc.
- b No recargue la cesta con el comestible.

#### OBSERVACION

Piezas grandes y huevos no necesitan de la cesta.

3º paso *Inserte el alimento en la grasa caliente.*

#### OBSERVACION

Introduzca lentamente para evitar que la grasa espume demasiado (fig.1).



Fig. 1



**OPERACION:** FREIR EN FRITURA  
(aceite hondo)

**REFER.:** HO. 36/CP 2/2

©  
CINTELFO  
1ra. Edición

#### PRECAUCIONES

*PELIGRO DE QUEMADURAS. NO PONGA LA MANO SOBRE LA GRASA HIRVIENTE.*

*PELIGRO DE INCENDIO. GRASA QUE SE DEJE ESPUMAR POR ENCIMA DEL RECIPIENTE PUEDE INCENDIARSE SOBRE EL FOGON.*

4º paso *Deje freír.*

- a Agite lentamente el alimento en las frituras.
- b Espere hasta que esté en su punto.
- c Verifique el punto de cocción.
- d Voltee con espumadera piezas mayores.

5º paso *Retire el producto de la fritura.*

#### OBSERVACIONES

- 1) Deje escurrir la grasa.
- 2) Como todos los alimentos que se procesan por cocción rápida, los fritos en la fritura deben servirse inmediatamente para conservar su buen sabor y aspecto.

Es una operación que consiste en procesar comestibles por acción del calor transmitido por el aire y a veces la grasa, calientes.

Los alimentos que se procesan por este método de cocción, cambian de sabor y aspecto; se les forma una costra en todo su alrededor y su núcleo se cuece, de fuera hacia dentro en su propio jugo. Algunas veces, los alimentos son envueltos en una pasta o en papel de aluminio a modo de costra postiza. Se hornean principalmente cortes al mayor de carnes tiernas, aves y pescados enteros, legumbres y frutas crudas o pre-cocidas, así como masas y pastas de pastelería y panadería.

#### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Caliente previamente el horno.*

##### OBSERVACIONES

- 1) Gradúe el termostato.
- 2) Espere hasta que el horno alcance la temperatura exigida.

2º paso *Prepare el recipiente en donde va a hornear.*

##### CASO I - ASADOS DE COCINA

a Vierta grasa en la sartén.

##### CASO II - BIZCOCHERIA

a Revista el interior del molde con papel.

##### CASO III - PASTAS

- a Engrase el molde con una película fina, por medio de una brocha.
- b Espolvoree harina si la receta lo exige.

3º paso *Dore el alimento, en fuego al máximo.*

- a Caliente la grasa en el fogón.
- b Sofría el comestible por todos lados.

##### OBSERVACION

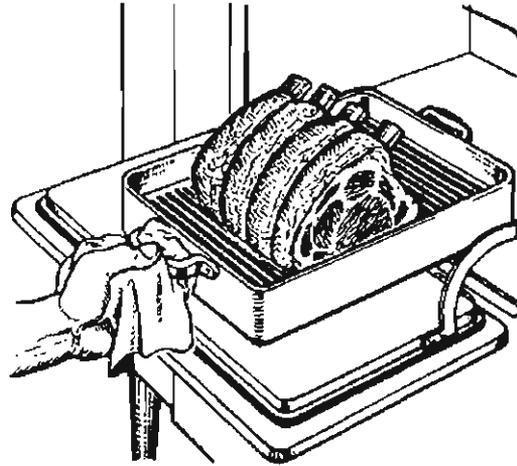
Este paso sólo se hace con algunas piezas de carne, aves o legumbres, si la receta así lo especifica.

4º paso *Introduzca el comestible en el horno pre-calentado.*

OBSERVACIONES

1) Carnes y aves se meten al horno con el lado bonito hacia abajo.

2) Según especificaciones, algunas veces las carnes se asan sobre huesos picados o un fondo falso de parrilla, colocado dentro del recipiente (fig. 1).



5º paso *Deje cocer el alimento.*

CASO I - ASADOS DE COCINA

a Rocíe frecuentemente la pieza con el jugo que se acumula en la asadera.

b Voltee el comestible para que se procese uniformemente.

CASO II - PASTELERIA, PANADERIA (excepto masas de huevo).

a Cueza con el horno herméticamente cerrado.

b Procure ver o tocar el alimento lo menos posible.

c Inyecte vapor si la receta lo especifica.

CASO III - MASAS DE HUEVO (merengues, bizcochos).

a Hornee con la ventilación abierta.

6º paso *Verifique el punto de cocción, usando una aguja, el tacto o un termómetro.*

7º paso *Retire el alimento del horno.*

8º paso *Deje reposar el alimento.*

a Colóquelo en temperatura ambiental.

b Espere por lo menos 15 minutos antes de cortar o pincharlo.

OBSERVACION

La presión del jugo interno del alimento hacia la costra disminuye con el reposo; si el comestible es cortado antes, se perderá esta jugosidad y quedaría seco.



COCINERO  
CIUO: 5-31.30

Es una operación que consiste en procesar comestibles por acción del calor. La cocción se realiza en dos etapas; el alimento se cuece al calor seco, en una grasa al principio, y termina de cocerse en calor húmedo transmitido por medio de un fondo y el vapor producido por éste. Es éste un método de cocción lenta y se aplica principalmente a carnes, aves y mariscos de carne dura y legumbres. Aparte de la cocción del alimento, en este proceso se obtiene, como sub-producto, una salsa, "compañera" de la carne.

Guisar, estofar y brasear son tres métodos diferentes, pero con procesos de ejecución muy parecidos. El guisado se aplica a alimentos fraccionados menudos, y se utiliza poca grasa y mucho líquido. En el estofado y braseado cortes mayores son procesados en recipientes semi-herméticos; en el estofado el peso de la cocción está en el vapor, en el braseado, además del vapor, en la grasa y el líquido.

#### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Caliente grasa en un brasera o cacerola con tapa.*

2º paso *Saltee el alimento.*

#### *CASO I - CARNES, AVES...*

   a Dore uniformemente a fuego máximo.

#### *CASO II - LEGUMBRES*

   a Saltee sin que el alimento tome color.

   b Procese con el aliño que exija la receta (excepto la sal).

3º paso *Retire la pieza.*

   a Use espumadera.

   b Colóquela en otro recipiente.

4º paso *Sofría la "mirepoix".*

   a Utilice la grasa en que preparó la pieza.

   b Dore ligeramente.

   c Condimente con especias.



5º paso *Junte el alimento con la mirepoix, en el recipiente en que está el aliño.*

6º paso *Flamee el comestible.*

#### OBSERVACION

Los pasos 3º al 6º sólo se aplican a carnes, aves y mariscos, y cuando la receta los exige.

7º paso *Agregue los condimentos líquidos.*

8º paso *Adicione el líquido.*

#### CASO I - GUIZO

- a Use un caldo, agua o fondo claro según receta.
- b Cubra el alimento.

#### CASO II - ESTOFADO Y BRASEADO

- a Use un fondo moreno.
- b Cubra el alimento hasta la mitad.

9º paso *Ponga a hervir el líquido y revuelva para evitar que el alimento se pegue.*

10º paso *Introduzca el producto en el horno pre-calentado.*

#### OBSERVACIONES

- 1) Tape el recipiente.
- 2) En caso de emergencia se puede cocer en la parte alta de la cocina.

11º paso *Deje cocer lentamente.*

- a Revuelva de vez en cuando.
- b Rocíe constantemente el producto con el jugo o fondo.

12º paso *Verifique el punto de cocción.*

13º paso *Retire el alimento del fuego.*

Es una operación que consiste en eliminar, con ayuda de claras de huevo, los restos sólidos de alimentos que enturbian los caldos y no pueden ser eliminados por colado. Los caldos clarificados tienen mejor apariencia (cristalinos), sabor más pronunciado y excelente valor nutritivo. Se clarifican principalmente caldos de res y de aves para servirlos como consomes.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Muela los ingredientes sólidos, con el molino de carne con disco provisto de huecos grandes.*

OBSERVACION

Por lo general, los ingredientes sólidos se componen de carne, tendones, menudencias y legumbres de raíz y bulbo.

2º paso *Eche los ingredientes en una cacerola.*

3º paso *Agregue claras de huevo.*

OBSERVACION

Los caldos salados necesitan más claras que los sosos.

4º paso *Adicione los condimentos, excepto la sal.*

5º paso *Amase la mezcla con la mano (fig.1).*

6º paso *Agregue caldo frío.*

OBSERVACION

Agregue aproximadamente 1/4 del volumen de la mezcla.

7º paso *Vierta caldo caliente sobre la mezcla.*

a Eche cucharón a cucharón.

b Entremezcle con una mano.

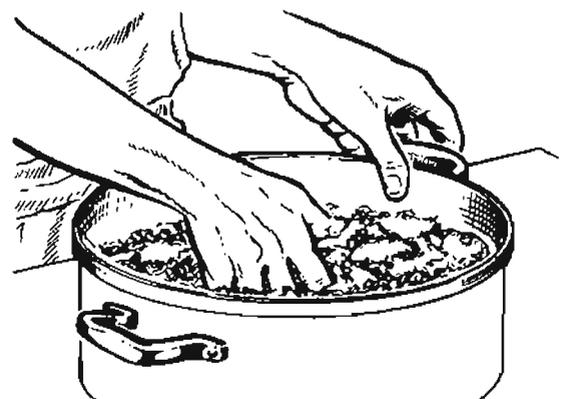


Fig. 1

OBSERVACION

Adicione tanto caldo hirviente como temperatura pueda resistir la mano.

PRECAUCION

*¡PELIGRO DE QUEMADURA! NO VIERTA EL CALDO DIRECTAMENTE SOBRE LA MANO*

89 paso *Lleve la mezcla al fogón.*

OBSERVACION

Mantenga fuego moderado.

99 paso *Vierta el resto del caldo caliente.*

a Revuelva cuidadosamente el fondo del recipiente.

b Use pala de madera.

109 paso *Deje hervir.*

OBSERVACIONES

1) Modere el fuego para una ebullición muy lenta.

2) La ebullición fuerte o la agitación del caldo al revolverlo, puede destruir el clarificante y enturbiarlo.

119 paso *Retire el caldo del fuego y espere que el clarificante se asiente en el fondo.*

129 paso *Cuele el caldo.*

a Use estameña y cucharón (fig. 2).

b Vierta con cuidado.



Fig. 2



Es una operación que consiste en espesar fondos y caldos concentrados para convertirlos en salsas o sopas. Una vez ligados, los fondos y caldos tienen mejor terminación y más cuerpo.

Esta operación, generalmente, es realizada por el cocinero en salsas o en sopas y legumbres.

### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Componga la liga.*

#### *CASO I - ROUX*

- a Derrita la grasa.
- b Adicione la harina.
- c Tueste la mezcla uniformemente al grado de calor que especifica la receta.
- d Prepare el roux en la cacerola en que va a ligar la salsa.

#### *CASO II - LIGAZON DE LIQUIDOS: (agua, leche, vino y otros)*

- a Mezcle vigorosamente la harina y/o fécula con el líquido.
- b Cuele la mezcla.
- c Utilice paila, batidor de alambre y colador fino.

#### *CASO III - MANTEQUILLA - HARINA*

- a Trabaje la mantequilla con la harina.
- b Obtenga una mezcla homogénea.

2º paso *Ponga a hervir el fondo o caldo que se quiere espesar hasta que hierva a borbotones.*

3º paso *Adicione la liga al líquido.*

- a Junte poco a poco.
- b Bata vigorosamente con un batidor de alambre.



OBSERVACION

Adicione siempre ligas frías a líquidos calientes, o viceversa, líquidos fríos a ligas calientes (roux).

4º paso *Hierva la salsa.*

- a Eleve la mezcla a punto de ebullición.
- b Revuelva constantemente.
- c Modere el fuego.
- d Deje hervir lentamente.

OBSERVACION

Las salsas y sopas así ligadas se dejan hervir hasta que desaparece el sabor a harina cruda.

5º paso *Retire del fuego.*

6º paso *Cuele el alimento en estameña.*

7º paso *Ponga a hervir de nuevo y deje romper el hervor.*

8º paso *Retire del fuego.*

9º paso *Prepare la "liga fina".*

- a Mezcle los ingredientes.
- b Use paila y batidor.

10º paso *Agregue la "liga fina" a la salsa o sopa.*

- a Vierta poco a poco.
- b Revuelva constantemente.

OBSERVACIONES

1) Las ligas finas se utilizan sólo para mejorar cremas y "veloutés".

2) Una vez agregada la liga fina, el líquido no debe volver a hervir.

Es una operación que consiste en ligar fondos grasos (aceites, mantequilla) con yemas de huevo y aderezos y/o guarniciones. Los productos obtenidos en este proceso son salsas de las familias holandesa o mayonesa, caliente la primera y fría la segunda. Estas salsas, conocidas como "finas", se utilizan como acompañamiento, aderezo, liga, revestimiento, etc. en un sinnúmero de platos fríos y calientes.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Entremazole bien la yema.*

OBSERVACION

Use paila y batidor de alambre inoxidable.

2º paso *Condimenta.*

- a Adicione todos los condimentos (fig.1).
- b Mezcle bien.

3º paso *Bata la mezcla.*



Fig. 1

*CASO I - SALSAS CALIENTES (HOLANDESA, BEARNESE)*

- a Bata vigorosamente.
- b Trabaje sobre un recipiente con agua caliente ( $\pm 70^{\circ}\text{C}$ ).
- c La mezcla debe entibiarse uniformemente, sin cuajar.

PRECAUCION

PELIGRO DE QUENADURAS. PROTEJASE LAS MANOS DEL VAPOR QUE ESCAPA ENTRE EL RECIPIENTE CON AGUA Y LA PAILA, EN LA PREPARACION DE SALSAS CALIENTES.

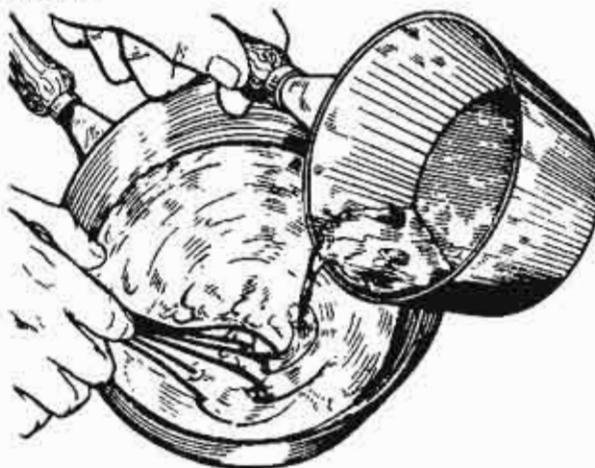
**CASO II - SALSAS FRIAS (Mayonesa)**

- a Bata uniformemente toda la masa.
- b Trabaje a temperatura ambiente.

4º paso *Adicione el aceite (fig.2).*

- a Agregue poco a poco.
- b Bata ininterrumpidamente.

Fig.2


**OBSERVACIONES**

- 1) Un exceso en la adición de aceite corta la salsa.
- 2) Vierta aceite caliente a salsas calientes y frías (temperatura ambiental) a salsas frías.

5º paso *Retire la salsa del calor (sólo para salsas calientes).*

6º paso *Aderece la salsa.*

- a Entremezcle los demás ingredientes con la salsa.
- b Use batidor de alambre.

7º paso *"Alargue" la salsa.*

- a Adicione agua, cucharita a cucharita.
- b Mezcle ininterrumpidamente.

**OBSERVACION**

Salsas emulsionadas que tiendan a cortarse se pueden salvar, como se explica en el paso 7º; se adiciona agua hirviendo a salsas frías y agua helada a holandesas.

8º paso *Guarde la salsa.*

**OBSERVACIONES**

- 1) Conserve salsas frías en temperatura ambiental fresca (+8 a +10°C).
- 2) Utilice salsas finas calientes, rápidamente.

Es una operación que se realiza manualmente o con ayuda de una amasadora y consiste en combinar harinas con otros productos alimenticios, para convertirlos en masas homogéneas que se utilizan en la confección de algunos tipos de pastelería y pastas italianas.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Cierna la harina.*

2º paso *Forme un montón con la harina.*

*CASO I - ELABORACION MANUAL*

- a Coloque sobre una plancha de mármol, acero inoxidable o madera.
- b Junte la harina en el centro.

*CASO II - ELABORACION MECANIZADA*

- a Fije el recipiente de la máquina.
- b Vierta la harina.

3º paso *Adicione los demás ingredientes de la pasta.*

- a Coloque los condimentos y entremézclelos con la harina.
- b Haga una cavidad en el centro de la harina.
- c Agregue los ingredientes sólidos en pequeños pedazos.
- d Vierta los componentes líquidos (fig.1).

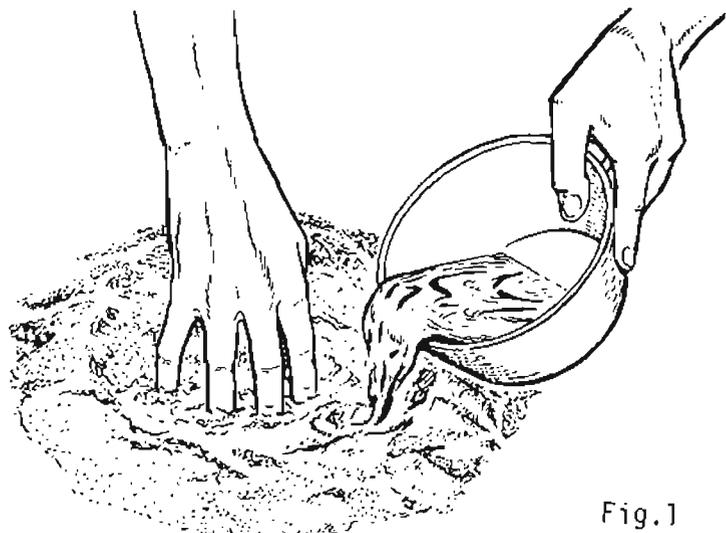


Fig.1



OBSERVACIONES

1) Es más fácil adicionar harinas a las masas preparadas que líquidos; reserve un poco de harina aparte, para adicionarla luego, si fuera preciso.

2) Las masas fuertes y elásticas se preparan siempre con harinas de fuerza.

3) De hacerse pasta con levadura, es necesario disolver primero el fermento en agua.

4º paso *Amase la pasta.*

*CASO I - ELABORACION MANUAL*

a Entremezcle los ingredientes líquidos con la harina.

b Incorpore toda la harina, poco a poco.

c Amase la pasta con la palma de las manos, hasta que se forme una masa homogénea.

*CASO II - ELABORACION MECANIZADA*

a Coloque un gancho amasador en la máquina.

b Ponga en funcionamiento el equipo a velocidad mínima.

c Lleve el recipiente hacia el gancho poco a poco.

d Espere hasta que la pasta adquiera la consistencia y uniformidad requeridas.



OBSERVACIONES

1) si la masa queda algo blanda, adicione harina durante el amasado.

2) En la elaboraci3n deben incorporarse todos los componentes de la masa; la mesa y el recipiente deben quedar limpios y la masa despegada de los mismos.

59 paso *Forme una bola con la pasta.*

   a Espolvoree harina sobre la mesa.

   b Modele la masa con la palma de las manos en forma de bola.

60 paso *Deje reposar la masa.*

   a Tape la pasta con un paño h3medo.

   b Coloque en un lugar fresco.

OBSERVACIONES

1) En caso de masas de levadura, la pasta se tapa con un paño seco y se deja reposar en temperatura ambiental.

2) Las masas de levadura aumentan su volumen durante el reposo; seg3n indicaciones de la tarea, es posible que estas pastas se modelen antes del reposo.

Es una operación manual que consiste en combinar de acuerdo con un procedimiento determinado, diferentes productos. Con las pastas así confeccionadas se preparan, después de un proceso de cocción, diferentes pasteles, empanadas, salados, costras para rellenos y otras preparaciones.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Amase la grasa.*

- a Utilice grasa fresca.
- b Trabaje sobre una mesa de mármol.
- c Amase con el rollo o las palmas de las manos.

2º paso *Forme un bloque con la grasa.*

OBSERVACION

El bloque debe tener la forma parecida a un mosaico (fig.1).

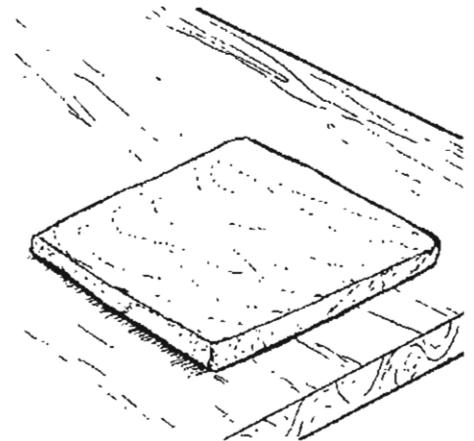


Fig.1

3º paso *Prepare la masa elástica.*

- a Use harina de trigo, agua y sal.
- b Forme una bola con la masa.

4º paso *Haga una incisión en forma de cruz en la masa.*

OBSERVACION

La incisión debe hacerse hasta la mitad de la pasta (fig.2).

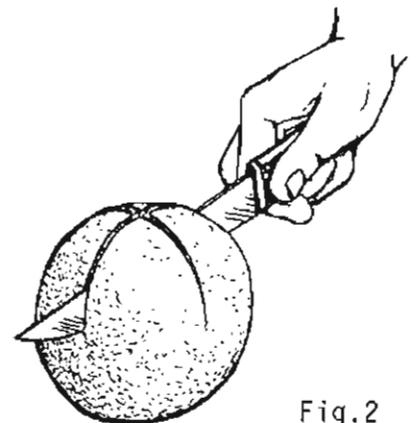


Fig.2

59 paso *Estire la masa.*

- a Espolvoree harina sobre la mesa.
- b "Abra" la masa con las manos, partiendo del centro de la cruz hacia afuera (figs. 3 y 4).

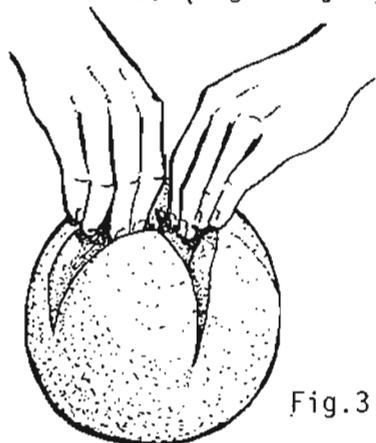


Fig.3

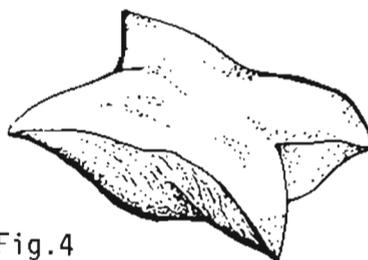


Fig.4

- c Estire la masa con el rodillo, del centro hacia las puntas.

OBSERVACION

- 1) La masa debe quedar en forma de cruz (fig.5).
- 2) El centro de la pasta ha de tener mayor espesor que las extremidades.

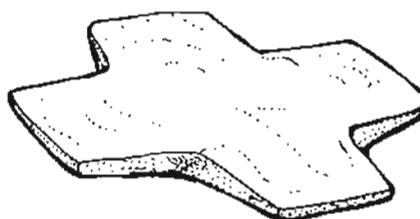


Fig.5

60 paso *Envuelva el bloque de grasa con la pasta.*

- a Coloque la grasa en el centro de la masa (fig.6).
- b Doble las extremidades sobre el bloque de grasa (fig.7).

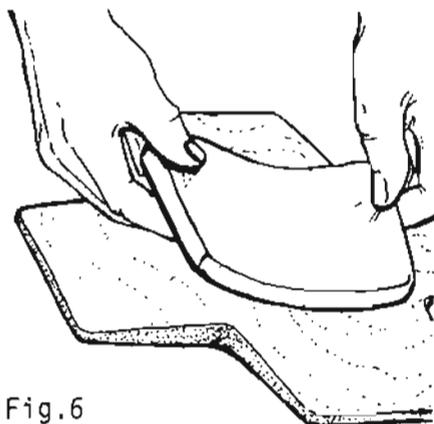


Fig.6

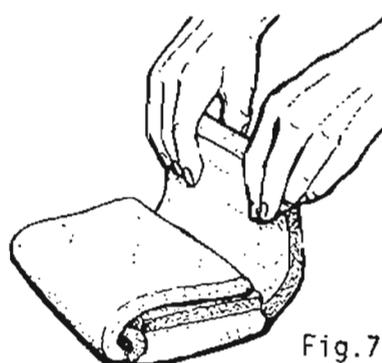
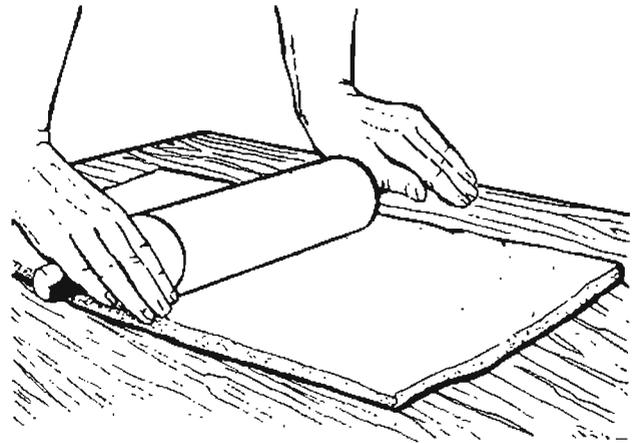


Fig.7

- c Voltee la masa de manera que los dobleces queden hacia abajo.

79 paso *Lamine la masa hasta obtener un espesor de unos 3cm (fig.8).*

Fig.8



OBSERVACION

Evite que la grasa escape fuera de la pasta.

89 paso *Retire el exceso de harina con una escobilla adecuada (fig.9).*



Fig.9

99 paso *Dele una "vuelta simple" a la masa.*

a Doble 1/3 de pasta hacia el centro (fig.10).

b Doble el otro tercio sobre el primero (fig.11).



Fig.10 ..



Fig.11

10º paso *Deje reposar la masa .*

- a Envuélvala en un paño húmedo.
- b Colóquela en el refrigerador durante unos 40 minutos.

11º paso *Déle una vuelta doble a la masa.*

- a Lamine la masa hasta lograr un espesor de 2 a 3cm.
- b Doble 1/4 de pasta de cada lado hacia el centro (fig.12).
- c Superponga las mitades (figs. 13 y 14).

Fig.12

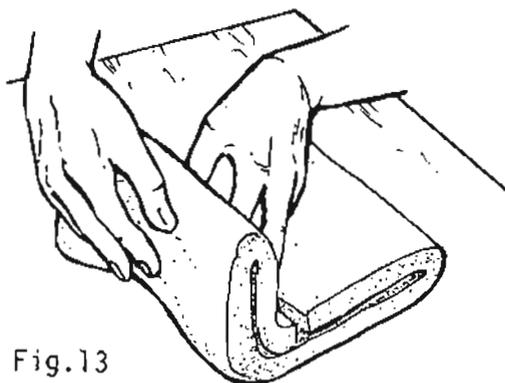
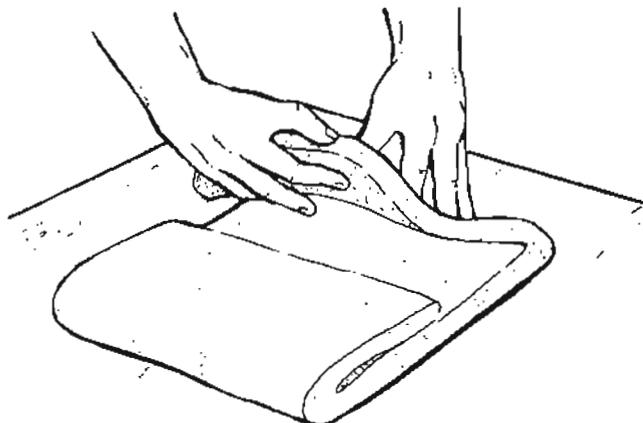


Fig.13

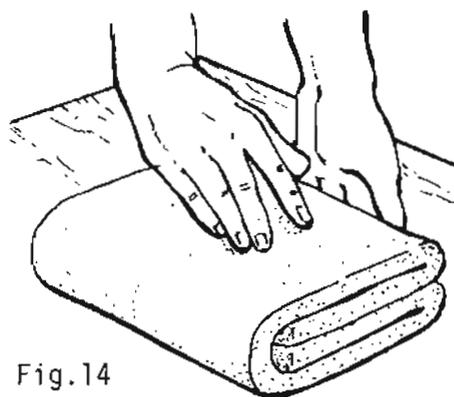


Fig.14

OBSERVACIONES

- 1) Repita una vez más los pasos 9, 10 y 11.
- 2) Para recordar cuántas "vueltas" fueron dadas, marque cada una haciendo puntos con los dedos en la pasta.

12º paso *Guarde la masa.*

- a Mantenga la masa en el refrigerador.
- b Envuelva en paño húmedo.

OBSERVACION

Haga una vuelta sencilla en la masa antes de usarla.

Es una operación que consiste en ensamblar correctamente los elementos que componen los sándwiches, canapés, emparedados y similares.

Con esta operación se crea un plato comestible formado por otros alimentos preparados, de sabor y presentación diferente al de sus componentes.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Escoja las tajadas de pan.*

OBSERVACIONES

1) Para sándwiches se utilizan 2 a 3 tajadas de pan de sándwich (fig.1), cortadas transversalmente, o panecillos abiertos horizontalmente por la mitad.

2) Los canapés se preparan en rebanadas delgadas de pan de sándwich, cortadas longitudinalmente, o de galletas especiales, según la receta (fig.2).

3) Según la receta, el pan puede ser previamente tostado.

4) Otros emparedados, como tostadas y cachapas se preparan con su porción de "pan especial".

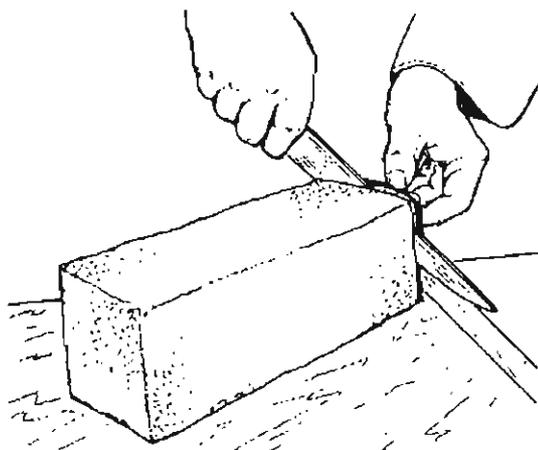


Fig. 1

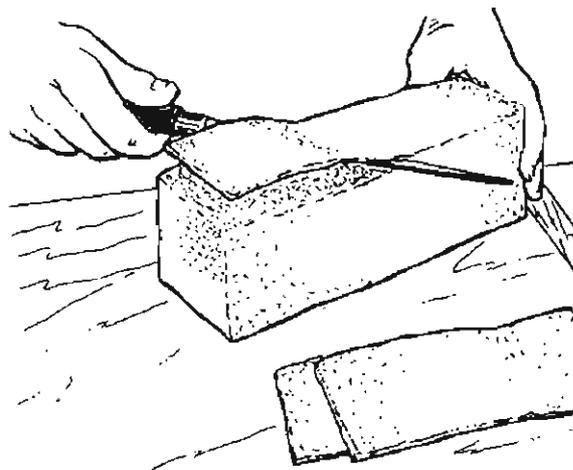


Fig. 2

2º paso *Prepare la untadura y amase el alimento hasta que quede untuoso.*

39 paso *Unte el pan.*

- a Use la paleta pequeña.
- b Coloque una capa uniforme en el espesor que exige la receta, (fig. 3).
- c Ponga la untadura en el lado del pan que mira hacia arriba en sándwiches abiertos y canapés y en el lado que quedará hacia adentro en los demás emparedados.



Fig. 3

**OBSERVACION**

Algunos sándwiches se tuestan con la untadura.

40 paso *Coloque el relleno.*

- a Rellene toda la superficie de una de las tajadas de pan lo más uniformemente posible (fig.4).
- b Coloque el relleno sobre la untadura en el orden que especifica la receta.

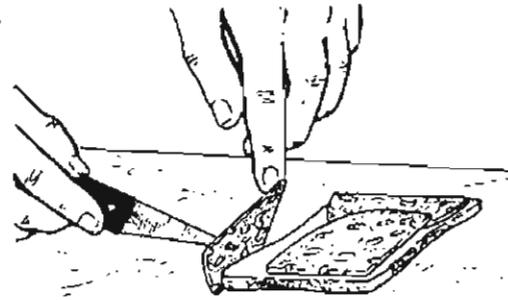


Fig. 4

50 paso *Tape el emparedado.*

- a Coloque la segunda tajada de pan sobre el relleno con la parte untada hacia abajo (fig.5).
- b Oprima suavemente con una paleta.



Fig. 5

**OBSERVACION**

Este paso solo se hace con emparedados "cerrados".

6º paso *Coloque el segundo relleno como en los pasos 4º y 5º.*

**OBSERVACION**

Este paso sólo se hace con sándwiches de 3 pisos.

7º paso *Empareje el comestible.*

     a Empareje la orilla.

     b Recorte la costra.

8º paso *Corte el producto.*

*CASO I - EMPAREDADOS*

     a "Fije" el sándwich con palillos.

     b Corte con cuchillo de sierra (fig.6).

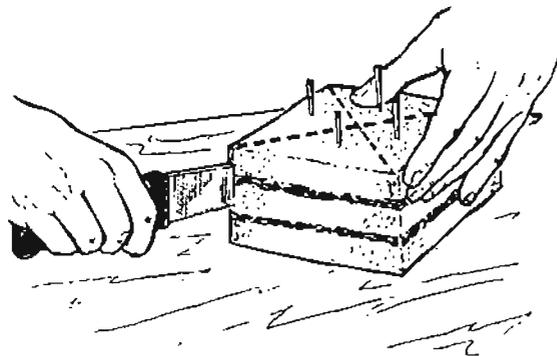


Fig. 6

*CASO II - CANAPES Y SANDWICHES ABIERTOS*

     a Divida en piezas pequeñas.

**OBSERVACION**

La forma y tamaño en que se cortan estos comestibles los determina la receta.

9º paso *Decore el plato.*

Es una operación que consiste en procesar una masa de huevos batidos, cuajándolos en una grasa, por medio de calor. Los huevos que así se preparan adquieren un sabor y una presentación específica.

Las tortillas y huevos revueltos son la base de muchos platos. Se consumen principalmente en el desayuno o como entremeses calientes; además, se presentan estos alimentos como guarnición y acompañamiento de carnes, sandwiches, legumbres y otros platos.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - TORTILLAS FRANCESAS Y HUEVOS REVUELTOS*

1º paso *Calque los huevos.*

2º paso *Bata los huevos, entremezclando bien las claras con las yemas, sin formar espuma.*

**OBSERVACIONES**

1) Use recipiente y batidor de alambre.

2) Adicione leche si es para huevos revueltos.

3º paso *Condimente la masa.*

4º paso *Añada la guarnición que especifica la receta.*

5º paso *Caliente la grasa en una sartén curada.*

**OBSERVACION**

Lleve a fuego fuerte.

6º paso *Vierta la masa de huevo en la sartén (fig.1).*



79 paso *Cuaje la masa.*

- a Revuelva constantemente para evitar la formación de grumos (fig. 2).
- b Arrincone el huevo, trabajando con la sartén en posición inclinada.
- c Espere que la masa tome una consistencia cremosa y algo espesa.



Fig. 2

89 paso *Despegue la masa y deje la sartén descansar sobre el fuego por unos instantes para que se forme una suave costra.*

OBSERVACION

La costra no debe tomar color

99 paso *Enrollo la masa.*

- a Utilice una paleta o un tenedor (fig.3).
- b Forme un rollo en forma de cigarro grande.



Fig. 3

OBSERVACION

Este paso sólo se hace para preparar tortillas.

109 paso *Presente el huevo revuelto o la tortilla sobre el material de servicio pre-calentado (fig. 4).*

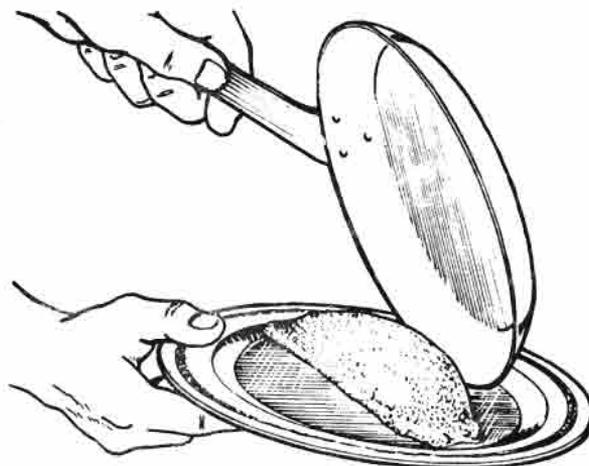


Fig. 4

**OBSERVACIONES**

- 1) Los huevos revueltos se sirven con el lado cremoso hacia arriba.
- 2) A las tortillas se les deja tomar un poco de color y se sirven con el lado bonito hacia arriba.

110 paso *Rellene la tortilla.*

- a "Abra" la tortilla haciendo un corte en el centro del producto.
- b Coloque el relleno (fig.5).

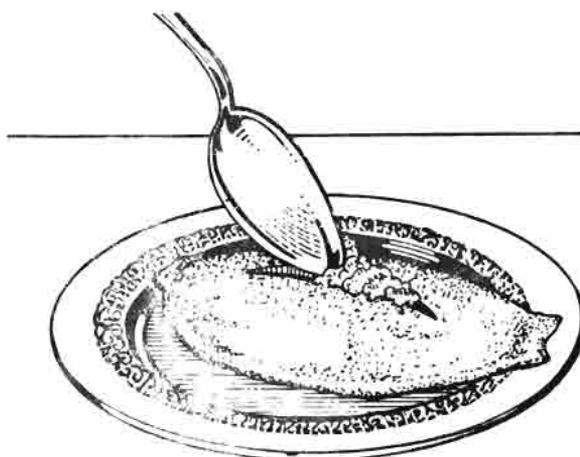


Fig. 5

**OBSERVACIONES**

- 1) Este paso sólo se hace si la receta así lo exige.
- 2) Una vez preparados, estos productos deben servirse de inmediato y muy calientes, para evitar la pérdida de sabor, consistencia y presentación.



CASO II - TORTILLAS ESPAÑOLAS

1º paso *Casque los huevos.*

2º paso *Bata los huevos hasta que queden espumosos.*

OBSERVACION

Use recipiente y batidor de alambre.

3º paso *Condimente la masa.*

4º paso *Caliente la grasa en sartén curada, especial para este tipo de tortillas.*

OBSERVACION

Se utiliza un determinado tamaño de sartén según el número de porciones que se preparan a la vez.

5º paso *Saltee las papas dejando dorar bien.*

OBSERVACIONES

1) Utilice papas cortadas en rebanadas u hojuelas, crudas o cocidas.

2) En algunos casos, se exige también la adición de cebolla a la tortilla.

6º paso *Vierta la masa de huevos sobre las papas.*

7º paso *Deje cuajar el huevo hasta que se forme una costra de color dorado en el fondo.*

OBSERVACION

Use fuego moderado.

8º paso *Voltee la tortilla.*

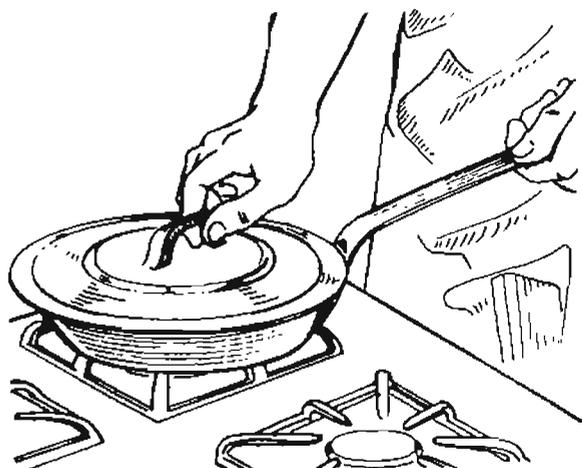


Fig. 6

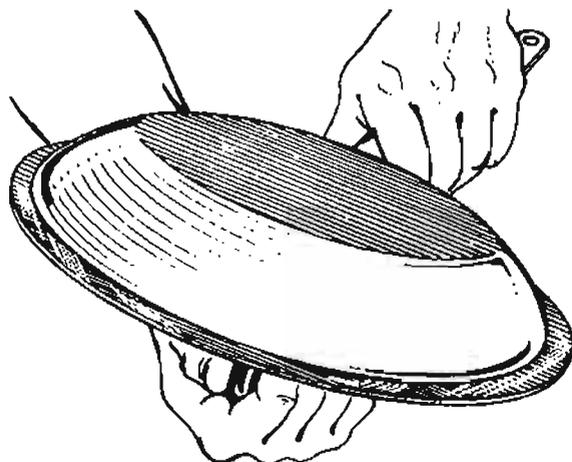


Fig. 7

- a Coloque una tapa sobre la sartén (fig.6).
- b Voltee la sartén con la tapa puesta (fig.7).
- c Retire la sartén de encima de la tapa.
- d Deje que la tortilla se deslice de nuevo en la sartén (fig.8).



Fig. 8

PRECAUCION

PELIGRO DE QUEMADURAS AL VOLTEAR LA SARTEN.

9º paso *Dore el otro lado de la tortilla*

10º paso *Presente la tortilla.*

- a Colóquela sobre un plato o fuente pre-calentados.
- b Adórnela.

OBBERVACION

Las tortillas españolas se pueden servir calientes o frías.

Es una operación que consiste en recubrir con fondos, salsas, gelatinas, con fines principalmente decorativos, alimentos preparados. Esta operación se practica con casi todos los platos calientes que se sirven con una salsa caliente de acompañamiento y como adorno y sazón de platos fríos, tales como ensaladas compuestas, "mousses" y piezas de asados fríos.

PROCESO DE EJECUCION

*CASO I - CUBRIR, NAPEAR Y ABRILLANTAR*

1º paso *Coloque el alimento sobre una parrilla.*

OBSERVACIONES

- 1) El lado bonito debe quedar hacia arriba.
- 2) Coloque una bandeja debajo de la parrilla.
- 3) Este paso sólo se hace con alimentos fríos y en donde el líquido apenas debe cubrir el producto.

2º paso *Caliente el líquido.*

a *Elévalo a temperatura apropiada.*

b *Verifique el espesor (fig.1).*



Fig. 1

3º paso *Recubra el alimento.*

OBSERVACIONES

- 1) En caso de salsa y fondos use un cucharón o cuchara con capacidad justa para cubrir una pieza. (Fig.2).

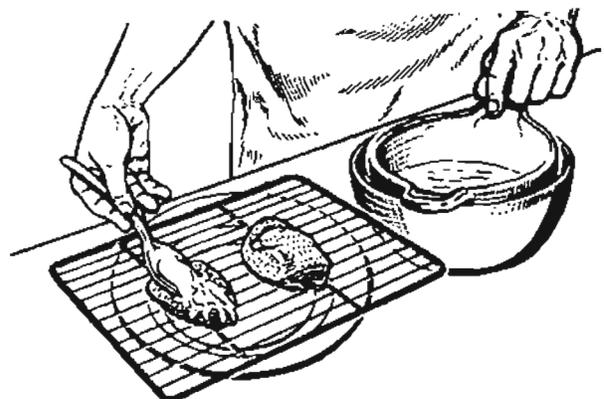


Fig. 2

2) En caso de gelatinas use una brocha suave (fig.3) y pincele rápidamente.

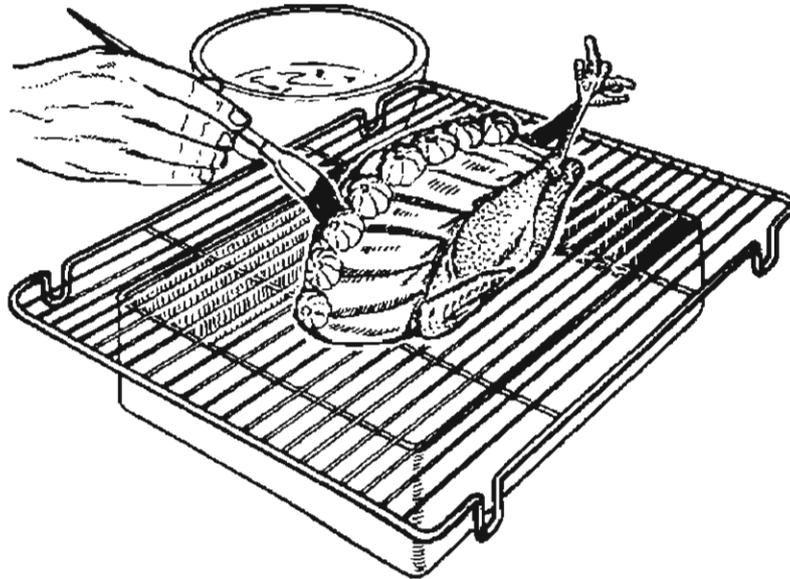


Fig. 3

4º paso *Deje escurrir.*

CASO II - CUBRIR Y ABRILLANTAR POR INMERSION

1º paso *Prepare los utensilios.*

OBSERVACION

Coloque una parrilla con bandeja.

2º paso *Caliente el líquido.*

3º paso *Sujete el alimento usando tenedor, pincho o pinzas.*

4º paso *Sumerja el alimento en el líquido (fig.4) y espere unos instantes.*



Fig. 4

5º paso *Retire el alimento del líquido y deje escurrir ligeramente.*

6º paso *Ponga a secar sobre la parrilla (fig.5).*

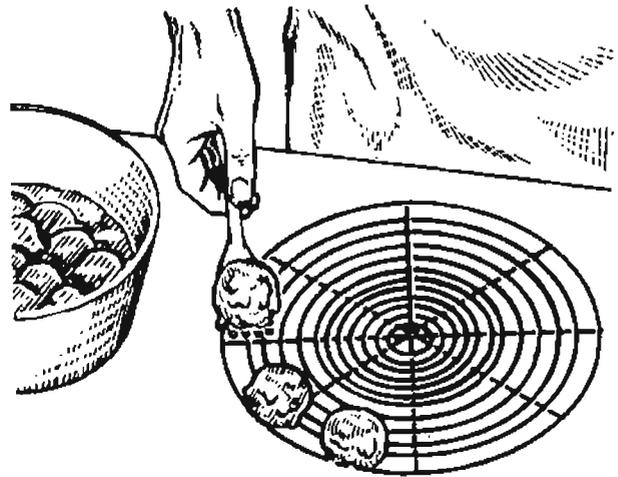


Fig. 5

7º paso *Retire el alimento de la parrilla y recorte "gotas cuajadas".*

**CASO III - REVESTIMIENTO INTERIOR DE MOLDES CON GELATINAS**

1º paso *Seleccione el molde.*

**OBSERVACION**

El molde debe estar limpio, seco y sin grasa.

2º paso *Caliente el líquido.*

3º paso *Llene el molde con el líquido.*

4º paso *Enfríe el líquido.*

     a *Sumerja el recipiente en agua helada hasta la altura a la que desea que llegue el revestimiento.*

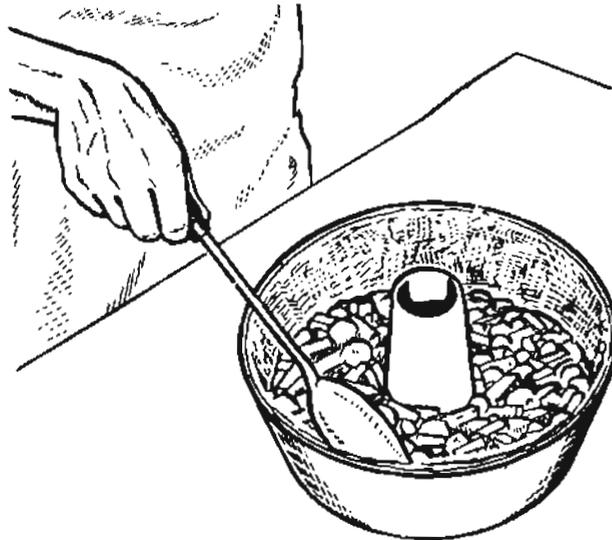
     b *Verifique el espesor del revestimiento con el dedo.*

5º paso *Vacíe el molde y deje escurrir sobre una parrilla.*

6º paso *Pegue cuidadosamente los elementos de adorno en las paredes y fondo del revestimiento.*

79 paso *Rellene el molde.*

a Coloque cuidadosamente el relleno, sin romper la capa de aspic (fig.6).



b Llene el molde sin dejar bolsas de aire.

89 paso *Selle el molde con gelatina.*

99 paso *Deje reposar.*

a Coloque el molde en el refrigerador por varias horas.

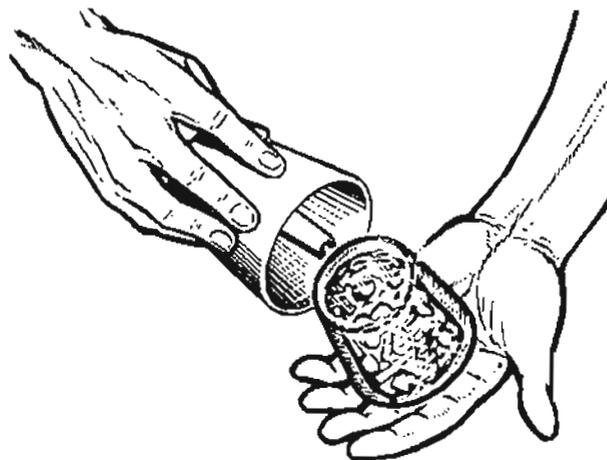
b No congele.

109 paso *Despegue el aspic,* colocando el molde un instante en agua caliente.

OBSERVACION

El agua no debe penetrar en el molde.

119 paso *Voltee el molde rápidamente (fig.7).*



Es una operación manual que consiste en colocar estéticamente alimentos cortados en rebanadas, con el fin de presentarlos con atractivo a los ojos del comensal.

Esta operación se practica de preferencia con carnes, pescados, mariscos, legumbres y quesos que se sirven fríos o calientes.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Rebane el comestible en el tamaño y espesor exigidos por la receta.*

2º paso *Coloque las rebanadas sobre una bandeja.*

a *Acomódelas en el orden con que se van cortando.*

b *Colóquelas en forma ordenada y simétrica.*

OBSERVACIONES

1) Los alimentos calientes se colocan directamente sobre la fuente o plato en que se van a servir.

2) Los comestibles fríos o los que se van a servir fríos, se colocan sobre una bandeja (mise en place).

3º paso *Doble las rebanadas (fig.1).*

CASO I - FORME "ROLLOS"

CASO II - FORME "ESCALERAS"

CASO III - FORME "CUCURUCHOS"

CASO IV - FORME "FLORES"

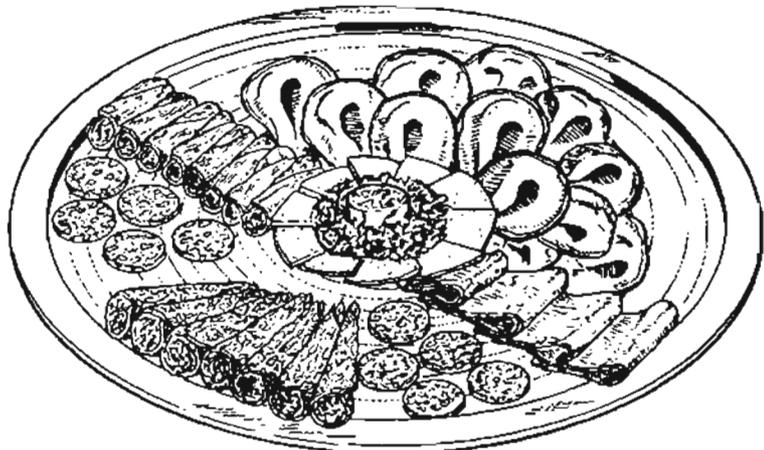


Fig. 1



## OBSERVACION

Doble las rebanadas de modo que la parte directamente visible sea la más bonita de la rebanada.

4º paso *Coloque las rebanadas dobladas.*

a Preséntelas sobre la fuente o bandeja en que las vaya a servir.

b Ponga el lado más bonito hacia arriba.

c Acomódelas de forma tal que no puedan desdoblarse.

## OBSERVACION

Entre otros, los siguientes recursos se emplean para evitar el desdoblamiento de rebanadas:

- Rellenar cucuruchos y flores con un acompañamiento.
- Pegar las juntas con aspic o salsa de acompañamiento.
- Asentar las rebanadas en un zócalo de ensalada.
- Pisar una rebanada con otra.

Es una operación manual que consiste en colocar los manjares que componen un plato en forma estética sobre el material de servicio con el fin de hacerlos atractivos a los ojos del comensal.

Esta operación se practica con todos los comestibles que se sirven en la cocina para el consumo.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso: *Acondicione el material de servicio.*

- a Verifique y repase la limpieza del utensilio.
- b Caliente o enfríe previamente el utensilio, según el caso.

OBSERVACION

Todo alimento caliente se sirve sobre material de servicio precalentado; los platos y fuentes que se utilizan para servir comidas frías deben estar bien fríos.

2º paso: *Forme el espejo del plato, revistiendo el fondo con una capa delgada de gelatina o salsa (fig.1).*



Fig. 1

3º paso: *Coloque el socalo.*

OBSERVACIONES

- 1) Según la simetría o asimetría que se quiera dar al plato, el socalo se coloca en el centro o en una orilla del plato.
- 2) Los alimentos no deben colocarse jamás sobre el borde o ribete de un plato o fuente.

4º paso *Sirva el acompañamiento.*

- a Utilice las herramientas apropiadas.
- b Coloque siempre montoncitos (nunca esparza el producto).
- c Moldee granos y purés con un cucharón o molde.

**OBSERVACIONES**

- 1) En platos calientes, el acompañamiento se sirve sobre los 2/4 superiores del plato o en compartimientos para tal fin, si los hubiese (fig.2).
- 2) Evite manchar el resto de la fuente.

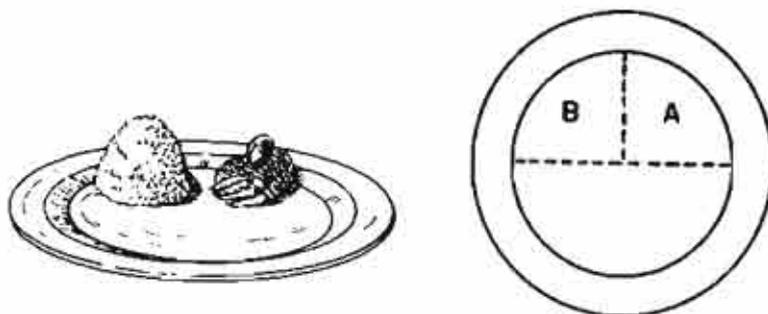


Fig. 2

5º paso *Presente el ingrediente principal.*

- a Colóquelo siempre con el lado bonito hacia arriba y hacia el comensal.
- b Use pinzas, tenedor o paleta para servir carnes, aves, pescados,...
- c Transfiera piezas delicadas con espumadera o las manos.

6º paso *Mapee con salsa.*

- a Recubra sólo el ingrediente al que está destinada la salsa como acompañamiento.
- b Utilice un cucharón porcionador justamente con la capacidad necesaria.

7º paso *Adorne el plato.*

- a Coloque el adorno.
- b Guarnezca, cubriendo la parte menos bonita del plato.

**OBSERVACION**

Según el tipo de plato que se presente y las especificaciones de la receta, uno o varios de los pasos 2º al 6º pueden ser suprimidos.

Es una operación manual que se hace para fraccionar en porciones cortes de carnes, tales como solomo, lomito, paleta, pecho, silla...

Generalmente las carnes que así se trinchan son asados y braseados de res (fig.1), cochino (fig.2), rosbif (fig.3), silla asada (fig.4), que se sirven sin hueso.

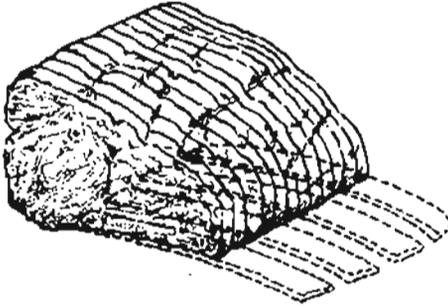


Fig. 1

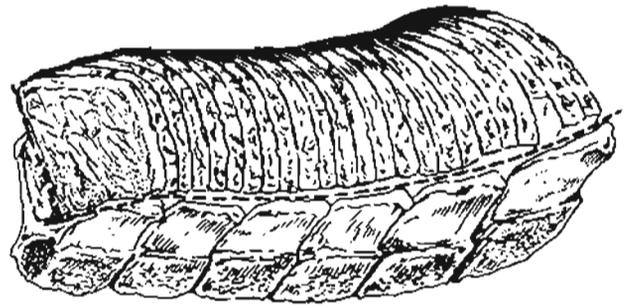


Fig. 2

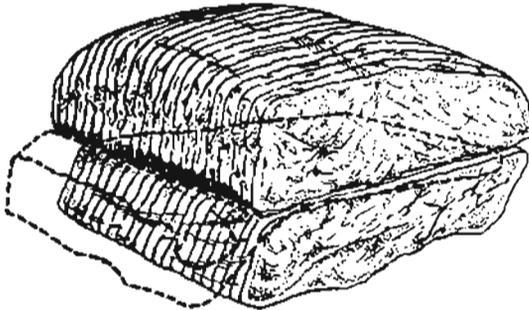


Fig. 3

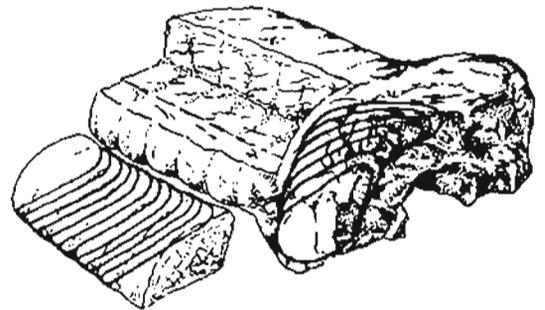


Fig. 4

#### PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Separe la brida.*

- a Corte el bramante.
- b Retire palillos y pinzas.

2º paso *Prepare la carne para cortar.*

- a Recorte "flequillos".
- b Colóquela sobre una tabla de madera con canal.

3º paso *Haga una "cara de corte", utilizando un trinchante largo o cuchillo eléctrico.*

- a Recorte una de las puntas de la pieza.
- b Corte transversalmente la veta de la carne.

#### OBSERVACION

Conserve la punta recortada para aquellas personas que gusten de esta pieza.

49 paso *Deshuese el corte, cavando con el cuchillo entre hueso y carne (fig.5).*

OBSERVACION

1) Utilice un trinchante corto o cuchillo de deshuesar.

Fig.5



2) Procure dejar la menor cantidad de carne junto a los huesos.

50 paso *Trinche la carne.*

- a Sujete con un tenedor, sin pinchar la carne.
- b Rebane paralelamente a la cara de corte (fig.6).

OBSERVACIONES

1) Utilice un trinchante largo o cuchillo eléctrico.

2) El espesor de las rebanadas es especificado por las recetas; las tajadas demasiado finas, pueden deshebrar la carne.

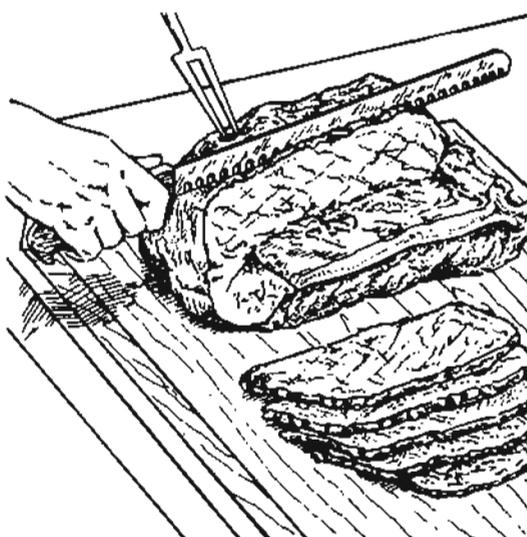


Fig. 6



COCINERO

CIUO: 5-37.30

Es una operación manual que consiste en fraccionar en porciones la carne de pernil no deshuesada, asada, curada o procesada de otra manera. Las piernas que así se trinchan son por lo general de cochino, ternera, carnero o cordero, y se sirven frías o calientes. El trinchaje se hace momentos antes de servir, muchas veces en el mismo salón, frente al comensal.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Coloque el pernil sobre una mesa con el lado exterior (carnoso) hacia arriba.*

OBSERVACION

Utilice tabla de madera con canal.

2º paso *Deshuese la pelvis con cuchillo de deshuesar.*

OBSERVACION

Procure no deshilar la carne.

3º paso *Coloque el pernil en posición de corte, con el lado más carnoso hacia arriba.*

OBSERVACIONES

1) Utilice base para pernils o tabla de madera con canal.

2) La base es indispensable para trinchar correctamente pernils muy grandes (jamones); si no dispone de ella utilice un molde circular de bizcochuelo o una cacerola con el diámetro apropiado.

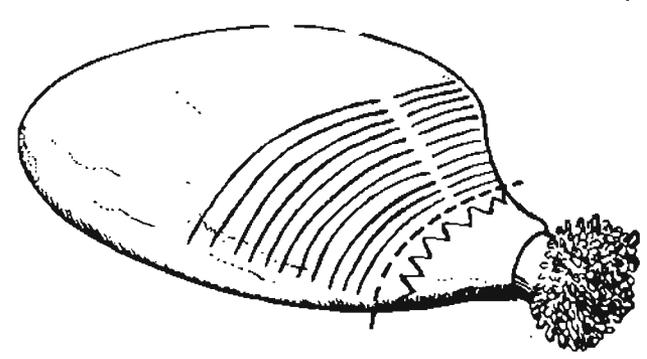
3) La tabla de madera se utiliza preferentemente para trinchar pernils pequeños, especialmente los calientes.

4º paso *Señale el comienzo del corte.*

a Haga una incisión profunda detrás del hueso de la chocoza, hasta el fémur (fig.1).

b Corte perpendicular al fémur.

Fig.1



59 paso *Desprenda la corteza del pernil, con un cuchillo corto.*

- a Deje 1-2 cm de grasa junto a la carne.
- b Termine el corte en el jarrete con una incisión en zigzag.

**OBSERVACION**

Este paso sólo se hace con jamones y pernils de cochino procesados con la corteza.

69 paso *Pula el extremo del hueso del jarrete.*

**OBSERVACION**

Coloque un manguito de papel.

79 paso *Prepare una cara de corte.*

- a Corte una pieza en forma de cuña (fig. 2).
- b Guíe el cuchillo en posición oblicua hacia la raíz del corte hecho en el 49 paso.
- c Separe la rótula.

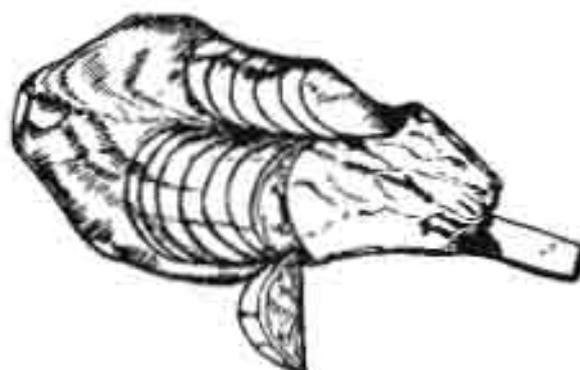


Fig. 2

89 paso *Trinche el pernil (fig.3).*

- a Utilice un trinchanté largo de filo ondulado.
- b Rebane paralelamente a la cara del corte.
- c Corte del lado derecho y del izquierdo del fémur.

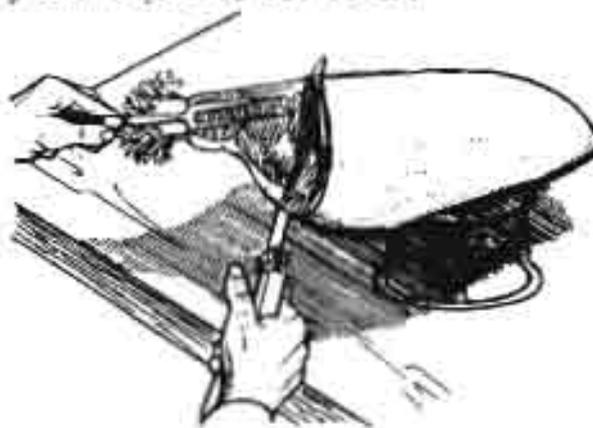


Fig. 3

OBSERVACION

Se puede trinchar primero un lado (fig.4A) y después el otro (fig.4B), o alternadamente una rebanada de un lado y seguidamente una del otro (fig.5). El primer método se emplea por lo general, cuando se trinchan pernils calientes, pequeños, o cuando se trincha la pieza entera de una sola vez; el segundo método es más popular cuando se trincha "a pedido".

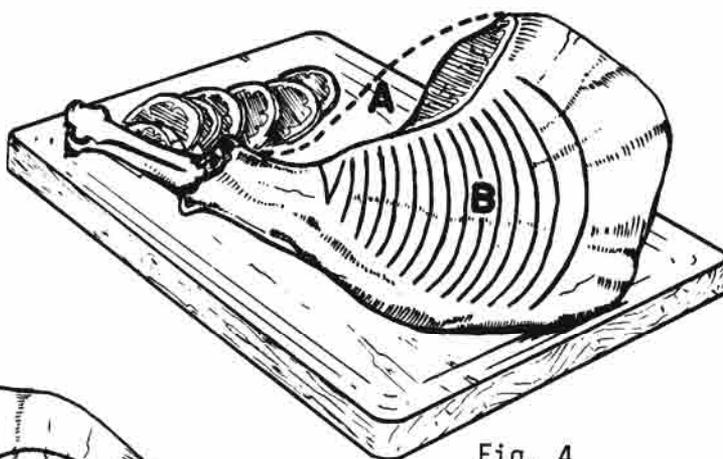


Fig. 4

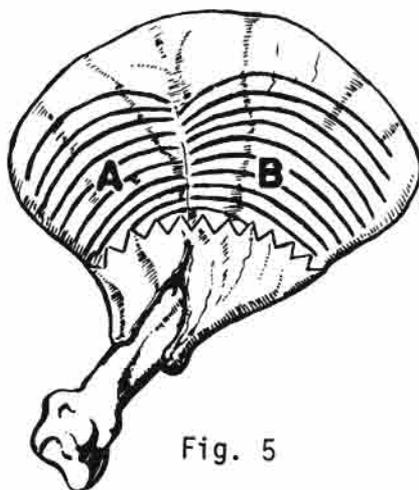


Fig. 5

PRECAUCION

PELIGRO DE CORTARSE. EN ESTA OPERACION SE GUIA EL CUCHILLO CA  
SI EXCLUSIVAMENTE HACIA EL CUERPO; CUIDE DE NO DESLIZARLO CON  
FUERZA.

Es una operación manual que consiste en fraccionar en porciones aves procesadas.

Las aves que así se trinchan son generalmente pollos, pavos, patos, codornices y similares, asadas, cocidas o procesadas de otra manera. El trinchaje se hace un momento antes de servir el ave, muchas veces en el mismo salón, frente al comensal.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Separe la brida.*

**OBSERVACION**

Procure no romper la piel del ave.

2º paso *Separe el hueso en forma de "Y".*

3º paso *Coloque el ave en posición para trincharla, con el pecho hacia arriba.*

**OBSERVACION**

Use tabla de madera con canal.

4º paso *Separe los muslos.*

a Sujete el muslo con un tenedor (fig.1).

b Separe el muslo con trinchantes de aves.

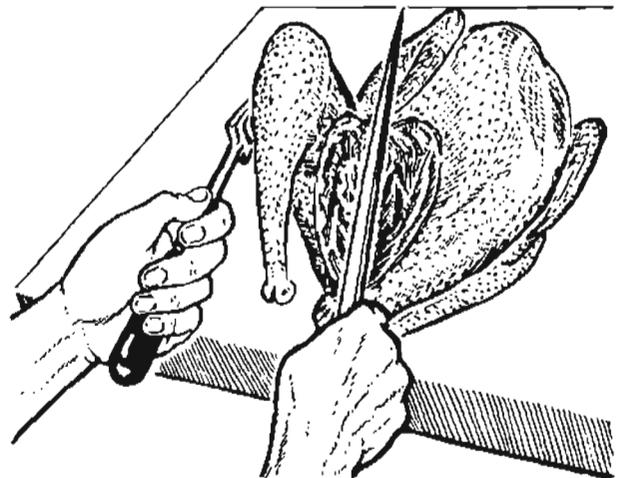


Fig. 1

5º paso *Trinche los muslos.*

**OBSERVACION**

Divida en 2 - 3 piezas, según tamaño.

6º paso *Trinche el pecho.*

*CASO I - AVES PEQUEÑAS*

- a Sujete el pecho con el tenedor.
- b Corte a lo largo del esternón y espinazo (fig.2)
- c Recorte el costillar.
- d Divida el pecho con un corte oblicuo del centro hacia el ala.

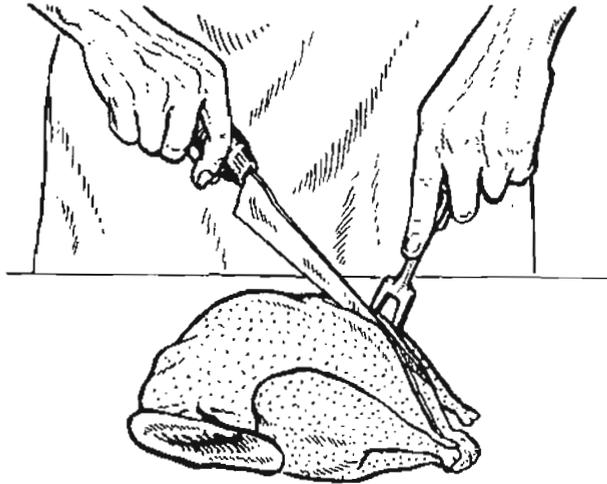


Fig. 2

*CASO II - AVES GRANDES*

- a Sujete el ave con el tenedor.
- b Recorte las alas en la coyuntura con el pecho.
- c Rebane el pecho.

OBSERVACIONES

El trinchaje del pecho de las aves grandes se hace en tres modalidades.

- a Pollos, pavos, gallinas... Se corta el esternón hacia abajo (fig. 3).

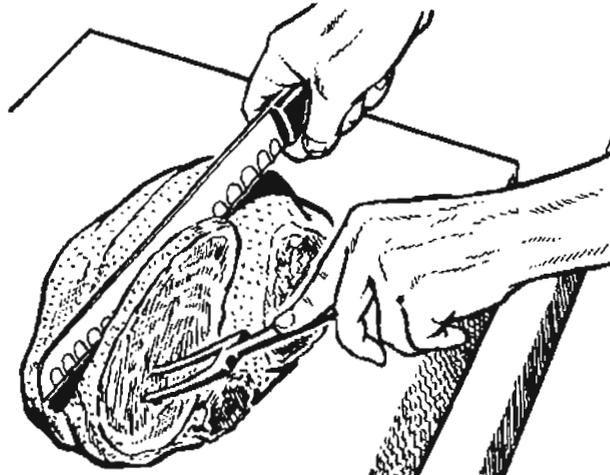


Fig.3



b  Gansos: Se rebana de la raíz del ala hacia el esternón (fig. 4).

c  Patos: Se trincha paralelamente al esternón con cortes verticales para obtener "agujas" (fig.5).

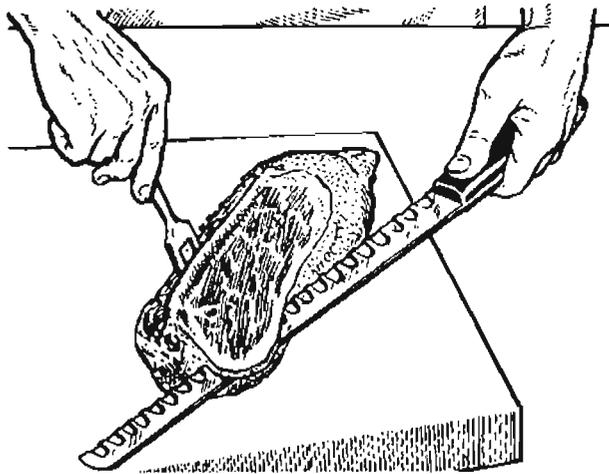


Fig. 4

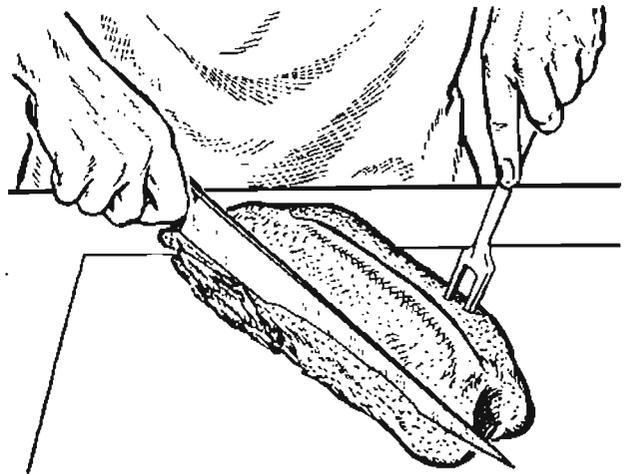


Fig. 5

7º paso *Presentar el ave.*

a  Componga las partes lo más aproximadas a su forma original.

b  Sirva en el menor tiempo posible.

Es una operación manual que se hace para dividir, en porciones y filetes, diferentes tipos de pescados. Esta operación se practica con pescados procesados enteros y que han de servirse fríos o calientes, sin espinas.

El trinchaje de pescados se hace un momento antes de servirlos, muchas veces sobre un "gueridon" o mesa de "buffet", frente al comensal.

PROCESO DE EJECUCION

1º paso *Coloque el pescado en posición de trinchar.*

a Retírelo cuidadosamente de su fondo de cocción (fig.1) usando tenedor y cuchara.

b Póngalo "de lado" sobre un plato o fuente pre-calentados.

Fig.1



29 paso. *Separe las aletas dorsal y ventral con el tenedor y la cuchara si es necesario (fig.2).*

OBSERVACION

Cuide de no deshacer la carne del pescado.

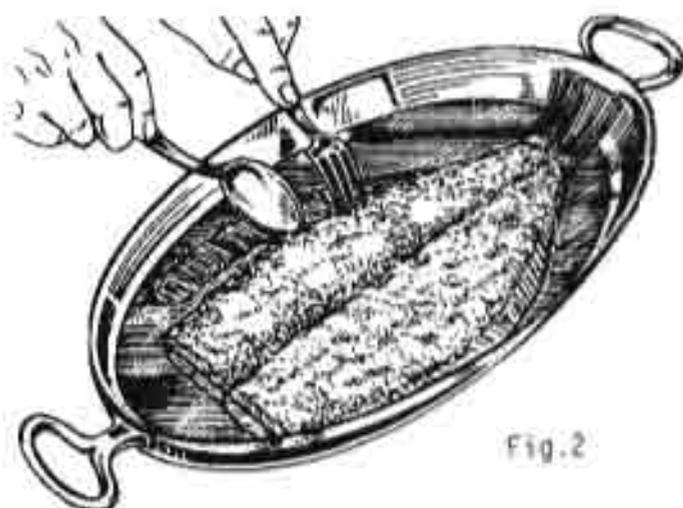


Fig. 2

30 paso. *Retire los filetes superiores.*

CASO I - PESCADOS FUSIFORMES

a Introduzca el tenedor por la espina central junto a la cab za.

b Introduzca el cuchillo de pescado junto al tenedor.



Fig. 3

c Deslice el cuchillo sobre las espinas, hacia la cola (fig.3).

d Coloque el filete sobre el plato en que se va a servir, con ayuda del cuchillo y el tenedor.

CASO II - PESCADOS APLASTADOS

- \_\_\_ a Desprenda los filetes a lo largo de la espina central.
- \_\_\_ b Sujete el pescado con el tenedor clavado entre las espinas.
- \_\_\_ c Separe los filetes con una cuchara (fig.4) y póngalos sobre un plato.



Fig.4

4º paso: *Separe la cabeza y la espina central.*

- \_\_\_ a Pinche la cabeza debajo de las branquias.
- \_\_\_ b Introduzca el cuchillo debajo de la espina dorsal, junto a la cabeza.
- \_\_\_ c Alce la cabeza y deslice el cuchillo hacia la cola (fig.5).



Fig. 5

OBSERVACION

En ciertos casos los pescados se presentan sin la cabeza.

5º paso *Coloque los filetes inferiores sobre el plato.*

OBSERVACION

La piel debe quedar hacia arriba y las partes más carnosas (extremo de la cabeza) siempre hacia la derecha.

6º paso *Separe la piel, desprendiéndola de la cabeza hacia la cola.*

OBSERVACION

Todas las partes no comestibles (cabeza, espinas, piel, aletas...) se colocan en un recipiente aparte conforme se separan.

7º paso *Trinche los filetes, haciendo cortes rectos y perpendiculares (figs. 6 y 7).*

OBSERVACIONES

- 1) Utilice un cuchillo muy afilado y una pala de pescado.
- 2) Procure no deshacer el pescado.
- 3) Solamente se trinchan los filetes de pescados grandes, de tal tamaño, que uno de los filetes enteros sea demasiado como porción.

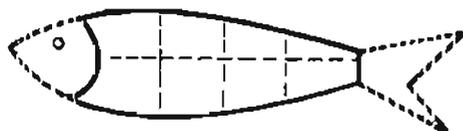


Fig. 6

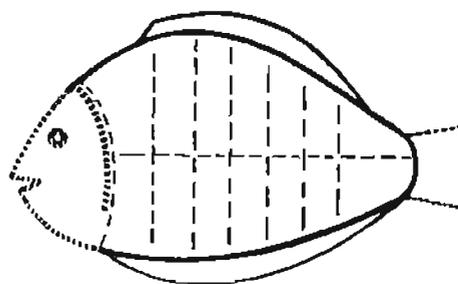


Fig. 7

Es una operación manual que consiste en desprender del caparazón la carne de los crustáceos y fraccionarla. Esta operación se hace principalmente cuando el crustáceo se presenta después en su misma concha; por lo tanto es importante cuidar el buen aspecto y conservación del caparazón.

Los crustáceos que así se trinchan son langostas, bogavantes y otros de cola larga que se sirven generalmente fríos "a la bella vista".

#### PROCESO DE EJECUCION

##### *CASO I - PRESENTACION DEL CRUSTACEO ENTERO*

1º paso *Separe la cola del cuerpo con un cuchillo de deshuesar.*

a *Atraviese la membrana que une la cola al cuerpo.*

b *Desprenda la cola con la mano.*

#### PRECAUCION

*LAS PUAS EN EL CAPARAZON PUEDEN INFRINGIR HERIDAS DOLOROSAS. PROTEJASE LAS MANOS SUJETANDO ESTOS CRUSTACEOS CON UN PAÑO DE COCINA.*

2º paso *Separe la membrana de la parte inferior de la cola, cortándola con tijeras en la unión con la parte superior (fig.1).*

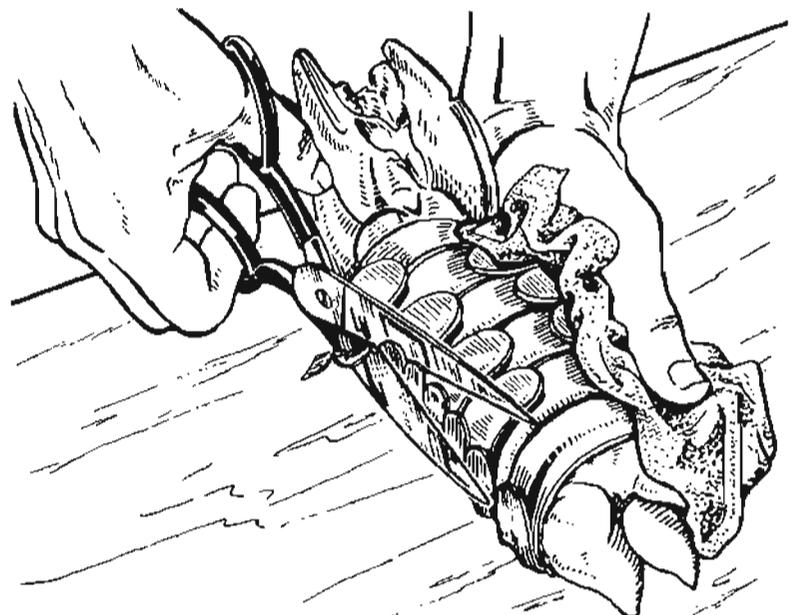


Fig. 1

39 paso *Retire la carne de la cola (fig.2).*

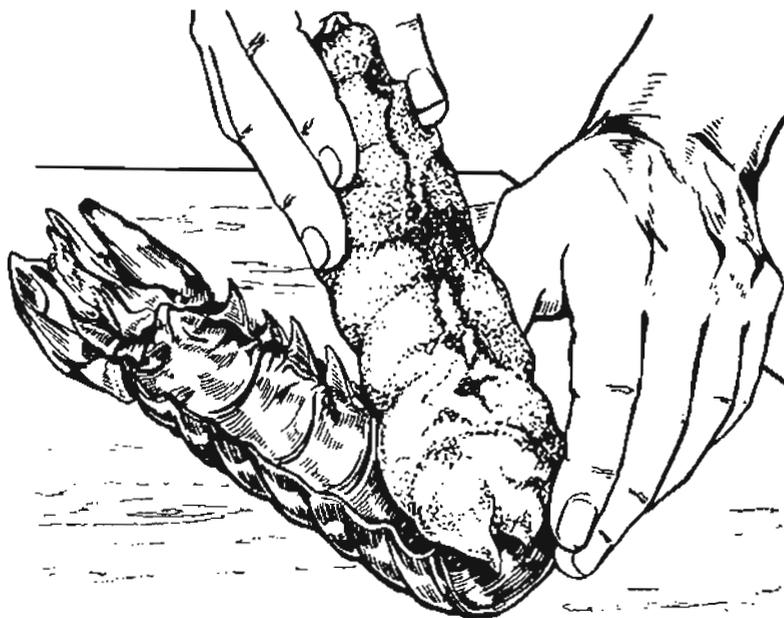


Fig. 2

40 paso *Trinche la carne con el trinchanté de filetear.*

OBSERVACIONES

- 1) Corte rebanadas de 3 a 6mm de espesor, oblicuamente al sentido de la cola (fig.3).
- 2) Rebane desde la punta hacia el cuerpo.

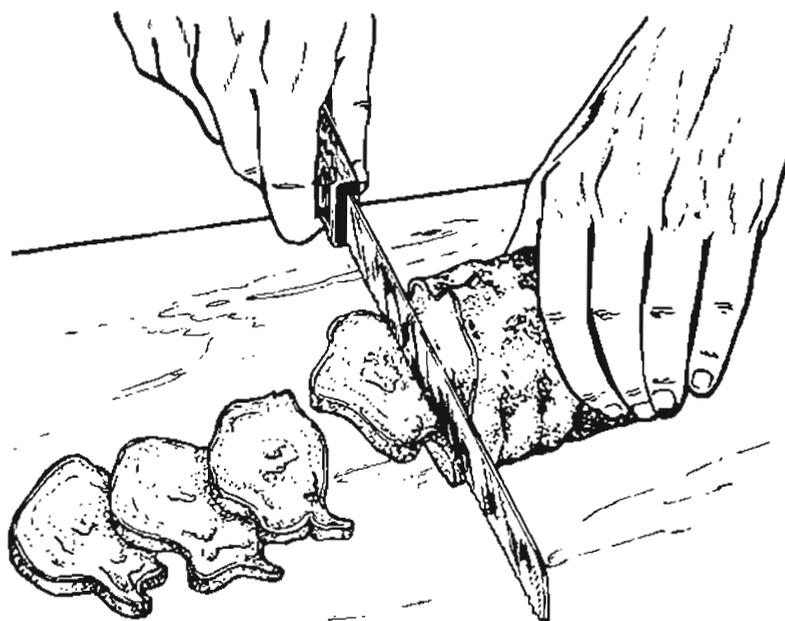


Fig. 3

59 paso *Escorra las rebanadas sobre una parrilla.*

69 paso *Destripe la carne con una aguja.*

79 paso *Abra las tenazas en el caso del bogavante.*

a *Retire las tenazas del cuerpo.*

b *Rompa el caparazón cuidadosamente con el talón del trinchante (fig. 4).*

c *Saque la carne de las tenazas.*

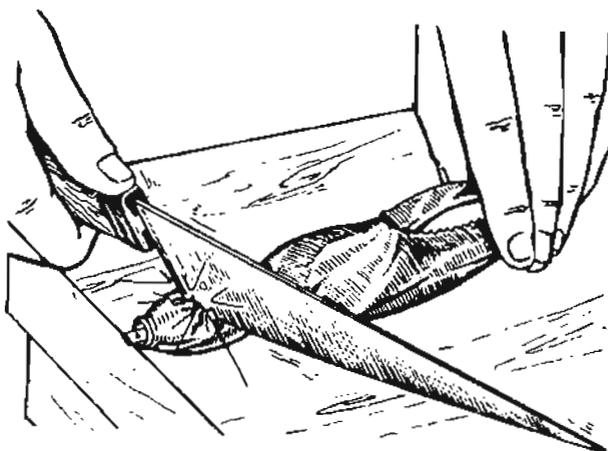


Fig. 4

89. paso *Limpie el caparazón del cuerpo.*

a *Vacíe el cuerpo con ayuda de una cucharilla.*

b *Separe el coral en un recipiente aparte.*

#### CASO II - PRESENTACION EN MITADES

19 paso *Hinque la punta del cuchillo en el dorso del crustáceo con el trinchante grande.*

#### OBSERVACION

Sujete fuertemente el crustáceo con una de las manos.

#### PRECAUCION

PELIGRO DE CORTARSE. NO DEJE ESCAPAR EL CUCHILLO.

29 paso *Divida el crustáceo en dos mitades iguales con el trinchante grande.*

\_\_\_a Corte a través de la carne y caparazón.

\_\_\_b Divida a lo largo (fig.5).

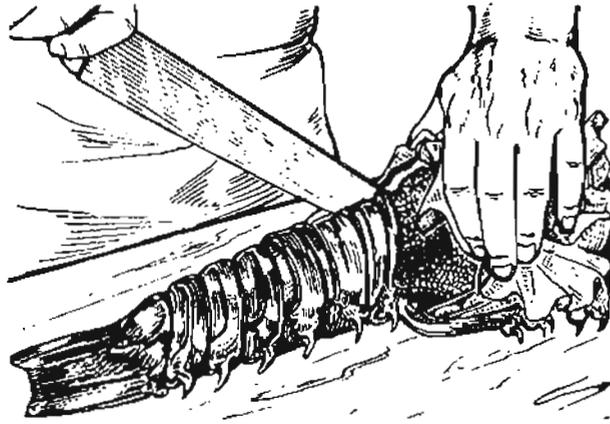


Fig. 5

39 paso *Separe las mitades.*

49 paso *Retire la tripa a lo largo de la cola (fig. 6).*

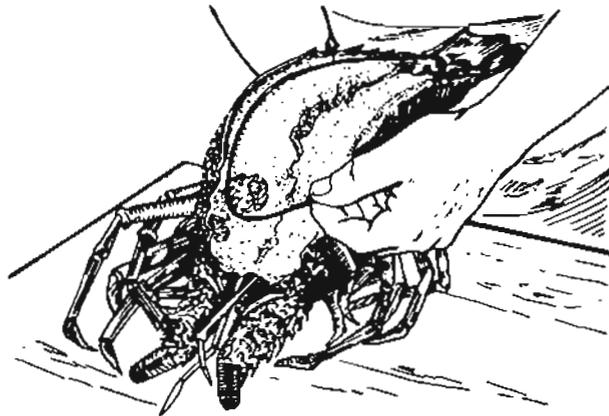


Fig. 6

59 paso *Desprenda la carne.*

69 paso *Trinche las medias colas.*

79 paso *Abra las tenazas, en el caso del bogavante.*

\_\_\_a Retire las tenazas.

\_\_\_b Rompa el caparazón de las tenazas.

\_\_\_c Saque la carne.

\_\_\_d Escurra la carne.

89 paso *Limpie el caparazón para uso posterior.*

OBSERVACION

Conserve el coral en un recipiente aparte.

HOJAS DE INFORMACIÓN  
TECNOLÓGICA

Los materiales y equipos de limpieza sirven para desprender la suciedad de los equipos de trabajo y mantener el ambiente de la cocina en condiciones de higiene y salubridad. Su función, combinada o no, con la fuerza física, es la de ayudar a remover la suciedad, generalmente por el proceso de fricción.

TIPOS

MAQUINAS DE LAVAR

Características.

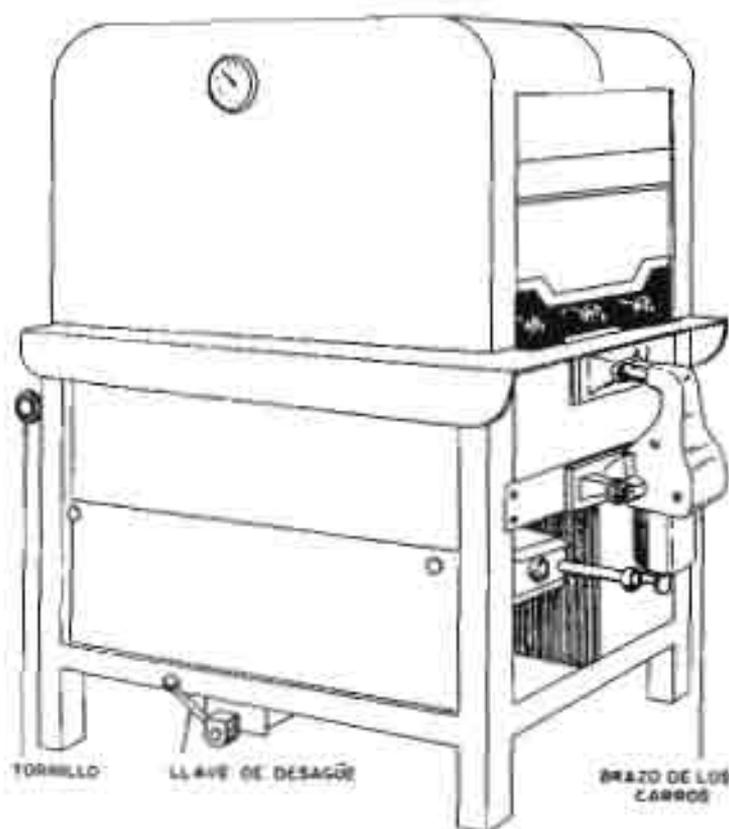


Fig. 1

TORNILLO LLAVE DE DESAGÜE BRAZO DE LOS CARROS

Son construidas en acero inoxidable en diversos tamaños y capacidades y utilizadas para lavar, enjuagar y a veces esterilizar lozas, cubiertos y vasos (fig.1).

El lavado es realizado con chorros de agua caliente, y detergente, repartidos por brazos giratorios que alcanzan la superficie a ser lavada.

El enjuague es hecho independientemente con agua caliente para

retirar los residuos de jabón y esterilizar el utensilio.

Las máquinas de lavar pueden ser calentadas a gas, a vapor, o eléctricamente. Las calentadas a vapor disponen de esterilización suplemental.

Partes principales (fig.2):

- a Tanque de agua para lavado y enjuague.
- b Brazos giratorios.
- c Bomba de circulación de agua.
- d Mesa lateral con correderas para las cajas.
- e Surtidores de control.

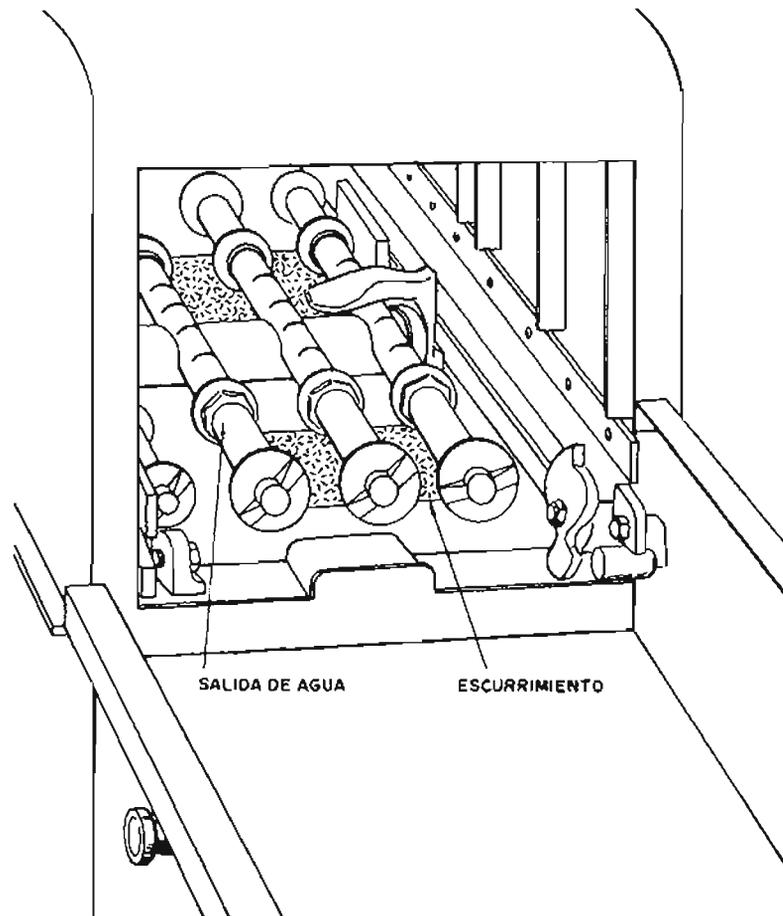


Fig.2

Hay máquinas automáticas y semi-automáticas provistas de instrumentos de control tales como termostatos (control de temperatura), termómetros (indicación de temperatura), interruptores (control del tiempo para lavar), y mezcladores de detergente y agua.

#### Usos

Las máquinas sólo lavan suciedad de fácil desprendimiento, si es necesaria una remoción de los residuos mayores y el control posterior del trabajo para comprobar el estado de limpieza perfecto.

Para lavar la temperatura mínima corresponde a 60°C, y para esterilización 83°C.

#### FREGADORAS

Constituidas de acero inoxidable son utilizadas para lavar manualmente los diversos utensilios de la cocina. Las fregadoras pueden ser simples, dobles o triples, provistas de válvulas de desagüe que se cierran y conectadas directamente a una trampa de grasa; lateralmente las fregadoras disponen de escurrideros.

Los grifos, generalmente, están provistos de brazos giratorios y válvulas de control para el agua caliente y fría.

En las fregadoras para cacerolas se sumergen los utensilios para lavar y se friega con diversos artefactos de limpieza. Cuando las fregadoras son triples se utiliza: una para el lavado inicial, y otra para agua con detergente y la tercera para enjuagar con agua limpia y caliente.

#### TRITURADORES DE RESIDUOS

Son equipos metálicos utilizados para moler restos de comida y otros que son eliminados por el sistema de cloacas.

Estos equipos vienen generalmente embutidos en la mesa de trabajo o en las fregadoras.

Las partes principales son:

- a Alimentación de agua.
- b Mecanismo de trituración.
- c Motor para accionar el mecanismo.

El control de los trituradores se hace por medio de interruptores, y según el tipo, disponen de un sistema más o menos completo de regulación. La utilidad de los trituradores consiste en evitar la acumulación de desperdicios de fácil descomposición en la cocina.

#### *UTENSILIOS DE LIMPIEZA*

Existen varios tipos y tamaños de los diversos materiales de limpieza. Los principales son: cepillos, escobas, raspadores, estropajo, rodo, baldes, esponjas y paños de limpieza.

#### Escobas y cepillos

Escobas con cerdas de acero: se utilizan para fregar superficies de hierro fundido y sebo de cocina.

Escobas pequeñas con cerdas de fibras o productos sintéticos suaves: se utilizan para limpieza de pequeños recipientes.

Cepillos con cerdas sintéticas o de fibra dura de tamaño medio y grande: se destinan a la limpieza y lavado de paredes, equipos y recipientes grandes.

Cepillos de fibra sintética para lavar vasos: poseen un mango sobre la punta opuesta en donde quedan las cerdas dispuestas en forma de corona. Sirven para lavar el interior de los objetos de cristal y otros recipientes cilíndricos estrechos.

Escobas de fibra dura o cerda sintética: se utilizan para limpiar pisos.

#### Raspadores

Generalmente fabricados de acero para limpiar las planchas, el fondo y las paredes de la cacerola.

#### Rodilla y rodo

Son utilizados para lavar y secar los pisos.

Tienen un mango como el de la escoba común (rodilla), pero en, lugar de las cerdas poseen material absorbente o una



lámina de goma (rodo).

#### Baldes

Hechos de metal o plástico. Sirven para llevar el agua limpia o con detergentes. En los baldes también se recoge el agua sucia de los trapos del piso.

#### Esponjas

De acero o espuma de goma, sirven para sacar manchas o incrustaciones en utensilios de metal. Las esponjas de acero arañan levemente los metales, dándoles brillo. No deben ser usadas en materiales de acero inoxidable.

Las esponjas de goma se usan para limpiar superficies de materiales delicados, tales como plásticos y lozas.

#### Paños de limpieza

Utilizados para limpiar o lavar con agua y jabón superficies que no necesitan de limpieza fuerte. Hay paños de cocina destinados a secar superficies lavadas.

#### OBSERVACION

Para facilitar el transporte de los instrumentos de limpieza se puede hacer uso de un carrito al cual son incorporados varios de los utensilios antes descriptos.

#### MANUTENCION

Todos los materiales de limpieza deben ser guardados en buen estado y manipulados cuidadosamente, para prolongar su tiempo de uso. Los equipos mecánicos deben ser revisados periódicamente por técnico especializado y los defectos comunicados inmediatamente al superior.

Las máquinas de lavar y fregadoras deben ser limpiadas por lo menos, después de cada etapa de trabajo.

La limpieza general se hace una vez por semana.



Verificar periódicamente la máquina de lavar, las conexiones de las fregadoras y las trampas de grasa.

PRECAUCIONES

- 1) VERIFICAR LAS CONEXIONES ELECTRICAS DE LA MAQUINA DE LAVAR PARA EVITAR UN CORTO CIRCUITO.
- 2) NO MOJAR LAS INSTALACIONES ELECTRICAS.
- 3) EN LOS EQUIPOS DE GAS, ASEGURARSE QUE LAS LLAVES ESTEN APAGADAS Y LAS LLAMAS-PILOTOS ENCENDIDAS, EN CASO DE SU EXISTENCIA.



Son productos que disuelven y ayudan a remover grasas y otros residuos de equipo, utensilios y del ambiente de trabajo.

Estos productos son utilizados conjuntamente con materiales y equipos propios, teniendo como vehículo, generalmente, el agua.

Los productos de limpieza son composiciones químicas industrializadas y muchas veces corrosivos y venenosos.

#### TIPOS Y CARACTERISTICAS

*Jabones:* preparados en forma líquida, sólida y en polvo. Son productos concentrados en dosis más o menos fuertes y generalmente caústicos.

*Detergentes:* son productos sintéticos con características y usos similares a los de los jabones. Los hay de distinta composición química y de diferentes grados de concentración.

*Limpia-hornos:* son detergentes en pasta o líquidos y altamente concentrados. Son empleados sin mezclar con agua, en superficies metálicas que presenten incrustaciones de grasa quemada. No deben ser utilizados en utensilios que entren en contacto con el alimento. Se aplican con cepillos o esponjas. Se deja que el producto actúe sobre el metal y después se remueve con agua.

*Limpiadores desoxidantes:* son mezclas líquidas o en polvo, utilizadas para remover las manchas de oxidación que cubren los metales, manteniéndolos limpios y brillantes.

Además de los productos comerciales, estos compuestos pueden ser preparados en la cocina, a base de ácidos (jugo de limón y vinagre) y harina. Se hace una pasta y se aplica fregando sobre los metales con la ayuda de un paño.

©  
CENTRO FOR  
BIBLIOTECA

SERVICIOS DE HOSTELERIA,  
BARES Y SIMILARES

CODIGO DE TEMAS TECNOLOGICOS



*Salmuera:* es una disolución concentrada de sal y agua utilizada en lugar de limpia-hornos. Se aplica, generalmente, sobre metales calientes; se friega con cepillo y se remueve con agua limpia. La salmuera por no ser venenosa puede ser utilizada en chapas y parrillas que entran en contacto con alimentos.

*Piedra pomez:* son productos naturales o sintéticos que sirven para sacar manchas, en seco o con poca agua, de metales oxidados o para remover incrustaciones no grasosas.

*Sapolio:* producto industrial resultante de la mezcla de jabón con arena fina. Sirve para dar brillo y retirar pequeñas suciedades de los utensilios de cocina. Se usa fregando sobre los metales con la ayuda de esponja o paño.

*Lijas:* de granulosidad media y fina; son usadas para limpieza de las partes externas de los hornos, de los cuchillos de acero y de otras superficies de hierro propensas a oxidarse.

*Alcohol:* es usado en baja concentración para complementar la limpieza, con el doble objetivo de esterilizar los recipientes y para dar brillo en los platos y vasos. En este caso debe ser aplicado con el auxilio de repasador de vasos.

*Soda cáustica:* altamente corrosiva y venenosa, es usada disuelta en agua para limpieza de los quemadores de los fogones y para limpiar las cajas de grasa. Los quemadores de los fogones son hervidos agregándose una porción de soda cáustica.

*Queroseno:* usado para limpieza de filtros en donde se alojan grasas y detritos volátiles absorbidos por los extractores.

#### PRECAUCIONES DE USO

Todos los productos de limpieza deben ser removidos completamente con agua antes de usar el recipiente. Hay peligro, en caso de limpieza incompleta, de envenenamiento o de mal sabor.



PRODUCTOS DE LIMPIEZA

Algunos productos a base de ácido pueden atacar las manos que deben protegerse con guantes. Es desaconsejable el uso de de terminados productos cuando existe alguna herida.

Se recomienda estudiar las instrucciones de uso de los fabrican tes de cada producto de limpieza.

ALMACENAMIENTO

Cuidados especiales se deben tomar para guardar estos materia-  
les.

- a Deben ser apartados de los comestibles.
- b No se deben mezclar los productos.
- c Deben ser conservados en lugares secos y ventilados.

Son utensilios que sirven para recibir los alimentos utilizados en la co ci na.

Según el material con que son hechos sirven para preparar, calentar y con serv ar alimentos.

Los recipientes de cocina son hechos de metal (acero inoxidable, alumi-  
nio, hierro, cobre...) madera, plásticos, cerámica y vidrio.

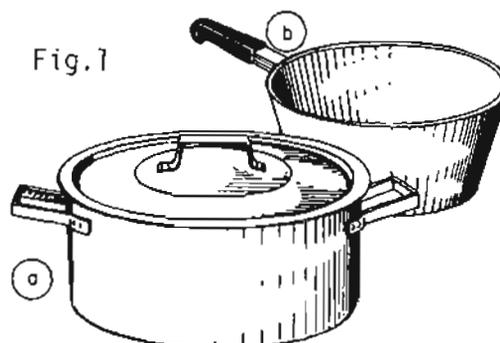
### TIPOS Y CARACTERISTICAS

#### *RECIPIENTES PARA COCCION*

*Cacerolas:* son todos los recipientes usados en la cocina para la cocción de los alimentos. Son fabricados en acero inoxidable, aluminio, cobre, hierro fundido y hierro esmaltado, no obstante algunos de estos materiales no son aconsejables en la cocina. Las cacerolas varían de tamaño, forma y capacidad. Varían de 2 a 30 litros pudiendo ser más altas o más anchas conforme la necesidad del uso. Las cacerolas sirven para cocinar, guisar, estofar, etc., los alimentos. La elección de los tipos y tamaños es hecha según las necesidades de servicio. Por lo menos dos tipos de cacerola son encontrados en la cocina:

a Cacerolas con dos asas de distintas capacidades (fig.1a).

b Cacerolas cónicas con mango, cuya capacidad generalmente va de 1 a 5 litros (fig. 1b).



*Calderones:* son recipientes de forma cilíndrica, que poseen dos mangos y hechos generalmente de aluminio. Otros materiales como cobre y hierro fundidos pueden ser utilizados en la confección de los calderones. Los calderones se destinan a los mismos trabajos de las cacerolas solamente que por su capacidad permiten la preparación de mayor cantidad de alimentos. Su capacidad varfa de 5 a 100 litros (fig.2).



Fig.2

*Cacerolas de tipo braera:* son recipientes de base rectangular, hechos de acero inoxidable, cobre o aluminio. Primitivamente, por falta de horno, se destinaban a la colocación de brasas encima de la tapa para favorecer la distribución del calor. En ellas se preparan carnes y aves en los trabajos en que se requiere calor estable durante la cocción con un mínimo de evaporación. Por lo tanto, la tapa debe estar bien ajustada. Estos recipientes también son útiles para hervir o escalfar carnes (fig.3).



Fig.3

*Sartenes:* son recipientes de acero eventualmente de aluminio grueso o cobre, de base circular con los bordes bajos y que se utilizan para dorar alimentos y para la preparación de tortillas y "omelettes" diversas. De acuerdo con su uso, las sartenes pueden tener borde inclinado o vertical. (fig.4).

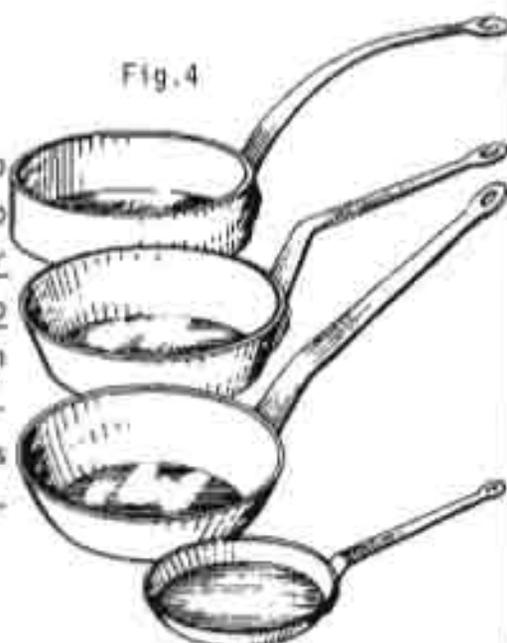
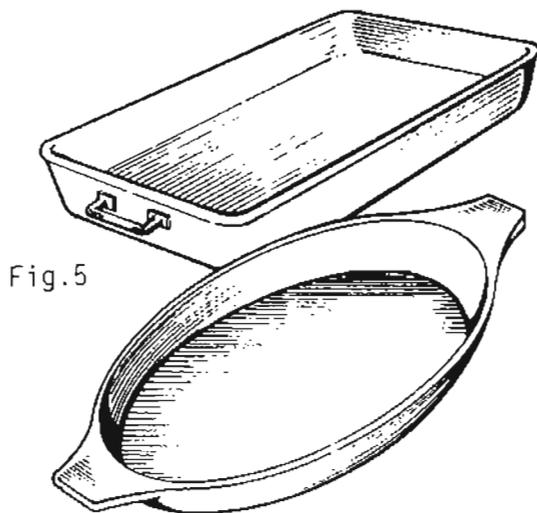


Fig.4

Cada sartén deberá destinarse a trabajos específicos (dorar carnes, vegetales o pescados) para no provocar mezcla de sabores. Las sartenes, preferentemente no deben ser lavadas, pero sí deben limpiarse con un paño seco y sal.

*Las asaderas:* son piezas generalmente de base rectangular u oval con el borde de 5 a 10 cm de altura. Son hechas de aluminio grueso o hierro y se utilizan para asar en el horno carnes, aves y pescados grandes. También se utilizan para freír y tostar ingredientes de algunos de los fondos de cocina. Se debe seleccionar el tamaño de la asadera en función del comestible que va a ser



asado, evitándose la presencia de superficies no ocupadas por el alimento. Las asaderas más livianas y de bordes más bajos se destinan a cocinar masas y sirven para baño María (fig.5).

#### RECIPIENTES DE CONSERVACION

Para conservación o almacenamiento de los alimentos crudos y cocidos en refrigeradores o congeladores, se usan gran variedad de recipientes. Generalmente son fabricados de material inoxidable de preferencia plástico, acero inoxidable y vidrio refractario. Para aprovechamiento del espacio, generalmente, estos recipientes son de base rectangular o cuadrada. En el almacenamiento en heladeras debe tenerse el cuidado de no juntarlos, a fin de que la circulación de aire sea perfecta.

*Fuentes rasas:* tienen la forma de bandeja y son generalmente hechas de metal, material plástico o vidrio refractario. Se utilizan principalmente para conservar alimentos bajo refrigeración, permitiendo un mejor enfriamiento debido a que su forma deja amplia superficie expuesta.



Fig. 6

*Fuentes hondas:* de base rectangular, son fabricadas en diversos tamaños, generalmente en hierro esmaltado, aluminio o acero inoxidable. Sirven para almacenar y conservar piezas grandes de carne (rosbif, lomo etc.), la carne para "mise en place", pollos crudos y cocidos y otros alimentos líquidos (fig. 7).



Fig. 7

*Canastos:* de material inoxidable, son fabricadas en diversos tamaños. Se utilizan para almacenar, en refrigeradores, alimentos frescos no líquidos que requieren buena circulación de aire tales como vegetales o frutas y otros comestibles siempre parados (fig. 8).



Fig. 8



*MANUTENCION Y CONDICIONES DE USO*

Es necesario mantener los recipientes siempre limpios y no exponerlos al fuego directo, sin alimentos. En el caso de recipientes no refractarios evite llevarlos al fuego. Golpes con objetos cortantes o puntiagudos pueden arruinarlos. En caso de sartenes nuevas de acero deben acondicionarse con aceite bien caliente antes de la primera aplicación.

PRECAUCIONES

*RECIPIENTES DE METAL CORROSIVO COMO EL COBRE, O ESTAÑO, ALUMINIO, ETC. NO DEBEN SER USADOS PARA LA CONSERVACION DE ALIMENTOS ACIDOS Y SALMUERA. EN CASO DE USO INADECUADO, HAY PELIGRO DE ENVENENAMIENTO DEL ALIMENTO.*

Son utensilios de diversas formas para manipular alimentos. Se utilizan para recibir, transportar, medir, colar, etc. Las herramientas se hacen de materiales tales como metales, fibras, telas, maderas y otros.

TIPOS Y CARACTERISTICAS

Tenedores de cocina: poseen puntas separadas, finas y rectas. Son de diferentes tamaños y utilizados para girar carnes durante el proceso de cocción y para ayudar a trinchar alimentos. Tenedores con puntas muy cortas y gruesas no son recomendables en la cocina pues hieren demasiado las carnes al pincharlas (fig.1).

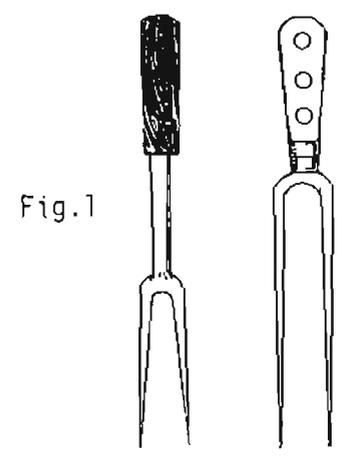


Fig.1

Espátula: las espátulas son un tipo de cuchillo sin filo. Son hechas generalmente de acero inoxidable, de diferentes tamaños. Son utilizadas para girar panques y tortillas, desprender comestibles de la sartén y de otros recipientes (fig.2).

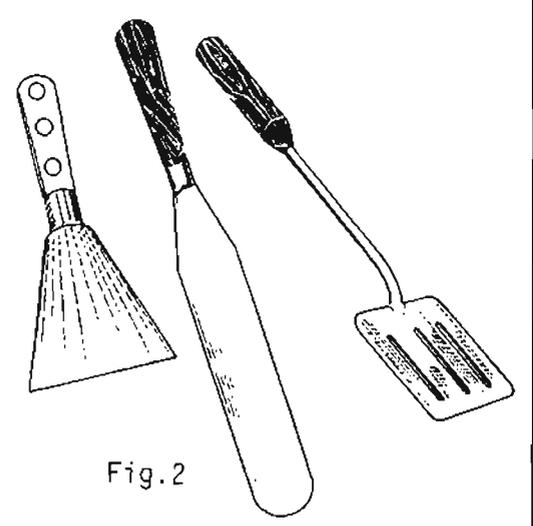


Fig.2

Espumadera: se utilizan las espumaderas para retirar la espuma y los ingredientes de los caldos de cocina. La espumadera es de metal, ligeramente curva y agujereada, con unos diez o quince centímetros de diámetro. El cabo es del mismo material (fig.3).

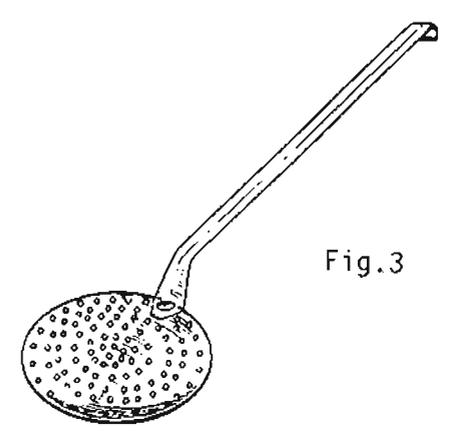


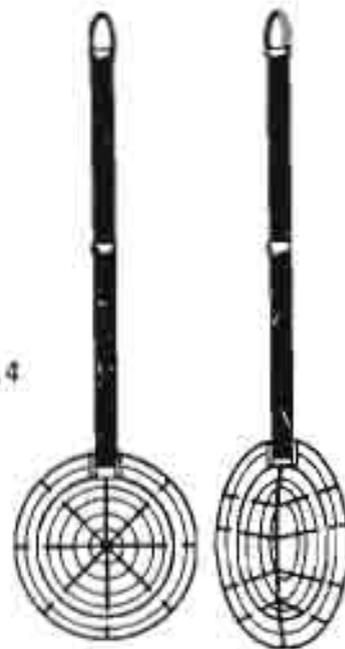
Fig.3

*Cuchara de alambre:* la forma de esas cucharas es más o menos como la de la espumadera.

Estas cucharas están hechas de alambre trenzado en varias formas, alargadas y redondas. (Fig.4)

Sirven para retirar comestibles de líquidos y fritos en general.

Fig.4



*Colador en forma de cacerola:* se hace de aluminio, acero inoxidable u otro material y se usa para separar productos hervidos del agua o del caldo. (fig.5)

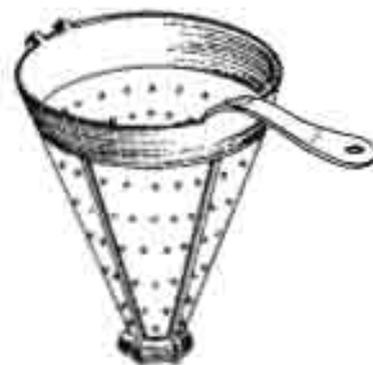
También se utiliza para escurrir ciertos alimentos después de usarlos.

Fig.5



*Colador "Chinois":* se utiliza para pasar sopas, cremas y salsas. Generalmente es hecho de acero o de alambre fino. (Fig.6)

Fig.6



*Espátula o cuchara de madera:* se hacen de madera dura y especial. Los tamaños varían entre 20cm y 1,5m y se utilizan para

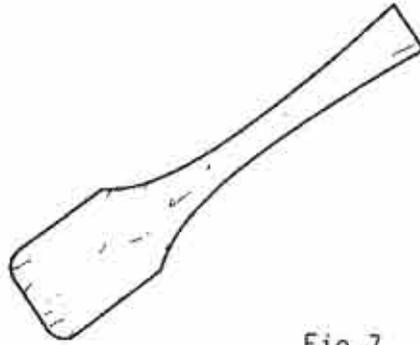


Fig.7



Fig.8

mezclar comestibles en recipientes. Las espátulas son planas y las cucharas son cóncavas en la parte más ancha (figs.7 y 8).

*Cucharones:* se utilizan para medir o transvasar porciones de caldos, salsas y fondos. Hechos tradicionalmente de metal



Fig.9

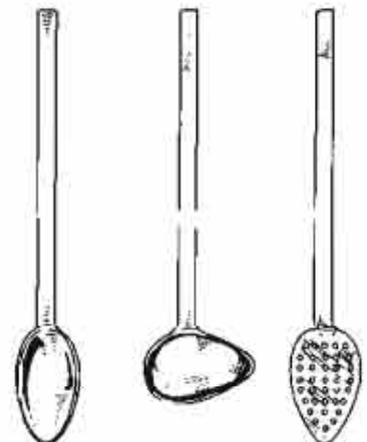


Fig.10

(aluminio o acero inoxidable) tienen la forma de una semiesfera de la cual se prolonga un cabo del mismo metal. Las conchas son fabricadas en diferentes tamaños pudiendo variar su capacidad de 1/4 a 1 litro (fig.9). Los cucharones ovalados que presentan una punta sirven para cubrir de salsa los alimentos. (fig.10).

*Batidores de alambre:* son hechos de alambre flexible y de un cabo en donde estan asegurados. Se utilizan para batir huevos, cremas, salsas, y para hacer masas espumosas y también mezclar comestibles líquidos (fig.11).

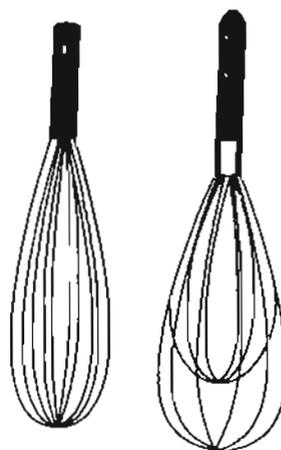


Fig.11

*Batidor de bife*

Se utiliza para achatar carnes crudas previamente cortadas. Es hecho de madera, acero o aluminio y posee un cabo del mismo material. (Fig.12).

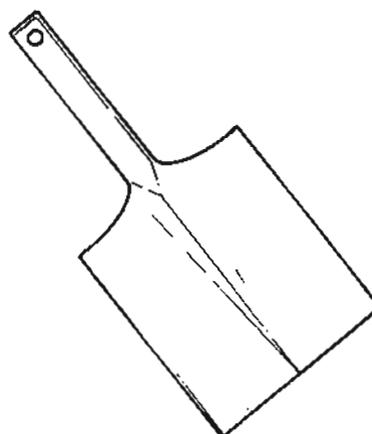


Fig.12

*Palas:* se utilizan para girar alimentos de la plancha o la sartén. Tienen forma cuadrada o rectangular y se hacen de metal más o menos flexible (Fig.13).

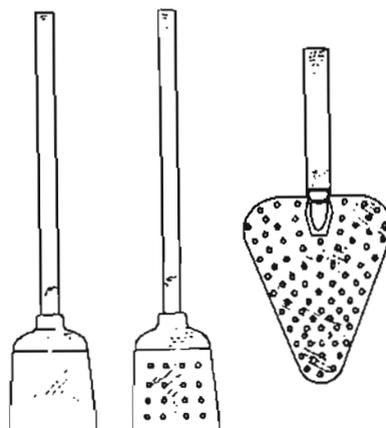


Fig.13

*Exprimidor de purés:* existen varios tipos y tamaños de prensas para purés. Los más utilizados se componen de un recipiente en donde se adapta una tela de metal por donde pasan los alimentos bajo presión (tamiz). Otro tipo menos usado en las grandes cocinas es el de una prensa constituida de una hoja de metal con pequeños agujeros y de un pistón que aprieta los comestibles (fig.14).



Fig.14

*Pisadores:* el más usado es el pisador tipo "champignon" (fig.15). Es una pieza hecha generalmente de madera con la parte inferior combada y de un cabo del mismo material. Es usado para pasar purés por todos los tipos de criba. Hay otros tipos de pisadores como el de poroto y ajo. El de poroto es un pedazo de madera de 60 a 80cm con una de las extremidades más dilatada. El de ajo es una pieza pequeña de madera o metal acompañado de un pilón.



Fig.15

*Tamiz:* consiste en un anillo de madera, plástico o metal en donde se fija una red fina de alambre, plástico, fibra o crin. El tamiz sirve para pasar harinas, legumbres y carnes cocidas, para hacer purés o pastas; en este último caso con auxilio del pisador (fig.16).



Fig.16



## MANUTENCION Y LIMPIEZA

Las herramientas de cualquier tipo o de cualquier finalidad deben ser conservadas limpias y secas. No deben utilizarse nunca para trabajos diferentes a los que están destinadas.

*Utensilios de metal y madera:* lavar con detergente y jabón y secar. Hay casos de utensilios de madera como el cepo, que no es necesario lavarlos.

## CONDICIONES DE USO

Las herramientas de cocina deben ser utilizadas, solamente después de comprobar su limpieza y cuando se presentan en buen estado de conservación.

Son todas las herramientas usadas en la cocina para las diversas operaciones de cortar, triturar, armar, picar y afilar. Hay una gran variedad de herramientas de los tipos indicados, pero no siempre son usadas en todas las cocinas y por todos los profesionales.

TIPOS Y CARACTERISTICAS

*Cuchillos grandes de cocina:* es el cuchillo más largo de la cocina. Tiene una lámina que termina en punta fina. Su forma es generalmente del tipo alemán ( $\pm$  35 cm) teniendo el dorso reforzado hasta el cabo. Sirve para reducir en pequeñas porciones carnes preparadas con hueso, aves, pescados etc.

*Cuchillo para trinchar:* posee más o menos 40cm de largo y se utiliza principalmente para cortar aves. Este cuchillo tiene dos usos porque sirve de hacha pequeña y de cuchillo propiamente dicho. La lámina es fina y dura (fig.1).

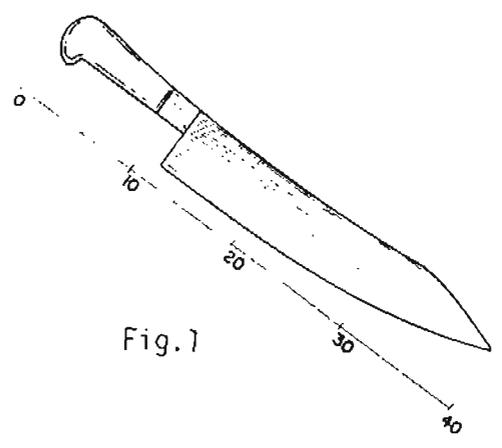


Fig.1

*Cuchillos grandes y medios para carnes:* son todos los cuchillos de carnicero (para carne cruda) que sirven para separar piezas grandes y limpiar carnes. Estos cuchillos generalmente tienen una lámina lisa y rígida y el dorso reforzado. Algunos de ellos tienen las láminas flexibles y curvas (tipo sarracénico). Los cuchillos de carnicero son exclusivamente usados para cortes de carne cruda (fig. 2 a y b).

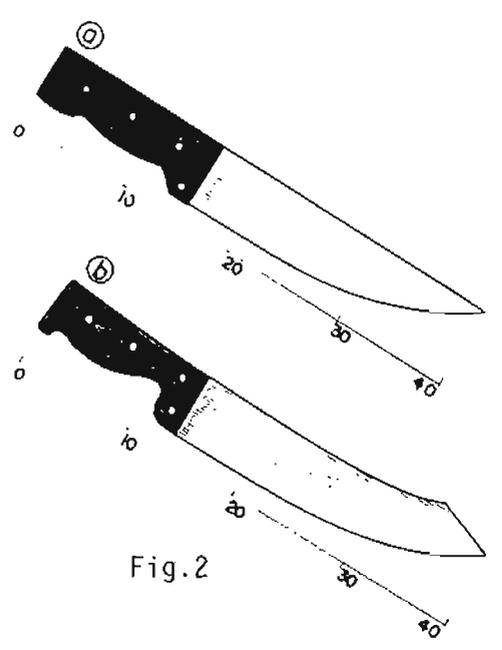
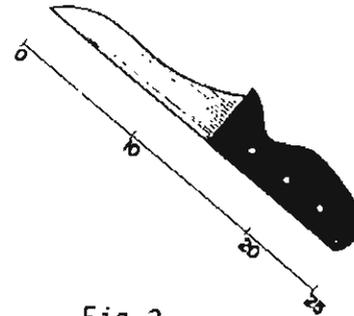
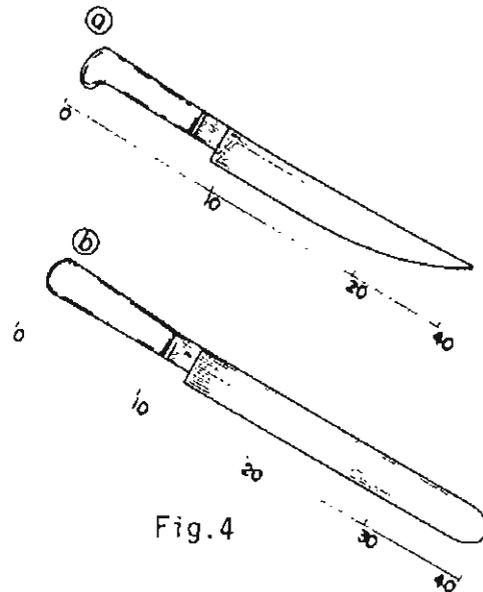


Fig.2

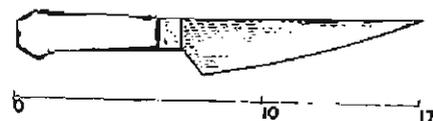
*Cuchillo para deshuesar:* es un tipo de cuchillo de lámina dura y con el dorso reforzado. (Fig.3). Se trabaja asegurándolo como un puñal y sirve para deshuesar carnes. La lámina es lisa y puede ser flexible. El cuchillo de deshuesar no se usa en carnes preparadas.


**Fig.3**

*Cuchillos para filetear:* pueden ser mayores o menores variando de 15 a 35 cm. El tipo mayor es de lámina larga, flexible y estrecha, de tipo francés, con la punta redondeada (fig.4b). El de tipo menor tiene la punta muy fina y sirve para cortar rosbif, carnes asadas y otros fríos (fig.4a). Se usan también para preparar filetes de pescado tipo lenguado.


**Fig.4**
**CUCHILLOS PARA LEGUMBRES Y FRUTAS**

Pueden ser grandes, medios y pequeños. Son utilizados para cortar legumbres en diferentes formas. Tienen la lámina semi-flexible y lisa y el dorso estrecho. Puede ser del tipo americano, francés o alemán variando de 8 a 35 cm. Sirven para cortar y tornear frutas y legumbres. El cuchillo menor se llama también cuchillo de oficio. (fig.5).


**Fig.5**

*Cuchillo para pelar legumbres:* cuchillo de hoja fina y abierta en el medio en sentido longitudinal. Hay un tipo de estos cuchillos que posee la lámina puntiaguda y afilada para sacar los "ojos" de las legumbres (fig.6).

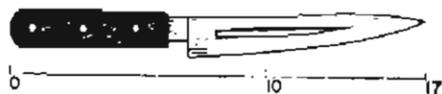


Fig.6

*Cuchillo para pelar frutas cítricas y tomates:* del mismo tipo de los cuchillos pequeños de cortar legumbres, que difiere apenas de los primeros porque posee la lámina en forma de sierra.

*Cuchillo para retirar pulpas:* es un pequeño cuchillo estrecho e inoxidable cuyo empleo principal consiste en retirar la pulpa de las frutas cítricas.

*Mandolín:* tiene la forma de un rectángulo de madera eventualmente con un pie de metal que lo mantiene inclinado en el ángulo ideal para el trabajo. En el centro de la tabla hay dos aberturas en las cuales hay dos láminas. Las láminas son lisas o frisadas o con dispositivos para regular el corte más grueso o más fino. El mandolín se utiliza principalmente para cortar legumbres tales como batatas, zanahorias crudas o cocidas para hacer papas "souffé", etc. (fig.7).

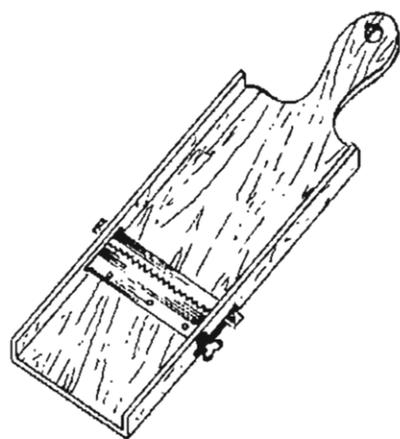
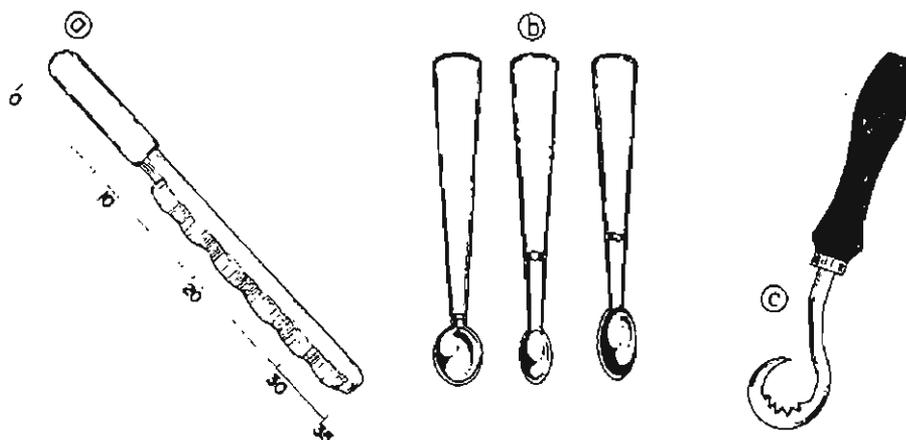


Fig.7

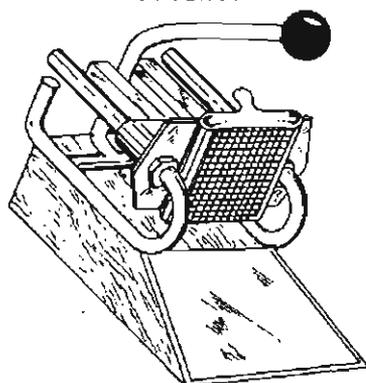
*Cortador para cortes ornamentales:* existen varios tipos de cuchillos para estos cortes, los cuales se diferencian de los cuchillos comunes por la forma de la lámina y por el tipo de cor-

te. El corte puede ser en zigzag u ondulado (fig.8 a) y la lámina puede ser recta, curva o circular. Se utilizan esos cuchillos para dar forma decorativa a las guarniciones y adornos de platos.


**Fig.8**

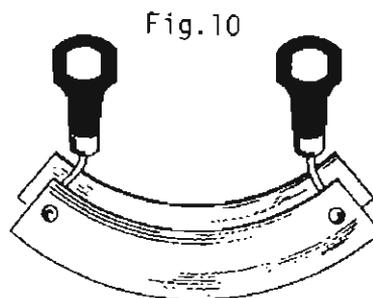
Hay cuchillos decorativos que funcionan como moldes para obtener formas esféricas y almendradas (fig.8 b). Otros son utilizados para formar rollitos de manteca (fig.8 c). Estos tienen la forma de un punto de interrogación y la lámina, raspando la manteca helada, forma rollitos decorativos.

*Cortador de papas "a la francesa"*: es un instrumento útil para obtener un corte rápido y uniforme de papas y darles la forma de palitos, cuadrados y alargados. Existen varios tipos de modelos de cortadores de papas. La parte que corta es de una tela compuesta de varias láminas delgadas de metal que al ser presionada contra las papas, las cortan en la forma que se desea (fig.9).


**Fig.9**

*Medialuna*: es un tipo de cuchillo utilizado para picar algunas legumbres y mezclar condimentos y vegetales. Hay medialunas de una, dos y tres láminas, siendo éstas curvas y duras (fig.10). Las láminas están separadas entre 1 y 3 cms.

El corte se ejecuta haciendo un movimiento de balanceo con leve presión sobre el instrumento.


**Fig.10**

*OTROS INSTRUMENTOS DE CORTE*

*Cuchillo para cortar el pan:* es un cuchillo largo y ancho semi-flexible y con el dorso estrecho. La punta puede ser fina y la lámina de sierra (fig.11).

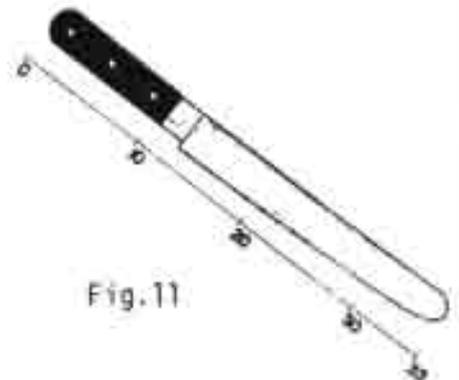


Fig.11

*Cortador de huevos:* se utilizan para cortar huevos duros y pelados. Son fabricados en dos tipos, uno para cortar los huevos en rodajas en sentido longitudinal y transversal (fig.12a), el otro, para cortar en seis medialunas. El corte es hecho por medio de hilos de alambre de acero inoxidable (fig.12b).

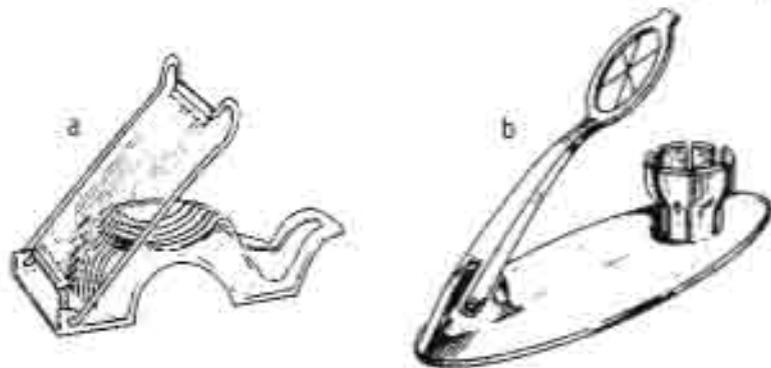


Fig.12

*Azochas pequeñas:* Sirven para picar huesos y separar costillas. Tienen una lámina ancha y dura con el lomo reforzado. Hay un tipo mas pesado de lámina más gruesa y la parte del corte recta

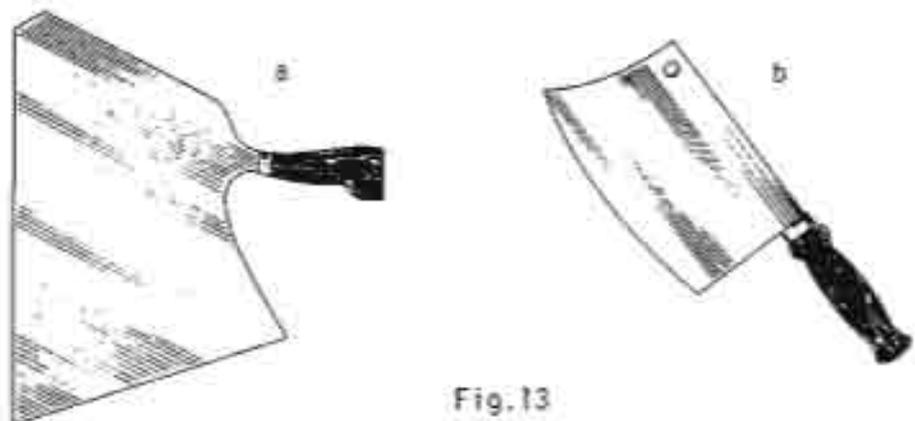


Fig.13

(fig.13a). Los tipos más leves son de cabo redondeado y ondulado para tener mayor seguridad con las manos (fig.13b).

*Sierra:* es una lámina dentada de acero, que se fija a un armazón de metal. Sirve para cortar huesos y carnes congeladas. En algunos cortes de carnes con huesos se debe preferir la sierra a la hachita para no astillar el hueso y para ejecutar un corte más limpio y exacto (fig.14).

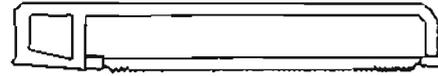


Fig.14

*Afilador y chaira:* el afilador es una piedra en forma de disco que funciona por tracción mecánica. La chaira es una pieza de acero delgada y redondeada de 30 a 50 cm de largo. La punta de la barra está magnetizada y el mango es de hueso o de madera (fig.15). Se utiliza para asentar el filo de los cuchillos.

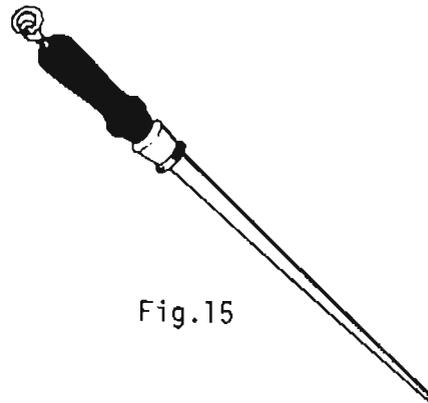


Fig.15

*Agujas para lardear:* se utilizan para mechar tiras de tocino y otros alimentos en carnes. Existen dos tipos: unas son de 15 a 20 cm de largo, aproximadamente y hechas en latón. La punta es fina y a veces con pequeña curva. La parte de atrás termina en forma cónica y es abierta en el sentido longitudinal. Esta parte presiona un pedazo del alimento y lo conduce para el interior de la carne (fig.16b). En caso de piezas mayores de carne, la aguja tiene la forma de un caño delgado cortado al medio en el sentido vertical, con cabo. (fig.16a).

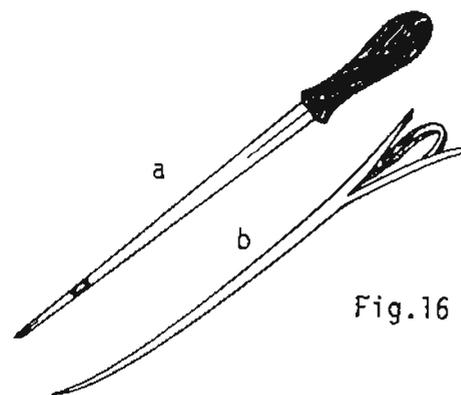


Fig.16

*Agujas para coser:* son metálicas de punta fina, generalmente rectas y con aproximadamente 20 cm de largo. Poseen orificio como las agujas comunes por donde se introduce un bramante fino. Sirven para armar aves y cerrar aberturas de relleno.

*Tijeras:* generalmente de acero inoxidable, se usan en la cocina para los trabajos de emparejar aletas de pescados y crustáceos, además de ser empleadas para trinchar pollos. Las tijeras usadas para pescados y crustáceos son del tipo común (fig.17a), y las destinadas a pollos tienen resortes entre los dos brazos (fig.17b).

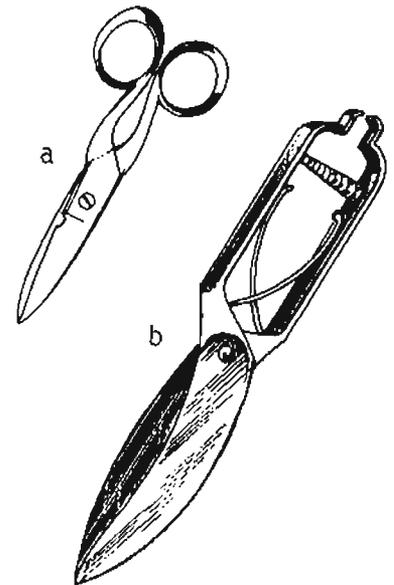


Fig.17

*Abridores de lata:* hay varios tipos de abridores de lata. Los más comunes están hechos de una lámina fuerte de acero que bajo presión corta la hoja. Los tipos mayores son fijos, en la mesa o en la pared, y constituidos de un dispositivo ajustable y de una manija que fija la lata y la pone en movimiento haciéndola pasar por la lámina (fig.18).

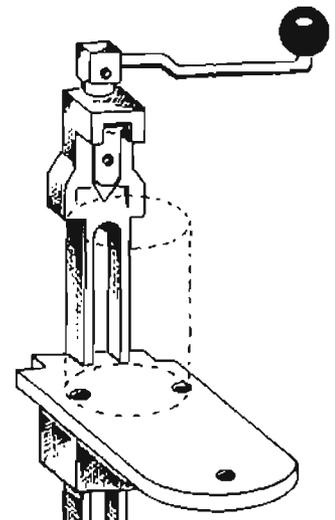


Fig.18



## MANUTENCION Y LIMPIEZA

No deben lavarse con agua hirviendo ni exponerse al calor. La varlos con agua fría o tibia, teniendo el cuidado de retirar re siduos en la unión de la lámina con el cabo. La punta debe ser protegida con corcho.

## CONDICIONES DE USO

Solamente se deben usar los instrumentos de corte sobre la ta- bla o tope de madera. Deben estar limpios y sin corroer, co mo también afilados, antes de usarlos. Durante el trabajo con- viene hacer el uso de la chaira para mantener el filo del cu chillo.

## PRECAUCIONES

*GUARDAR LOS CUCHILLOS E INSTRUMENTOS PUNTIAGUDOS DE MANERA DE PODER TOMARLOS POR EL CABO SIN RIESGOS. NO SE DEBEN DEJAR EN TRE OTROS UTENSILIOS O CUBIERTOS DE ALIMENTOS. LOS INSTRUMEN- TOS DE PUNTA Y DE CORTE DEBEN PASARSE A LAS MANOS DE LOS OTROS, OFERECIENDOLOS POR EL CABO Y ASEGURANDOLOS POR LA LAMINA CON EL LADO CORTANTE PARA AFUERA DE LOS DEDOS.*

Son equipos sin funcionamiento propio, utilizados para guardar las mercancías y posibilitar la preparación de los alimentos sobre ellos, en la cocina.

Los muebles de cocina son hechos generalmente de estructura metálica o de albañilería y recubiertos de materiales diversos. Pueden tener incorporados estantes superpuestos e internos y cajones.

### TIPOS CARACTERÍSTICOS Y USOS

#### *MESAS DE TRABAJO*

Se componen de una superficie lisa y horizontal montada sobre una estructura de base. Pueden ser de acero inoxidable, de mármol, mampostería y otros materiales.

Las mesas de mármol son usadas para los trabajos de fríos y pastelería, y las de superficie superior de madera principalmente para los trabajos de panificación. Algunas mesas de cocina tienen cajones para las herramientas y condimentos y estantes para colocar recipientes y otros utensilios.

Encima de la mesa se pueden adaptar ganchos para colgar utensilios.

Las mesas se instalan de acuerdo con las necesidades de trabajo. Algunas son utilizadas para la instalación de equipos.

#### *ESTANTES*

Pueden estar adaptados a las mesas, como ya indicamos, o a las paredes. Son de estructura metálica, de albañilería o de madera, no siendo los de madera aconsejables.

Los estantes pueden ser graduables en altura y hechos en superficie lisa o de grada. En la cocina se colocan cerca de las superficies de preparación, fregado de utensilios o depósitos y cámaras frías.

*BALCONES*

De características similares a las mesas de trabajo los balcones son hechos generalmente de metal y vienen ocasionalmente con equipos de conservación en frío o en calor como baños María, etc. Los balcones se instalan generalmente como separadores entre la cocina y el área de los mozos o "pantry".

*CARROS ESTANTES*

Son mesas de trabajo y estantes de tamaño reducido y provistos de ruedas. Sólo las grandes cocinas disponen de este mueble. Sirven para transportar dentro de la cocina los materiales que deben usarse en diferentes lugares.

*OTROS MUEBLES*

Además de los muebles indicados la cocina puede disponer de muebles complementarios; mesa y silla para el jefe y la mesa de refección de los cocineros.

*MANUTENCION Y LIMPIEZA*

Los muebles de acero inoxidable, de mármol y otros materiales son lavados con agua y detergente y secados con paño. Los muebles de madera para cortar carnes deben ser raspados con cepillo de acero, sin usar agua.

*CONDICIONES DE USO*

Las mesas deben limpiarse al final de cada servicio. Los estantes deben ser periódicamente lavados y limpiados según el material con que son hechos.

*OBSERVACION*

La moderna concepción higiénica desaconseja el uso de muebles con base de madera.

Son equipos acondicionados manual o mecánicamente para hacer trabajos (cortar, batir, rallar, etc.) con alimentos crudos o cocidos. Generalmente son metálicos y tienen adaptado un motor o manija que mueve diferentes piezas sobre un eje.

### TIPOS Y CARACTERISTICAS

#### MOLEDOR DE CARNE

#### *Uso y constitución*

Se utiliza para triturar y moler todas las clases de alimentos blandos, tales como carnes deshuesadas no congeladas y diversas legumbres. El molidor de carne se compone de un cuerpo

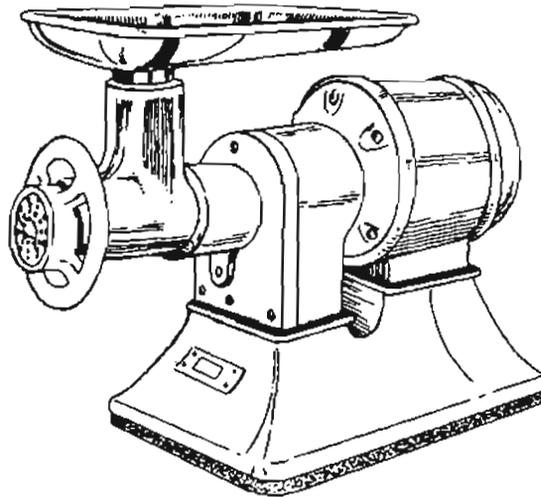


Fig.1



Fig.2

de hierro fundido en forma de L, en el interior del cual gira un eje tipo caracol que empuja la carne hacia el mecanismo de corte. Este se compone de láminas cortantes apoyadas contra un disco perforado que se fija a la salida del aparato mediante una tuerca. Conforme a las necesidades, se utilizan discos con perforaciones de diversos diámetros. Hay moledores accionados por un motor eléctrico (fig.1) y otros modelos accionados a mano mediante una manivela (fig.2).

#### *Manutención y limpieza*

Lavar después de cada uso y lubricar periódicamente evitando contaminar los alimentos con los lubricantes.

*TRITURADORES (cutters)*

Sirven para transformar en pastas toda clase de alimentos crudos especialmente carnes (fig.3). Se componen de:

- a Fuente de la trituradora: es un plato de hierro fundido en forma redonda con fondo levantado en el centro y con los bordes altos. Este plato gira lentamente sobre el eje.
- b Base: se compone de un mecanismo accionado por la unidad motriz. La base también es de hierro.
- c Unidad motriz: es el motor que acciona el eje de las láminas y el eje del plato.
- d Las láminas de acero fino (generalmente 4) trabajan en forma circular dentro del plato.
- e Tapa: cubre 2/3 del plato en la parte en donde trabajan las láminas.

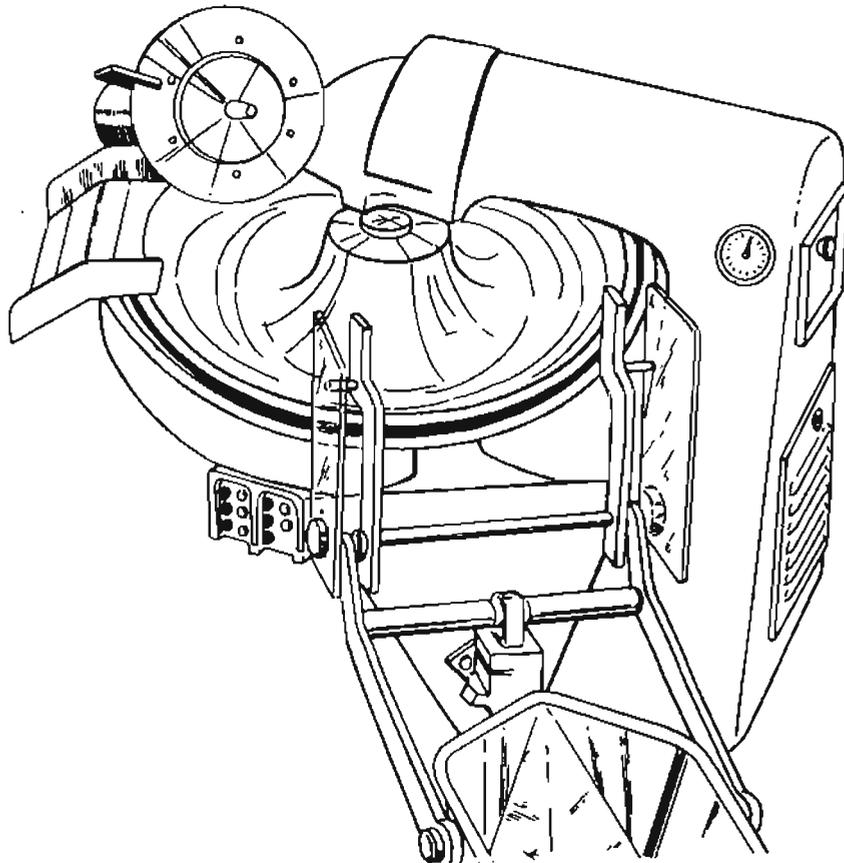


Fig.3

Al poner los alimentos en la trituradora éstos giran con el plato y son cortados por las láminas. El trabajo de reducir la pasta y los alimentos es proporcional al tiempo de funcionamiento.

#### *Manutención y limpieza*

Desmontar y lavar todo el equipo mecánico después de cada uso. No introducir productos duros. Afilar y ajustar los cuchillos muy bien antes del trabajo.

#### PRECAUCION

*AL ACCIONAR LA MAQUINA NO SE DEBEN INTRODUCIR LAS MANOS BAJO LA TAPA.*

*HAY GRAN PELIGRO DE CORTE TOTAL DE LOS DEDOS.*

#### *CORTADOR DE FRIOS*

##### *Características y usos*

Esta máquina se utiliza para cortar alimentos semiduros en rodajas uniformes. La máquina se compone de una lámina circular giratoria que corta los alimentos cuando éstos son mecánicamente empujados hasta ella.

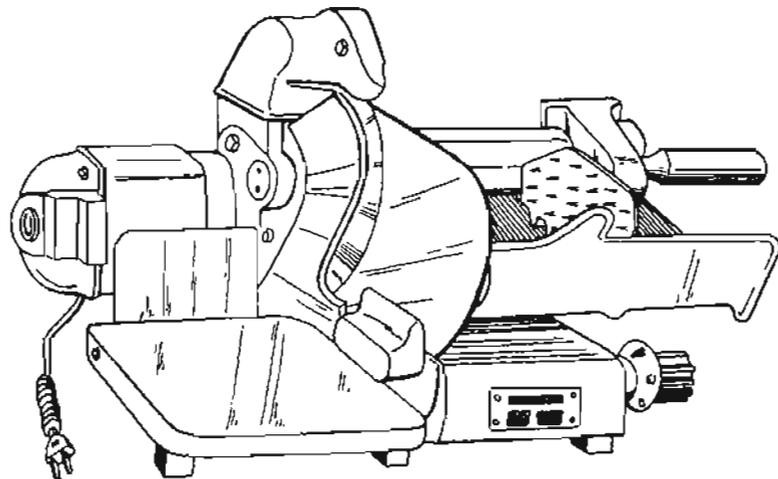


Fig.4

El alimento para ser cortado es depositado en carro montado sobre rieles y preso por pieza dentada. El espesor de las rodajas se gradúa por un dispositivo lateral.

El movimiento de la lámina es producido por un motor eléctrico o manual. Hay máquinas totalmente automáticas en que todos los movimientos son hechos mecánicamente (fig.4).

*Manutención y limpieza*

Limpiar la maquina después de cada uso, desmontando las piezas más simples para un trabajo más completo. Las láminas deben afilarse y los ejes y rieles deben ser lubricados periódicamente.

**BATIDORA**

*Características, tipos y usos*

Se utiliza para mezclar o amasar diferentes alimentos, para preparar salsas frías, cremas, masas de cocina, pastas, etc. Existen diferentes tipos y tamaños de batidoras, pero todas ellas tienen un recipiente en el cual se depositan los alimentos y un brazo mecánico movido por fuerza motriz (fig.5a). Mediante velocidad regulable del brazo y dependiendo de la forma del equipo acoplado, pueden hacerse diferentes trabajos con los alimentos. Los brazos adaptables son hechos de alambre o aluminio.

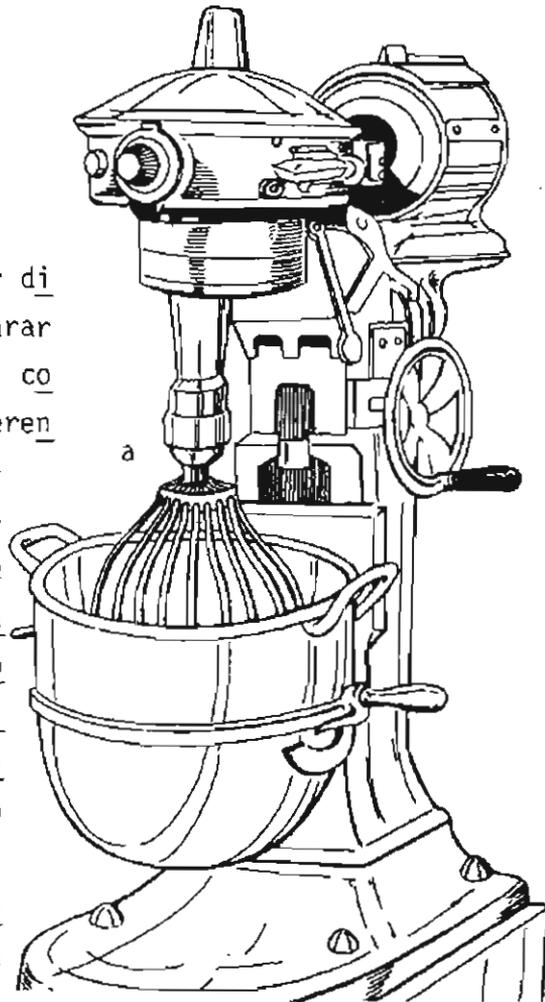
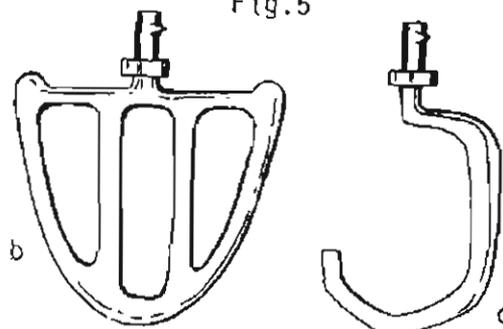


Fig.5

Los tipos de brazos más comunes son:

a Batidora: se compone de un conjunto de alambre cruzados.



b Mezcladora: tiene la forma de una pala abierta (fig.5b).

c Amasadora: tiene la forma de gancho (fig.5c).

### *Manutención y limpieza*

Deben ser lavados después de cada uso, utilizándose agua y detergente. No deben introducirse productos duros en la batidora para no forzar el motor. Se debe establecer la relación adecuada de la velocidad al tipo del brazo adaptado.

### *SIERRA MECANICA*

#### *Características y usos*

Es usada en las grandes cocinas para cortar piezas de hueso y carne congelada y permite un corte uniforme y recto, aunque la carne esté atravesada por tendones y huesos (caso de costillas, "ossobuco", etc.). El aparato se compone de una base en la cual se adapta una unidad motora que acciona una sierra de cinta. Se cortan los alimentos sobre una mesa móvil pasándolos sobre la sierra. El espesor del corte es graduado por guías laterales a la mesa.

### *Manutención y limpieza*

Lavar después del uso la mesa móvil y el interior de los protectores de la sierra. No se debe introducir materiales duros y tampoco ejercer exceso de presión sobre la sierra.

### *DESCASCADOR DE PAPAS*

#### *Características y usos*

El descascador de papas se utiliza también para otros tubérculos y raíces. Tiene la forma de un cilindro de metal, con una abertura superior por donde se introduce el alimento (fig.6). El fondo del recipiente es ligeramente ondulado y gira al entrar en funcionamiento. La superficie interior es áspera, revestida de un material tipo lija.

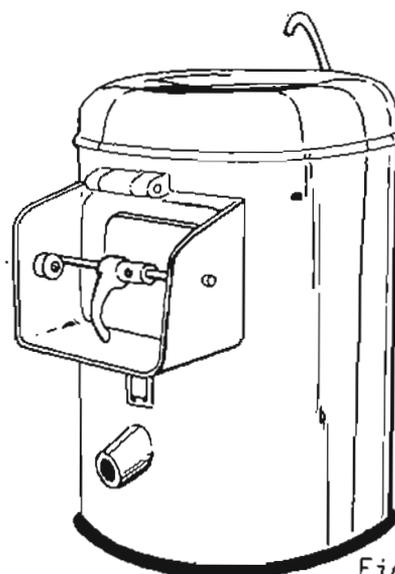


Fig.6



Los productos puestos en la máquina son pelados por la fricción del disco y al mismo tiempo lavados con agua introducida por un conducto. Con estas máquinas también pueden limpiarse mejillones.

*Manutención y limpieza*

Lavar con agua y cepillo el interior del equipo y no introducir en la máquina alimentos duros. Se debe controlar el tiempo de funcionamiento de la máquina para no descascar demasiado.

*CORTADORES DE LEGUMBRES*

*Características y usos*

Son instrumentos usados para cortar legumbres, tales como batata, repollo, zanahoria, nabo y cebolla, en diferentes formas. Según el accesorio usado en la máquina se obtienen cortes "a la Juliana", en rebanadas finas y gruesas y en pedazos menudos. Se compone esta máquina de un cuerpo de aluminio fundido con una abertura superior para introducir los alimentos. En el interior de la máquina funciona un disco con láminas ajustables y movidas mecánicamente. Las láminas pueden ser lisas u onduladas para cortes ornamentales.

Estas máquinas pueden tener diferentes tamaños y pueden funcionar con equipos individuales o para ser adaptados a los otros. En la máquina hay discos apropiados para rallar.

*Manutención y limpieza*

Desmontar y lavar el equipo después de cada uso. No introduzca productos duros que perjudiquen las láminas o el rallador.

**PRECAUCION**

No iniciar cualquier trabajo sin cerrar la abertura con la tapa apropiada.

### BALANZAS

#### *Características y usos*

Existen varios tipos de balanza de funcionamiento mecánico adecuadas para la cocina (fig.7). El cocinero utiliza las balanzas principalmente para el control de las mercancías llegadas a la cocina, la preparación de recetas y para cumplir las tablas de peso. Las balanzas deben estar perfectamente niveladas para el registro exacto del peso.

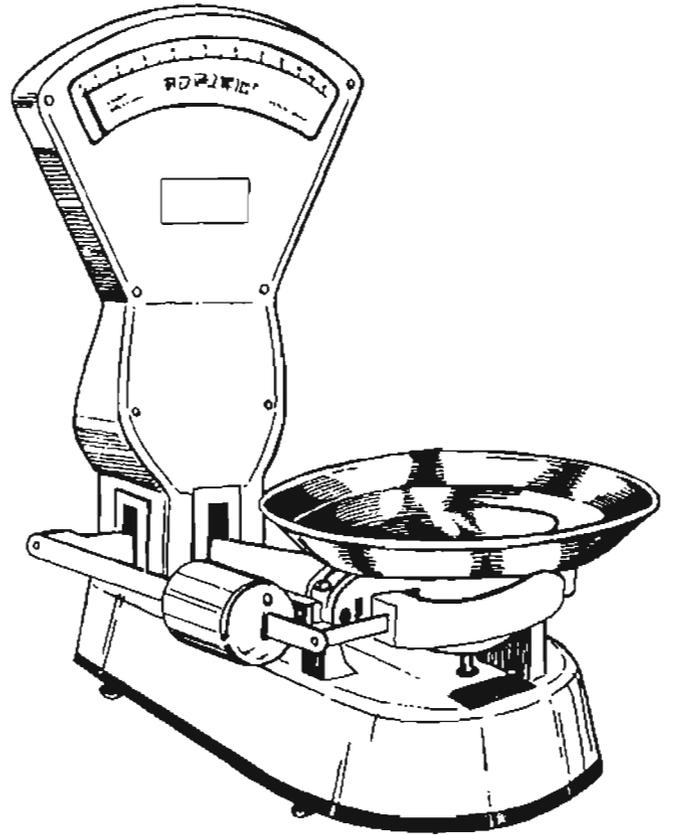


Fig.7

#### *Manutención y limpieza*

Al final de cada día de trabajo la balanza debe limpiarse totalmente, usándose paño mojado.

No se debe dejar ningún alimento sobre los platos de la balanza.

### LICUADORA

#### *Características y usos*

Se compone de un recipiente de vidrio o metal en forma de vaso con una rosca en una de las extremidades. En estas roscas, se adapta un fondo de metal con láminas que en altas velocidades trituran y licúan los alimentos puestos en el vaso. (fig.8). La base

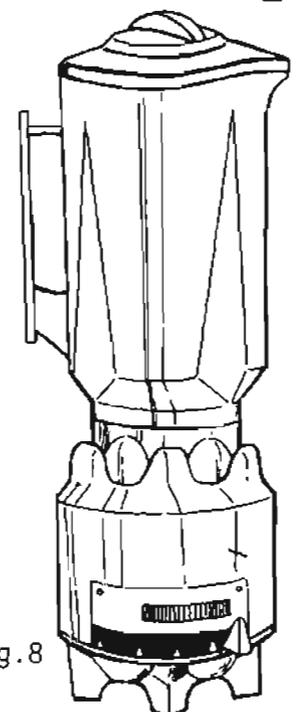


Fig.8

con que giran las láminas puede ser graduada para obtener productos triturados en diferentes espesores o totalmente licuados.

*Manutención y limpieza*

El recipiente de metal o vidrio debe ser lavado después de cada uso. Preferentemente cada sección de la cocina debe tener su aparato propio. Se debe cuidar para que la velocidad no sea superior a la indicada para cada alimento con el fin de no forzar el motor. En ningún caso el motor debe quedar demasiado caliente.

*EXPRIMIDOR DE FRUTAS*

*Características y usos*

El exprimidor de frutas se utiliza para retirar el jugo de frutas cítricas. Las frutas son cortadas al medio y colocadas sobre una pieza de metal, semiesférica de tamaño variable y dotada de estrías. Al apretar la fruta se obtiene el jugo que desliza hasta el recipiente colocado debajo del exprimidor. Las frutas pueden ser también exprimidas mecánicamente por medio de palancas o por un motor que hace girar la pieza de metal semiesférica (figs. 9 y 10).



Fig.9

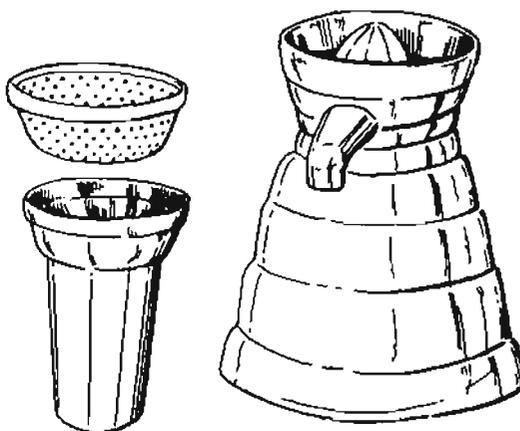


Fig.10



#### CONDICIONES DE USO

Los equipos de preparación tienen por objeto facilitar los trabajos de tratamiento de los alimentos. Para su funcionamiento deben ser observadas las normas de higiene y seguridad. Sólo equipos perfectamente limpios, montados correctamente y operados con todo el cuidado necesario pueden rendir el trabajo que se espera.

#### PRECAUCIONES

*AUNQUE LOS EQUIPOS DISPONEN DE DISPOSITIVOS DE SEGURIDAD, DEBEN SIEMPRE TOMARSE PRECAUCIONES DURANTE SU MANIPULACION.*

- a Verificar si los hilos y los toma-corrientes están en buen estado para evitar choques.*
- b Cuidar del montaje de las piezas para perfecto funcionamiento.*
- c Observar las instrucciones para introducir los comestibles en las partes móviles y nunca introducir las manos.*
- d No trabajar con ropas anchas y sueltas que puedan prenderse en las piezas móviles de la máquina.*

Son equipos contruidos de acero u otros metales, en forma de muebles y provistos de quemadores u otros elementos de calefacción, alimentados por gas, electricidad, carbón, aceite pesado o leña. Los equipos de cocción son necesarios para procesar los alimentos por la acción del calor o para mantenerlos calientes.

#### PRINCIPIOS GENERALES DE FUNCIONAMIENTO

Generalmente la fuente de calor está en la parte interior del equipo sobre el cual se procesan los alimentos. El calor se transmite al comestible por:

- a contacto directo o irradiación de un conductor metálico, instalado sobre la fuente de calor;
- b por un transmisor auxiliar como por ejemplo el agua, vapor de agua, aire caliente, grasa, etc.

Los quemadores son dispositivos que transforman en energía calorífica el aceite pesado, gas y otros combustibles líquidos. En caso de electricidad el calor es originado por irradiación de metales en las llamadas resistencias. Los fogones de carbón y leña son cajas de metal, a veces revestidas de material refractario, en los cuales se queman combustibles sólidos. Los equipos de cocción, especialmente los que trabajan con alta temperatura exigen mantenimiento y limpieza permanente.

- a *Quemadores de gas* - necesitan regulación y graduación constante. Los recipientes no se pueden colocar directamente sobre los quemadores.
- b *Resistencias eléctricas* - deben tener las conexiones en perfecto estado de conservación y funcionamiento. Se deben evitar derrames de líquidos sobre las placas.
- c *Quemadores de aceite pesado* - limpieza permanente de las conexiones y sistemas de encendido e inyección del combustible. No mojarlos.
- d *Fogones de carbón y leña* - exigen la remoción frecuente de la ceniza. No quebrar el revestimiento refractario.

**TIPOS Y CARACTERÍSTICAS**
**BLOQUE DE COCINA O UNIDAD DE COCCIÓN**

Con estos nombres se conoce en la cocina un conjunto de equipos unidos en un solo bloque. Casi todos los equipos de cocción pueden ser incorporados al bloque de cocina.

La unidad de cocción se encuentra generalmente en el centro del área de trabajo.

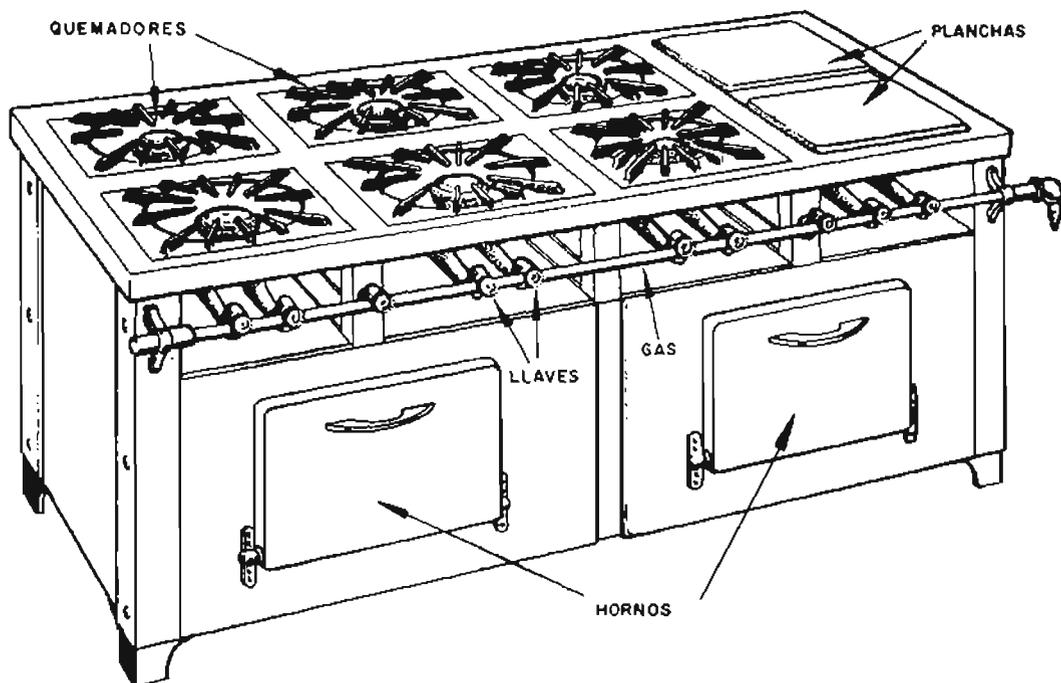


Fig.1

*La cocina (fig.1).*

Es uno de los equipos más importantes en la cocina comercial. Con ella se preparan las más diversas comidas. Se compone de una base sobre la cual vienen instaladas las zonas de calor. Las zonas de calor pueden ser de "fuegos abiertos" (alimentados por quemadores de gas o cubiertos por chapas lisas de acero), las cuales hacen de conductores del calor producido por quemadores, fogones, o resistencias instaladas debajo. La regulación de la temperatura en las zonas de calor se hace generalmente por llaves, termostatos interruptores. Solamente en las cocinas de carbón y leña, la temperatura se ajusta mediante control

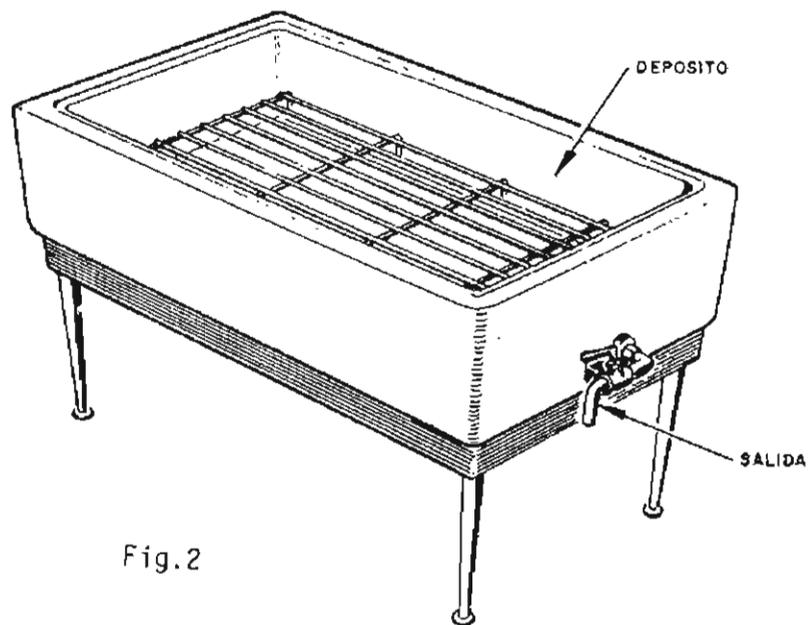
de ventilación. Cada cocina requiere de un tipo determinado de recipiente. Las de fuego abierto necesitan utensilios que resistan la llama directa y se ajusten a la forma del fogón. Las zonas de calor cerradas o cubiertas tardan más en calentarse y exigen recipientes con fondos perfectamente planos para evitar la pérdida de calor.

*Localización:* la cocina se instala en el centro del área de cocción siendo muchas veces el equipo principal del bloque.

*Limpieza:* lavado con agua y detergente o "limpia-hornos", generalmente después de cada etapa de trabajo.

*Baño María (fig. 2)*

El baño maría se utiliza para mantener calientes las comidas hasta el momento del servicio. Las comidas que se ponen al ba-



ño maría se depositan en recipientes más altos que anchos. El baño María es un recipiente incorporado en una base. El calentamiento del baño María es producido por unidades de calor, que pueden ser quemadores de gas, serpentinas eléctricas o de vapor, instalados en la parte inferior del recipiente.

En el fondo del baño María viene instalada una parrilla de acero que evita el contacto directo de los recipientes con las fuentes de calor. Existen dos tipos de baño María: los que necesitan de agua como conductor de calor para mantener la temperatura de los alimentos, y otros que operan con calor seco.

*Localización:* generalmente incorporado al bloque de cocina. En algunos casos de restaurantes populares el baño María es incorporado a la mesa de despacho.

*Limpieza:* lavado después de cada etapa de servicio.

#### PARRILLAS Y PLANCHAS

En estos equipos se preparan los comestibles directamente sobre las zonas de calor. Asar a la plancha o parrilla y freír son los métodos de cocción más empleados en estos equipos. Generalmente se emplean el gas y la electricidad para alimentar las unidades de calor, las cuales vienen instaladas debajo de las propias planchas y parrillas. En estos casos la temperatura se regula mediante llaves o interruptores térmicos. Las cocinas de churrasquería emplean también carbón vegetal como fuente de calor que da un gusto particular a los alimentos. Las planchas y parrillas vienen corrientemente provistas de recipiente recolector de exceso de grasa.

*Localización:* las planchas y parrillas se incorporan al bloque de cocina o se instalan separados de éste.

*Limpieza:* las parrillas y planchas deben limpiarse con cepillo de acero o una rasqueta después de cada uso.

#### OBSERVACION

Durante la preparación debe evitarse la mezcla de alimentos como por ejemplo carnes y pescados, en las superficies de cocción.

*Freidores* (fig. 3).

Estos equipos se utilizan para freír los alimentos tales como pescados, legumbres y otros en aceite hondo o fritura. Las partes principales del freidor son: un recipiente para el aceite cuya capacidad varía entre 10 y 20 litros, y elementos de calefacción alimentados por gas o electricidad e instalados dentro o debajo del recipiente. La temperatura de la fritura es regulable mediante termostatos con graduación de 90 a 220°C. Algunos freidores vienen con el fondo del recipiente en forma de cono, provisto de una válvula de vaciado. El aceite de la fritura debe filtrarse después de cada jornada de trabajo, para conservarlo mejor. Para freír se utilizan cestas especiales las cuales se sumergen con el alimento en el freidor.

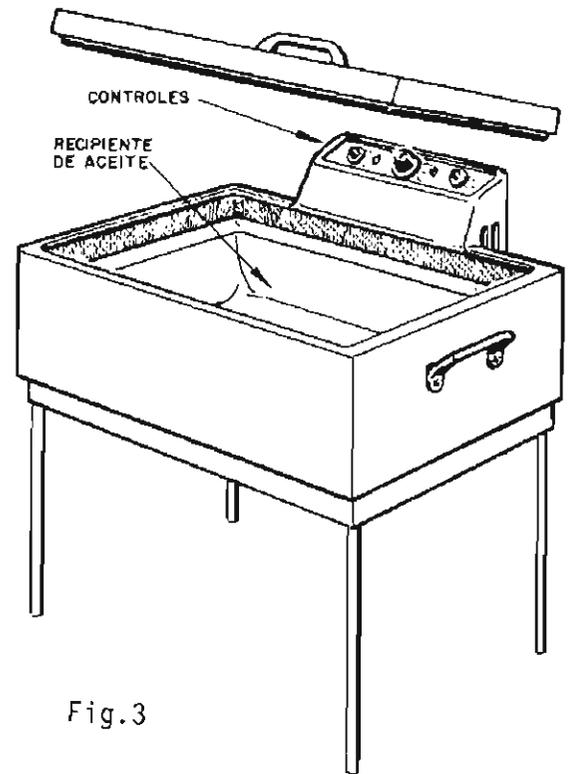


Fig.3

*Freidor de presión:* llamado también "a la broaster" es un tipo especial de freidor. Viene provisto de una tapa de cierre hermético, mecanismo de reloj y dispositivo para retirar automáticamente el alimento de la fritura. En la cocción "a la broaster" los alimentos son procesados simultáneamente por la acción de la grasa caliente y vapor de agua.

*Localización:* por lo general, los freidores se incorporan al bloque de cocina aunque también pueden instalarse separadamente.

*Limpieza:* retirar la grasa y filtrarla. Lavar el recipiente con agua y detergente, enjuagar y secar.

#### OBSERVACION

Para evitar que los detergentes usados en la limpieza corten y debiliten la fritura, los recipientes deben enjuagarse muy bien.

*Sartén basculante* (fig. 4).

Es un equipo de mucha utilidad en las cocinas. En ella se procesan los alimentos en las más diversas formas: asados, fritos, estofados, etc. La sartén basculante es un recipiente rectangular o circular, hecho de acero, con el fondo plano y bordes alzados, que descansa sobre dos columnas. Tiene un mecanismo de basculamiento mediante el cual la sartén puede colocarse en la posición horizontal o la vertical, para su vaciado. Los elementos de calefacción pueden ser eléctricos o de gas, los cuales se instalan debajo del fondo de la sartén. El control de temperatura se hace mediante termostatos.

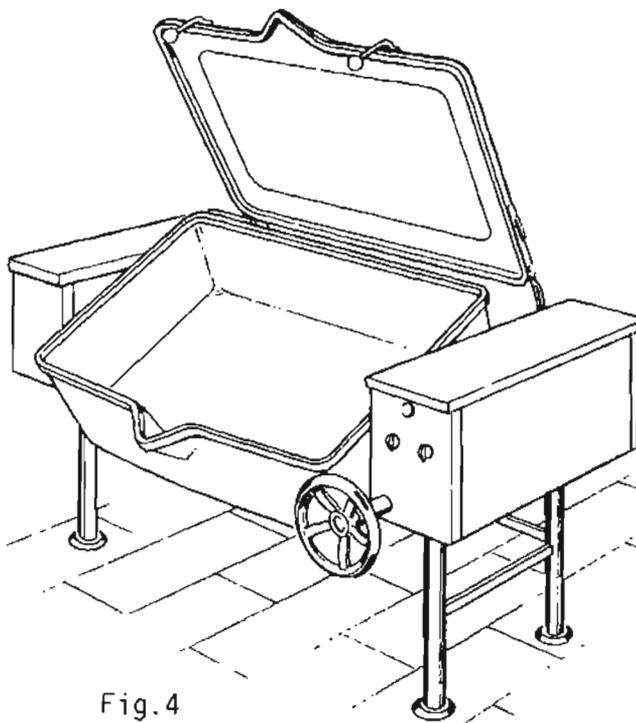


Fig.4

*Localización:* la sartén puede incorporarse al bloque de cocina o funcionar independientemente.

*Limpieza:* lavar con agua, detergente y cepillo de cerdas. Para desprender incrustaciones utilice el brillo o cepillo de acero en sartenes de hierro y el remojo no prolongado con detergente para los demás equipos. No calentar la sartén sin líquido.

*HORNO DE COCINA* (fig.5).

El horno se utiliza para asar, estofar, guisar y escalfar en baño María. El calor generado en el horno actúa sobre los alimentos de manera uniforme. La temperatura se regula generalmente por termostato.

Las unidades de calefacción más corrientes son quemadores de gas o resistencias eléctricas; de menor uso en la cocina son los hornos de carbón, leña y aceite pesado. En los hornos de gas el calor es producido en el fondo y en los lados, en los equipos eléctricos en el fondo y techo. En el interior del horno vienen instaladas en diferentes alturas guías en las cuales se introducen parrillas o bandejas con los alimentos.

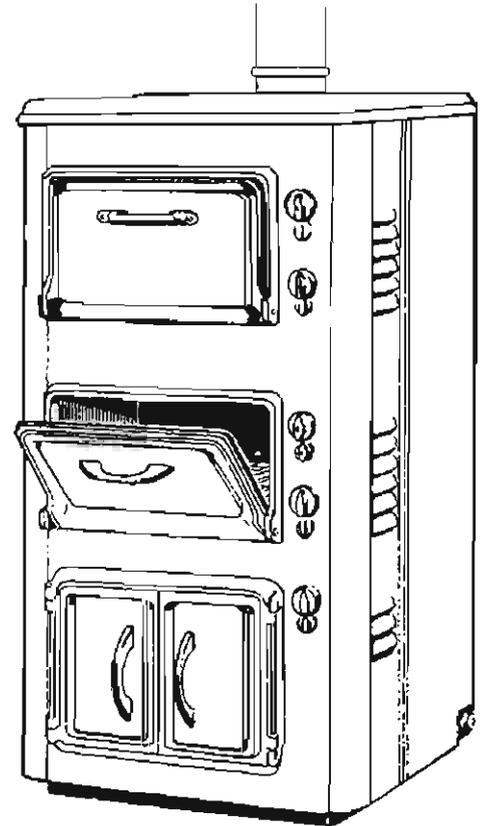


Fig.5

*Localización:* los hornos están incorporados al bloque de cocina, generalmente en la base de las cocinas, formando una pieza con éstas, también pueden constituir una unidad separada.

*Limpieza:* los quemadores de gas se desmontan para cepillarlos periódicamente. El interior del horno se limpia con limpia-horno.

*Marmita de presión (fig. 6)*

*Característica:* en las marmitas de presión se preparan alimentos en grandes cantidades, por cocción en líquido o al vapor. El cuerpo de la marmita es de acero, de doble fondo y paredes por las cuales circula vapor. El revestimiento exterior consiste de un estrato de aislamiento térmico y es cubierto de chapas de acero esmaltado.

Las marmitas de presión vienen con una tapa de cierre hermético,

provista de válvulas de seguridad.

La fuente de calor es el vapor, producido en una caldera incorporada o no a la marmita. Para el relleno de la marmita se dispone de un grifo de agua giratorio, y para el vaciado se cuenta con una válvula de vaciado, tipo pipa. Además la marmita cuenta con válvulas de escape de vapor.

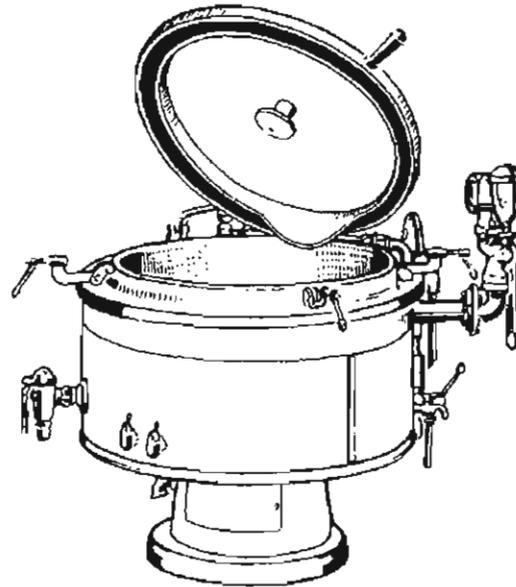


Fig.6

#### *Localización*

Se encuentra generalmente paralelo al bloque central o en uno de los lados de la cocina.

#### *Limpieza y mantenimiento*

Lavar con agua y detergente. No se deben raspar las paredes con objetos contundentes. Cualquier defecto de funcionamiento exige una revisión inmediata por personal especializado.

#### *SALAMANDRA (fig.7).*

En la salamandra se gratinan los alimentos mediante la aplicación de calor por irradiación sólo en la parte superior del equipo. La unidad de calor puede ser de gas o electricidad. Los alimentos se introducen colocados sobre parrillas de altura ajustable.

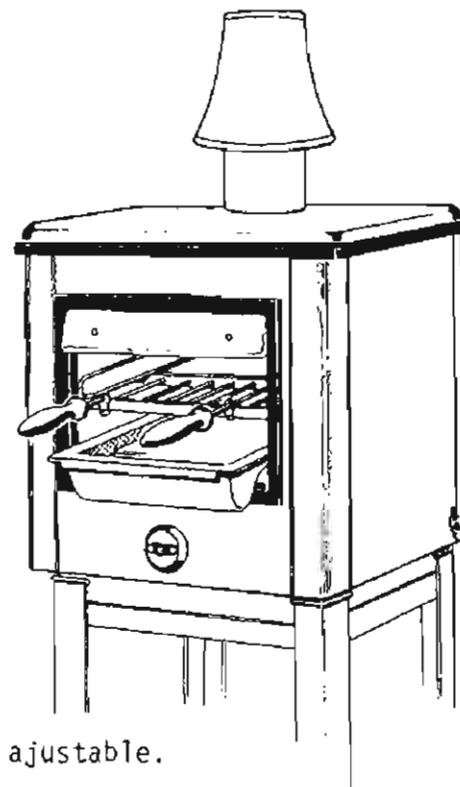


Fig.7

*Localización*

La salamandra puede ser incorporada al bloque de cocina o funcionar como unidad sobre un estante o mesa de despacho.

*Limpieza y mantenimiento*

Limpiar la parrilla, paredes o fondo de la salamandra con limpia-hornos. En los equipos de gas además se desmontan y cepillan los quemadores.

*OLLAS BASCULANTES (fig. 8)*

Se instalan generalmente en baterías de 2 a 4 unidades. En ellas se procesan los alimentos por cocción en agua. Las ollas son de acero inoxidable, provistas de pico para verter y doble fondo semiesférico en el cual circula vapor de agua como fuente de calor. Las ollas vienen provistas de mecanismo de basculamiento.

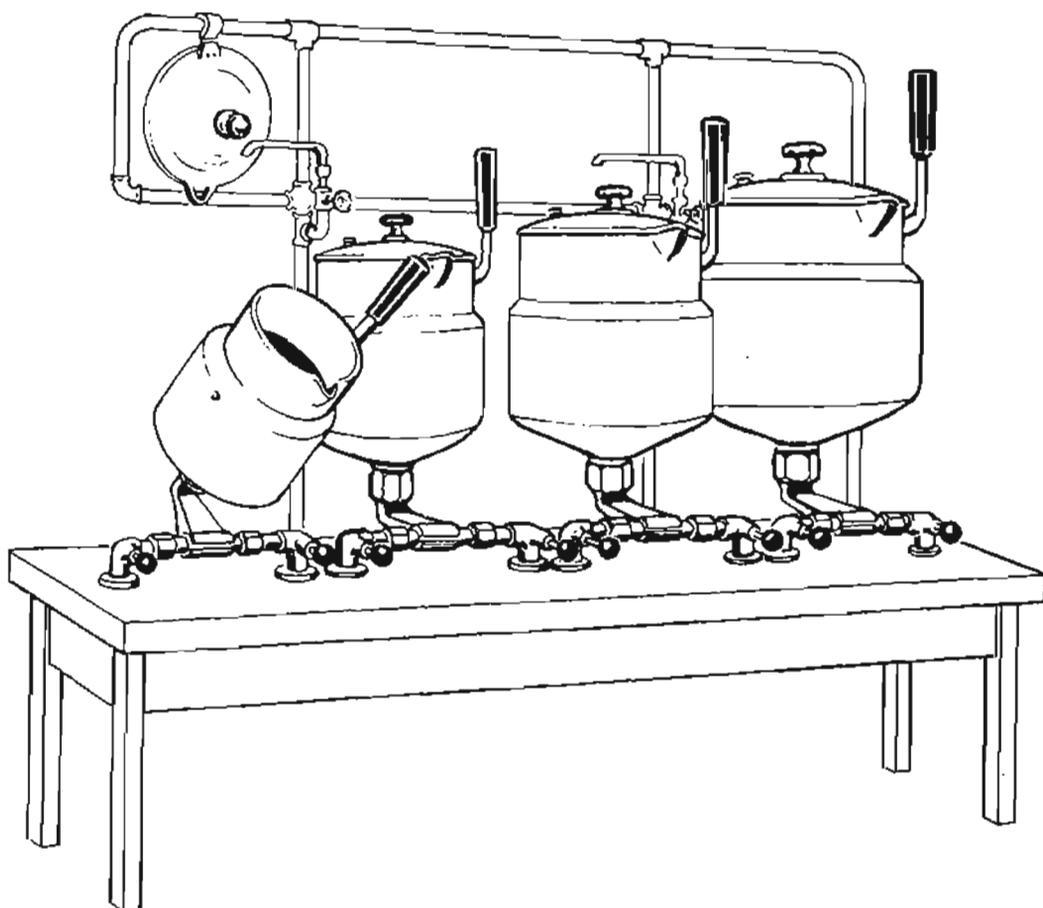


Fig.8



El suministro de vapor se hace a través de una caldera central o por otra pequeña unidad (eléctrica o de gas) incorporada en la base.

#### *Localización*

Las ollas basculantes se pueden colocar paralelamente al bloque de cocción o instalarse en uno de los lados de la cocina.

#### *Limpieza y mantenimiento*

Lavar con agua y detergente. No maltratar las paredes del recipiente.

#### *ASADOR GIRATORIO*

En el asador giratorio se preparan carnes y aves asadas "a la brocheta". Piezas grandes de carnes, aves enteras y también carnes mixtas fraccionadas se sujetan sobre chuzos de acero que a su vez se insertan en soportes apropiados. Estos soportes giran en un doble o sencillo movimiento rotativo sobre su propio eje. Las unidades de calor pueden estar instaladas debajo o atrás, ser a gas, resistencias eléctricas, carbón o leña siendo estas dos últimas las que mejor sabor otorgan a las comidas. En la parte inferior del asador puede haber un recipiente que recoge la grasa que es aprovechada para rociar los alimentos.

#### *Localización*

Separado del bloque de cocina.

#### *Limpieza y mantenimiento*

Lavar con agua y detergentes. Fregar las paredes internas con brillo.

*TOSTADORA DE PAN (Fig. 9)*

El uso de la tostadora se limita a dorar tajadas delgadas de pan. Es una caja de metal con una unidad de calor constituida de resistencias eléctricas. El tiempo de funcionamiento es graduable de 5 a 30 segundos.

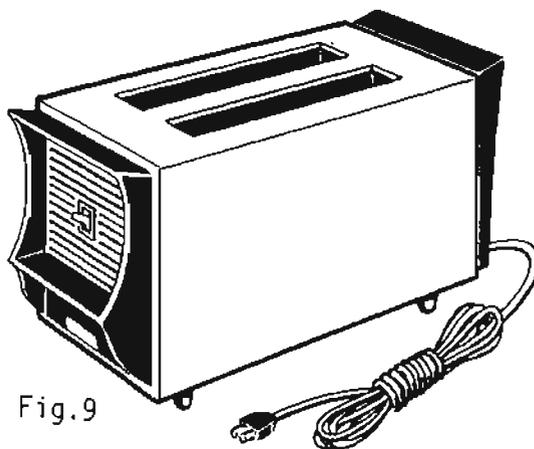


Fig.9

*Limpieza*

Retirar con frecuencia las partículas de pan. Pasar un paño húmedo y evitar el contacto de agua en las partes internas.

PRECAUCIONES

*PELIGRO DE EXPLOSION POR LOS EQUIPOS DE GAS. DEBEN ABRIRSE LAS LLAVES DE CONTROL SOLO CUANDO LOS PILOTOS ESTAN ENCENDIDOS. SI AL ABRIR LAS LLAVES DE CONTROL NO SE PRODUJERAN LLAMAS DE INMEDIATO, APAGAR Y PEDIR REVISION DEL EQUIPO.*

*LOS QUEMADORES DE ACEITE PESADO QUE NO ENCIENDEN AUTOMATICAMENTE PUEDEN TENER OBSTRUCCIONES EN EL SISTEMA DE INYECCION U HOLLIN EN LOS ELECTRODOS; APAGUE EL EQUIPO DE INMEDIATO Y PIDA UNA REVISION TECNICA.*

*NO AVIVE FUEGOS DE CARBON O LEÑA VERTIENDO COMBUSTIBLES LIQUIDOS SOBRE ELLOS.*

*¡PELIGRO DE CHOQUES DE CORRIENTE! NO CONECTE EQUIPOS ELECTRICOS CUYAS CONEXIONES ESTUVIESEN HUMEDAS O DAÑADAS.*

*PELIGRO DE EXPLOSION EN EQUIPOS DE VAPOR; ASEGURESE DEL BUEN FUNCIONAMIENTO Y LIMPIEZA DE LAS VALVULAS DE SEGURIDAD.*

Son muebles o conjuntos de cámaras ligadas a un sistema de refrigeración. Sirven para conservación de alimentos por la acción del frío. Hay dos tipos principales de refrigeradores: las heladeras que operan en temperatura de  $0^{\circ}$  a  $12^{\circ}\text{C}$  y los congeladores cuya temperatura de operación es abajo de  $0^{\circ}\text{C}$ .

#### PRINCIPIOS DE REFRIGERACION

Para enfriar cualquier alimento es necesario extraer el calor que contiene. Hay dos formas de extraer el calor de los alimentos:

a *Acción directa* - ponerlos en contacto con un cuerpo más frío.

b *Acción indirecta* hacer circular en serpentinas por compresión, gases que absorben el calor del ambiente.

En la cocina se emplean los dos medios: se colocan los comestibles sobre el hielo o se utiliza un equipamiento mecánico de refrigeración. Este último proceso, más práctico y eficiente, evita que los alimentos se humedezcan y alteren sus características de sabor, en contacto con otro cuerpo.

El equipo mecánico de refrigeración se compone de tres partes principales (fig. 1):

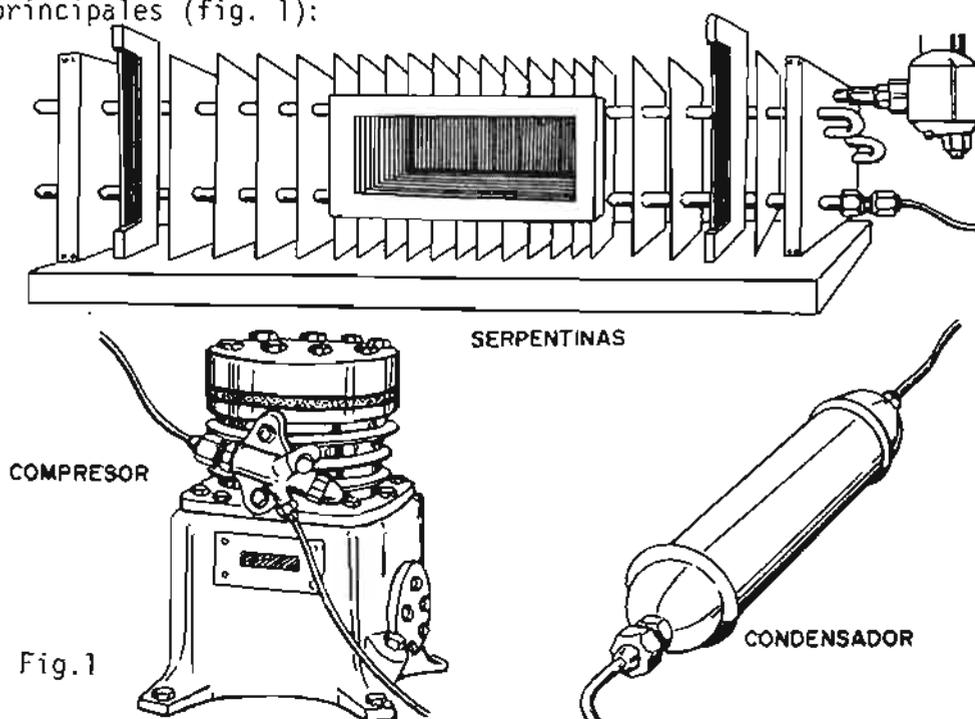


Fig.1



*El compresor, conectado a un electromotor*

*El condensador*

*Las serpentinas*

El compresor y el condensador son instalados siempre fuera de los recintos en donde se guardan los alimentos y tienen la función de mantener la refrigeración que absorbe el calor de los mismos.

#### CUIDADOS CON EL EQUIPO DE REFRIGERACION

La manutención del equipo electromecánico es de competencia de técnicos especializados. El cocinero debe cuidarlo y conservarlo evitando de herir las serpentinas. Para que el equipo funcione bien debe descongelarlo periódicamente de 2 en 2 o de 3 en 3 días dependiendo de la mayor o menor humedad del ambiente.

Cualquier defecto percibido, sea indicado por el ruido o por la observación, debe ser inmediatamente llevado al conocimiento del superior.

#### CONDICIONES DE USO DE REFRIGERACION Y CONGELADORES

Los equipos deben ser colocados a funcionar y solamente después de haber alcanzado la temperatura deseada, estarán en condiciones de recibir alimentos.

Para controlar la temperatura se usa el termómetro. Los alimentos colocados en el equipo deben estar a temperatura ambiente. Nunca introducirlos calientes en el refrigerador porque los vapores desprendidos de los alimentos calientes cubren de hielo las serpentinas, disminuyendo el frío, perjudicando el enfriamiento transmitiendo olores de unos alimentos para otros. Los alimentos de olores fuertes deben colocarse separadamente.

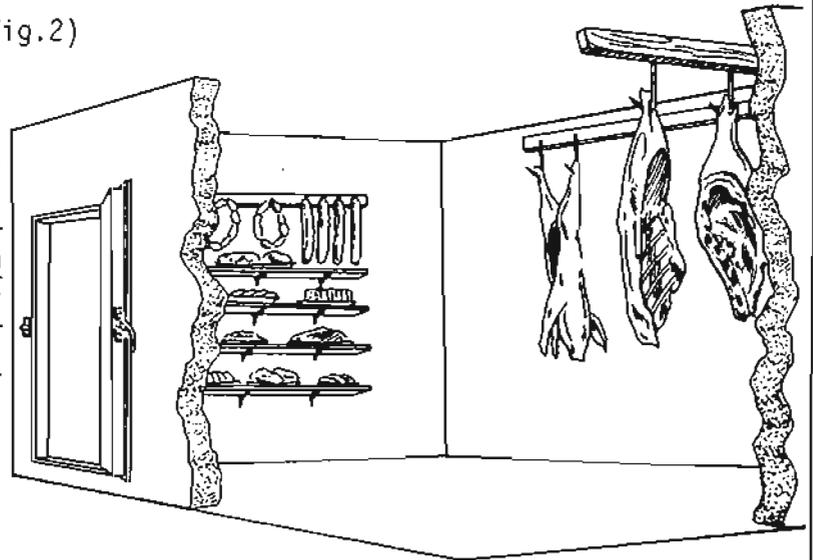
Los refrigeradores se abren lo menos posible, para evitar que el aire externo de temperatura más elevada que el interno, penetre en el equipo, perjudicando la conservación de los alimentos y produciendo una sobrecarga al equipo electromecánico.

- a *Equipos en que los alimentos se enfrían con hielo:* los alimentos son colocados envueltos en hielo o entre capas de hielo. Cuando los alimentos vienen envueltos en impermeables se puede adicionar sal al hielo para obtenerse mayor enfriamiento. Para evitar que el hielo se derrita demasiado rápido se puede colocar, a veces, el alimento con hielo dentro de refrigeradores o cámaras sobre canaletas para eliminar el agua del hielo.
  
- b *Equipo con enfriamiento mecánico:* los equipos disponen de paredes aislantes para evitar el intercambio de las temperaturas interna y externa. El funcionamiento y la base del ciclo puede ser regulada por el termómetro. El trabajo de descongelamiento puede ser hecho por dispositivos especiales.

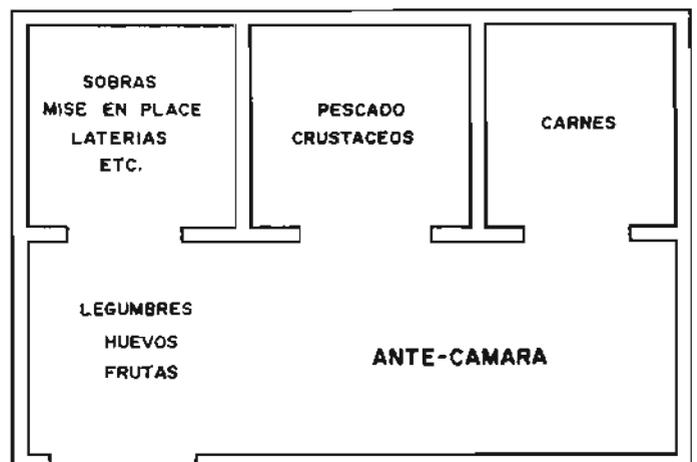
*CAMARAS FRIAS (fig.2)*

*Características*

Las cámaras frías sirven para almacenar la baja temperatura. Las cámaras pueden clasificarse por la temperatura que producen en:



- a cámaras refrigeradas
  
- b cámaras congeladas.



En las cámaras refrigeradoras la temperatura varía entre  $1^{\circ}$  y  $8^{\circ}\text{C}$ , y es regulada conforme al tipo de alimento.

En las cámaras congeladoras se producen temperaturas inferiores a  $0^{\circ}\text{C}$ , variables de  $-5^{\circ}$  a  $-20^{\circ}\text{C}$ , para la conservación de los alimentos para un plazo mayor.

Las cámaras frías se componen de un compartimiento grande, herméticamente cerrado, provistos de estantes de mármol o marmorite y grillas de acero. Para evitar que el aire externo penetre en la cámara es aconsejable que las cámaras frías sean constituidas en conjunto y divididas en partes aisladas. Las más próximas de la puerta son las de temperatura más alta. Cada uno de los recintos dispone de su propia fuente de enfriamiento.

*Localización:* Deben colocarse lo más lejos posible de la fuente de calor.

*Limpieza:* todas las paredes deben ser lavadas con agua tibia y se deben dejar secar. Antes de lavar el equipo se debe desconectar, abrir las puertas, retirar los alimentos y trasladarlos para otra cámara. Todo el hielo debe ser retirado de los serpentines y paredes.

*HELADERAS* (fig. 3)

*Características:* idénticas en su forma a las cámaras, diferenciándose sólo por el tamaño, pueden clasificarse en:

- a Refrigeradores (de  $1^{\circ}$  a  $8^{\circ}$ )
- b Congeladores verticales (abajo de  $0^{\circ}$ )

Los alimentos se colocan en el interior de las heladeras al alcance de las manos. Generalmente disponen de 2 a 6 puertas y son constituidas de metal revestido de acero inoxidable. Su interior dispone de grillas ajustables para la colocación de los alimentos.

*Localización*

Son localizadas pr<sup>o</sup>ximas al área de conservación. Para el "mise en place" diario se utilizan pequeñas heladeras pr<sup>o</sup>ximas al área de trabajo.

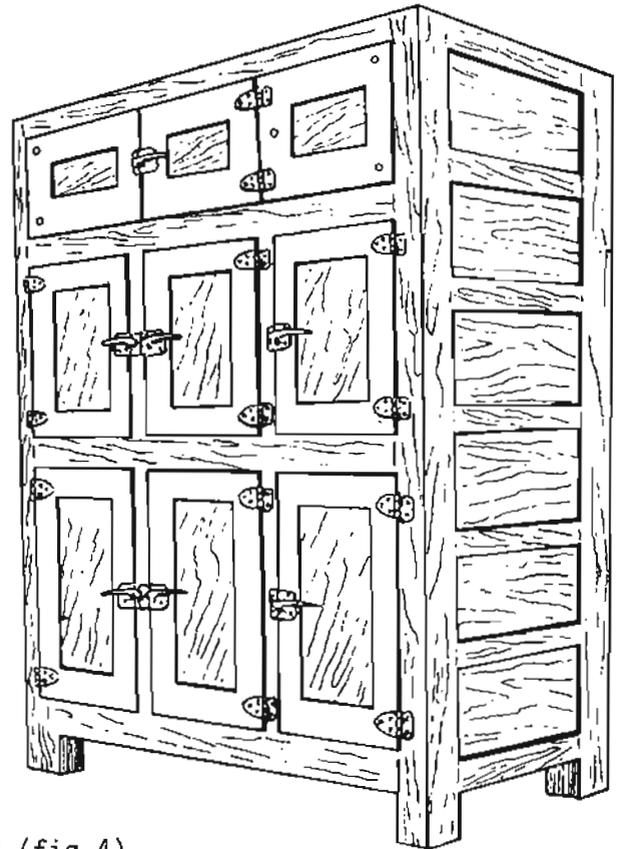


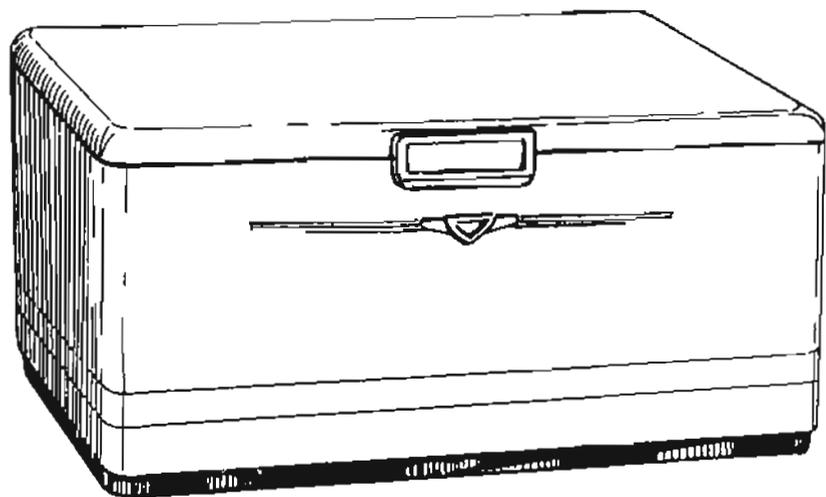
Fig.3

*Limpieza*

Es indicada la misma que para las cámaras.

*CONGELADORES HORIZONTALES (fig.4)*

*Características:* tienen las características de un cofre de metal cuya tapa se abre en el sentido de abajo para arriba, lo que di



ficulta la renovación del aire en su interior. La unidad de refrigeración es colocada alrededor de las paredes. Sirven para almacenar por mucho tiempo productos diferentes.

*Localización y limpieza:* las mismas indicadas para los otros tipos.

*REFRIGERADORES TIPO BALCON (fig. 5)*

*Características:* son refrigeradores provistos o no de vidrios para exposición de mercaderías (tipo vitrina). Las puertas son corredizas para facilitar el servicio y aprovechamiento del espacio. El funcionamiento es el mismo de las heladeras.

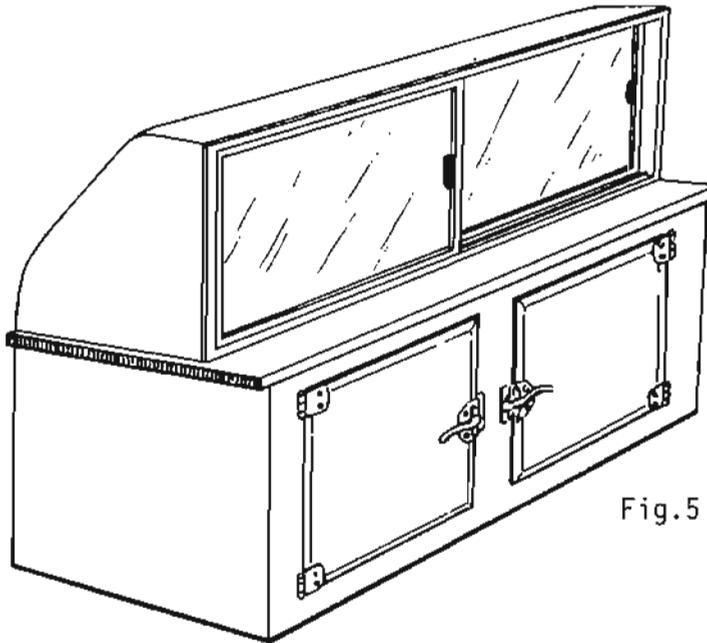


Fig.5

*Localización:* el tipo vitrina es instalado en los propios restaurantes, para llamar la atención del cliente y ofrecerle oportunidad para elegir. El otro tipo generalmente de madera es usado en cocinas menores.

*Limpieza:* como en los demás equipos.

*REFRIGERADORES DE BARES*

Es un tipo de heladera con altura de mesa, tiene puertas en el frente y compartimientos para colocación de recipientes.

*Localización y limpieza:* no son equipos de cocina grande. Generalmente sirven para casa de té y pequeños refectorios. La limpieza es igual a la de los otros equipos.

Son todas las piezas en las cuales el profesional presenta los comestibles preparados. Se distinguen las siguientes piezas de servicio: platos, tazas, tazones, fuentes, soperas, legumbres, salseras, cacerolas de barro, ensaladeras, piezas en material refractario de vidrio o loza para platos calientes y cristalería para bebidas, cocteles, etc.

CARACTERÍSTICAS Y TIPOS

*Platos rasos (grandes)*

Para servir los platos principales, fríos o calientes. Son fabricados generalmente en cerámica o porcelana (fig.1a).

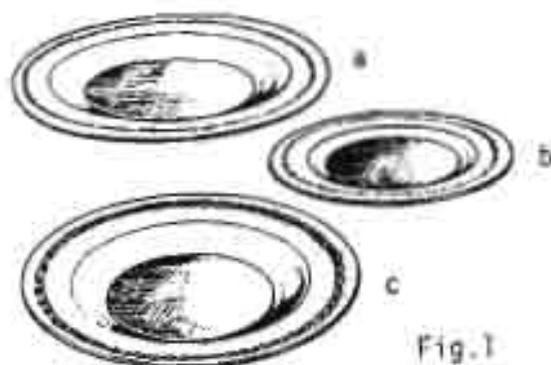


Fig.1

*Platos de postre*

Para servir postres variados son del mismo tipo que los otros en cima indicados pero de tamaño un poco menor (fig.1b).

*Platos hincos*

Se utilizan para el servicio de sopas y similares. Son platos cóncavos y con capacidad aproximada de 1/4 litro (fig. 1c).

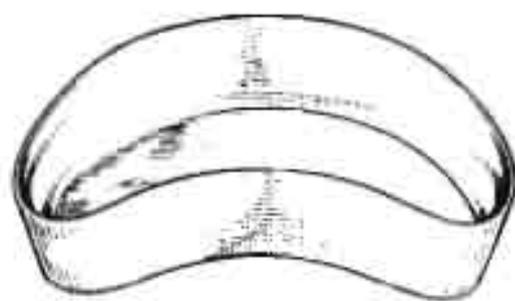


Fig.2

*Platos de ensalada*

Se utilizan platos de postre o copas de cristal como también platos especiales en forma de media luna (fig.2);

*Tazas*

Fabricadas en loza, con dos mangos, sirven para alimentos líquidos calientes o fríos. Son presentados sobre platitos (fig.3).

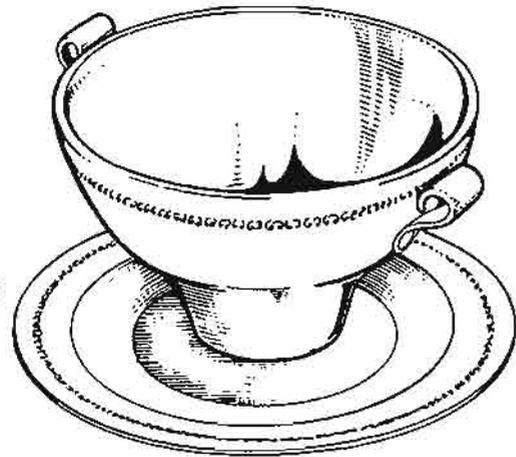


Fig.3

*Soperas*

De plata, acero inoxidable o loza. Sirven para presentar las sopas antes de servir las en los platos (fig.4).



Fig.4

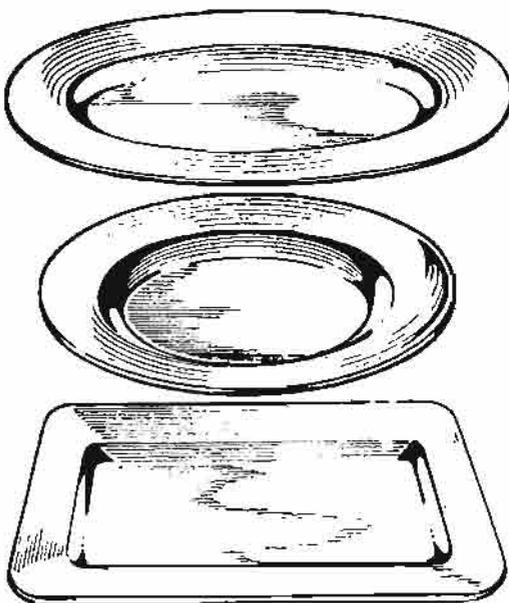


Fig.5

*Fuentes (fig.5).*

Tienen la forma ovalada, redonda o rectangular. Sirven para servir los alimentos en la mesa. Son fabricadas en acero inoxidable, plata o loza, siendo este último tipo muy poco usado. Hay fuentes con divisiones para servicios en que la carta es servida a un solo tiempo.

*Cacerolas de barro*

Usadas para el servicio de líquidos o sólidos, particularmente platos típicos regionales. Son usados generalmente para servicio individual o sobre plato de base. Disponen de dos pequeños soportes laterales u orejas (fig. 6).

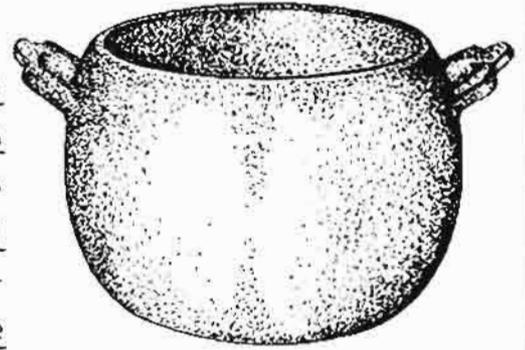


Fig.6

*Salseras*

Pequeño utensilio en forma cóncava y alargada en donde se presentan las salsas de acompañamiento de los diversos platos fríos o calientes (fig.7).



Fig.7

*Recipientes refractarios*

Fig.8

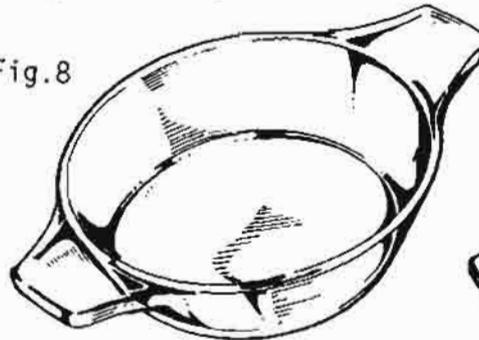
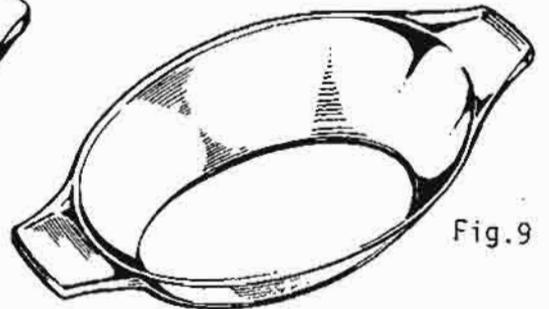


Fig.9



De varias formas y tamaños (figs.8 y 9), fabricados en vidrio o loza y utilizados para servir en la mesa platos gratinados o "soufflés".

*Copa para cocteles*

De cristal o plata son utilizadas para servir alimentos fríos, tipo cocteles, sobre hielo. La copa se compone de dos partes: una base que contiene el hielo picado y un recipiente que contiene el alimento (fig.10).

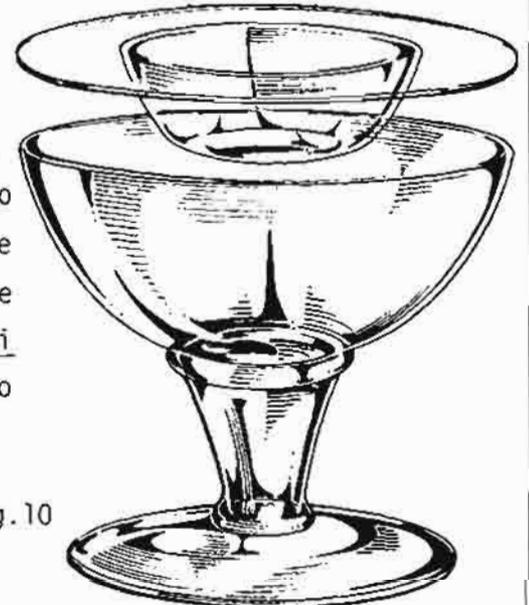


Fig.10



*Sartén para huevos fritos*

Pequeño recipiente de acero inoxidable o loza refractaria en donde son servidos huevos fritos o alimentos flameados.

*Conservación y limpieza*

Los utensilios de servicio deben ser lavados con agua caliente y detergente y enjuagados en piletas o máquinas especiales.

No use esponja de acero o material similar. Los platos y lozas en general, antes del servicio, deben ser esterilizados con al cohol.

Son comestibles de origen vegetal utilizados generalmente, como acompañamiento o elemento de ligación de platos, presentándose en estado natural o transformados industrialmente en harinas o sémolas.

Los granos secos, que se usan en forma natural, llegan a la cocina generalmente procesados, es decir, sin cáscara y sin partes no comestibles. Al procesar estos alimentos, se pierde gran parte de su valor nutritivo al quitar la película que cubre la pulpa. Harina integral o grano integral son los productos pelados en los cuales se conserva esa película.

#### PRINCIPALES PRODUCTOS

*Trigo* (fig.1): cereal cuyo cultivo se hace en el mundo entero especialmente en las regiones de clima templado. Su cultivo se remonta a la antigüedad. En la cocina se utiliza principalmente en forma de harina. La harina hecha de trigo blando es utilizada principalmente para la unión de salsas y sopas y en las masas de pastelería. La harina de trigo duro es más blanca que la anterior, siendo especial para pastas de levadura e italianas.



Fig.1

*Maíz* (fig.2): originario de América del Sur, es cultivado en clima templado o caliente. Cuando es verde, se preparan las espigas enteras o desgranadas, como acompañamiento o ingrediente de diversos platos. El maíz se



Fig.2

CENTRO DE INVESTIGACIONES TECNOLÓGICAS  
 SERVICIOS DE HOSTELERIA,  
 BARES Y SIMILARES

CODIGO DE TEMAS TECNOLOGICOS

co se utiliza triturado como harina y constituye la base de masas presentadas bajo la forma de bizcochuelos, polentas y platos regionales de diversos países del mundo. Un subproducto, es el "cornflakes" que es maíz achatado y tostado.

*Centeno* (fig.3): proviene de climas fríos, es utilizado principalmente en la panificación. Para la cocina tiene valor apenas como harina en ciertos platos regionales.



Fig.3



Fig.4

*Avena* (fig.4): cereal de clima templado, utilizado en la cocina casi exclusivamente en forma de copos o harina para sopas y gachas que llevan su nombre.

*Cebada*: tiene aplicación muy limitada en la cocina. Se usa transformada en harina o en sémola para bizcochuelos, tipos de panqueques, y platos regionales.

*Arroz* (fig.5): originario de Asia, crece en climas subtropicales. Es un alimento de los más importantes y básicos del mundo. Se utiliza en granos como ingrediente principal o acompañamiento en la cocina internacional o regional y en sopas, en



Fig.5

tradas, ensaladas, platos fuertes y postres. Como harina, finamente molido, es elemento de unión, teniendo como característica principal el hecho de no enturbiar la mezcla y dar brillo a la ligazón.

*Porotos*: leguminosa que crece en casi todos los climas. Existen diferentes tipos: morado, negro, pintado, blanco, amarillo, etc. Son consumidas las semillas extraídas de chauchas y recubiertas con una película. Generalmente las semillas llegan secas a la cocina y son cocidas en agua y eventualmente, guisadas o pasadas como purés. Los porotos son utilizados en sopas como legumbres de acompañamiento, ingredientes de platos calientes o fríos y como ensaladas. El poroto tiene gran importancia en las cocinas regionales, sobre todo en la latinoamericana donde se usa en platos típicos: "feijoadá", "pabeloni criollos", etc.

*Arveja* (fig. 6): es un grano obtenido de la vaina de la arveja cultivada en huertas. Se prepara fresca y tierna o seca. El grano fresco se cocina con la piel que envuelve la pulpa. Los granos secos son cocidos sin el envoltorio

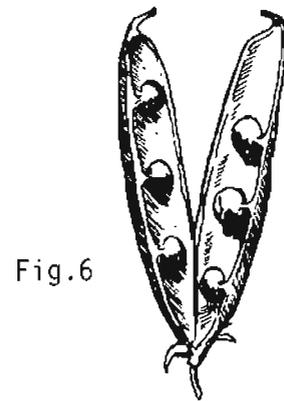


Fig.6

de la pulpa. Hay un tipo de arveja que puede ser preparada inclusive con la vaina en su estado natural. La arveja fresca es utilizada como acompañamiento en ensaladas, sopas o cremas, entera o en forma de purés. Las sopas, las cremas y los purés son generalmente de arvejas secas que pueden ser de dos tipos: verdes y amarillas.

*Garbanzo*: grano de vaina, originario de Asia y de Europa. El garbanzo es preparado seco, en agua y a veces convertido en puré. Es utilizado en sopa y como ingrediente de guisos.

*Lentejas:* planta rastrera de la familia de las leguminosas. Se comen las semillas cocidas en agua, a veces en guisos, y en sopas. Como acompañamiento son usadas en su forma de grano o puré. Alimento muy nutritivo de uso bastante difundido en la cocina europea.

*Soja:* leguminosa muy nutritiva utilizada en la cocina, en general a través de sus subproductos. La harina de soja y el óleo tienen gran importancia en la alimentación. La salsa de soja es muy apreciada como condimento adicional.

#### SUBPRODUCTOS

*Harina:* es una sustancia finamente molida obtenida de los granos de los cereales. La harina de los cereales tiene, las características propias para la ligación y se utiliza en la cocina para confeccionar masas y para espesar salsas, sopas, budines y preparados similares. Según la capacidad de ligación las harinas pueden ser fuertes y suaves.

*Sémola:* es el grano molido rústicamente. Se utiliza para masas de cocina e ingredientes de sopas.

*Féculas:* son productos extraídos de cereales y legumbres de raíz o tubérculos. Es un polvo de almidón que se obtiene por la trituración en seco, mediante un proceso industrial que elimina algunas sustancias y entre ellas el agua. Es insoluble en el agua y espesa a partir de 60°C. Las féculas más conocidas en la cocina son: trigo, papa, arroz, mandioca (polvillo), arrurruz y sagú.

Las féculas son utilizadas para espesar sopas, salsas, cremas,



budines, etc., dejando los alimentos brillantes y casi transparentes. Además de estos subproductos, se extraen de los granos otros productos como glucosa, aceites, alcohol, y similares.

#### CONDICIONES DE USO

Antes de preparar cualquiera de los alimentos estudiados se deben separar las impurezas. Los granos internos antes del cocimiento deben ser colocados en remojo en agua fría para favorecer la operación posterior.

#### CONSERVACION

- a *Frescos*: son conservados bajo refrigeración con o sin envoltorio natural.
- b *Secos*: en forma natural o de subproductos, son conservados hasta por varios meses en temperatura ambientada, en lugares ventilados. Deben ser protegidos contra el polvo y los bichos.

#### RECONOCIMIENTO DE CALIDAD Y BUEN ESTADO

- a *Frescos*: deben tener color intenso y pulpa arrugada. La piel que cubre la pulpa de las semillas debe ser firme y lisa.
- b *Secos*: los granos triturados (harinas) deben ser de color uniforme sin mezcla de detritos y pequeños parásitos. No se deben usar los granos que presenten polvo de harina, lo que indica presencia de bichos.

Con este nombre genérico designamos, en la cocina, todos los vegetales, excluyendo los cereales y las leguminosas, así como hierbas aromáticas.

Las legumbres comestibles son muy importantes en la alimentación del hombre pues contienen sustancias indispensables para el desarrollo y crecimiento del cuerpo humano.

Son empleados en la confección de sopas, platos fuertes, ensaladas, acompañamientos y hasta postres.

#### TIPOS Y CARACTERÍSTICAS



Fig. 1



Fig. 2



Fig. 3



Fig. 4

#### *Legumbres de raíces y tubérculos*

Crecen, generalmente, debajo o a flor de tierra. Las partes comestibles son la propia raíz o tubérculo sin la parte florida. Por cuestión de estética y sabor, se retira la piel que las

envuelve. Las variedades de mayor uso en la cocina son: la batata (fig.1), la zanahoria (fig.2), la remolacha (fig.3), el nabo, el apio tipo tubérculo (fig.4), el rabanito (fig.5), la mandioca, ñame y otros.

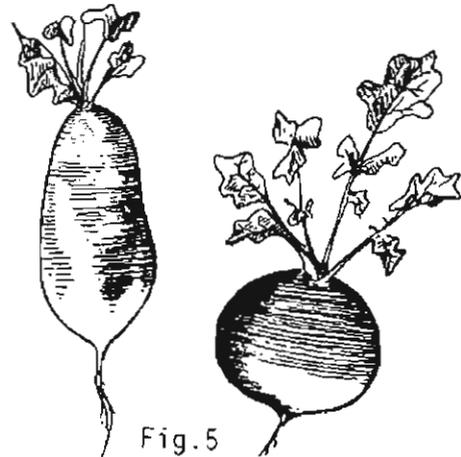


Fig.5

*Legumbres de bulbo*

Crecen a flor de tierra como la enredadera. Las hojas externas de los bulbos forman la capa protectora del vegetal y generalmente, son secas. Las hojas externas, en algunos casos, son utilizadas para dar coloración en ciertos platos. Estas legumbres tienen gran importancia, en las cocinas, como ingredientes aromáticos y como componentes de sopas, salsas, acompañamientos y ensaladas. Son servidos fríos y calientes, crudos o bajo proceso de cocimiento. Las variedades más conocidas son: cebolla (fig.6), ajo (fig.7), ajo porro (fig.8) y echalote (tipo de cebolla suave).

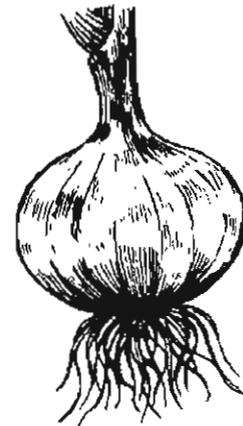


Fig.6



Fig.7

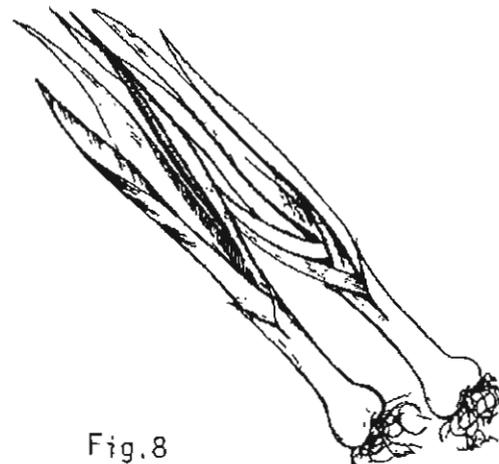


Fig.8

*Legumbres de fruto*

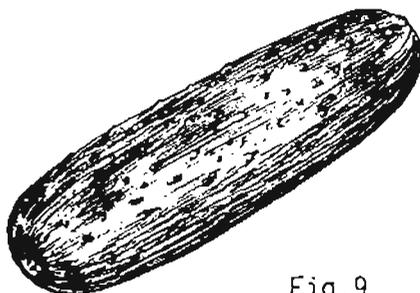


Fig.9



Fig.10

Crece en forma de enredadera o a flor de tierra.

Estas legumbres se componen de flor, hojas y tallos. Los frutos de las legumbres son las partes que llegan a la cocina. La pulpa es la principal parte comestible. Poseen, generalmente, semillas



Fig.11

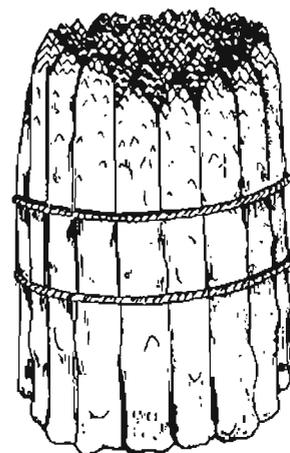
y una piel o cáscara. En las legumbres más tiernas la piel o cáscara puede ser comida, mientras que en las especies más maduras, son retiradas. Algunas legumbres de este tipo son comidas con semillas, como la berenjena y el zapallito; en otras, las semillas son obligatoriamente retiradas como en el caso del zapallo y del zapallito.

Las principales legumbres de frutos son: tomate, pimiento, pepino (fig. 9), calabaza, berenjena, zapallito (fig. 10), chimbombo (fig.11), etc.

*Legumbres de tallo*

Se componen de tallo y raíz. La parte comestible, el tallo, está recubierto por una camada externa no aprovechada (piel) siendo,

Fig.12



la parte más fina la punta. Constituyen una importante familia de vegetales utilizados en la cocina. Son preparados cocidos en agua y servidos enteros o en pedazos, en platos fríos o calientes.

Las variedades más conocidas son: espárrago (fig.12), palmito, apio tipo criollo (fig. 13), cardo e hinojo.



Fig.13

*Legumbres en flor*



Fig.14

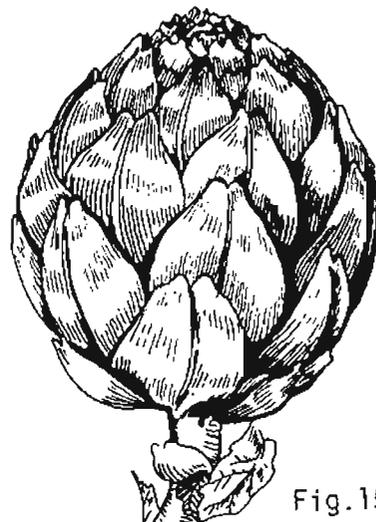


Fig.15

Crecen separadas de la tierra y la parte comestible principal son los pimpollos o centros. Las hojas tiernas y tallos de pequeñas ramas pueden ser utilizadas en sopas, purés, entradas o acompañamientos y servidos enteros o en pedazos, fríos o calientes. Las partes no comestibles de la coliflor y brócoli son los tallos gruesos y las hojas grandes, aunque en casos especiales las hojas mayores también se aprovechan.

En las alcachofas se deben separar las semillas ligadas al centro y las hojas secas y puntas marchitas.

La alcachofa es servida solamente con el centro o base (en donde se fijan las hojas) o el centro y las hojas tiernas (tipo corazón).

Las variedades más usadas de legumbres de flor son: coliflor (fig.14), alcachofa (fig.15) y brócoli.

*Legumbres de hojas*



Fig.16



Fig.17

Son productos de huerta y compuestos de raíz, tallo y hojas. Las partes comestibles son las hojas y en las especies más tiernas, también el tallo. Se distinguen básicamente dos tipos:

a Las de hojas unidas a un tallo central: el repollo (fig.16), lechuga (fig.17), el almeirón, col de bruse-las, endibia y otros.



Fig.18

b Los de hojas separadas, unidas a los tallos más o menos independientes: espinaca, acelga (fig.18) y berro (fig.19).

Las legumbres de hojas reciben varios tipos de preparación y pueden ser servidas crudas o cocidas, en ensaladas, purés o rellenos.



Fig.19

### *Hongos*

Pueden ser considerados legumbres por presentar características similares a los anteriormente descritos. Crecen en estado silvestre, en los bosques o se cultivan. Se componen de tallo, cabeza y raíz. Hay gran variedad de hongos venenosos y no venenosos.

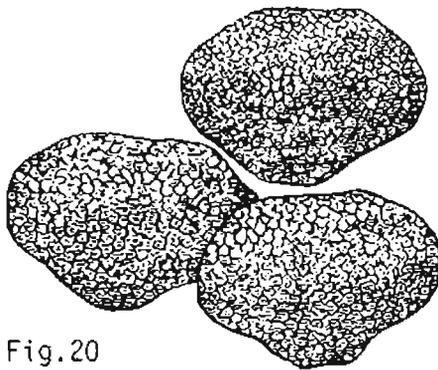


Fig.20

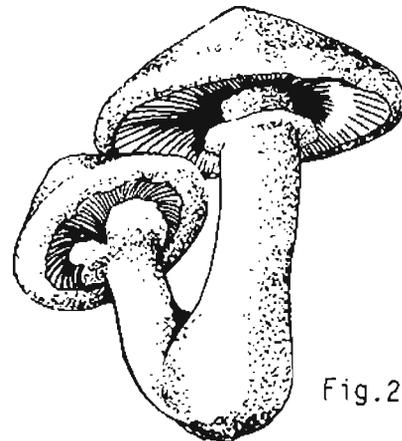


Fig.21

Las especies que se usan son apenas aquellas bien conocidas de preferencia las cultivadas. Con excepción de la raíz, son comestibles el tallo y la cabeza. Por cuestión de estética se retiran a veces, las semillas localizadas debajo de la cabeza y la piel que las cubre.

Las variedades más conocidas son las trufas (fig.20) y los "champignons" (fig.21).

Se preparan como ingredientes de sopas y salsas y como adornos.



### CONSERVACION

Las raíces, tubérculos y tallos se conservan sin limpiarse, en temperatura ambiente. Las legumbres de hojas principalmente deben ser conservadas en envoltorios para no perder la humedad.

Al utilizar las legumbres almacenadas deben irse sacando las más antiguas y mantenerse las recién incorporadas en refrigeración.

Los hongos deben conservarse a la temperatura de 20C.

### *Reconocimiento de la calidad y buen estado*

Son cualidades básicas para identificación del estado de las legumbres:

- a firmeza de las hojas y frutos
- b color intenso
- c raíces y tallos sanos
- d sin impurezas en exceso
- e humedad normal

### *CONDICIONES DE USO*

Se debe examinar la calidad, lavar las legumbres en agua fría y retirar las impurezas.

Son consideradas frutas las partes comestibles de las plantas cultivadas o silvestres y que son utilizadas tradicionalmente como postre. En la cocina moderna, las frutas se emplean como entrada y, a veces, como ingredientes de salsas y acompañamientos.

TIPOS Y CARACTERÍSTICAS

*FRUTAS CITRICAS*

También conocidas como frutas ácidas. Tienen la parte carnosa, húmeda y en gajos, envuelta por una corteza. Las semillas no son comestibles. Estas frutas son comidas crudas, peladas, y se puede extraer el zumo de las mismas. La corteza es porosa y contiene óleo aromático que se puede aprovechar raspándola o refregándola con terrones de azúcar, empleados para dar aroma y sabor.

Los tipos más conocidos son: naranja (fig.1), mandarina, limón (fig.2) y pomelo.

Fig.1



Fig.2

*FRUTAS CON HUESO*

Fig.3



Fig.4

Se componen de piel, pulpa o carne y hueso. La parte comestible es la carne o pulpa, generalmente dulce, o ligeramente ácida. Algunas especies se comen con la piel. Son servidas cru-

das o cocidas, en forma de compota, puré, quesos de frutas, jaleas y frutas cristalizadas. Algunas variedades, además de usarlas al natural, se pueden utilizar secas y confitadas. Las más conocidas son: ciruela (fig. 3), melocotón, albaricoque, aguacate (fig.4), cereza (fig. 5), dátil y otras.

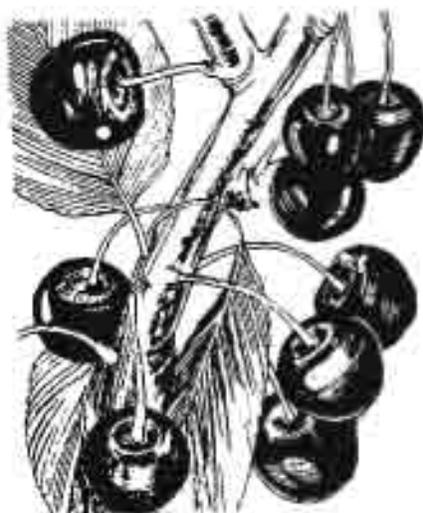


Fig.5

*FRUTAS CON SIMIENTES*

Són frutas compuestas de piel fina o gruesa y pulpa voluminosa. Poseen pequeñas simientes que pueden estar centralizadas, distribuidas dentro de la pulpa o externamente. Son utilizadas para dulces o compotas, además de acompañamiento y salsas. Los tipos principales son las de:

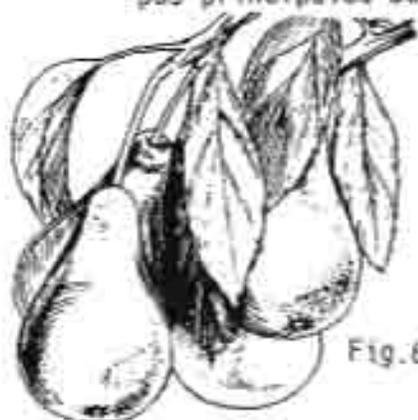


Fig.6

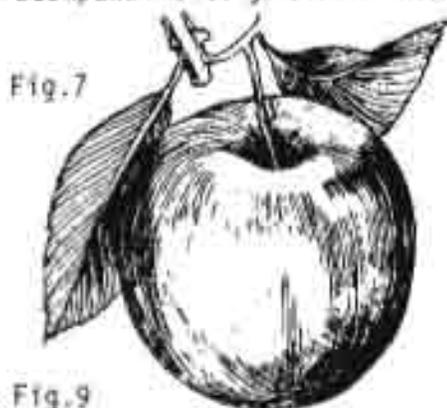


Fig.7



Fig.8



Fig.9

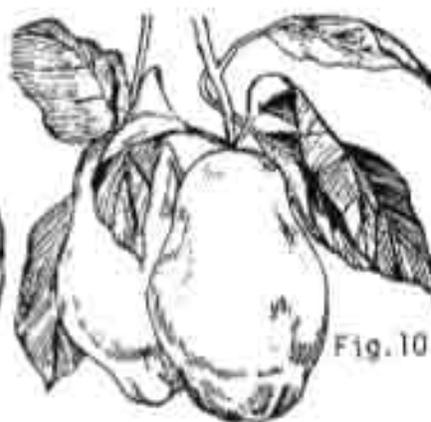


Fig.10

a simientes centrales: pera (fig.6), manzana (fig.7), higo (fig. 8), lechosa (fig. 9) guayaba, membrillo (fig.10) y otras.

b *simientes distribuidas en la pulpa:* moras (fig.11), granada, uva (fig.12), patilla, banana (fig.13) y ciertas frutas regionales como la guanábana y zapoti.



Fig.11



Fig.12

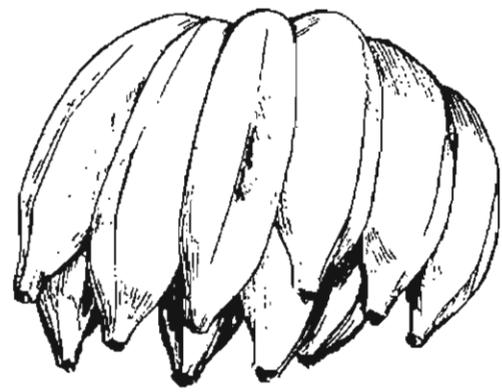


Fig.13

c *simientes externas.*  
fresas (fig. 14) y acajū.



Fig.14

*OTRAS ESPECIES USADAS*

*Piña* (fig.15): fruta aromática utilizada para jaleas, zumos y como acompañamiento de variados platos de la cocina.

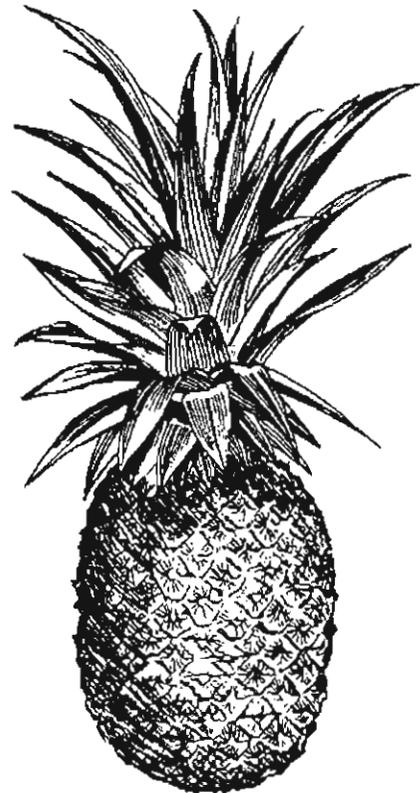


Fig.15

*Parchita*: fruta tropical silvestre o cultivada y utilizada en la confección de cremas, budines, helados, jaleas, etc.

## CONDICIONES DE USO

Las frutas, cuando son aprovechadas como acompañamiento o decoración de platos, deben estar peladas. Las simientes y huesos son retirados, así como las posibles partes deterioradas que puedan alterar el gusto o la presentación.

Es el principal proveedor de carne para la cocina. La carne del ganado vacuno es la más importante y de mejor consumo en los restaurantes. Aparte de la carne, estos animales suministran otros productos culinarios tales como la leche, los huesos, la grasa, las vísceras, y otros más, los cuales merecen un estudio propio cada uno. La carne vacuna es un alimento casi universal y se utiliza, generalmente procesada, como base de una gran variedad de platos calientes y fríos.

*TIPOS*

Para la cocina, el ganado se divide en dos tipos principales, a saber: *LA RES*, que incluye todos los animales adultos tales como bueyes, toros, vacas, novillos y vaquillonas.

*LA TERNERA*, que comprende los becerros en edad de lactancia.

*PRESENTACION*

El ganado vacuno llega a la cocina siempre limpio, es decir sacrificado y desprovisto de despojos y vísceras. Generalmente se presenta en cortes al mayor o cuartos, aunque algunas cocinas adquieren carne en media res, o si la empresa es pequeña, en cortes al detal.

*CORTES*

El ganado vacuno presentado en canal se divide en cortes "primarios" o "al mayor", y éstos en cortes "al detal".

Para la aplicación de cualquier método de corte, es importante conocer la clase de carne en los diferentes músculos, la forma del esqueleto (fig.1) y las necesidades de cortes específicos que requiera la empresa.

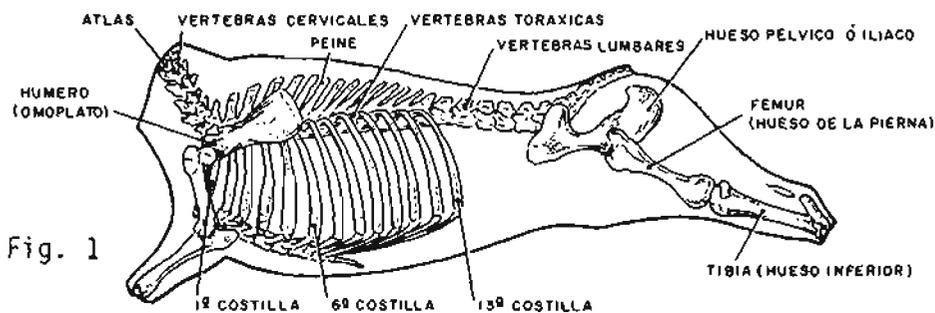


Fig. 1

*METODOS DE CORTE*

La forma en que se corta el ganado vacuno puede variar de región a región. También se practican variantes entre la despostación de reses y terneras. Estas variantes usualmente se limitan a un descuartizamiento menos detallado en los animales pequeños.

SERVICIOS DE HOSTELERIA,  
BARES Y SIMILARES

CODIGO DE TEMAS TECNOLOGICOS

Los dos tipos de cortes más practicados en la actualidad son los que aquí llamamos:

- Corte americano
- Corte tradicional

**CORTE AMERICANO DE LA RES**

En el corte americano la división de la carne se hace a través de huesos y músculos, sin respetar la formación natural o calidad de ellos, buscando la mayor economía y presentación de la pieza para la venta al detal.

Este corte se utiliza principalmente en restaurantes especializados en bistécs y supermercados con exhibición de las carnes.

Los principales cortes primarios y al detal que se obtienen se señalan en el siguiente diagrama de cortes (fig. 2). Para poder realizar el corte es necesario el empleo de una sierra o segueta.

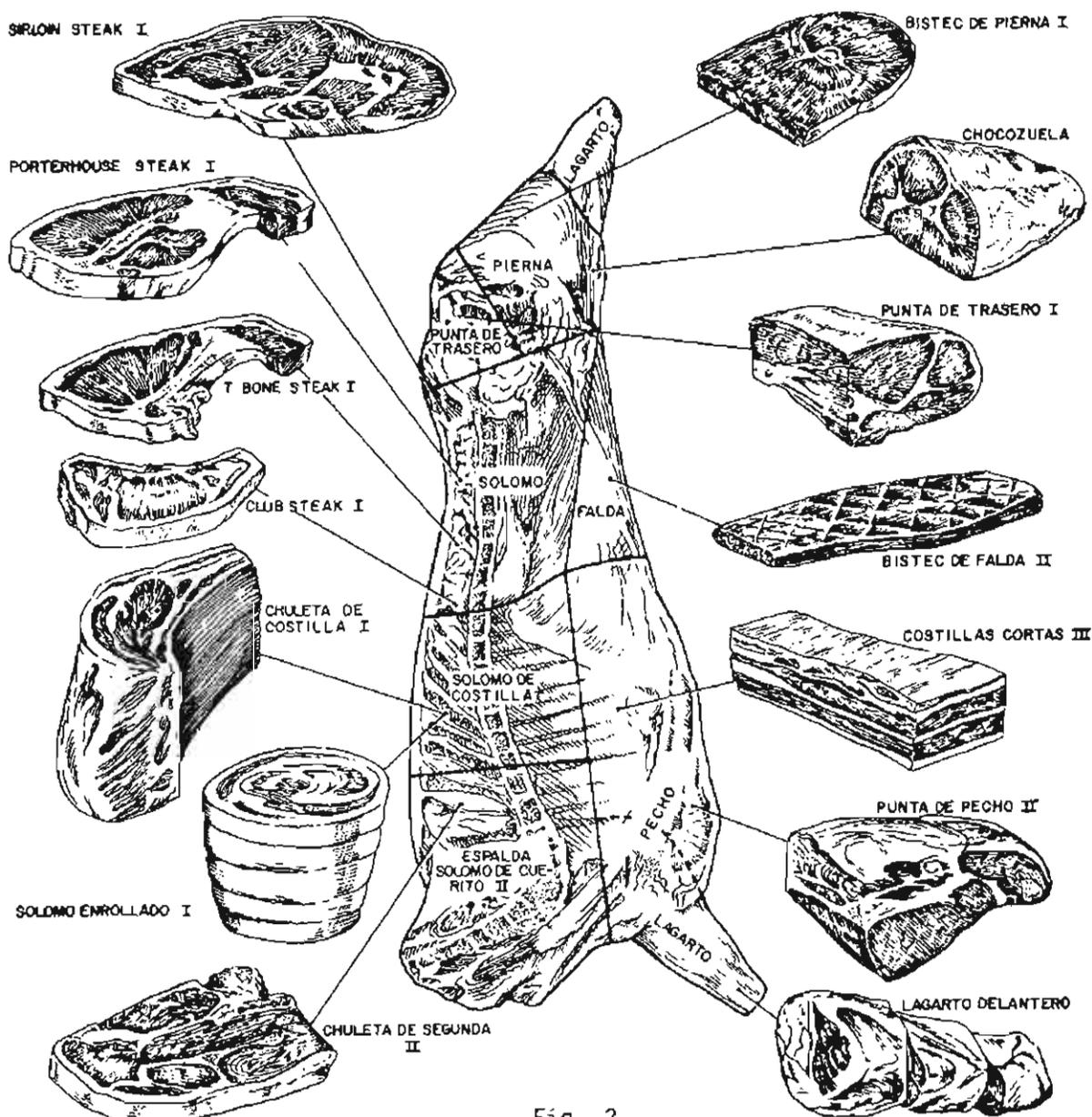


Fig. 2

*CORTE TRADICIONAL DE LA RES*

El corte tradicional respeta la unión natural de los músculos hasta la menor división aplicable. Se obtiene así una separación muy precisa de las clases de carne. Todas las divisiones se realizan entre los tejidos de los músculos y coyunturas de huesos, por medio de los instrumentos clásicos del carnicero: el cuchillo de deshuesar y la hachuela.

Los siguientes son los cortes primarios y al detal que se obtienen con este método (fig. 3).

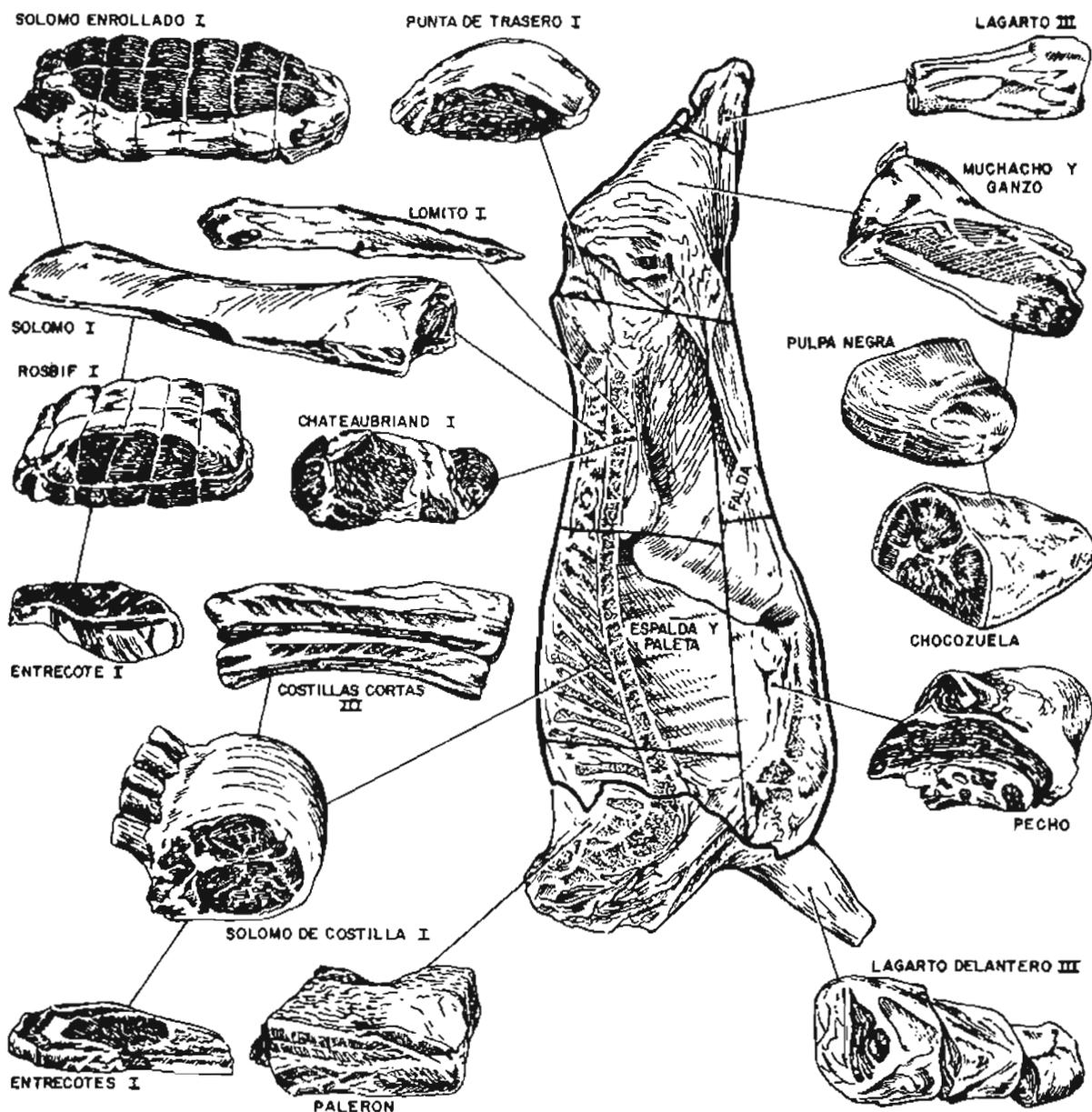


Fig. 3

*Cortes de la ternera*

Al despostar las terneras se observan en un principio las mismas reglas que para los animales adultos, variándose solamente la cantidad de cortes que se aplican.

Los cortes al detal más usuales son los siguientes (fig.4):

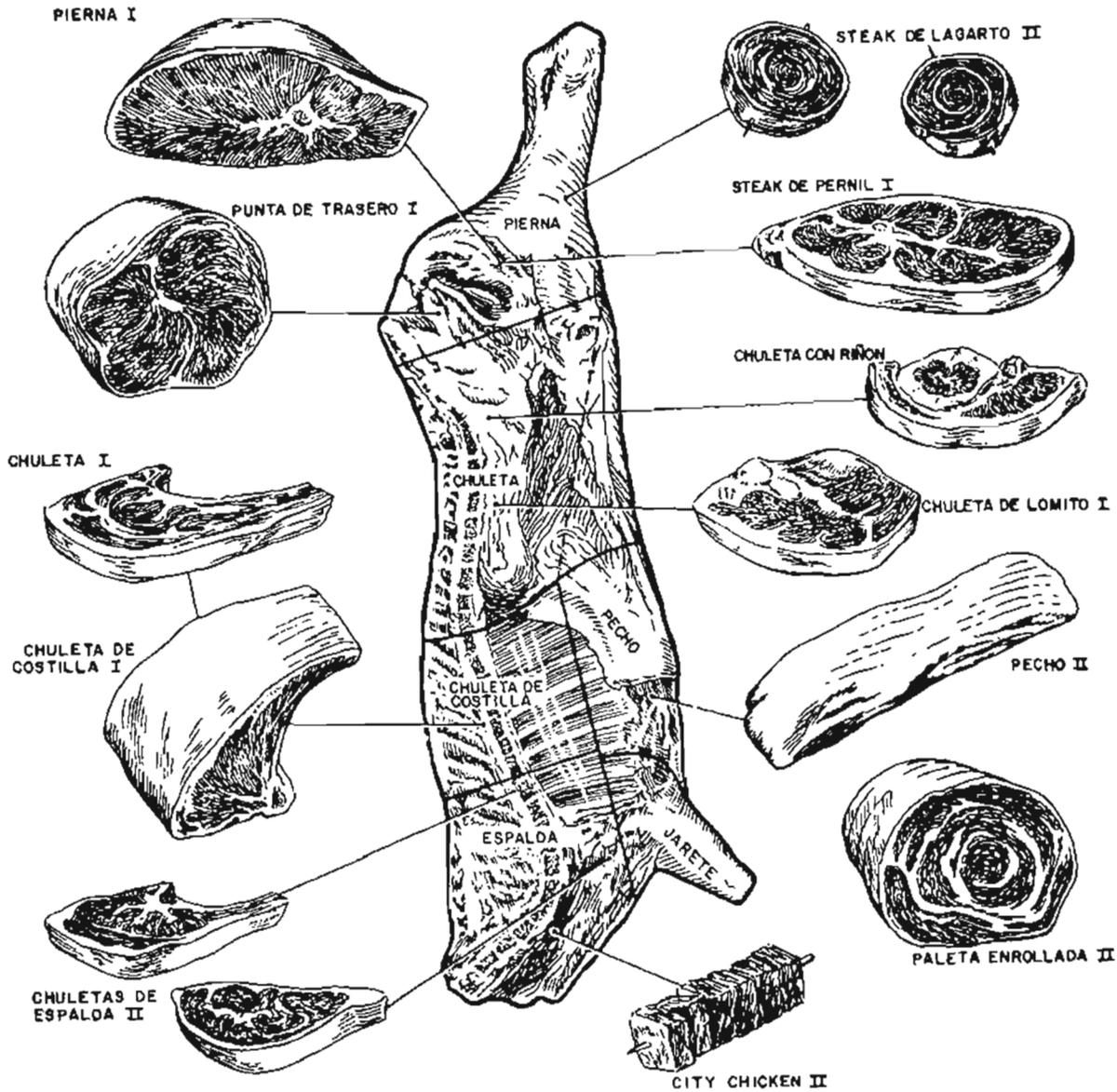


Fig. 4

**CLASIFICACION**

La carne vacuna se clasifica según la calidad del animal y el tipo de corte.

**CALIDAD**

La raza, edad, alimentación y actividad del ganado en vida se refleja en la calidad de la carne del animal en canal.

La mejor carne de res proviene de novillos cebados, de 4 a 6 años de edad.



La carne de estos animales es de color rojo vivo, jaspeada y cubierta de grasa blanca, firme al tacto (los tejidos no se dejan aplastar entre los dedos). La proporción de carne y grasa en relación con los huesos es de aproximadamente 80 a 20% en animales de primera calidad. Estos animales se reconocen fácilmente en canal; se ven carnosos, tienen una capa de grasa blanca y las costillas están cubiertas de carne. El rojo claro en la carne y el amarillo fuerte en la grasa son señales de dureza que presentan reses viejas y de trabajo. En la ternera los animales de mejor calidad tienen la carne blanca sonrosada, cubierta de grasa blanca, satinada y bien distribuida. De segunda calidad son las terneras cuya carne es rojiza y la grasa rosada. La carne de tercera viene de terneras que ya han pastado; su carne es parda y la grasa es gris. Las terneras sacrificadas poco después de nacer tienen la carne gelatinosa, huesos blandos y poco sabor; esta carne no es nutritiva y su uso no es recomendable.

#### *Tipo de corte*

Cada corte cumple, dentro de la cocina, una función específica. De acuerdo con la presentación, dureza y gusto del corte, características que dependen de la consistencia de las fibras y proporción de tendones, nervios y grasa en la carne, se juzga la clase de un corte.

Los cortes de primera, segunda y tercera se distinguen en las figuras 2 y 3 con números romanos.

#### *TRATAMIENTO DE LA CARNE VACUNA*

La carne, desde su presentación en canal hasta que llegue a la mesa del comensal, pasa por una serie de tratamientos que la hacen apta para ser consumida en las mejores condiciones

#### *Añejamiento*

Las piezas grandes de carne de res sin deshuesar (postas en canal, cuartos y cortes al mayor) se ponen a reposar colgadas en ambientes refrigerados ( $0^{\circ}\text{C} + 3^{\circ}\text{C}$ ) y secos durante 1 a 3 semanas. Esta carne debe estar límpia, sana, seca y recubierta por su propia grasa. Durante este reposo, llamado añejamiento, la carne adquiere un color más oscuro, se enternece y desarrolla al máximo su sabor. Los cortes primarios pequeños y recubiertos de poca grasa pueden añejarse sin peligro de desecación y descoloramiento si están protegidos por un baño de grasa de res fundida y solidificada.

NOTA: LA CARNE DE TERNERA NO SE AÑEJA.

### *Conservación*

La carne de res y ternera se conserva por diversos procesos físicos y químicos. Los más usuales métodos empleados para conservación a corto y mediano plazo son la refrigeración y la congelación. La refrigeración se utiliza para conservar la carne en buen estado hasta unos 25 días en la res y hasta 10 días en la ternera. La temperatura apropiada oscila entre  $10^{\circ}\text{C} + 30^{\circ}\text{C}$ , y es recomendable no exponer la carne a cambios bruscos o frecuentes de temperatura.

La congelación se emplea para conservar la carne por más tiempo que el indicado para refrigeración. También conviene congelar carne vacuna si el equipo de refrigeración es usado simultáneamente para otros tipos de alimentos. En una temperatura de  $-10^{\circ}\text{C}$ , la carne absorbe menos olores y la afectan en menor grado los cambios pequeños y breves de temperatura.

### *ACONDICIONAMIENTO PARA LA COCCION*

Antes de procesar la carne ésta debe ser debidamente acondicionada con el fin de lograr el máximo gusto, presentación y economía.

Las operaciones más comunes que se emplean son:

- a) Limpieza.
- b) Fraccionamiento y/o deshuesado.
- c) Relleno y/o mechado.
- d) Bridado o enrollado.
- e) Condimentación (en seco, por salazón o en marinadas).

### *PROCESAMIENTO*

Por lo general, la carne de res y ternera se prepara por cocción. Otras formas de procesamiento como la curación al aire y humo se utilizan casi exclusivamente como medios de conservación. El lomito de res llamado bistec bárbaro se sirve crudo. La tabla n°1 indica los métodos y tiempos de cocción aplicables a los principales cortes de res y ternera, sin embargo estos datos son aproximados ya que pueden variar de acuerdo con la calidad de la carne.



TABLA N° 1

	CORTE	METODO Y TIEMPO DE COCCION	PRESENTACION
C A R N E  D E  R E S	Lagartos "Ossobuco" Bistec de falda	<i>Guisados</i> , hervidos 2 - 3 horas según calidad	Enteros o frac- cionados en "ra- gout"
	Muchacho Ganso Pulpa negra	<i>Estofados</i> , <i>braseados</i> , hervidos 2 - 3 horas	Enteros o en bistec
	Chocozuela	<i>Braseada</i> , estofada, guisada 40 min/Kg. Asada en bistec, 20 min/Kg.	Entera o en bistecs
	Punta de trasero	<i>A la parrilla</i> , <i>asada</i> , <i>braseada</i> hervida, estofada, guisada 30 min/Kg. <i>A la parrilla</i> , <i>braseada</i> 5 a 6 min. por lado.	Entera  En bistec "romstec"
	Solomo de costi- lla y lomito	<i>Al horno</i> , braseado 15 a 18 min/Kg. <i>A la parrilla o plancha</i> , fri- to en sartén 3 a 6 min por lado.	Rosbif, contre- filet  T-bone, solomillo, porter house, entrecôte
	Lomito	Todas las preparaciones rápidas. 1 a 5 min. por lado.	Todas las pre- sentaciones
	Pecho Paleta Solomo de cuerito	<i>Guisados</i> , estofados, braseados 2 - 3 horas, entero 1 - 2 horas, fraccionado	Cortado en dados bistecs y esca- lopes enrollados
T E R N E R A	Pierna Silla	<i>Asado</i> , braseado. 30 a 35 min/Kg. <i>A la parrilla o plancha</i> , frito 3 a 4 min. por lado.	Entero  En "steaks" y es- calopes
	Demás cortes	<i>Asados</i> , <i>braseados</i> 30 a 35 min/Kg. <i>Guisados</i> , <i>estofados</i> 1 1/2 horas	Entero enrolla- do o relleno cortado en dados
	Patatas, cabeza	<i>Hervidos</i>	Enteros

Estos animales suministran carne de excelente calidad, muy nutritiva pero algo pesada de digestión. Además de la carne del ganado porcino, se aprovechan los subproductos como el tocino, las vísceras, los huesos, en tal extremo, que se puede afirmar que estos animales no tienen desperdicio. La carne porcina debe consumirse siempre procesada por acción del calor o curada. Esta carne, principal transmisor de la triquinosis, debe ser inspeccionada por un veterinario antes de ser destinada al consumo humano.

#### TIPOS

En la cocina el ganado porcino se divide en dos tipos principales, a saber:

*EL COCHINO O CERDO* que incluye todos los animales adultos.

*EL LECHON* que comprende los animales en edad de lactancia.

#### PRESENTACION

*El cochino* llega a la cocina siempre limpio, es decir sacrificado y desprovisto de vísceras. Generalmente se presenta en cortes al mayor, aunque algunas empresas prefieren adquirirlo en mitades o cortes al detal.

*El lechón* se presenta casi siempre entero y limpio.

#### CORTES

*El cochino* presentado en mitades se divide en cortes primarios y éstos en cortes al detal. Para cortar correctamente es importante conocer la categoría de la carne, la forma de la estructura ósea (fig.1) y las necesidades de cortes específicos que requiere la empresa.

*El lechón* por su parte se procesa casi siempre entero, a veces relleno.

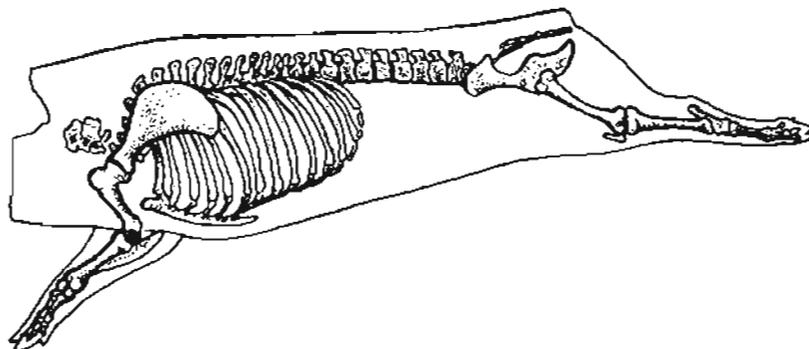


Fig. 1

*MÉTODOS DE CORTE*

El método empleado para cortar el cochino varía según las costumbres regionales. Los dos tipos de cortes más practicados en la actualidad son los que aquí llamamos:

*Corte Americano*

*Corte tradicional*

*Corte americano del cochino*

En el corte americano, la división de la carne se hace a través de huesos y músculos, buscando más la buena presentación y economía del corte que una clase determinada de músculo. Es un método muy empleado en cocinas especializadas en "steaks", para exhibición en vitrinas y es de origen norteamericano. Los principales cortes primarios y al detal que se obtienen pueden apreciarse en el diagrama de cortes (fig.2). Para poder realizar el corte americano es necesario el empleo de una sierra o seguetá.

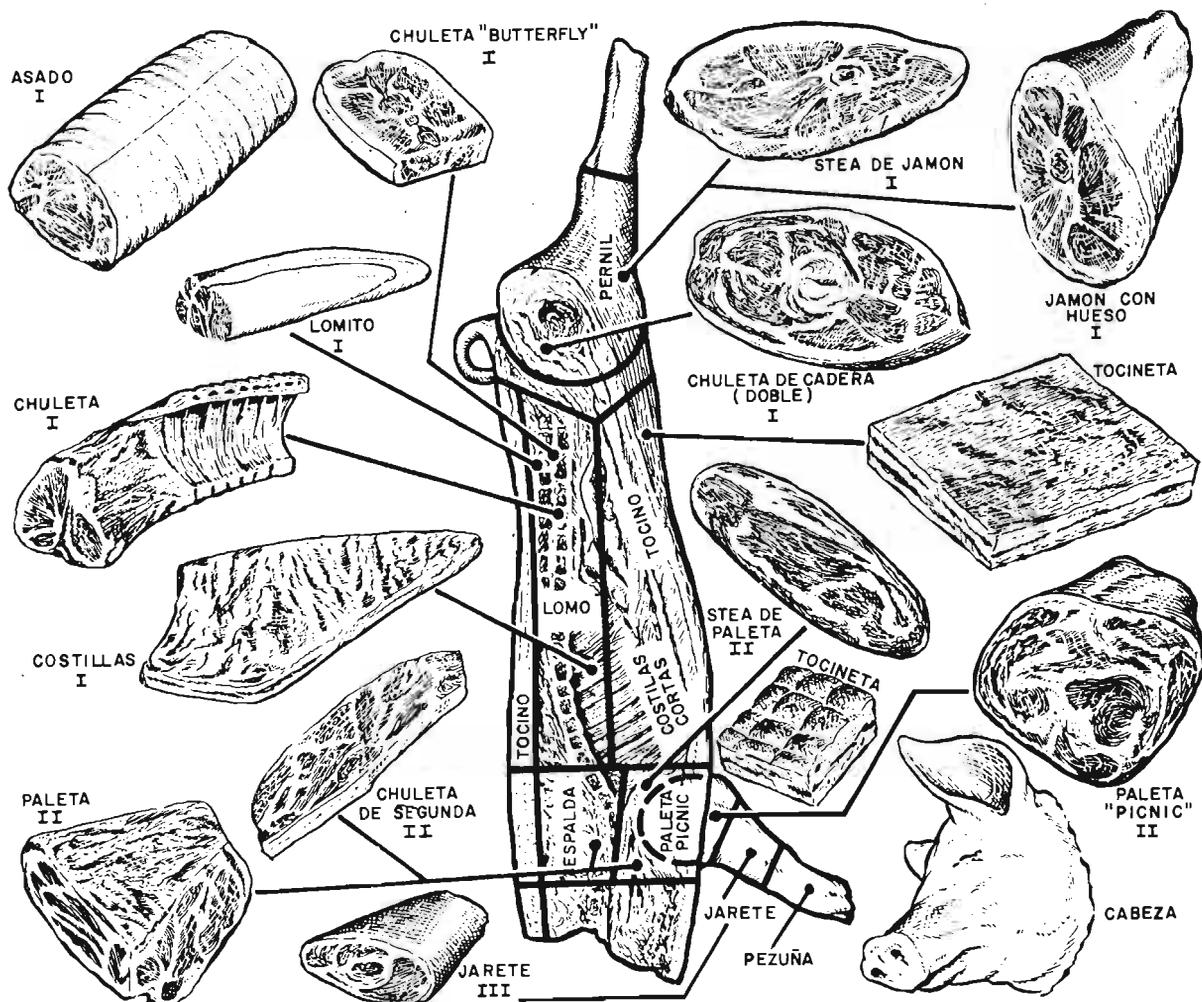


Fig. 2

*Corte tradicional del cochino*

Este corte respeta la unión natural de los músculos hasta la división menor aplicable y se obtiene una separación muy precisa de las clases de carne. Todas las divisiones se realizan entre los tejidos de músculos y coyunturas de huesos. Para este método se utiliza el cuchillo de des-huesar y la hachuela. Los cortes primarios y al detal que se consiguen aquí, son los que muestra el siguiente diagrama de cortes (fig.3).

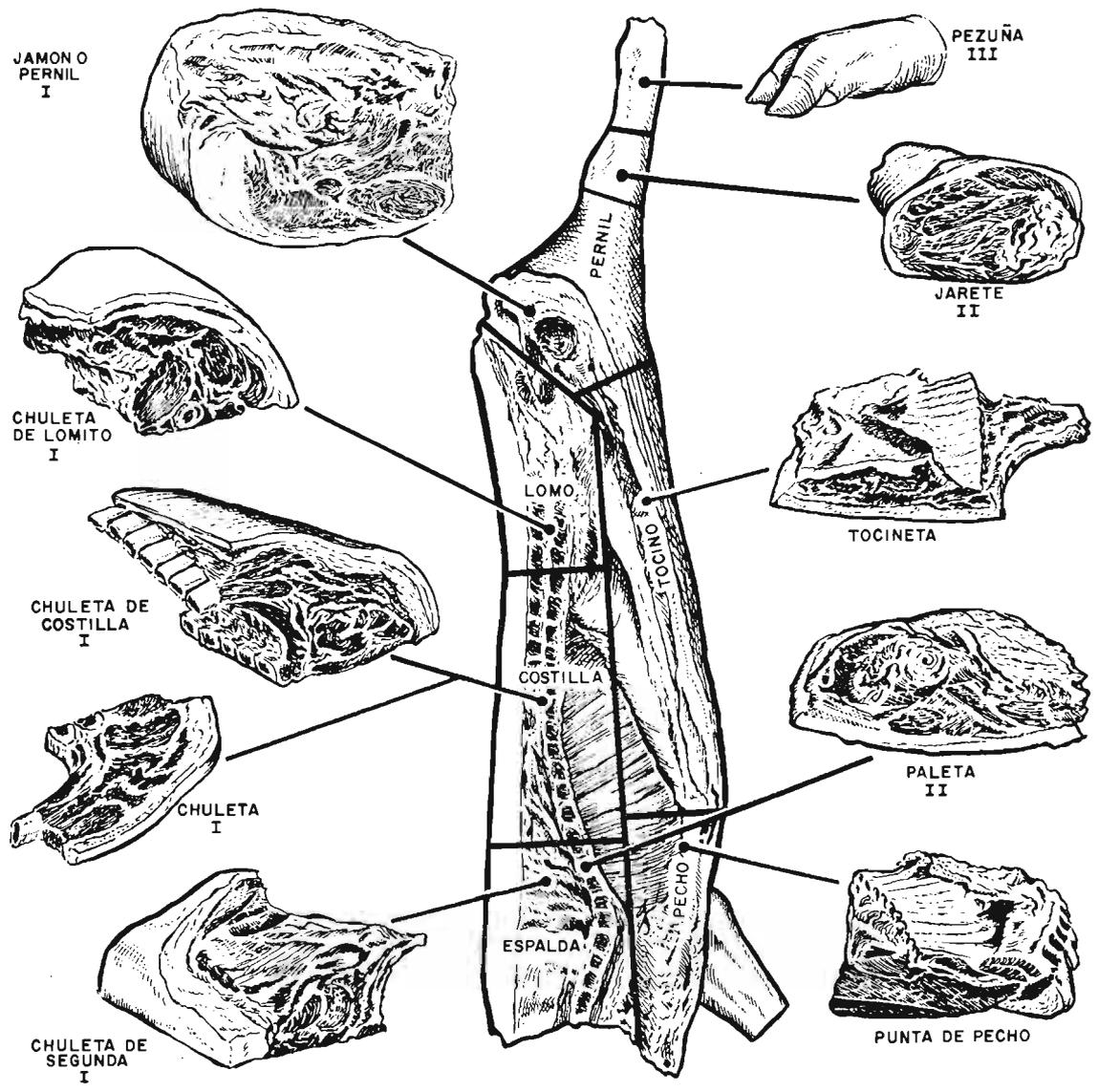


Fig. 3

*CLASIFICACION*

La carne de cochino se clasifica según la calidad del animal y según el tipo de corte.

*Calidad de la carne de cochino*

La raza, alimentación y medio ambiente del ganado porcino en vida se refleja en la calidad de la carne del animal. La mejor carne de cerdo proviene de animales cebados, criados en ambientes sanos y tranquilos. La carne de primera calidad es rosada, vetada de grasa blanca de granulado menudo; es untuosa al tacto y cubierta de tocino firme, blanco o rosado. Estos cerdos producen hasta un 50% de carne fresca y 15% de tocino.

Los animales de segunda calidad tienen la carne de color pálido o rojizo; el tocino es amarillento o grisáceo, se siente esponjoso y se ve sin vetas.

La carne con olor a pescado o con signos de humedad debe rechazarse.

*Calidad de la carne de lechón.*

La cría del cerdo tiene la mejor carne a la edad de 2 a 4 semanas; en esa época, la carne de primera es blanca, algo rosada, jaspeada de muy poca grasa blanca y cubierta de una capa muy fina de tocino.

Los animales más viejos tienen la carne grisácea o rojiza y los enfermos expiden un olor desagradable.

*Clase*

Cada corte cumple, dentro de la cocina, una función específica según la presentación, la dureza y el gusto del corte. De la consistencia de las fibras y proporción de tendones, nervios y grasa en la carne, se juzga la clase de un corte.

Los cortes de primera, segunda y tercera se distinguen en los diagramas de cortes (figs. 2 y 3) con números romanos.

*TRATAMIENTO DE LA CARNE PORCINA*

La carne porcina, desde su presentación en canal hasta que llegue a la mesa del comensal, se transforma mediante diversas operaciones que la hacen apta para ser consumida en las mejores condiciones.

*Conservación*

La carne de ganado porcino se conserva mediante la aplicación de diversos procesos físicos o químicos. Para la conservación a corto y mediano pla

zo se emplea con preferencia la acción del frío, si se desea que la carne conserve al máximo su sabor y apariencia natural.

*La refrigeración* de la carne de cochino es recomendable hacerla a una temperatura constante de  $1^{\circ}\text{C}$  a  $+3^{\circ}\text{C}$  durante un máximo de 15 días. El lechón muy delicado por su alto contenido de leche, conviene no guardarlo bajo refrigeración más de 2 - 3 días. La congelación se emplea para conservar la carne por más tiempo que el indicado para refrigeración. En una temperatura de  $-10^{\circ}\text{C}$  a  $-15^{\circ}\text{C}$  precedida de una congelación rápida, la carne de cochino y lechón se conserva en buenas condiciones ambientales 1 - 2 meses. El adobe, la salazón y salmuera y otros medios químicos se emplean en la conservación del cochino. Estos procedimientos, a veces unidos a una cocción o desecación de la carne, se realizan generalmente por la industria chacinera.

#### *ACONDICIONAMIENTO PARA LA COCCION*

Antes de procesar la carne es necesario acondicionarla para lograr lo máximo en gusto, presentación y economía.

Las operaciones más comunes que para tal fin se emplean son:

- a) Limpieza.
- b) Fraccionamiento, deshuesado y/o separación del tocino.
- c) Relleno.
- d) Bridado o enrollado.
- e) Condimentación (en seco, por salazón o en marinada).

#### *PROCESAMIENTO*

La carne porcina se presta para todo tipo de cocción rápida; el calor húmedo se emplea casi exclusivamente con cortes de segunda o tercera clase,

cuando se preparan guisos, "ragou̇ts" y similares. Carnes conservadas químicamente se procesan por cocción en agua (generalmente escalfadas) o por curación.

Los métodos y tiempos de cocción aplicables a los principales cortes del ganado porcino se indican, a manera de guía, en la tabla nº 1.

TABLA Nº 1

	CORTE	METODO Y TIEMPO DE COCCION	PRESENTACION
F R E S C O	Pernil (jamón) Chuletal	<i>Asado, braseado</i> 25 a 35 min/Kg. <i>a la plancha o parrilla, frito, salteado.</i>	Entero  Fraccionado en "steaks" y escalopes o chuletas
	Espalda Pecho Paleta	<i>Asado, braseado, estofado, guisado, frito.</i> 30 a 40 min/Kg.	Entero enrollado En dados o bistécs falsos
	Jarretes y pezuñas	<i>Hervidos</i>	Enteros
S A L A D O	Jamón	<i>Escalfado, asado, hervido</i> 30 a 40 min/Kg.	Entero, con hueso
	Espalda Paleta Pecho	<i>Escalfado, hervido</i> 30 a 40 min/Kg.	Entero, enrollado.
	Jarretes y pezuñas	<i>Hervidos</i>	Enteros
LECHON	Entero	<i>Asado, a la brasa</i> 20 min/Kg.	Entero, a veces relleno.



INFORMACION TECNOLOGICA:

REFER.: HIT.016 1/5

GANADO LANAR Y CAPRINO (carnero, oveja, cordero, chivo, castrón, cabra y cabrito)

Son cuadrúpedos domésticos cuya carne tiene usos múltiples en la cocina. Especialmente en regiones en que escasea la carne vacuna, el ganado lanar y caprino cobra gran importancia como alimento.

El lanar y el caprino son especies diferentes pero con aplicaciones culinarias muy similares. Como sustituto de la carne vacuna se puede considerar que la carne del ganado lanar es más sabrosa pero menos rendidora económicamente, mientras los caprinos son poco sápidos, secos y de precio económico.

TIPOS

*Carnero*

Es el macho adulto y castrado del ganado lanar. El peso del animal vivo puede llegar hasta 100 kg. La carne del carnero es muy sabrosa, pero adquiere características de gustos específicos según el pasto del que se alimenta. Los carneros criados en las costas inglesas tienen fama mundial: son conocidos con el adjetivo de "Pré salé" (prado salado) por el sabor especial de su carne, adquirido en los pastos de las costas marítimas de ese país.

*Oveja*

Es la hembra adulta del ganado lanar. Es más pequeña que el carnero y su carne es menos apreciada que la de aquél. La carne de la oveja tiene las mismas aplicaciones culinarias que las del carnero.

Los ovinos recién nacidos se denominan *corderos* hasta el destete. Como *cordero lechal* se conoce al cordero que no ha pastado, y como *cordero pascual* al animal comprendido entre los seis y doce meses de edad. El sabor de la carne del cordero, como la del carnero y la oveja está muy influenciado por la alimentación; la carne de los ovinos es poco alimenticia pero fácilmente digerible.

La carne del cordero se pone rancia rápidamente (aun bajo refrigeración) y debe comprarse recién matado el animal. Se conoce el cordero fresco en la brillantez de los ojos y la ausencia de olor en los riñones; animales con tiempo de sacrificados presentan síntomas totalmente contrarios.

### *Cabra, castrón, chivo*

Son las hembras adultas, el macho castrado y el macho padre del ganado caprino respectivamente (en algunos países el chivo es el macho de 1 año de edad). Estos animales tienen la carne de inferior calidad que la del ganado lanar y los ejemplares criados en establos no son recomendables para fines culinarios. Se utilizan principalmente como sustitutos de bajo precio de vacunos y lanares. Para la cocina sólo tienen valor regional.

### *Cabrito*

Con este nombre se conoce el crío de la cabra. Su carne es económica, algo insípida y se emplea como el cordero.

### *PRESENTACION*

Los animales adultos llegan a la cocina siempre limpios. Generalmente se presentan en mitades o cortes primarios. Ocasionalmente los ejemplares se presentan enteros. Los corderos y cabritos se presentan enteros, a veces con la piel y las vísceras aprovechables.

### *CORTES*

Los cortes aplicados a los animales adultos son similares a los de la ternera, o los del cordero (según costumbre y requerimientos de la cocina). Las divisiones más corrientes del cordero y cabrito se señalan en el siguiente diagrama (fig.1).

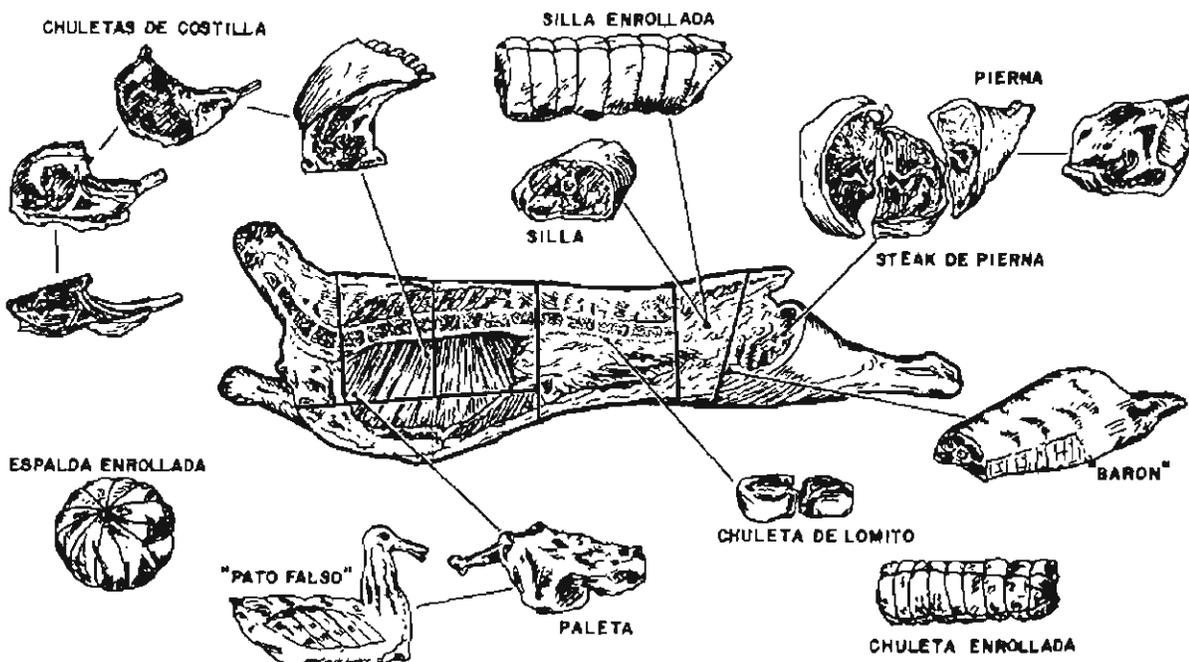


Fig. 1



*CLASIFICACION*

El ganado lanar y caprino se clasifica, como los demás ganados, según la calidad de la carne y la clase del corte.

*Calidad de la carne de carnero y oveja*

La carne de primera calidad es roja parda, reluciente, cubierta y jaspeada de abundante grasa blanca y dura; un trozo de esta carne, apretada entre los dedos, debe sentirse blanda y elástica. Los animales destinados a la reproducción tienen la carne más oscura, casi negra y con los años se pierde la grasa y se percibe un aroma muy pronunciado a sebo.

*Calidad de la carne de chivo y cabra*

Es más clara que la del carnero, más dura al tacto y generalmente no tiene grasa.

Estas carnes se compran más por su proporción de carne con relación al hueso, que por su calidad.

Ejemplares viejos, especialmente los criados en establos cerrados, no son recomendables culinariamente.

*Calidad del cordero y el cabrito*

Los animales de primera tienen la carne blanca satinada con fuerte olor a leche.

*Clase*

Las clases de carne que presenta cada corte, según la dureza, gusto y carnosidad.

Los cortes de primera y segunda se identifican en el diagrama de cortes (fig.1) con números romanos y son válidos para todos los tipos de animales aquí descritos.

*TRATAMIENTO*

La carne del ganado lanar y caprino, desde su presentación en canal hasta que llega a la mesa del comensal, se transforma mediante diversas operaciones que la hacen apta para el consumo en las mejores condiciones.

*Conservación*

La carne de animales adultos se conserva, salvo excepciones, por acción



## INFORMACION TECNOLOGICA:

GANADO LANAR Y CAPRINO (carnero, oveja, cordero, chivo, castrón, cabra y cabrito)

REFER.: HIT.016 4/5

del frío. La refrigeración en 0°C y +3°C para dos o tres semanas y la congelación a -10°C para 2 a 3 meses son los medios más recomendables. La curación y salazón se emplean donde no se dispone del equipo de refrigeración necesario.

Los animales lactantes tienen la carne muy delicada, debido a su alto contenido de leche. La carne, especialmente la del cordero, se pone rancia en poco tiempo, aun bajo refrigeración en condiciones ideales (+1°C) y por lo tanto no debe guardarse así por más de 2 días. La conservación por otros medios no es conveniente porque implicaría un cambio de sabor y presentación indeseable.

### ACONDICIONAMIENTO PARA LA COCCION

El ganado lanar y caprino se acondiciona para ser procesado con una o varias de las siguientes operaciones:

- a Desollar.
- b Destripar, lavar.
- c Limpiar.
- d Fraccionar y/o deshuesar.
- e Rellenar.
- f Enrollar.
- g Condimentar.

### PROCESAMIENTO

La carne de los animales adultos se prepara generalmente por calor húmedo, en especial braseado, estofado y guisado. Las piezas de primera clase de animales criados para suministrar carne, especialmente los carneros y castrones se preparan por cocción, en calor seco.

Los corderos y cabritos se prestan para todo tipo de cocción rápida. Los tiempos y métodos de cocción aplicables a los principales cortes del ganado lanar y caprino se indican, a manera de guía, en la tabla nº 1.



**INFORMACION TECNOLOGICA:**

GANADO LANAR Y CAPRINO (carnero, oveja, cordero, chivo, castrón, cabra y cabrito)

TABLA N° 1

	CORTE	METODO Y TIEMPO DE COCCION	PRESENTACION
CARNEROS, OVEJAS, CABRAS Y CHIVOS	Pernil "Barón" Chuletal	<i>Asado, braseado, estofado, guisado.</i> 18 a 25 min/Kg.  <i>A la parrilla o plancha, braseado.</i> 3 min. por lado.	Enteros  Fraccionado en steaks, escalopes o chuletas.
	Espalda Paleta Lagartos	<i>Estofado, guisado, braseado.</i> 20 a 30 min/Kg. 1 1/2 hora en "ragoût".	Enrollados o en dados.
CORDERO Y CABRITO	Pernil "Barón" Chuletal	<i>Asados, a la brasa, a la parrilla.</i> 15 a 20 min/Kg.  <i>A la plancha, fritos.</i>	Enteros Fraccionados en escalopes, chuletas y steaks.
	Demás cortes	<i>Guisados, fritos.</i>	Fraccionados en dados.

Son mamíferos que viven en estado salvaje. Estos animales suministran una carne de sabor particular, digestión fácil y alto valor nutritivo. Dada su escasez en el mercado y su gusto fuera de lo común, la caza de pelo y cerda se ha convertido en un plato raro y costoso que se encuentra casi exclusivamente en restaurantes especializados.

La carne de caza de pelo y cerda se trata y prepara por los mismos métodos que la del ganado y roedores domésticos.

#### TIPOS

##### *El venado*

Con este nombre se conoce en América a varios tipos de ciervos, como el corzo y el ciervo común (fig.1). La carne del venado es de un rojo profundo y más oscura que la de res; tiene un sabor bastante pronunciado (especialmente los animales viejos), la grasa es poca y no jaspea la carne. Para desarrollar todo el sabor y al mismo tiempo neutralizar el aroma penetrante de los ejemplares viejos, el venado se añeja en marinadas. Se utiliza con preferencia la marinada cruda a base de vino tinto, "mi repoix" y especias; esta marinada también ablanda algo la carne. La división en cortes y clasificación de la carne se hace como en el ganado vacuno, principalmente la ternera. Como particularidad cabe destacar que los tomos se preparan casi siempre unidos y sin fraccionar (sillas); esta pieza también es la más apreciada del venado. El venado, por tener la carne muy seca, generalmente se mecha con tocino.



Fig. 1

##### *El vāquiro (saino, pecarí)*

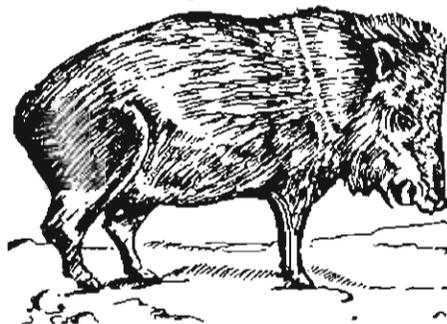


Fig.2

La carne del vāquiro en términos culinarios es una mezcla entre jabalí y cochino. Tiene el sabor y color de los animales de caza y la conformación del cochino doméstico (fig.2)

La corteza del vāquiro estā saturada de cerdas, generalmente de color negro o grisāceo.

Los animales jōvenes, ademās de ser mās pequeños que los adultos, tienen pocas cerdas, dientes mās pequeños y la trompa lisa. El vāquiro en edad de lactancia tiene la carne muy fina y se prepara como el lechōn.

A los animales adultos se les trata y procesa como al cochino domēstico; a veces la carne es marinada.

Una especialidad culinaria es la cabeza del vāquiro. Esta, preparada como fiambre, es un plato de gran calidad y pomposa presentaciōn en las mesas de "buffet".

El vāquiro, antes de ser usado en la cocina, debe ser inspeccionado por un veterinario; muchas veces se encuentra la carne enferma de triquinosis.

*El jabalí*

Es un tipo de cerdo salvaje, comūn en Europa aunque casi extinguido. Mayor que el vāquiro y de carne mās sāpida, se prepara como ēste (fig. 3).



Fig. 3

*El conejo de monte*

Es un roedor parecido al conejo domēstico, pero con la carne menos grasa y de sabor mās pronunciado (fig. 4).

El conejo de monte se mecha y se prepara como el domēstico.

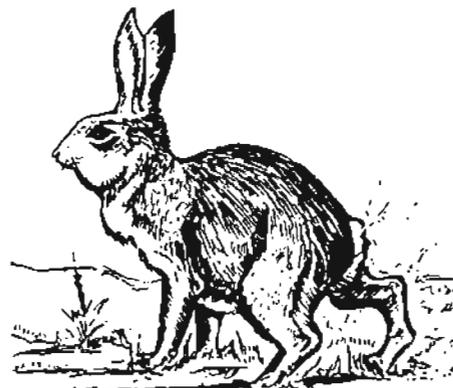


Fig. 4

*La liebre*

Algo mayor que el conejo de monte y con orejas muy largas; su carne es muy sabrosa y se utiliza en la cocina como el conejo doméstico (fig. 5).



Fig. 5

*La lapa (paca)*

Es un roedor algo mayor que la liebre (hasta 70 cm de largo). Su piel está cubierta de un pelo sedoso color marrón claro con manchas amarillentas (fig. 6). La carne de la lapa es más fina que la de la liebre, muy sabrosa y se prepara como el conejo doméstico.



Fig. 6

*El chigüiro (capibara)*

Es el mamífero roedor más grande del mundo, tiene el tamaño de un cochino pequeño. La carne es blanca, muy sabrosa y tierna. Puede prepararse como la ternera (fig. 7).



Fig. 7

*PREPARACION*

La caza de pelo llega a la cocina generalmente sacrificada, sin cuero y desprovista de despojos.

*CORTES*

La caza de pelo grande como el venado, el vāquiro y el jabalí se desposta así:

El venado como la ternera; vāquiro y jabalí como el cochino. A los roedores pequeños se les descuartiza en muslos y lomo como cortes y el resto se emplea como menudencias; roedores grandes (los chigüiros y las lapas) se despostan como el cordero.

*CLASIFICACION*

La carne de caza se clasifica según sus características, las cuales se determinan en primer término por la calidad del animal y en segundo lugar por la categoría de un corte determinado.

*Calidad*

La caza de pelo mayor se considera de buena calidad si los animales son jóvenes y el color de la carne es fresco y firme. La carne de segunda la suministran animales viejos, muy flacos cuyos músculos tienen un color negruzco. Se considera carne de tercera los cortes de cualquier animal parcialmente destrozado por disparos.

La carne de los roedores generalmente no se clasifica según la calidad.

*Categoría*

A los cortes de caza de pelo se les dan las siguientes categorías:

- *Primera:* Los lomos y muslos (o piernas).
- *Segunda:* Los brazuelos (sólo en animales grandes).
- *Tercera:* Las demás piezas.

El tratamiento y procesamiento de la caza se hace como en los animales domésticos.

Bajo este título entendemos todas las partes comestibles de los animales con excepción de la carne.

Estos productos tienen la más variada aplicación en la cocina; se utilizan el hígado, la lengua, los sesos, riñones y otros elementos "carnosos" como ingredientes básicos en platos fuertes, "pâtés" y otras preparaciones, muchas veces en sustitución de la propia carne; los huesos, cartílagos, corteza, como fortificantes y aromatizantes de caldos; las tripas en chacinas como envoltura de masas de carne.

#### EL HIGADO

Es la víscera más grande e importante desde el punto de vista culinario. Los hígados grandes (de ganado) se procesan fraccionados en escalopes, se cocinan en calor seco o húmedo. Higadillos de aves y roedores pueden saltarse o cocerse de otra manera, enteros y luego como plato caliente o en pastas. Los hígados, cuando se procesan al calor seco deben servirse de inmediato y salarse en el último instante para evitar que se endurezcan. Antes de procesarlos es necesario separar la hiel y a veces pelarlos. La grasa junto a los hígados es generalmente rancia y debe desprenderse.

Los hígados se conservan bajo refrigeración (+ 1 a +3°C) y no conviene congelarlos. Para hacerlos más tiernos y quitarle fuerza al sabor se conservan sumergidos en leche.

#### *Hígados de res y ternera.*

Son las vísceras de mejor calidad; se preparan cortados en filetes u hojuelas, a la parrilla, salteados, fritos o estofados. La sobre-cocción los endurece y por ello los gustadores a veces los solicitan "rosados" es decir cocidos en 3/4 partes del tiempo normal.

Los hígados de ternera son menores, más finos y de color más claro que los de res.

#### *Hígado de cochino.*

Es igualmente de muy buena calidad. Se diferencia del hígado de ternera por tener pequeños círculos o puntos en su superficie. Es importante asegurarse de la procedencia del animal; sólo deben usarse hígados de cerdos absolutamente sanos (inspeccionados por un veterinario).

*Hígados de cordero, carnero, cabras, caza de pelo, roedores y otros similares.*

Tienen relativamente poco uso en la cocina comercial. El sabor de estas vísceras es muy pronunciado (salvo en los animales jóvenes) y solicitado sólo por ciertos gustadores.

#### *Hígado de ganso*

Es el hígado de mejor calidad. Muy costoso, es casi imposible conseguirlo en forma continua para el uso en restaurantes. De él se prepara el "Pâté de foie gras", uno de los clásicos "delicatessen" de la culinaria.

#### *Hígado de pollo y gallinas.*

Aunque pequeños, son muy finos. Se prestan para prepararlos salteados enteros y como pasta.

*Hígados de pato, pavo y otras aves domésticas y de caza se utilizan como los hígados de pollo.*

#### LOS RIÑONES

Los riñones de ternera, res, cochino y cordero, son los de mayor uso en la cocina.

Estas vísceras deben lavarse por dentro y por fuera antes de procesarlas; especialmente en los animales viejos es necesario enjuagarlos para quitarles su olor a orina. La grasa que envuelve a los riñones sólo se utiliza en las terneras, en los demás animales ésta tiene normalmente un sabor a rancio. Mientras los riñones de animales jóvenes se prestan para todo tipo de preparaciones rápidas, los de res sólo pueden cocinarse en calor húmedo.

Los riñones de aves son muy pequeños y su uso en la cocina comercial no es común.

#### EL CORAZON

Es un músculo bastante duro que se puede cocer exclusivamente en calor húmedo. Para usarlo es necesario abrirlo con un corte que permita el lavado del interior para separar toda la sangre. Los corazones de más uso son los de ganado y aves domésticas. Se preparan usualmente como "ragoûts" y otros estofados y tienen además muchas aplicaciones en chacinas.

#### *LOS SESOS*

Son la masa cerebral de los animales. De consistencia más bien venosa, vienen envueltos en un tejido transparente.

Los sesos de más uso en la cocina son los de ternera, res y cochino, a los cuales se les separa la telilla que los cubre. Se lavan para separar la sangre, se blanquean para esterilizarlos y luego se preparan fraccionados en escalopes, picados o enteros, fritos, salteados, escalfados...

#### *LA LENGUA*

Es un músculo duro y carnoso. La lengua se prepara casi siempre hervida, raras veces guisada. La piel que cubre el músculo así como la parte que la une con la laringe, deben separarse después de cocidas.

Las lenguas de más uso son las de res, ternera y cochino. La lengua de res a veces se cura en salmuera y se ahuma; el color rojo de la "lengua a la escarlata" proviene del adobe en salmuera.

#### *LOS CALLOS*

Son el revestimiento muscular del estómago de los rumiantes. En la cocina se utilizan sólo los callos del buey. Llegan a la cocina generalmente pre-cocidos y limpiados en el mismo matadero; sin embargo es recomendable volverlos a lavar y a escaldar.

Los callos se preparan fraccionados en menudos, para guisos, sopas y a veces fritos y empanados.

#### *LOS ESTOMAGOS DE AVES*

El músculo que cubre la bolsa estomacal de las aves domésticas se utiliza en la cocina: hervido, en "ragoûts" o para mejorar fondos. Aparte de las vísceras arriba descritas, las diversas cocinas nacionales y regionales utilizan otras, tales como: los pulmones, el bazo, las mollejas, los testículos y la ubre del ganado, las crestas de gallos y otras de menor importancia.

#### *LOS HUESOS*

Son la parte dura y sólida que forma el esqueleto de los animales con vértebras.

Aunque no propiamente comestibles, son indispensables en la cocina para la confección de fondos; las sustancias que liberan

durante la cocción en agua dan aroma, sabor y consistencia a los caldos. Se distinguen huesos blancos (de paleta, de p<sup>ier</sup>na, inferior, del medio) y rojos que incluyen a los demás huesos. Los huesos blancos son más apropiados que los rojos para la obtención de caldos claros y brillantes. Los huesos rojos se utilizan para fondos poco delicados. Los huesos algo viejos deben escaldarse antes de usarlos. Los huesos de más uso son los de *res* para caldos y consomés, *ternera* para fondos morenos básicos, *cochino* en sustitución de los de ternera, de *caza* para fondos de caza y de aves para caldos y fondos de aves.

#### EL TUETANO

Es la médula de los huesos blancos (fémur y tibia). Se utiliza la de res y ternera como acompañamiento de sopas y salsas especiales.

#### LAS PATAS Y LA CABEZA

Las patas y la cabeza de algunos animales como la ternera y el cochino suministran, aparte de los huesos, una carne gelatinosa, la cual se utiliza en la cocina para la preparación de gelatinas y platos a base de ésta como "cabeza de jabalí" y otros.

De la cabeza de cochino se obtiene además tocino de cachete, el cual es considerado como una especialidad. La cabeza de ternera deshuesada y hervida es un plato típico, muy apreciado en algunos países.

Las menudencias de aves son, aparte de las vísceras, las alas, el espinazo, el pescuezo y las patas, sin deshuesar. Las tripas y la sangre se utilizan sólo en carnicería y cocinas regionales. La sangre se emplea como liga de un tipo de "ragoût" llamado "civet".

#### CONDICIONES DE USO

Las vísceras y huesos son de fácil descomposición, se deben usar únicamente frescos y de animales sanos. Es conveniente adquirirlos limpios y prepararlos en el menor tiempo posible.

#### OBSERVACION

Estos productos se conservan bajo refrigeración (0° a +3°C) durante no más de 2 semanas. La congelación se puede aplicar a los huesos, callos, estómagos y menudencias de aves y el corazón, sin perjuicio del color y presentación; no es recomendable la congelación de riñones e hígados.

Son animales con el cuerpo revestido de plumas, dos pares de miembros, los anteriores transformados en alas y los posteriores son patas que sirven para caminar, nadar o agarrar.

Se distinguen las aves:

- a domésticas o del corral
- b salvajes o caza de pluma

### TIPOS Y CARACTERISTICAS

#### DOMESTICAS

*Gallinas* (fig. 1): los animales nuevos, hasta dos meses de edad, son llamados pollos de leche y después pollos hasta alcanzar

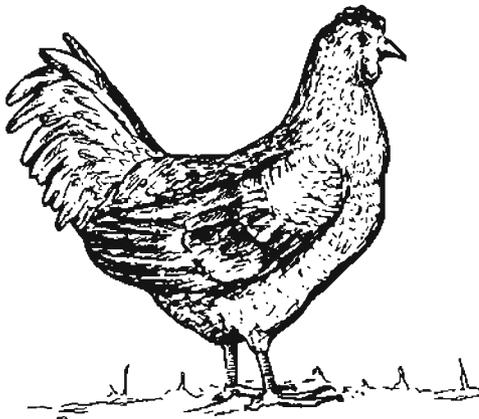


Fig.1

los diez meses. Después pasan a ser gallinas y gallos. Los pollos se caracterizan por poseer la piel blanca fina, pescuezo y piernas gruesos y la punta del esternón flexible. Las gallinas y los gallos tienen el esternón duro las piernas ásperas y la piel amarilla y gruesa.

El pollo castrado y cebado es llamado capón.

Los pollos pueden ser utilizados para toda clase de cocción, mientras que la gallina solamente puede ser preparada cocida o braseada. Existen varios tipos o razas de gallina destacándose la gallina de Angola que posee carne con sabor especial.

*Pavo* (fig. 2): la calidad de la carne del pavo se verifica de la misma forma que la del pollo. El pavo debe ser gordo, de carne blanca y miembros blanquecinos. Después de doce meses de

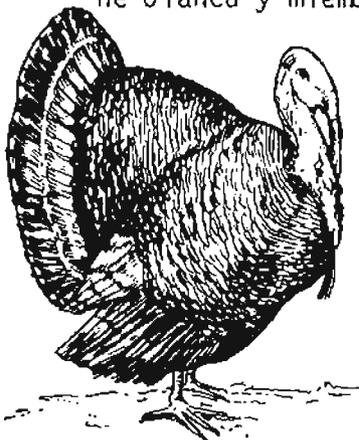


Fig.2

edad se considera al pavo viejo. Los pavos muy jóvenes son llamados pavos de leche.

*Pato y ganso* (fig. 3): son aves acuáticas. La edad de esos animales se reconoce por la flexibilidad del pico. Los animales jóvenes son más adecuados para trabajos de cocina. Poseen la punta del esternón blanda, el pico flexible y la piel que une los dedos es clara y tierna. Las carnes de pato y ganso son clasificadas como oscuras.

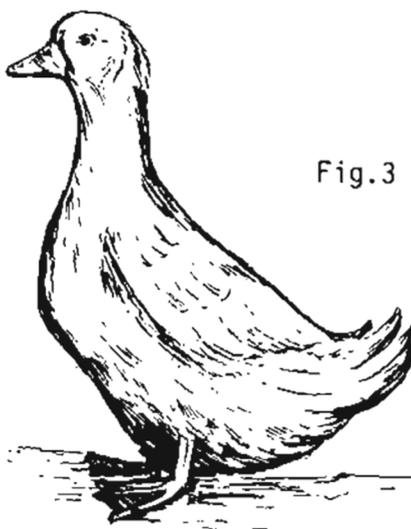


Fig.3

AVES DE CAZA

*Perdiz* (fig. 4): la perdiz tiene la carne oscura, tierna, (especialmente en los animales jóvenes); es muy aprovechada. La perdiz tiene las plumas grises con puntillos negros. La hembra tiene la carne más succulenta y blanda que el macho, llamado perdigón. La perdiz se distingue por la falta del espón que sólo el macho posee. Una

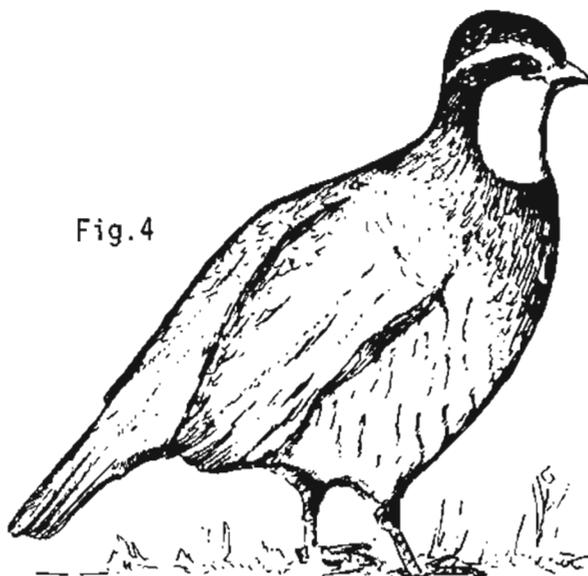


Fig.4

perdiz de buena calidad es gorda y redonda, tiene pico tierno y flexible y las patas lisas. Las perdices no deben prepararse inmediatamente después de muertas y sí después de descansar dos días en ambiente refrigerado.

*Pato salvaje*: exige el mismo tratamiento y preparación que el pato doméstico. Es importante, después de muerto retirar las vísceras enseguida. Los animales jóvenes son indicados para preparaciones rápidas mientras que los viejos se deben preparar lentamente.

*Paloma*: las palomas salvajes no tienen la misma aplicación que la perdiz. El corte "a la crapaudine" y la paloma rellena son los métodos para preparar más prácticos.

*Codorniz* (fig. 5): es una especie de la familia de las perdices, siendo un poco menor y pudiendo ser preparada de la misma manera que éstas. El plumaje va del marrón al pardo y, actualmente, la especie tiende a tornarse do méstica.



Fig.5

*Faisán* (fig. 6): existen varias especies de las cuales el faisán dorado y el común son las más conocidas. El faisán macho tiene las plumas brillantes y coloridas. La carne de esas aves es oscura, succulenta y muy apreciada. En la hembra el plumaje es menos colorido y el tamaño es menor. La carne de la hembra es de calidad infe rrior.



Fig.6

#### CONSERVACION DE AVES

La conservación debe hacerse solamente con aves sin vīsce ras, limpias y cuidadas para la preparación. Deben mantenerse (crudas o cocidas) en ambientes refrigerados. Es importante que el lugar de almacenamiento esté siempre ventilado y que las piezas estén aisladas de contacto con las otras.



TABLA DEL TIEMPO DE COCCION

TIPO DE AVE	ANIMALES TIERNOS			ANIMALES ADULTOS	
	ASAR	EMPARRILLAR	COCER	ASAR	COCER
POLLO	40 a 50 min.	30 a 35 min.	40 a 50 min.	-	-
POLLO DE LECHE	30 min.	25 a 30 min.	30 min.	-	-
GALLINA	-	-	-	-	2:00 h a 3:00 h
CAPON	-	-	-	50 a 60 min.	-
GALLINA DE ANGOLA	25 a 30 min.	-	-	1:00 h a 1:30 h	-
PATO DOMESTICO	35 a 40 min.	-	-	2:00 h a 2:30 h	-
PATO SALVAJE	20 min.	-	-	2:00 h a 2:30 h	-
PERDIZ	15 a 20 min.	-	-	1:00 h a 1:20 h	-
FAISAN	25 a 30 min.	-	-	1:00 h a 1:20 h	-
PAVO (*)	2:00 hs	-	-	4:00 h a 5:00 h	-
GANSO	1:30 h a 2:00 h	-	-	2:00 h a 3:00 h	-
CODORNIZ	15 min.	-	-	45 a 60 min.	-

(\*) - La relación del peso del pavo tierno con el tiempo de cocción es de 20 min. por kilo.



Los pescados son animales que viven en el agua y respiran a través de branquias. Con los pescados pueden prepararse una gran variedad de recetas. Se sirven en todos los platos del menú, a excepción del postre.

### CARACTERÍSTICAS

La mayoría de los pescados son fusiformes aunque también los hay de forma más o menos aplastada y redonda. La carne se compone de músculos intercalados en forma de abanico, sujetos por espinas y envueltos en una piel. La piel de la mayoría de los pescados es recubierta de escamas.

### RECONOCIMIENTO DE LA FRESCURA DE LOS PESCADOS

La frescura de los pescados se constata mediante el olfato y examen de los ojos, agallas, escamas y la firmeza de la carne. El color vivo de las agallas, los ojos brillantes, las escamas firmemente adheridas y claras y la carne firme al tacto, son las principales características que identifican a los pescados frescos.

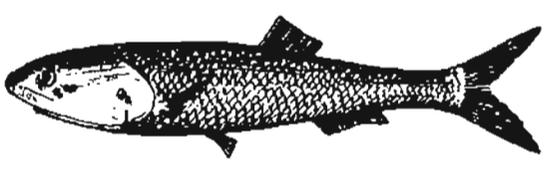
### CLASIFICACION DE LOS PESCADOS

La clasificación más general en términos comerciales es la que agrupa los pescados en:

- a pescados del mar
- b pescados de agua dulce

Esta clasificación no necesariamente indica el origen de los pescados ya que muchas veces los pescados del mar pasan al agua dulce por las desembocaduras de los ríos y viceversa.

Fig.1



#### PESCADOS DEL MAR

*Anchoa* (fig. 1): en la cocina se utilizan apenas las especies pequeñas (hasta 15cm de largo). Su carne tiene un color pardo y

muchas espinas. Las anchoas tienen especial importancia en la industria conservera.

*Atún* (fig. 2): es un pez grande. Tiene la piel de color azul metálico en los lomos y blanca en la barriga. La carne del atún es muy musculosa y de color pardo oscuro. El atún se corta en ruedas o filetes, siempre sin piel. Para platos de "buffet", el atún pequeño puede prepararse entero. Siendo la carne del atún muy seca, se acostumbra envolverla en lonjas de tocino fresco.

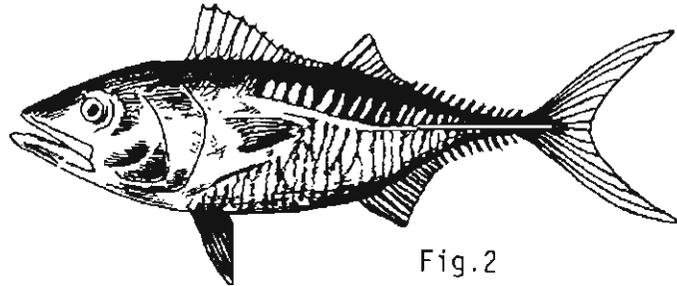


Fig.2

*Róbalo* (fig.3): es un pez fusiforme que llega hasta un metro de longitud. El color varía del gris al plateado, con reflejos azules.

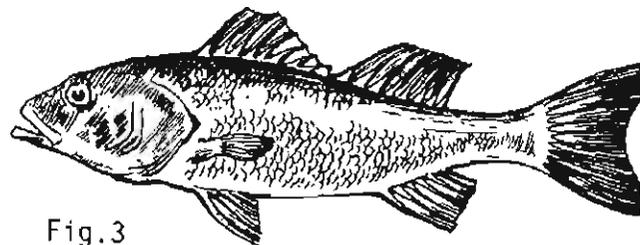


Fig.3

La carne es blanca y muy apreciada. A pesar de ser un pez marino, el róbalo desova en las desembocaduras de los ríos.

*Garopa*: tiene una coloración parda con manchas verdes. Los ejemplares llegan a tener 1 metro de longitud.

*Lenguado* (fig. 4):

Es un pez pequeño. Tiene la forma aplastada y la piel gris, más oscura en un lado que en el otro. El lenguado es muy apreciado en la cocina y considerado uno de los mejores pescados del mar.

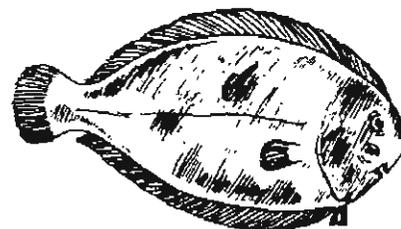


Fig.4

*Namorado* (fig. 5): se identifican varias especies con este nombre popular. Es un pescado oscuro en los lomos y claro en la barriga, con franjas oblicuas en los lados.

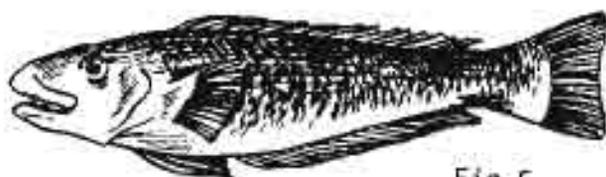


Fig.5

*Pescada* (fig. 6): de cuerpo fusiforme y largo, tiene un color gris-verdoso. Es muy solicitado debido a la excelencia de su carne. La pescada pequeña se conoce con el nombre de pescadilla.



Fig.6

*Mero* (fig. 7): vive en las aguas tropicales y, como el róbalo, desova en las desembocaduras de los ríos. Su coloración es muy variada, pudiendo llegar del verde al amarillo o negro.

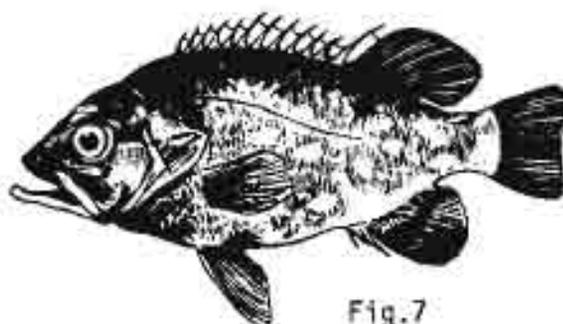


Fig.7

*Sardina*: tiene hasta unos 25cm de largo, cuerpo fusiforme y color verdoso. Se encuentra en todos los mares del mundo. Tiene gran importancia en la industria de enlatados.

*Salmon* (fig.8): es un pez carnívoro, de cuerpo fusiforme y boca larga. La carne se caracteriza por su color rosado y sabor muy apreciado. Llega hasta 1 metro de largo.



Fig.8

Es uno de los pescados del mar que desova en los ríos.

*Abadejo* (fig.9): está cubierto con manchas oscuras, separadas entre sí por barras blancas, sinuosas. El abadejo alcanza hasta 1,80m de longitud.

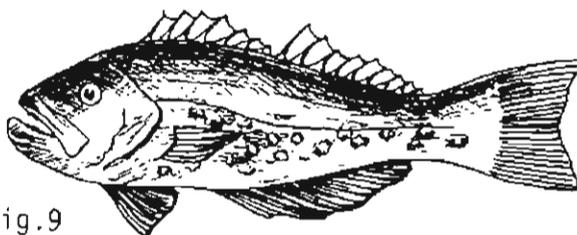


Fig.9

*Pargo*: es un pescado de tamaño medio, de carne blanca; se prepara entero o en filetes.

*Merluza*: es un pez grande de carne blanca. Es uno de los pescados más importantes en la cocina mundial. La merluza puede ser usada fresca o salada.

*Caballa* (fig. 10)

Es un pez de color azul y verde rayado de negro, de boca grande y cuerpo fusiforme.

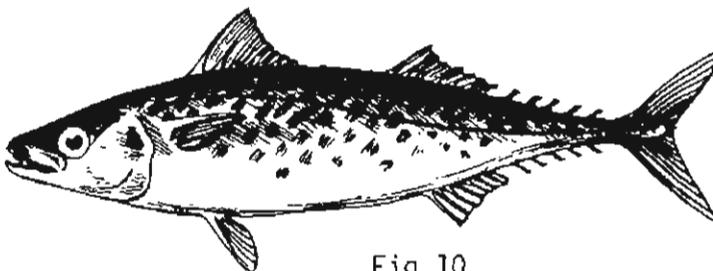


Fig.10

Las especies grandes se cortan en filetes.

*Bacalao* (fig. 11): es un pez alargado, parecido a la merluza, pero algo menor. Generalmente pesa de 5 a 10 kg. Aunque se puede comer fresco, es mucho más corriente su utilización después de un procesamiento industrial.

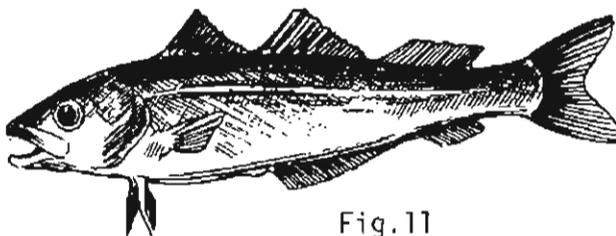
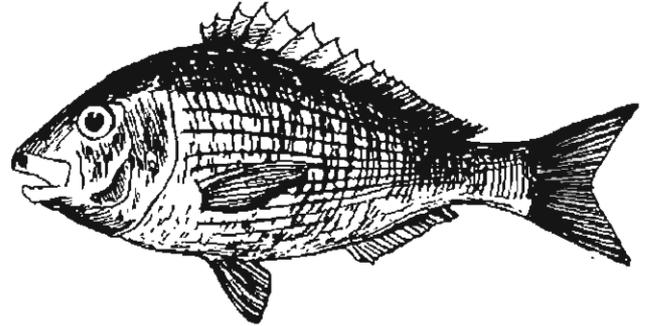


Fig.11

PESCADOS DE AGUA DULCE

*Dorado* (fig. 12): tiene el nombre de su color dorado, pequeñas manchas negras, en la cola y barras finas, oscuras en sentido

fig.12



longitudinal. Los ejemplares mayores pueden alcanzar hasta 20Kg.

*Bagre*: es un pez grande de piel gris oscuro, sin escamas. La carne es fina y blanca. Se corta generalmente en filetes.

*Trucha* (fig. 13): es uno de los pescados de agua dulce más finos. Tiene la carne blanca y suave sabor.

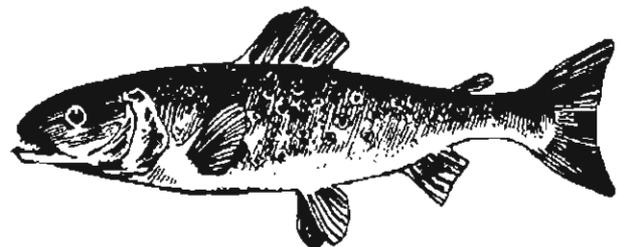


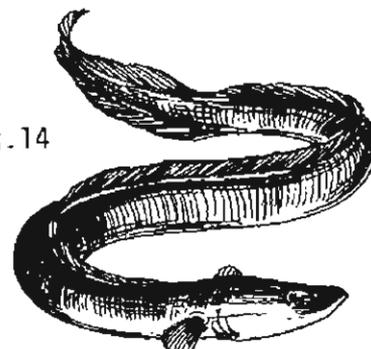
Fig.13

Generalmente las truchas son pequeñas y se preparan enteras, las mayores se pueden cortar en filetes.

*Surubí*: pez que puede alcanzar gran tamaño, aunque es preferido cuando pequeño. Tiene la carne blanca, piel gruesa y sin escamas.

Fig.14

*Anguila* (fig. 14): vive en los ríos y desova en el



mar. Tiene el cuerpo fino, largo y cubierto de escamas pequeñas y muy adherentes, que la hacen resbaladiza. La anguila tiene la carne gruesa y es un plato muy apreciado.

*Carpa*: es un pescado de cuerpo grueso, alargado. Tiene escamas grandes, la carne oscura y se prepara "al azul", frito, cocido en agua y se sirve entero, en ruedas o filetes.

#### CONSERVACION DE PESCADOS

Los pescados son de fácil descomposición, debido a su alto contenido de agua.

Los peces tienen mejor sabor cuando frescos.

Cuidados que se deben tener con los pescados:

- a Hacer la limpieza y corte en filete tan pronto llegan a la cocina;
- b Mantenerlos bajo refrigeración (0° a 2°C).

Para conservar los pescados crudos, se guardan en el congelador o refrigerador, empacados en hielo.

La conservación de los peces requiere ambientes húmedos y muy fríos, con poca circulación de aire.

INTERFOR  
Edición  
SERVICIOS DE HOSTELERIA,  
BARES Y SIMILARES



Son animales articulados con el cuerpo cubierto por una costra.  
Son preparados mediante un proceso especial en platos variados que reciben siempre su nombre.

Técnicamente los crustáceos están divididos en dos partes, cabeza y cola (que incluye cuerpo y cola). La parte comestible está generalmente en la cola o dentro del cuerpo como en el caso del cangrejo y del "siri". La carne de los crustáceos es blanca y de sabor muy delicado. Se encuentran en los mares y ríos del mundo entero y existen cerca de 25.000 especies diferentes.

#### TIPOS Y CARACTERISTICAS

##### *CAMARON* (fig. 1)

Es el crustáceo más encontrado y el más consumido en el mundo entero. Es un animal pequeño, largo, cubierto por un envoltorio flexible. La parte comestible se localiza en la cola. El camarón vive en el mar y en la desembocadura de los ríos, habiendo algunas especies características de ríos.

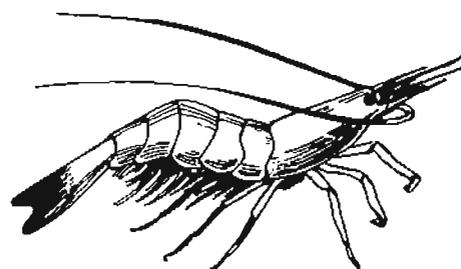


Fig.1

##### *CANGREJO*

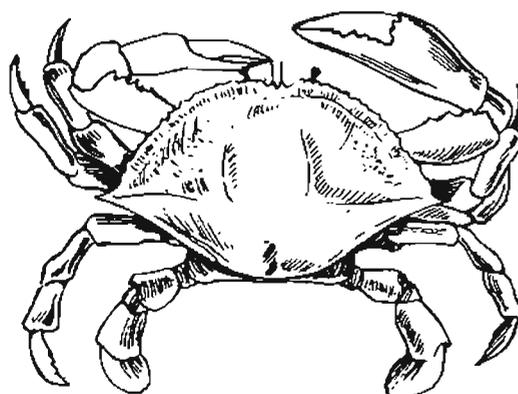


Fig.2

Si consideramos su tamaño el cangrejo posee poca cantidad de carne, localizada en el propio cuerpo. El cangrejo tiene el

cuerpo redondo y cinco pares de patas, terminando una en pinzas fuertes y cortantes (fig. 2). Hay gran variedad de cangrejos de mar y de río (fig. 2 y 3). El cangrejo habita en costas marinas.



Fig. 3

#### LANGOSTA

Es uno de los crustáceos de mayor tamaño con el caparazón grueso y áspero. Tiene cinco pares de patas y dos antenas largas y firmes. La carne de langosta es blanca, tierna, succulenta y muy apreciada. La carne se encuentra localizada en la cola y en las antenas (fig. 4).

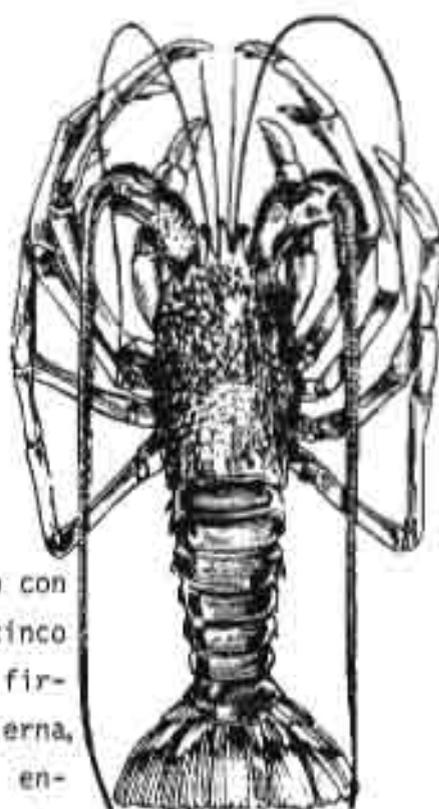


Fig. 4

#### LAGOSTIN

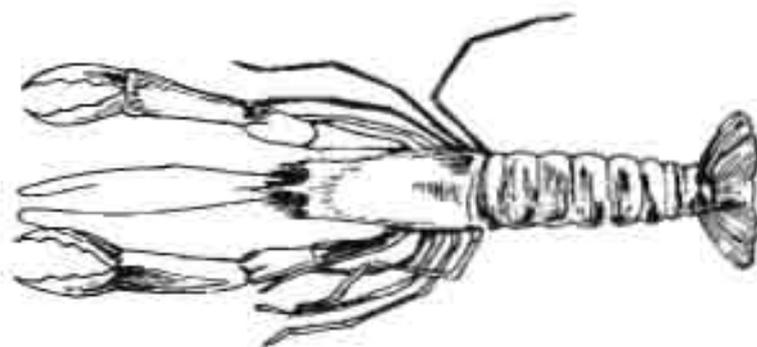


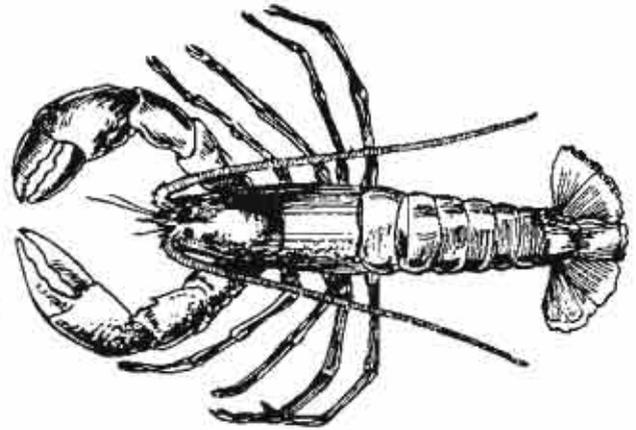
Fig. 5

Crustáceo de caparazón flexible y hasta blando. Su forma es semejante a la del camarón, pero un poco mayor. Ciertos tipos poseen dos pinzas alargadas (fig. 5).

*Lavarengo* (fig. 6)

Crustáceo de tamaño medio y grande, bastante parecido a la langosta, de la cual se diferencia por tener dos pinzas fuertes y redondas.

Fig.6



*CENTOLLA*

Es un crustáceo grande, tipo cangrejo que se pesca en alta mar.

#### RECONOCIMIENTO DE CALIDAD

Los mejores crustáceos son los recién pescados y los que pueden llegar a la cocina vivos. Los que están congelados, crudos o cocidos son generalmente secos y la carne se presenta en fibras. En este caso la carne debe tener olor marino y ser firme para ser considerada de buena calidad.

#### CONSERVACION

Los crustáceos crudos se conservan como los pescados, congelados o envueltos en hielo en la heladera. La conservación debe ser preferentemente con el alimento ya cocido.

En el caso de ciertas preparaciones en que se exige el alimento en estado crudo, no es aconsejable mantenerlo bajo conservación.

Dependiendo del clima, ciertos crustáceos que llegan vivos a la cocina pueden conservarse en canastas con musgos y hierbas por algunos días. Antes del uso, el alimento congelado, en general, debe ser descongelado.



TABLA DEL TIEMPO DE COCIMENTO PARA PREPARACION

CRUSTACEO	COCIDO	EMPARRILLADO	GUISADO
CAMARON	6 min.	10 min.	6 min.
CANGREJO	10 min.	-	10 min.
LANGOSTA	17 a 25 min.	20 min.	15 min.
LANGOSTIN	8 min.	10 min.	10 min.
LAVARENGO	17 a 25 min.	15 min.	15 min.
CENTOLLA	17 a 30 min.	-	15 min.

Moluscos: son animales sin vértebras ni articulaciones, generalmente cons<sub>u</sub>tituidos de cuerpo blando y gelatinoso encerrado en una concha.

Reptiles: son animales rastreros, de pata corta y cuerpo recubierto de piel escamada, a veces, transformada en cáscara endurecida.

Tanto los moluscos como los reptiles son base de manjares muy apreciados y que constituyen la base de entradas y sopas.

#### CLASIFICACION GENERAL

Por su relativa escasez y alto costo solamente los habitantes de algunas regiones pueden tener el privilegio de incluir los moluscos y reptiles como plato de su alimentación cotidiana.

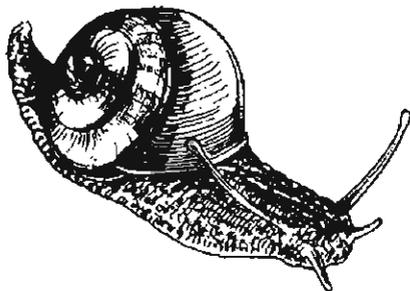
Existen cinco grupos de moluscos y reptiles que llegan a la venta en estado natural.

- a moluscos de una concha
- b moluscos de dos conchas
- c moluscos cefalópodos
- d reptiles quelonios
- e reptiles batracios

#### TIPOS Y CARACTERISTICAS

##### *MOLUSCOS DE UNA CONCHA*

*Caracol (Escargot)* (fig. 1); es el único representante de este tipo usado en la cocina; generalmente se presenta en conservas.



El caracol no debe ser utilizado enseguida, por que los alimentos que ingieren pueden tornarlos venenosos.

Antes de ser sacrificados los caracoles deben dejarse sin alimentación por un cierto tiempo.

Fig. 1

Deben utilizarse solamente animales que se encuentran encerrados en su concha. Son servidos hervidos o guisados, casi siempre en la propia concha.

#### MOLUSCOS DE DOBLE CONCHA

*Ostra* (fig. 2): molusco marino de dos conchas, las ostras pueden ser comidas crudas o cocidas. Estos alimentos tienen gran valor nutritivo y algunas especies producen nácar y perlas. Las ostras sirven, generalmente, como adornos en casi todos los platos de pescado.



Fig. 2

*Almeja*: molusco marino de alto poder nutritivo utilizado siempre cocido. La superficie de la concha es acanalada, de forma simétrica y de color marfil.

*Mejillones* (fig. 3): son moluscos que tienen conchas alargadas y de color azul oscuro. De los moluscos de dos conchas, son los de mayor consumo, en la mayor parte del mundo.

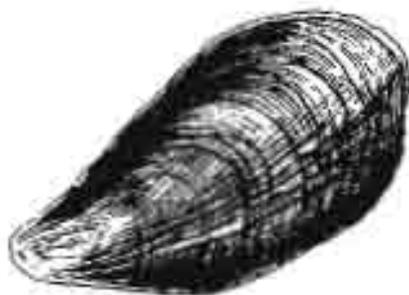


Fig. 3

*Otros mariscos*: bajo esta denominación se agrupan gran variedad de moluscos de tamaño y formas variadas. En determinados países de América del Sur, los mariscos reciben nombres locales.

#### MOLUSCOS CEFALÓPODOS

Son animales que poseen el cuerpo envuelto por una especie de bolsa y la cabeza rodeada de tentáculos.

*Pulpo* (fig. 4): es un cefalópodo bien característico, con el cuerpo redondeado como una bolsa y con 8 tentáculos que alcanzan hasta diez metros de largo.

La carne del pulpo cocida es blanca y recubierta con una piel gelatinosa comestible de color marrón clara. Para ablandar la carne del pulpo debe anteriormente golpearse y hervirse durante varias horas.



Fig. 4

*Calamares* (fig. 5): es una especie de pulpo pequeño fino y transparente. Es usado en la cocina, frío o caliente, recibiendo varias preparaciones después de cocido.

Las partes comestibles del calamar son la cabeza y el cuerpo. Posee en el cuerpo una bolsa con líquido negro: la tinta.

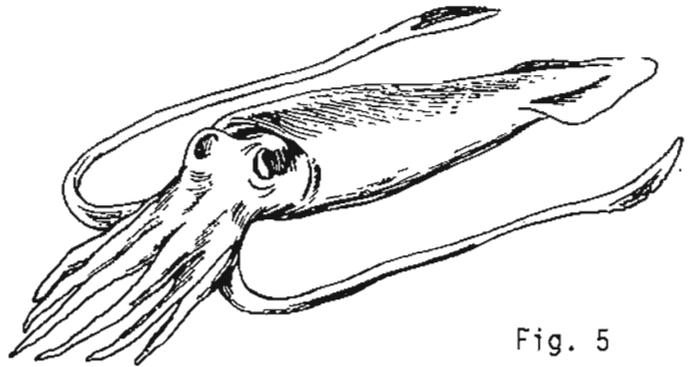


Fig. 5

Las partes no aprovechadas del calamar son los ojos, las tripas y los cartílagos localizados dentro del cuerpo. Otro tipo de calamar con cuerpo mayor y tentáculos menores se llama "siba".

## REPTILES

Pueden ser del tipo quelonio (tortuga, jabotí, etc.) y del tipo batracio (rana).

*Tortuga verde* (fig. 6): es un quelonio marino y terrestre, también encontrado en ciertos ríos, cuya utilización es típica de algunas regiones. Tiene las patas en forma de remos y el cuerpo cubierto por un fuerte caparazón convexo. Hay tortugas que alcanzan hasta 250 kilos y entre las especies conocidas se encuentran la tortuga arrau y morrocoyo.

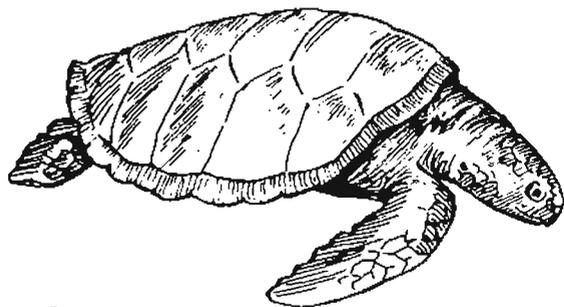


Fig. 6

*Rana*: es un comestible especial. Determinadas especies se crían para fines culinarios y llegan a la cocina ya preparadas industrialmente. Se utilizan apenas los muslos traseros y el cuerpo. Se prestan a varias preparaciones culinarias como empanados, guisados etc.

*Yacaré*: es un reptil característico de ciertos ríos y usado apenas en algunas regiones. Puede figurar en los menús de restaurantes típicos.

#### CONSERVACION

Todos los moluscos de doble concha se conservan en ambientes refrigerados dentro de la propia concha.

Los moluscos que se conservan crudos deben ser colocados en recipientes condicionados con objetos pesados de madera, para evitar que las conchas se abran y permitir que el animal permanezca vivo. Cuando los animales de concha doble llegan a la cocina con las conchas abiertas son considerados muertos y eliminados, pues hay serio peligro de intoxicación y envenenamiento.

Las ostras sin la concha, crudas, se conservan abiertas con agua y sal en recipientes de vidrio, porcelana o plástico en ambientes refrigerados. Los cefalópodos se conservan como los pescados, en ambientes refrigerados preferentemente limpios y envueltos en hielo.



TABLA DEL TIEMPO DE COCIMIENTO PARA PREPARACION

MOLUSCOS o REPTILES	TIEMPO DE COCCION		
	COCER	GUISAR	FRITAR o FREIR
CARACOL	5:00 h(*)	1:00 h	5 min.
OSTRA	5 min.	5 min.	5 min.
ALMEJA	20 min.	20 min.	5 min.
MEJILLON	5 min.	5 min.	5 min.
MARISCO	10 min.	5 min.	5 min.
PULPO	2:00 h	2:00 h	5 min.
CALAMAR	20 min.	20 min.	5 min.
TORTUGA Y SIMILARES	2:00 h 3:00 h(*)	10 min.	5 min.

(\*) Procesamiento anterior a cualquier otra operaci3n.

Son alimentos básicos en la cocina. Sus aplicaciones son incontables; se utilizan en toda gama de menús desde la sopa hasta el postre. Procesados de diversas maneras sirven como ingrediente principal, elemento de decoración, aglutinante, clarificador y ablandador de masas.

Los huevos son altamente nutritivos pues contienen las sustancias necesarias al cuerpo humano.

Los huevos de mayor uso en la cocina son los de gallina y los de menor uso son los de codorniz, los de pescados (caviar) y los de ciertos reptiles como los de tortuga.

#### CARACTERISTICAS GENERALES

Los huevos se componen de tres partes principales:

a yema: ocupa más o menos 30% del total del huevo y es materia untuosa.

b clara: substancia viscosa y transparente que contiene mucha albúmina. Es excelente aglutinante para ligar masas y clarificar caldos. Coagula a los 70°C.

c cáscara: composición mineral, endurecida, sin aplicación en la cocina. La cáscara de huevos de pescado y de reptiles es muy delgada y los huevos pequeños se comen sin retirarla.

El sabor de los huevos depende de la alimentación de los animales.

#### HUEVOS DE AVES

*Huevos de gallina*: su peso es de aproximadamente 65 gramos. Son preparados como platos fríos, escalfados, cocidos con cáscara, revueltos y como "omelettes". En la decoración se usan cocidos y cortados de diversas formas. Sirven como elemento de ligación en budines, salsas emulsionadas, como mayonesa, bizcochuelos y en algunos tipos de "soufflés". Ablandan como ingredientes, las masas de cocina y de confitería. Sirven para unir los ingredientes de las empanadas y de las carnes molidas. Se comen crudos en cocinas dietéticas y como postre en forma

de espuma.

En las masas, se utilizan los huevos, las claras, o las yemas.

*Huevos de codorniz:* de tamaño menor que los de gallina, llegan a pesar 15 gramos. Tienen cáscara blanca con puntitos verdes. Constituyen un excelente plato de entrada y sirven como elemento de decoración de platos fríos. Son preparados siempre cocidos y servidos generalmente fríos o acompañados de salsas y fiambres.

*Huevos de otras aves:* de importancia sólo en las cocinas regionales; son principalmente los de ganso y pavo, además de otros menores como los de paloma y aves salvajes. Los de gansa son mas grasosos y de difícil conservación siendo su uso, en la cocina, poco recomendable.

#### HUEVOS DE PESCADO Y REPTILES

*Caviar:* son huevos pequeños de un pescado llamado esturión. Los mejores caviars vienen de Rusia; los huevos son de color grisáceo y negro, siendo los más claros y mayores de mejor calidad. Llegan a la cocina en forma de semi-conserva, enlatados y bajo refrigeración.

El caviar más conocido es el proveniente del esturión llamado "Beluga malosol" con poco contenido de sal y sabor muy fino. Otros caviars de Rusia, de Irak, de Rumania, y de Turquía se consideran también de buena calidad.

Los caviars se sirven siempre fríos (sobre hielo) acompañados de panqueques pequeños, pan tostado y manteca.

Hay otros tipos de caviar como los rojos, de huevos de salmón



y de otros pescados del mar Báltico (de calidad inferior).

*Huevos de otros pescados:* se utilizan generalmente en ensaladas y a veces cocidos o secos. Son presentados en varios platos regionales.

*Huevos de tortuga y similares:* son usados generalmente en coci nas típicas, frescos y salados y, a veces, escalfados o ahuma dos.

#### RECONOCIMIENTO DEL ESTADO DE LOS HUEVOS

Se colocan los huevos de gallina en vasija con agua y poca sal. Los huevos que emergen están estropeados. Otra manera de examinarlos es a través de luz fuerte para localizar embriones o manchas indicativas de huevos en mal estado. No es recomendable el uso de huevos con las cáscaras quebra das porque pueden estar contaminados. Los huevos de caviar en mal estado emiten mal olor o se presentan unidos con masa viscosa. En ambos casos hay peligro de envenenamiento.



La leche es un líquido obtenido por el ordeño de las hembras del ganado y contiene, de forma balanceada, todos los alimentos necesarios al cuerpo humano.

Productos lácteos son todos aquellos elaborados a base de leche, tales como: queso, yogur, mantequilla. En la cocina se usa, casi exclusivamente la leche de vaca. Forma parte de sopas, salsas, postres y desayunos.

CARACTERISTICAS GENERALES

LECHE PURA O INTEGRAL

Debe ser filtrada debido a la dificultad de conservarla al natural, pasteurizada, homogeneizada o hervida. Los productos obtenidos de la leche integral se dividen en dos grupos:

- por descomposición simple
- por elaboración

POR DESCOMPOSICION SIMPLE

*Nata:* es una crema de leche que contiene un mínimo de 10% de grasas. Cuando el contenido en grasas no excede el 20%, se llama nata leve. Cuando presenta 30% o más de grasa se llama nata espesa.

*Nata ácida:* es una crema de leche fermentada de sabor ligeramente ácido, muy empleada en la cocina rusa.

*Yogur:* es un producto hecho con leche pura o integral sometida a fermentos lácteos muy activos. Una variedad especial es el kéfir, de origen búlgaro, hecho de leche de cabra.

*Suero:* es utilizado como bebida; se obtiene por la separación de la caseína de la leche en la fabricación de quesos. Este subproducto no contiene grasas.

*Leche desnatada:* es la leche natural de la cual se separa un porcentaje de grasa. Se obtiene en la preparación de nata.



*Cuajada*: es una forma simple de queso. Se obtiene calentando la leche a la temperatura de 18 a 20°C y coagulándola brusca-mente por adición de ácidos (fermentos químicos, limón o vinagre). En la coagulación se separa la caseína del suero. Eliminando el suero se obtiene la cuajada.

#### *POR ELABORACION*

Los quesos se obtienen por la coagulación de la leche integral a través del proceso de acidificación o presión.

Crema, suero, agua, condimentos y fermentos naturales o químicos a base de hongos y bacterias, son acrescentados intencionalmente para obtener diferentes características de sabor, consistencia, apariencia etc., que dan nombres especiales a los quesos.

Los quesos son hechos principalmente con leche de vaca. Hay además quesos típicos hechos con leche de cabra, oveja, burra, yegua, búfalo, cebú y otros.

Se distinguen básicamente quesos blandos (requesón y quesos cremosos), quesos semiduros (blandos, "roquefort" y "gouda") y quesos duros (parmesano, "cheddar").

Los quesos también pueden ser clasificados según su contenido en grasas, método de elaboración y origen.

#### TIPOS DE QUESOS

##### *CONSISTENCIA BLANDA, MADUROS (muy fermentados)*

*Gebrero* España

*Gorgonzola* Italia

*Brie* Francia

*Camembert* Francia

*Limburgo* Bélgica

*Dunlop* Inglaterra

*Septmoncel* Francia

*Gloucester* Inglaterra



*CONSISTENCIA BLANDA, NO MADUROS (poco fermentados)*

*Gouda* Holanda  
*Cáceres y Castiblanco* España  
*Mascapone* Italia  
*Bernadi* Suiza  
*Petit Suisse* Francia  
*Mont-d'Or* Francia  
*Neufchâtel* Suiza  
*Saint-Aubin* Francia  
*Minas* Brasil  
*Bel Paese* Italia

*CONSISTENCIA DURA Y SEMIDURA*

*COCIDOS - PRENSADOS Y SALADOS*

*Cabrales* España  
*Parmesano* Italia  
*Gruyère* Suiza  
*Port-Salut* Francia  
*Provolone* Italia

*NO COCIDOS PRENSADOS Y SALADOS*

*Piedrafita* España  
*Manchego* España  
*Edam* Holanda  
*Cantal* Francia  
*Roquefort* Francia  
*Chester* Inglaterra

*QUESOS SALADOS DE MANO*

*Caciocavallo* Italia  
*Muzzarella* Italia

Los quesos nacionales se derivan en gran parte de los quesos extranjeros.

UTILIZACION EN LA COCINA

Los productos lácteos simples son utilizados como ingredientes de platos,



bebidas y postres. Los quesos blandos son usados casi exclusivamente como postre o aperitivos.

Los semiduros pueden ser servidos como los anteriores o como ingredientes en masas, croquetas y, a veces, empanados fritos y en emparedados.

Los quesos duros rallados o molidos se utilizan generalmente como condimento o ingrediente de gratinados.

### CONSERVACION

Los quesos se conservan en ambientes refrigerados de aproximadamente 4°C. Los quesos no deben ser congelados y deben ser almacenados en lugares poco húmedos. Los quesos no absorben olores, sin embargo, algunas variedades lo expelen y lo transfieren a otros alimentos. Los quesos de bajo contenido en grasas y de superficie vedada (parafinados o aluminizados) se conservan bien en la temperatura ambiente. Los quesos maduros no se deben servir fríos, a pesar de ser conservados bajo refrigeración.

La leche pura, integral o desnatada, viene conservada industrialmente de 3 formas:

- a pasteurizada y homogeneizada.
- b condensada generalmente con la adición de azúcar.
- c pulverizada, es decir, extraída el agua de su contenido.

Grasas comestibles son aquellas producidas por plantas y animales. Utilizanse en la cocina en forma s̄olida o l̄iquida, como ingredientes b̄asicos en el procesamiento de comestibles, para enriquecerlos y evitar que se resequen.

En forma natural las grasas son encontradas en casi todos los alimentos de origen animal y en muchos de origen vegetal.

### CARACTERISTICAS Y TIPOS

#### *MANTECA DE ORIGEN ANIMAL*

Se hace mediante la funci3n de la grasa de animales como cochino y buey. La m̄as usada es la de cochino.

#### *MANTEQUILLA*

Se obtiene de la nata de la leche animal, principalmente de vaca. Posee cerca del 80% de grasa y el 20% restante se compone de leche y sal. Por este motivo se pone rancia r̄apidamente.

#### *GRASA VEGETAL*

Es el producto obtenido de nueces y simientes de plantas, siendo las m̄as conocidas las de cacao y la de coco.

#### *OLEOS VEGETALES*

Son obtenidos como las dem̄as grasas vegetales exprimiéndose las simientes o nueces. Mediante proceso qūimico por adici3n de ̄acidos, los 3leos, pueden ser fabricados, tambi3n, en forma s̄olida. Existen gran variedad de estos 3leos siendo los m̄as conocidos los de algod3n, soja, man̄, māiz, girasol, nueces, ajonjol̄i y de almendras. Este 3ltimo de uso espec̄ifico en pasteler̄ia.

#### *ACEITE DE OLIVA*

Es extrāido de determinadas variedades del fruto del olivo. A pesar de ser 3leo vegetal, debido a su uso muy especial en algunos pāises, se le da ca tegor̄ia propia.

*MARGARINA*

Es un sustituto de la mantequilla, extraído de plantas en forma de oleo, químicamente solidificado, al que se le agrega un sabor.

*GRASAS NATURALES*

El tocino, las grasas de aves, etc. son utilizados triturados, cortados en rebanadas o de cualquier otra forma para envolver o rellenar se cas. Se les emplea como ingredientes sin derretirlos previamente.

## RECONOCIMIENTO DE LA CALIDAD

Las grasas y oleo son utilizados, generalmente, sometiéndolos al calor. La resistencia al calor y la capacidad de transmisión de ese calor a otros alimentos, determinan su calidad. Pueden hacerse experiencias con oleos y grasas comparándolos entre sí, para la mejor adaptación a un preparado determinado. Existen, actualmente, en algunos países, grasas mejoradas químicamente para facilitar determinados trabajos como por ejemplo, grasa para hojaldres.

Las grasas pueden variar sus características según el clima donde se tra baja y los productos que con ellas se confeccionan. Deben hacerse siempre experiencias, para determinar la calidad de esos productos.

ADAPTACION DE LAS GRASAS SEGUN SUS CARACTERISTICAS  
ESPECIFICAS

TIPO DE GRASA	CARNES			PESCADOS		LEGUMBRES	
	FREIR	ASAR	ESTOFAR	FREIR	FREIR EN FRITURA	SALTEAR	FREIR EN FRITURA
MANTEQUILLA	sí	no	no	sí	no	sí	-
OLEOS VEGETALES	no	sí	sí	no	sí	no(*)	sí
MANTECA DE COCO	no	sí	sí	no	sí	no	sí
MANTECA ANIMAL	no	sí	sí	no	no	no	no
ACEITE	no	no	no	sí	sí	sí	no
MARGARINA	sí	sí	sí	sí	no	sí	no

(\*) - En ciertos casos son usados

CONSERVACION

Las grasas generalmente son industrializadas. Los oleos vegetales se mantienen a temperatura ambiente, preferentemente, alejados de los locales calientes.

Margarinas, manteca de coco, mantecas animales y mantequilla deben guardarse bajo refrigeraci3n.

La grasa excedente de las frituras debe ser colada y guardada. Puede conservarse durante unos d3as, siendo despu3s eliminada.



Son sustancias alimenticias de sabor dulce, de gran importancia en la alimentación.

Se utilizan los azúcares para dar sabor dulce a los alimentos y, también, como proceso de conservación.

Se distinguen tres tipos básicos de azúcares: la glucosa, la lactosa y la sacarosa, siendo este último el azúcar común y de mayor importancia en la cocina.

CARACTERISTICAS Y TIPOS

*AZUCAR COMUN - Sacarosa*

Se extrae de la caña de azúcar o de la remolacha. Se encuentra en el mercado de las siguientes formas:

*Azúcar natural*: muy poco usado actualmente. Tiene color pardo o amarillo de sabor especial, se vende en terrones, pequeñas barras o granulado.

*Azúcar en terrones*: pequeños cubos de azúcar refinado y prensado. De tamaño variado y utilizado en servicios de restaurantes y cafés.

*Azúcar cristalizado*: cristales más o menos finos de sacarosa de color blanco.

*Azúcar en polvo*: cristalizado y finamente molido. Se emplea principalmente en pastelería.

*Azúcar candy*: grandes cristales de color amarillo o parecido y, a veces, colorido artificialmente. Poco usado en la cocina. No se le encuentra en todos los países.

*GLUCOSA*

Es un azúcar encontrado en las frutas, cereales, y legumbres en estado natural. Se prepara de féculas con la adición de ácidos y tiene aspecto



viscoso, semi-sólido y transparente. Utilizado en pastelería para facilitar la manipulación impidiendo que cristalice el azúcar común.

#### *LACTOSA*

Azúcar extraído de la leche y poco usado en la cocina. Se utiliza en la composición de productos industriales.

#### *SACARINA*

De sabor muy dulce, 200 ó 300 veces más dulce que el azúcar común. Se fabrica industrialmente para substituir la sacarosa en la cocina dietética y es soluble en agua.

#### *MIEL DE ABEJA*

Es el producto para endulzar más antiguo usado por la humanidad. Es un azúcar natural, amarillo y viscoso segregado en los panales por las abejas. Es utilizado en su estado natural y en pastelería.

#### UTILIZACION DEL AZUCAR COMUN

Además de en su estado natural, el azúcar común es utilizado cocido, en pastelería. El azúcar cocido en agua consigue diversas concentraciones y formas que lo hacen apropiado para la preparación y conservación de alimentos. Los puntos de concentración están identificados por términos culinarios y se expresan en grados de densidad - grados centígrados, grados Baumé y porcentaje de agua. Universalmente se usa el graduador Baumé para medir el punto de densidad.



DENSIDAD (En grados Baumé)	PUNTO DE AZOCAR	UTILIZACIONES MÁS FRECIENTES
de 25° a 30°	punto de hilo delgado	humedecer masas para bizcochos e hilo de huevos
de 30° a 33°	punto de hilo	compotas de frutas
de 33° a 35°	punto de hilo grueso	cremas de mantequilla
de 35° a 37°	punto de bola delgado	fondants glacés
de 37° a 38°	punto de bola	turrón
de 38° a 39°	punto de bola grueso	merengue
de 39° a 40°	punto quebrado	caramelo
de 40° en adelante	punto de vidrio	modelado y decoración

Son productos vegetales o minerales que se adicionan a los alimentos para darles sabor, color, mejor presentación y, a veces, para su conservación.

Estos productos no tienen valor alimenticio propio y el consumo exagerado de alguno de ellos puede intoxicar el organismo.

Los condimentos son utilizados molidos, líquidos y en su forma natural. En caso de vegetales, a veces, son utilizados cortados o picados.

#### CARACTERÍSTICAS Y TIPOS MAS USADOS

##### *PLANTAS AROMÁTICAS*

*Ajo:* es usado en la cocina de todo el mundo y es empleado, también, en platos regionales. Se utiliza en asados, sopas, guisados, bistecs, encurtidos, etc.

*Ajo puerro:* también de origen antiguo. Se usa como condimento, en caldos y sopas y también en la preparación de platos típicos.

*Cebolla:* es un bulbo propio de los climas templados de sabor picante, revestido de películas (hojas secas). Es un condimento básico indispensable en casi todos los trabajos de la cocina.

*Cebollín:* es un bulbo poco dilatado que se utiliza para guarniciones y sazones, cortado en pequeños pedazos.

*Cuentro:* es el condimento por excelencia en la preparación de pescados. Se usan las hojas o los frutos secos en la preparación de fiambres.

*Clavo:* condimento también conocido como clavo de olor. Se usa en la cocina en platos de carnes, pescados y sopas. En pastelería también tiene aplicación.

*Azafrán:* condimento de origen oriental, usado en rama o en polvo. Es una planta de bulbo que posee una sustancia volátil y colorante. Es usado en platos regionales.

*Comino:* es una simiente aromática de la planta del mismo nombre. Es usado generalmente en platos de carne (especialmente de cochino).

*Estragón:* es una planta de origen europeo, cuyas hojas aromáticas son empleadas para ensaladas, tortillas, salsas, mostaza y en platos de aves o pescados y con fines decorativos.

*Hinojo:* es un condimento cuyas hojas pueden ser comidas crudas, en ensaladas y usadas como condimento de salsas. Las semillas del hinojo son usadas en sopas, pasteles, dulces, panes, etc.

*Laurel:* es un arbusto ornamental cuyas hojas pueden ser cocidas y cuyas simientes, muy pequeñas entran en la preparación de salsas, mayonesas, ensaladas etc.

*Nuez Moscada:* fruto de una planta de color marrón y que sirve como condimento de carnes, pescados, salsas etc. También es usada en pastelería.

*Orégano:* planta de la cual se utilizan las flores para la preparación de salsas y en la preparación de carnes. Es muy usado en la cocina italiana.

*Alcaparra:* hierba originaria de la región mediterránea. Se utilizan sus capullos, después de secos y conservados en vinagre. Tienen sabor ligeramente amargo y son usados como condimento en ensaladas, salsas, guarniciones etc.



*Pimentón molido*: condimento extraído de pimentones secos. Se utiliza principalmente para dar color a los platos.

*Paprika*: se obtiene por el molimiento de los pimentones de Hungría. Es más picante que el pimentón molido. Sirve como condimento y para colorear ciertos platos.

*Pimiento*: es usado como condimento tanto al natural como molido. Hay varios tipos: dulces, picantes, rojos y verdes.

*Pimienta*: condimento muy usado en la cocina. Hay varios tipos, siendo la negra conocida en el mundo entero y cultivada en Asia y América tropical. Se presenta en dos tipos: negra y blanca. La diferencia está en la técnica empleada en su preparación. Esta pimienta (fruto) es una pequeña esfera de color rojo intenso cuando está madura.

Hay otros tipos de pimientos usadas en comidas regionales, como la de Jamaica o de Cayena (que se usa en polvo).

*Perejil*: se emplea como guarnición, como condimento y como decoración. Tiene uso bastante generalizado en la cocina. Se utilizan las hojas y las raíces.

*Albahaca*: se emplea generalmente en la preparación de pescados.

*Canela*: se usa generalmente la cáscara de la planta. Se emplea en la cocina y en pastelería, además de su aplicación medicinal que es muy conocida.

*Vainilla*: es el haba de una planta de gran valor aromático originaria de México. Es cultivada en las regiones tropica-

les. Su uso más generalizado está en la pastelería. El producto sintético recibe el nombre de vainilla.

*Gengibre:* planta de la cual se utiliza la raíz. En la cocina es de uso limitado; se emplea más en pastelería y en los fiambres.

*Cáscara de limón o naranja:* se usa rallada en tiras finas. Se utiliza generalmente en pastelería. En la cocina, se emplea en ciertos platos típicos.

*Menta:* sirve para salsas y legumbres. Se usa generalmente y en platos típicos ingleses. Es la esencia de un vegetal que presenta gran variedad de especies.

*Tomillo:* es un pequeño arbusto del cual se utilizan las hojas y los tallos que son granulados. Sirve para la preparación de carnes.

Además de las descritas, existen otras hierbas también muy usadas, tales como: basilicón, curcuma, romero, perifollo, rábanos silvestres, escalona, cimbro, macis, etc.

#### *CONDIMENTOS MINERALES*

*Sal:* condimento básico indispensable en la preparación de todos los alimentos. Se obtiene generalmente del mar y pasa por procesos de purificación y enriquecimiento, la sal es usada también en la conservación de alimentos.

*Salitre:* sal ligeramente amarga, soluble en agua caliente. Se emplea en la industria de chacinería. Da a las carnes un agradable color rojo. Su uso debe ser muy controlado pues su proporción excesiva en los alimentos es nociva.



*COMPUESTOS Y PREPARACION DE LOS AROMATICOS*

*Vinagre:* es una sustancia líquida obtenida por fermentación de vinos y otros líquidos alcohólicos. Es usado en la preparación de salsas, carnes, ensaladas, encurtidos, etc.

*"Curry":* composición de varios condimentos aromáticos. Es un producto industrializado empleado en platos típicamente indios.

*Salsa inglesa:* su fabricación es a base de hierbas y nueces. Se usa en salsas frías y ensaladas.

*Ketchup:* salsa de tomate aromatizada. Se usa para ensaladas, salsas y carnes.

*Mostaza:* preparada a base de harina de mostaza y vinagre.

*Mango chutney:* condimento preparado a base de mango y usado en todos los platos de "curry".

*Esencias:* óleos aromáticos y amargos; son productos sintéticos o naturales, que sirven para aromatizar productos de pastelería.

*Jarabe:* fabricado a base de frutas naturales o sintéticas; sirve para salsas, dulces, helados, cocteles, etc.

*Salmuera:* líquido a base de sal y condimentos para salar y curtir carnes y menudencias.

*Marinadas:* son composiciones de zumo de limón o vinagre, legumbres y condimentos para dar sabor específico a carnes, aves y pescados.

*ALCOHOLICOS*

Son todos los productos a base de alcohol que sirven para aromatizar, ablan car, flamear y dar sabor específico. Los más usados son los vinos, blanco y tinto, cerveza, "brandy", ron, "whisky" y licores dulces.

*COLORANTES ARTIFICIALES Y NATURALES*

Son productos naturales, o industrializados, sintéticos o no, usados en la preparación de los alimentos. Algunos colorantes son aromáticos.

*MEJORADORES DE MASA*

Se incluyen bajo este nombre los fermentos artificiales y naturales, la le vadura, crémor tártaro, el amoníaco y el bicarbonato de sodio, ácido cítrico, agar-agar.

*GELATINAS ARTIFICIALES*

Las gelatinas se presentan en hojas, pedazos o en polvo y se obtienen de la transformación de sustancias contenidas en los huesos cartílagos, tendones y algas marinas.

Se usan en pastelería y en cocina fría.

*PRECAUCIONES*

*EL EMPLEO DE ESTOS PRODUCTOS DEBE HACERSE CON CUIDADOS ESPECIAL-  
LES Y EN PEQUEÑAS DOSIS. EL USO EN EXCESO ALTERA EL SABOR DE  
LOS ALIMENTOS Y OCASIONA INTOXICACIONES PELIGROSAS.*

*LA MANIPULACION DE LOS PRODUCTOS EXIGE EL AUXILIO DE INSTRUMEN-  
TOS DE COCINA NO SIENDO RECOMENDABLE EL EMPLEO DE LAS MANOS.*



Bajo este título se incluyen todos los productos de carne preparados industrialmente. Son las salchichas utilizadas crudas o cocidas en platos fríos o calientes, como ingredientes y adornos.

### CARACTERISTICAS Y TIPOS

#### *JAMONES*

Son perniles de cochino salados y a veces ahumados. En el lenguaje común la palabra jamón también indica otras partes del cerdo que recibieron la misma preparación. El jamón puede ser salado seco o en salmuera.

El pernil de cerdo se separa del animal para la preparación del jamón. Ocasionalmente se pueden usar en la misma preparación la pierna y el pie. La mayoría de los jamones que se comen crudos son tratados con el hueso y algunos con la piel. En los otros jamones se retira la piel y parte de la grasa.

La preparación del jamón puede durar meses, principalmente cuando es del tipo crudo.

*Jamón Serrano:* es un jamón preparado a seco y tratado al aire libre. Debe ser un jamón con poca grasa, sin piel, y la carne debe ser firme y seca. Se trata con el hueso y la pierna.

*Jamón ahumado:* preparado con la piel, algunas veces deshuesado y enrollado. También puede ser preparado, con hueso, pierna y piel.

El jamón de este tipo es llevado a la cámara de ahumar durante cierto tiempo y enseguida puesto para secar.

*Jamón cocido:* es un jamón preparado en salmuera con o sin hueso; a veces, sin la piel y parcialmente retirada la grasa. Es vendido en el comercio ya cocido. Una modalidad de jamón cocido es el prensado, al cual se le da varias formas (cuadrados u

ovalados. Moldes metálicos con tapa y rosca para apretar la pieza. El jamón prensado es uno de los más usados en la cocina porque ofrece la ventaja de aprovechamiento total del producto en cortes uniformes.

*Jamón dulce:* tiene características idénticas a las del jamón cocido. La diferencia está en que la salmuera en este tipo contiene más azúcar y su cocimiento es hecho con vino blanco o rosado. Estos jamones dulces van al horno acaramelados con azúcar y rodajas de piñas después de escalfados.

*Otros tipos especiales de jamón:* hay gran variedad de jamones de los cuales las más conocidas son:

- a *jamón de praga:* tipo dulce que después de cocido es braseado con vino tinto.
- b *jamón de Westfalia:* se come crudo y tiene la carne rosada y muy tierna.
- c *jamón de York:* también es un tipo ahumado y usado de diferentes formas. Es de sabor pronunciado y de color anaranjado. Viene enlatado y cocido en vino.

#### *COSTILLAS DE CERDO AHUMADAS*

Son típicas de la cocina alemana pero han sido adoptadas en otros países. Las costillas, que forman parte del lomo del chanco, se colocan en salmuera, se ahuman ligeramente y a veces, se cuecen. Se sirven con legumbres o frutas.

#### *PIERNAS Y PIES DE CHANCHO SALADOS*

Son preparados generalmente separados de los perniles. Son condimentados y salados. Se utilizan cocidos sin preparación especial previa en diversos platos de cocina. Un tipo especial se llama "Zampone" que es una pierna y pie de cerdo, rellenos con una masa de carne.

*PECHO DE GANSO Y DE PAVO AHUMADOS*

Son carnes industrializadas y preparadas mediante proceso de salmuera y ahumado. Son preparados en ambientes frescos y de poca humedad.

*TOCINO SALADO*

Se saca de la barriga, del lomo y del pescuezo del chanco, generalmente es muy salado y ligeramente condimentado y ahumado. El tocino puede tener mayor o menor cantidad de grasa y ser tratado a seco o en salmuera. El tocino de la barriga o tocino seco, tiene más carne que los demás y es de mayor uso y preferencia.

*Otras carnes condimentadas* hay una gran variedad de carnes preparadas tipo conserva. Entre las más conocidas tenemos: pecho y lengua de res, oreja, rabo, costillas y lomo de cerdo.

*LOMO DE RES AHUMADO*

El lomo ahumado, bien procesado es uno de los mejores fiambres. El lomo debe estar totalmente libre de grasas y colocado en sal, pimienta y salitre. Algunas tipos son enrollados y tratados lentamente en ambiente fresco y con un poco de humedad.

El lomo ahumado tiene que presentarse rígido con el color rojo oscuro y casi negro. Por el mismo proceso se preparan otros cortes de res, el pecho de la res salado se denomina "corned".

*LOMO DE CERDO, TIPO TOCINO*

Es el lomo de cerdo colocado en tripa gruesa de res. La carne es deshuesada desde la 4a. costilla hasta el pernil, preparada en salmuera y ahumada a frío. El lomo tipo chorizo debe venir envuelto en una fina capa de tocino gordo. Tiene el color rojo salmón por dentro y amarillo dorado por fuera.

### *LONGANIZAS Y SALCHICHAS*

Las longanizas son mezclas de carne, vísceras, grasas especiales, aglutinantes naturales o sintéticos colocados en tripas de ganado o en plásticos apropiados.

Las longanizas y salchichas pueden clasificarse en:

*preparadas crudas (salames)*

*preparadas cocidas (mortadela, salchicha vienesa tipo Frankfurt, chorizo)*

Según, principalmente, el diámetro de la tripa en que vienen colocados el producto y las características del relleno se denominan:

*chorizos*

*longanizas*

*salchichas*

*salchichones*

Los salchichones son usados en tripas gruesas y servidos siempre en rodajas. Las salchichas son del mismo tipo, pero más finas y servidas generalmente enteras. Las longanizas pueden ser más finas o más gruesas; el relleno es picado grueso y generalmente crudo y defumado.

### *PATES DE CARNES*

Los "pâtés" de carne no son colocados en tripas como las longanizas. La preparación y los ingredientes que componen el "Pâté" de carne son los mismos que se usan para los salchichones cocidos. La masa puede recibir mayor cantidad de uno o de otro ingrediente, el cual dará el nombre al producto preparado, "pâté" de carne, "pâté" de hígado, etc.

Los "pâtés" son colocados en moldes de metal y cocidos en el horno o en baño María.



### CONSERVACION

Los jamones, costillas y otras carnes preparadas deben ser colocados en ambientes frescos y secos. Jamones parcialmente cortados y que se pretenden guardar deben ser cubiertos con hoja de papel untada de aceite.

Las mismas piezas preparadas cocidas deben conservarse bajo refrigeración constante (de 3°C a 5°C); eventualmente pueden congelarse si la conservación es a largo plazo.

Salchichas y longanizas preparadas en ambiente fresco deben ser conservadas en temperatura ambiente. Al producirse el moho en la superficie éste debe ser retirado fregándose el producto con un paño untado en aceite.

Las salchichas y longanizas cocidas y las pastas "pâtés" de carnes, se conservan en ambientes refrigerados (de 2°C a 8°C). La conservación por congelación no es recomendable.

Los ambientes en que cualquiera de esos productos se conservan deben ser bien ventilados y los productos deben quedar separados y sin contactos con otros alimentos.



Son alimentos preparados por procesos industriales de cocción, conservación y acondicionamiento, que llegan hasta la cocina prontos, o casi prontos para ser servidos.

Se utilizan en la cocina, generalmente aquellos que facilitan el proceso de trabajo y propician economía y mayores posibilidades de variar los preparados sin perjuicio de la categoría del restaurante.

#### CLASIFICACION GENERAL

##### COMIDAS TOTALMENTE PREPARADAS

Ready food (comidas congeladas en paquetes de aluminio)  
Enlatados de comidas simples, como puestas, carnes, legumbres, pescados, etc.  
Helados, embotellados y sus derivados  
Semiconservas de legumbres, frutas, carnes etc. en vinagre, marinados o solución de azúcar  
Mermeladas, jaleas, dulces de frutas

##### COMIDAS SEMIPREPARADAS

Congelados disecados  
Congelados apenas tratados (pescados, crustáceos, carnes limpias y cortadas)  
Alimentos salados y secos (pescados, crustáceos, carnes, etc., preparados con sal y puestos a secar al aire libre)  
Alimentos secos sin sal (frutas y legumbres)  
Mezclas y composiciones, bases para pasteles, budines, gelatinas, etc.

#### CONDICIONES DE USO

Las conservas y productos preparados industrialmente tienen un período de vida limitado. Deben ser usados solamente aquellos de origen conocido y en el período indicado en las instrucciones, principalmente los congelados.

Conservas enlatadas que estén con la lata hinchada no deben ser consumidas, porque esto indica la presencia de gases tóxicos.

Los productos secos que durante la conservación se humedecieron no deben ser utilizados.



Son preparaciones compuestas de diferentes ingredientes y con los cuales se preparan productos culinarios acabados.

De la calidad de los ingredientes y el cuidado observado en su preparación dependen el gusto, la contextura y la presentación de comidas como salsas y sopas así como todo alimento acompañado por estos.

#### TIPOS DE BASES DE COCINA

Se establecen 4 grandes grupos de bases de cocina:

*FONDOS*

*LIGAZONES*

*AROMATICOS*

*EMBELLECEDORES Y MEJORADORES*

Cada uno de estos 4 grupos se sub-clasifica de acuerdo con los ingredientes y el uso que tiene.

#### LOS FONDOS

Se llaman fondos los ingredientes líquidos de todas las salsas y sopas; por lo general caracterizan el sabor y dan el nombre a estas comidas.

Los fondos pueden agruparse en 4 tipos:

*Claros*

*Oscuros*

*Grasos*

*Reducciones*

#### *Fondos claros*

Llamados también caldos de carne, son restos de cocción de carnes o aves, con legumbres, en agua.

Deben ser transparentes e incoloros y tener un gusto pronunciado a la carne que se hierve.

Los mejores resultados para obtener este caldo se logran con las cocciones lentas y prolongadas (unas 3 1/2 horas). La cocción violenta enturbia los fondos claros, lo cual los hace inapropiados para algunas preparaciones. Un buen caldo claro debe tener una consistencia gelatinosa después de enfriarse.



Los principales platos que se preparan a base de fondos claros son el consomé, sopas naturales y purés, potajes, "veloutés" y cremas (tanto salsas como sopas) y la salsa de tomate.

#### *Fondos oscuros y rubios*

Se preparan a base de carne y huesos de res, ternera y aves (excepcionalmente también de cochino), sofritos o asados en una grasa, a veces son adición de una "mirepoix" u otro compuesto aromático y luego hervidos en agua. Los fondos preparados a base de ternera y aves poco tostadas son fondos rubios; los que llevan huesos de res, muy tostados en su composición, son oscuros. La cocción en agua debe ser lenta y prolongada como en los caldos claros.

#### *Variantes de estos fondos son:*

a) *Las grasas*, las cuales se obtienen reduciendo a la mitad por cocción, los fondos oscuros y rubios colados. Las grasas frías, tienen consistencia de gelatina.

b) *Los extractos y las esencias* son grasas desgrasadas y concentradas hasta que comienzan a espesar. Los extractos, una vez enfriados quedan sólidos, y las esencias toman consistencia aceitosa. Ambos se utilizan para reforzar el sabor de salsas de carne.

c) *El jugo de asados o "grand jus"*, como se conoce en el lenguaje culinario, es un fondo rubio, generalmente de ternera, vertido sobre restos de cocción de asados al horno. Estos jugos se ligan generalmente con "roux" rubia o liga de agua.

#### *Fondos de caza*

Se preparan como los fondos oscuros, pero se sustituyen los huesos de res por recortes y huesos de caza de pelo y pluma. A veces se adiciona vino tinto a la cocción.

Estos fondos se preparan para servir de base en salsas calientes que acompañarán carnes y aves de caza.



*Fondos de pescados y mariscos*

Son caldos blancos que se preparan como los caldos claros, pero a base de carne, recortes y espaldas de pescado. La cocción se hace en agua, a veces con adición de jugo de limón o vino blanco y el tiempo de cocción no excede de 30 minutos a 1 hora.

Se utilizan para escalfar en ellos pescados, para la preparación de sopas naturales y como base de cremas y "veloutés" de pescados o mariscos.

*Fondos de vegetales*

Se preparan como los caldos claros, pero a base de vegetales únicamente. Tienen aplicaciones en la cocina vegetariana y de vigilia.

*Fondos grasos*

Son la base de salsas finas o emulsionadas. Se emplean aceites vegetales y mantequilla clarificada. A base de los primeros se preparan la salsa mayonesa y todos sus derivados; la mantequilla es el fondo de la salsa holandesa, de la bearnesa y de las variantes de éstas.

*Reducciones*

Bajo este rubro se agrupan los diluentes tales como la leche, el agua y otros líquidos que puedan tener utilización como fondos de salsas y sopas. Estos productos son materias primas, a excepción de las reducciones que se hacen en la cocina mediante la composición y cocción de condimentos y agua.

LAS LIGAZONES

Son mezclas de alimentos que sirven para espesar fondos. Se utilizan en la preparación de salsas, sopas, budines, cremas y "soufflés".

Las ligazones más empleadas son:

*La "roux" .*

*La "ligazón de agua".*

*La "mantequilla - harina" o "beurre - manié".*

*La gelatina (natural y artificial).*

*Los huevos (claras y yemas) y la sangre.*

*La "Roux"*

Es un preparado de harina de trigo tostada en una grasa.

Se distinguen tres tipos de "roux":

a) "*Roux*" blanca: se hace tostado harina en mantequilla, sin que la mezcla tome color. Esta "roux" se utiliza para espesar fondos en la confección de cremas blancas básicas, como la bechamel y la "velouté," masas de croquetas y algunos "soufflés" .

b) "*Roux*" rubia: se prepara con una grasa vegetal o animal y harina tostada hasta que tome un color amarillento. Es utilizada en la confección de salsas de tomate y "grand jus", entre otros.

c) "*Roux*" oscura: se obtiene tostado la harina en una manteca hasta que tome un color dorado oscuro. Esta "roux" se emplea para ligar fondos oscuros en la confección de salsas de carnes, "ra<sup>g</sup>oûts", braseados,...

La "roux" se mezcla con fondos calientes si está fría o viceversa, con líquidos fríos cuando está caliente. Para lograr buenos resultados en las preparaciones con "roux" debe observarse lo siguiente:

La harina ha de tostarse uniformemente, sin grumos y sin pegarse en el recipiente.

La liga debe mezclarse totalmente con el fondo.

Después de juntados el líquido y la roux, la mezcla debe hervir al menos 30 minutos para hacer desaparecer el sabor a harina.

*La ligazón de agua.*

Con este nombre se conoce una liga compuesta de harina o fécula con un líquido, como agua o leche.

Estas mezclas se preparan en frío y se añaden a fondos o salsas "delgadas", en hervor.

La utilización de esta ligazón es desestimada en la alta cocina, porque rebaja el sabor del fondo. Se emplea sólo cuando se requieren salsas o sopas sin grasa o en caso de tener que aumentar la consistencia de un líquido ya ligado; en este último caso la adición de "roux" produciría grumos en



el fondo.

Los fondos así ligados deben cocerse bien para hacer desaparecer el sabor de harina cruda.

#### *La mantequilla - harina*

Conocida también con el término francés "beurre manié", es una mezcla de mantequilla fresca en pomada con harina de trigo. Se utiliza para ligar pequeñas cantidades de fondos en "ragoûts", guisos y vegetales a la crema.

#### *Ligazones de huevos, sangre y otros emulsionantes*

Las yemas de huevo y la mostaza se utilizan como liga de fondos grasos. La yema es la liga más fina y se emplea como tal en las salsas finas tales como la holandesa, la bearnesa y la mayonesa. La mostaza preparada tiene uso en la confección de salsas de condimentación para ensaladas. El huevo entero y la clara sirven como liga en flanes, masas de carne, pastelería.

La sangre se emplea como liga en la preparación de chacinas y en salsas de "ragoûts" especiales llamados "civets".

#### *Gelatinas*

Son productos naturales obtenidos por la cocción de la cabeza y las patas de ganado, o industriales como la cola de pescado. Se utilizan para espesar salsas frías como la "chaud-froid", cremas, "mousses", pastas y productos de pastelería. Las gelatinas más usadas son las industriales, las cuales se suministran en hojas y polvo; estas gelatinas se diluyen en un caldo u otro fondo tibio y espesan al enfriarse.

#### AROMÁTICOS

Son composiciones preparadas en la cocina a base de legumbres, hierbas aromáticas y especias que se agregan a carnes, fondos, sopas, salsas y masas con el fin de cambiar, mejorar o pronunciar el sabor propio de estos manjares.

Los aromáticos más usados en la cocina son:

*La "mirepoix" y el "brunoise".*

*La "duxelles" y el "pisto"*

*Purés de legumbres*

*Las marinadas y los aderezos*  
*Las salmueras*

*La "mirepoix" y la "brunoise"*

Estos dos términos franceses se refieren a composiciones de legumbres que se utilizan para realzar el sabor de los fondos y carnes especialmente de braseados, "ragoûts", guisos, estofados, salsa de tomate, etc. También se utilizan en marinadas y salmueras.

a) La "mirepoix" se compone de zanahorias (150 gramos), cebolla (100 g., a veces sin pelar) y apio (50 g.). Según receta, pueden añadirse además raíces de perejil, ajo porro y tocino cocido o curado, de cochino, todo picado. Estas legumbres se sofríen en mantequilla o aceite y se añaden a los fondos, que luego de una cocción, se cuelean.

b) La "brunoise" se compone de los mismos elementos que la "mirepoix" diferenciándose de ésta en que todas las legumbres se cortan en dados muy menudos (unos 3mm) y uniformes, los cuales se añaden a fondos y salsas que no se cuelean.

*La "duxelles" y el "pisto"*

Son términos culinarios, francés el primero e italiano el segundo, que se refieren a mezclas de legumbres, hierbas y grasa trituradas. Se utilizan como especias para orientar el sabor de carnes, pastas italianas y salsas.

a) La "duxelles" se prepara con champiñones, perejil, escalonias picados muy menudos y exprimidos. Esta mezcla se condimenta con pimienta y nuez moscada y se saltea en mantequilla hasta que se seca.

Este compuesto se adiciona a salsas y masas de carne.

b) El "pisto" es una pasta hecha de ajos, "basilicún", carne de tomates asados, eventualmente perejil y una grasa, generalmente



tocino o aceite, todo finamente triturado.

*Purés de legumbres*

Se utilizan como aromáticos en la preparación de salsas y maceración de carnes por asar. El puré de mayor uso es el de tomate.

*Marinadas y salmueras*

Son condimentos líquidos que se utilizan para macerar principalmente carnes, pescados y legumbres.

Las marinadas y salmueras se impregnan en los alimentos y les cambian el sabor propio. A esta función se suma la de conservación del alimento. No es recomendable su empleo en animales jóvenes porque elimina el sabor propio de estas carnes.

a) *Marinada cruda*: es una mezcla de "mirepoix" con vinagre, vino, algo de aceite y eventualmente agua. Se emplea para marinar especialmente carnes de caza de pelo. Los cortes de carne se sumergen en la marinada y se conservan bajo refrigeración durante 3 a 6 semanas. Esta marinada tiene la característica de suavizar el sabor penetrante de los animales viejos, como por ejemplo, la caza de pelo, carneros y cabras.

b) *La marinada cocida*: se hace con los mismos elementos que la marinada cruda. Una vez preparada se hierve y se vierte caliente sobre los comestibles a marinar. Este aromático se emplea principalmente para legumbres.

c) *La salmuera seca*: es una mezcla de sal común, sal de nitro, azúcar y a veces otros condimentos, como comino, pimienta y ajo. Con ella se maceran carnes, especialmente el cochino, destinadas a la preparación de chacinas (jamones, salchichones).

d) *La salmuera líquida* es una salmuera seca a la cual se ha



agregado agua. En ella se maceran lenguas y piezas de carne. Tiene en general los mismos usos que la salmuera seca. Este aromático también se inyecta en las carnes con el fin de acelerar el proceso de maceración.

#### EMBELLECEDORES Y MEJORADORES DEL SABOR

Son aditivos de salsas, sopas y masas cuya misión es la de mejorar el sabor y la contextura de los comestibles. Como embellecedores y mejoradores se utilizan:

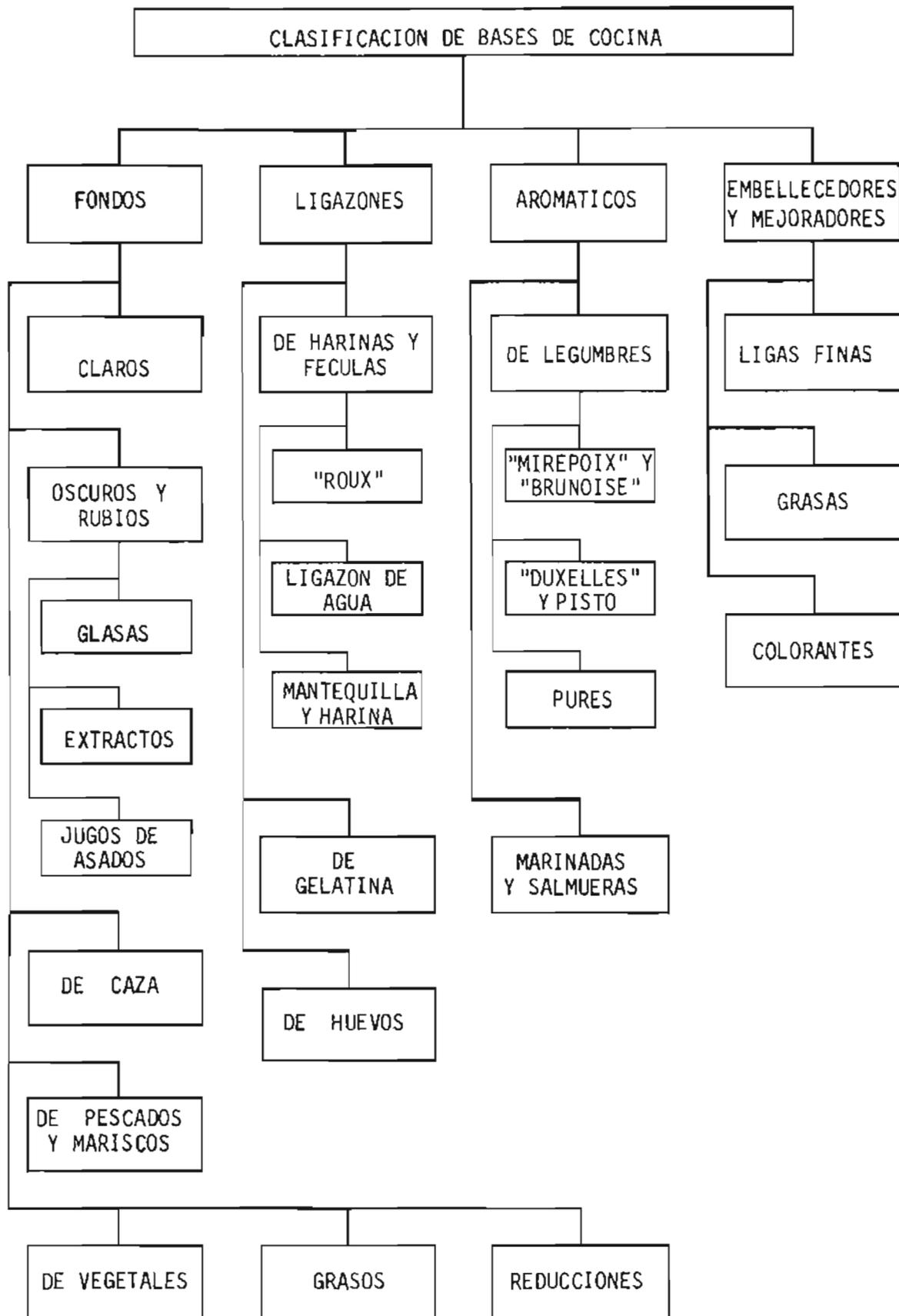
a) *La liga fina:* es una mezcla de yemas de huevo y crema de leche, la cual suaviza el sabor, da cuerpo y mejora la textura de cremas y "veloutés".

b) *La crema de leche o nata y la mantequilla:* se emplean con el mismo fin que la liga fina.

c) *Los colorantes naturales y artificiales:* se utilizan para dar a las comidas el color natural que deberían tener, en caso que éste se haya perdido al emplear métodos de preparación o materias primas deficientes.

#### OBSERVACION

Es importante recordar que los colorantes jamás deben usarse para "pintar" alimentos. En la cocina moderna un plato debe lucir por el colorido natural de los alimentos que lo forman.



Son comestibles líquidos que se sirven como acompañamiento de platos fríos y calientes.

Con las salsas se da cuerpo, jugosidad y sazón a los manjares. Se emplean principalmente en carnes, aves, pescados y legumbres secos o cuando se quiere modificar el sabor propio de un alimento.

#### TIPOS DE SALSAS

Las salsas se pueden clasificar, según la temperatura en que se sirven, en:

*salsas frías*

*salsas calientes;*

o, según su composición y utilidad, en salsas:

*de base oscura*

*de base blanca*

*de base rubia*

*finas*

*líquidas o vinagretas*

*especiales*

*mantequillas compuestas*

*gelatinas.*

#### COMPOSICION DE LAS SALSAS

Los elementos básicos de las salsas son:

*Los fondos* que son el ingrediente líquido; ellos no faltan en ninguna salsa.

*Las ligazones* que dan consistencia a las salsas; faltan sólo en algunas salsas líquidas, especiales y en las mantequillas compuestas.

*Los aromáticos* que mejoran, modifican o pronuncian el sabor; están presentes en casi todas las salsas.



*Los embellecedores y mejoradores, que mejoran la contextura y sabor de estos comestibles. Se encuentran principalmente en las salsas blancas.*

Aparte de estos elementos básicos las salsas pueden llevar, además, condimentos, guarniciones y adornos.

#### *LAS SALSAS BASICAS*

Se definen como salsas básicas aquellas que llevan en su composición sólo los elementos básicos y los condimentos que a éstos complementan.

Las salsas básicas más utilizadas en la cocina son:

#### *La salsa española.*

Es una salsa caliente, clásica de la cocina francesa (a pesar de su nombre). Es de base oscura y sus ingredientes principales son:

*Fondo oscuro.*

*"Roux" oscura.*

*"Mirepoix" graso.*

*Condimentos y vino tinto.*

La salsa española se utiliza como acompañamiento de carnes oscuras; se emplea más como base de salsas que derivan de ella.

#### *La "demi-glacé".*

Es otra salsa caliente de base oscura, clásica de la cocina francesa. Los ingredientes principales de la "demi-glacé" son:

*Salsa española.*

*Fondo oscuro reducido en un 50% (en igual proporción).*

La "demi-glacé" acompaña, por lo general, carnes oscuras braseadas.

*La salsa bechamel.*

Es una salsa blanca, caliente, preparada con:

*Leche fresca.*

*"Roux" blanca.*

*Condimentos.*

La bechamel se utiliza diluida como base de sopas; algo consistente en la preparación de derivados; muy espesa, como liga, en la confección de masas de carne (croquetas) y "soufflés".

*La salsa "velouté".*

Es otra salsa blanca caliente, la cual se compone de:

*Fondo blanco.*

*"Roux" blanca.*

*Condimentos.*

*Liga fina (opcional).*

La *velouté* se emplea en la preparación de sopas y salsas derivadas. También tiene utilización como base de salsa "chaud-froid".

*La salsa suprema.*

Es la tercera de las tres salsas blancas básicas. En su preparación se emplean los siguientes ingredientes:

*Fondo blanco de ave.*

*"Roux" blanca.*

*Liga fina y mantequilla.*

*Condimentos.*

La salsa suprema se prepara generalmente para sopas y salsas a base de carnes blancas, especialmente de pollo.

*La salsa de tomate.*

Es la principal salsa de base rubia, caliente, hecha con los siguientes elementos:

*Fondo (claro u oscuro según receta).*

*"Roux" rubia.*

*"Mirepoix" con puré de tomates.*

*Condimentos.*

Esta salsa es la base de las diversas salsas y sopas (oscuras) de tomate.

*La salsa holandesa.*

Es una salsa fina caliente, que se prepara por emulsion, con los siguientes componentes:

*Mantequilla clarificada (fondo).*

*Yema de huevo (liga).*

*Condimentos, jugo de limón y gotas de agua.*

La salsa holandesa se utiliza como acompañamiento de carnes rojas, legumbres y pescados preparados por coccion rápida (especialmente a la parrila y plancha) y como salsa para gratinar; también constituye la base de una gran variedad de salsas compuestas.

*La salsa bearnesa.*

Es otra salsa fina caliente. Se prepara como la holandesa y tiene los siguientes ingredientes básicos:

*Mantequilla clarificada (fondo).*

*Yema de huevo (liga).*

*Reducción a base de vinagre, estragón picado, granos de pimienta, perifollo y escalonias (aromático).*

*Condimentos.*

La salsa bearnesa tiene las mismas aplicaciones que la holandesa.



*La salsa mayonesa.*

Es una salsa emulsionada, fría. En su composición intervienen los siguientes elementos:

*Aceite vegetal (fondo).*

*Yema de huevo (liga).*

*Condimentos.*

La salsa mayonesa es la principal salsa fría. Se emplea como acompañamiento de platos fríos y calientes, liga de ensaladas compuestas, untadura de emparedados y base de una cantidad incontable de salsas derivadas.

*La salsa vinagreta.*

Es la salsa básica de las líquidas. Es una salsa fría cuyos elementos son:

*Vinagre y aceite (fondo).*

*Condimentos.*

Esta salsa se utiliza para aderezar carnes y legumbres que se sirven frías, especialmente ensaladas. De ella derivan varias salsas compuestas.

*Las salsas especiales.*

No tienen salsa básica. Cada una de las salsas que se clasifican en este grupo, tiene un procedimiento de elaboración particular e ingredientes diferentes en cada caso.

*La mantequilla fundida.*

Se considera una salsa básica; se sirve caliente como acompañamiento y aderezo. El único ingrediente de esta salsa es la propia mantequilla de retida y a veces clarificada.

*La mantequilla batida.*

Es un aderezo que acompaña a las carnes preparadas a la parrilla o plancha. Se elabora con mantequilla fresca, batida hasta quedar espumosa, con adición de condimentos. Esta mezcla se enfría, se corta en rebanadas y se coloca sobre las carnes calientes.

*La gelatina.*

Es un caldo cargado de elementos gelatinosos. Se le considera salsa y se sirve siempre fría, solidificada. La gelatina se emplea en la confección de "espejos" para platos fríos, picada como acompañamiento y a manera de revestimiento y liga de alimentos preparados en molde.

"Aspic" se llaman las gelatinas hechas a base de un consomé.

*Las salsas compuestas.*

Son generalmente salsas básicas a las cuales se les ha agregado una guarnición o condimento particular.

Las principales salsas clasificadas bajo este rubro se presentan en la tabla de la página siguiente.

TABLA N° 1

BASE	PRINCIPALES INGREDIENTES O GUARNICION	UTILIZACION MAS FRECUENTE	NOMBRE DE LA SALSA COMPUESTA
SALSAS DEMI-GLACE O ESPAÑOLA	Extracto de carne, vino tinto de Burdeos, tuétano, laurel y pimienta.	Carnes rojas.	Bordelesa o al tuétano.
	Vino blanco, cayena, cebolla.	Carnes rojas a la parrilla.	Diabla.
	Fondo de champiñones, champiñones y mantequilla.	Carnes rojas.	De champiñones.
	"Duxelles", vino blanco.	Carnes rojas.	"Duxelles".
	Esencia de trufas.	Carnes rojas, salpicones.	Financiera.
	Vino de madera.		Al Madera.
	Cebolla, vino blanco, mostaza.	Carnes de res y cochino.	"Robert".
	Salsa de tomate, esencia de champiñones, juliana de jamón cocido, lengua escarlata y champiñones.	Carnes de res, ternera, cochino y pollo.	Cingara.
SALSA SUPREMA	Champiñones, puré de tomate, vino blanco, escalonias.	Carne de res y caza.	Cazadora.
	Vino tinto, "fumet" de pescado.	Pescados	"Matelote I"
	Glasa de carne.		Albufera.
	Vino blanco, estragón, perifollo, berros, espinacas, cebollín.		Chivry.
	Estragón.	Aves.	Al estragón.
	"Curry", coco.	Aves, ternera, cochino.	India o al "curry".
	Glasa de ave.	Aves.	Marfil.
Yemas de huevo.		"Villeroi".	
SALSA VELOUTE	"Aspic".	Cubrir comidas frías.	"Chaud-froid".
	Yemas de huevo, caldo de champiñones, jugo de limón.	Carnes blancas, huevos.	Alemana.
	Salsa de tomate, mantequilla.	Huevos.	Aurora.
	Vino blanco, escalonias, limón.	Salpicones.	"Bercy".
	Cebolla, tocino, "paprika", crema agria, limón.	Carne de res, cochino, ternera y aves.	Húngara.

TABLA N° 1 (cont.)

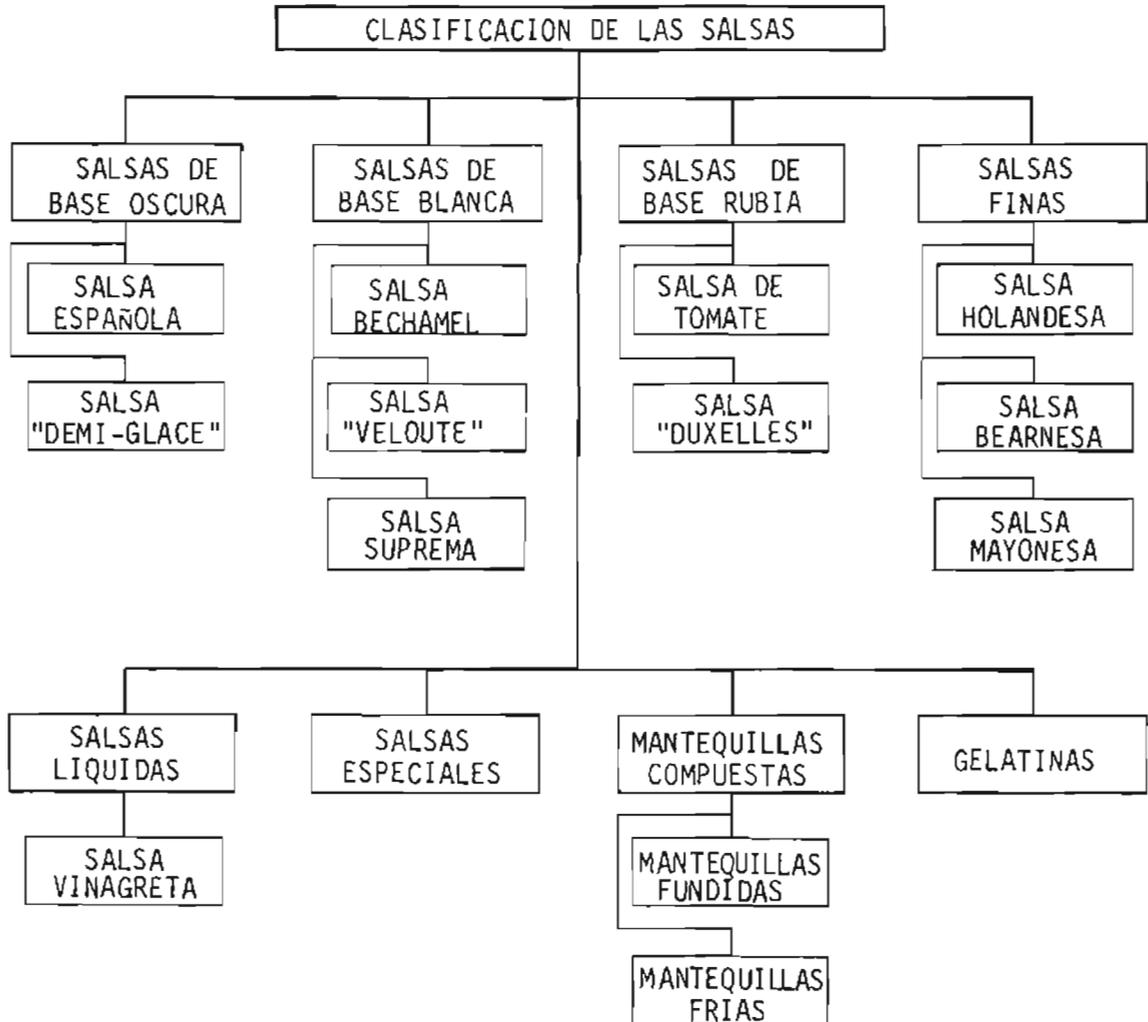
BASE	PRINCIPALES INGREDIENTES O GUARNICION	UTILIZACION MAS FRECUENTE	NOMBRE DE LA SALSA COMPUESTA
SALSA VELOUTE	Caldo de pescado, vino blanco, champiñones, cebollitas enteras.	Pescados y mariscos.	"Matelote II"
	Caldo de champiñones, liga fina.	Aves, ternera.	"Poulette"
	Vino blanco, vinagre, hierbas finas.	Aves, salpicones.	"Ravigote".
	Caldo de pescado, vino blanco, liga fina.	Pescados, "ragoûts"	Vino blanco.
SALSA BECHAMEL	Mantequilla de langosta, "fumet" de pescado.	Crustáceos, pescados.	Cardenal.
	Nata	Salpicones, pollo, legumbres, pescados.	Crema.
	Camarones, mantequilla de camarones.	Crustáceos, pescados.	"Joinville" o de camarones.
	Liga fina, queso parmesano.	Gratinados.	"Mornay".
	Langostinos, mantequilla de langostinos.	Pescados y mariscos.	Nantua
	Cebollas, mantequilla.	Gratinados, huevos.	"Soubise".
SALSA BEARNESE	Puré de tomate.	Chateaubriand, entrecôte	"Chorón".
	Glasa de carne.	Huevos, lechicillas de ternera.	"Valois" o "Foyot"
SALSA HOLANDESA	Jugo de naranja roja, raspaduras de naranja.	Espárragos.	Maltesa.
	Nata batida.	Pescados, legumbres finas.	Muselina.
MAYONESA	"Rémoulade" con huevos picados.	Carnes, aves, pescados, mariscos, ... fríos o calientes.	Tártara.
	Alcaparras, anchoas, perejil, pepinillos en vinagre.	Pescados (fríos o calientes)	"Rémoulade"
	Puré de tomate, perejil.	Comidas frías.	Tirolesa.
	Hierbas finas, color verde de espinacas.	Huevos y legumbres.	Verde.

TABLA N° 1 (cont.)

BASE	PRINCIPALES INGREDIENTES O GUARNICION	UTILIZACION MAS FRECUENTE	NOMBRE DE LA SALSA COMPUESTA
MAYONESA	Yemas y claras picadas, alcaparras, perejil, estragón.	Huevos y carne fría.	"Gribiche".
	"Catchup", "brandy", rábano.	Cocteles de mariscos.	"Golf".
	"Catchup".	Cocteles de mariscos, huevos.	Rosada.
VINAGRETA	Yemas picadas, anchoas.	Pescados.	Noruega.
	Camarones picados.	Pescados y mariscos.	Pescadora.
	Huevos picados.	Legumbres y fiambres.	"Ravigote II"

RESUMEN

La clasificación general de las salsas es la siguiente:





Son platos compuestos de diferentes alimentos crudos o cocidos, que se sirven fríos.

De acuerdo con la cantidad de alimentos en el plato y el momento en que éste se sirve, se distinguen: entremeses o entradas frías, los cuales deben ser pequeños y se presentan al principio de una comida; platos fríos grandes, los cuales cumplen las funciones de plato único o principal de un menú; y ensaladas que son acompañamientos de platos fuertes, calientes.

#### TIPOS DE COMIDAS FRIAS

Se distinguen en un principio tres tipos de comidas frías:

*Entremeses o entradas frías.*

*Platos fríos grandes.*

*Ensaladas y otros acompañamientos fríos.*

Cada uno de estos grupos de comidas frías está formado por una gran variedad de platos que según su característica de preparación se sub-clasifican en:

*Fiambres y chacinas.*

*Ensaladas simples y compuestas.*

*Legumbres y frutas.*

*Huevos.*

*"Delicatessen".*

Las comidas frías también son clasificables, según la forma en que se presentan, en:

*Cocteles comestibles.*

*Platos fríos individuales.*

*Platos fríos para varias personas.*

*Fuentes de "buffet".*

#### *Entremeses fríos.*

Son generalmente el primer plato de una serie de consumiciones del cliente. Un entremés bien logrado debe ser refrescante y causar placer al paladar; ha de ser pequeño y estimular el apetito. Estos entremeses también se conocen con los nombres de aperitivos comestibles o entradas frías.

Las características de los principales manjares de este grupo son las que a continuación se describen.

#### *Cocteles comestibles.*

Son diferentes manjares preparados que se sirven en una copa especial para este fin.

Los cocteles se deben servir siempre muy fríos. Los ingredientes sólidos del plato se aderezan siempre con una salsa.

Los cocteles más solicitados como entremeses son los siguientes:

*El coctel de mariscos:* especialmente de camarones, langostinos y langostas, así como de ostras frescas. Se compone de uno o varios de los mariscos descritos (completamente limpios y cocidos), un adorno como hojas de lechuga, ruedas de tomate, un aderezo como la salsa "golf" u otra derivada de la mayonesa, y se acompaña con galletas de soda y limón en cuarterones.

*El coctel de frutas:* es una composición de una o varias frutas, crudas o ligeramente escalfadas, aderezadas con un jugo de frutas, un aguardiente o un vino de postre.

*Los cocteles de legumbres y ensaladas de carne:* tienen menor uso en los restaurantes. Prácticamente cualquier ensalada, cualquier chacina, escabeche, etc., se presta para ser servido como un coctel.

#### *Ensaladas compuestas*

Se preparan con diferentes manjares tales como legumbres, frutas, fiambres, quesos, pastas italianas cocidas, etc., todos cortados uniformemente en dados, juliana o de otra manera. Estos ingredientes se mezclan y se ligan con una salsa mayonesa o similar; a veces se agrega a estas ensaladas gelatina líquida para

que una vez enfriados, tengan mayor consistencia.

Las ensaladas compuestas se sirven como base de entradas frías para lo cual se guarnecen con tajadas de fiambres y quesos, así como con diferentes adornos.

Estos manjares se emplean también como zócalo o acompañamiento de otros platos fríos.

El nombre específico de cada ensalada compuesta está determinado por la proporción y tipos de ingredientes que lleva. A estas ensaladas se les asigna muchas veces nombres propios de acuerdo con su origen, inventor, o en honor a algún personaje importante. La presentación de las ensaladas compuestas es muy variada. Según el tipo de servicio y categoría del menú, se sirven sobre platos medianos, en barquitos y tarteleta o moldeados con gelatina.

#### *Fiambres.*

Son carnes, aves y pescados procesados, los cuales se sirven acompañados de una ensalada y adornados.

Los fiambres se presentan generalmente en rebanadas delgadas, doblados en diversas formas.

"Pâtés" (pastas), gelatinas, "mousses", "chaud-froids" son preparaciones a base de carnes como de ternera, jamón, aves, pescados, crustáceos, caza de pelo y plumaje. Estos alimentos se sirven generalmente cortados en tajadas, o enteros si son pequeños.

#### *Legumbres.*

Estos alimentos se emplean mucho como entremeses. Se sirven cocidos: espárragos, champiñones, salsifís, alcachofas y otros de sabor suave; estos comestibles generalmente se presentan acompañados de una salsa derivada de la mayonesa o la vinagreta.

Entre las legumbres que se sirven crudas se cuentan los tomates, pepinos, la endibia y otras tiernas; éstas se acompañan o se rellenan por lo general con una ensalada compuesta.

*Las frutas:* son entremeses muy populares en algunas regiones. Frutas tropicales como la piña, el melón, la lechosa y la sandía se presentan en ruedas o rajadas, al natural, acompañadas de un fiambre, aderezadas con un jugo o perfumadas con un vino. También se sirven como entremeses los sorbetes, ensaladas y cocteles de frutas crudas.

*Huevos:* Son entremeses fríos por excelencia. Se emplean como base de las entradas y también sirven de adorno a otros entremeses.

*Huevos duros:* se presentan cortados en ruedas y cuarterones como adorno. Partidos por la mitad y napeados con una salsa derivada de la mayonesa o rellenos con una pasta hecha con la yema, un puré de hígado, carne... se presentan sobre zócalos de una ensalada compuesta y con adornos.

*Huevos escalfados y mollares:* se presentan como entremeses en "aspic", en cucuruchos de fiambre, napeados con una salsa fría (mayonesa o "chaud-froid"), a veces colocados sobre zócalos de ensaladas y adornados.

*Entremeses combinados:* Son platos fríos compuestos de varios de los productos antes descritos. Se sirven sobre platos medianos en porciones individuales o en fuentes para varios comensales.

#### *Delicatessen*

Son manjares "de lujo", es decir, muy costosos y delicados. La mayoría de ellos se sirven en cantidades muy pequeñas, o en sus envases originales.

Las "delicatessen" de más uso son:

*Caviar.*

*Salmon ahumado.*

*Ancas de rana.*

*Pasta de hígado de ganso (pâté de foie gras).*

*Anguila ahumada.*

Para la presentación y servicio de estos manjares rigen generalmente normas especiales.

*Platos fríos grandes.*

Estas comidas frías son por lo general entremeses ampliados. La mayoría de estos platos tienen como base uno o varios fiambres que se acompañan de una ensalada compuesta.

*Platos fríos fuertes.*

Son comidas frías que se sirven como plato único o sustituto del plato fuerte en un menú. Se presenta en platos llanos o en fuentes metálicas para una o varias personas.

Para la confección de los platos fríos fuertes, se observan las mismas normas que rigen para la composición de platos calientes; como requisitos mínimos, ellos deben componerse de un ingrediente principal y un acompañamiento.

*Fuentes de buffet.*

Son manjares presentados en fuentes grandes, los cuales se sirven en las mesas de "buffet".

Las fuentes de "buffet" se hacen siempre para varios servicios. Se componen de un ingrediente principal, a veces servido sobre un zócalo o un espejo de gelatina, y uno o varios acompañamientos.

Son las más difíciles de preparar desde el punto de vista de la presentación. Por lo general de una fuente colocada en una mesa de "buffet" se sirven muchas personas, corrientemente inexpertas en estos menesteres y muchas veces deseosas de agarrar sólo la mejor presa del plato. Para prevenir el "destrozo" total de la fuente, después del primer servicio, se debe tomar en cuenta lo siguiente:

Darle a cada plato un "carácter" determinado. No presentar las fuentes demasiado heterogéneas, o sea, con más de 2 ingredientes



principales y 2 acompañamientos diferentes.

Fraccionar las presas en tamaños de manera que el cliente solo se sirva una, al máximo dos veces, de cada producto diferente.

Presentar las porciones de cada tipo de comestible igualmente deseables, para que el cliente retire su consumición en forma más ordenada.

No "esconder" el ingrediente principal ni los acompañamientos debajo de la decoración, para evitar que el cliente empiece a revolver toda la fuente.

Presentar los comestibles de manera que el cliente pueda tomarlos de la fuente (con las herramientas de que dispone) sin destrozar el conjunto y sin que al levantarlos se le caigan del cubierto.

Además, las fuentes con "piezas grandes" (pescado, rosbif, jamón...) deben venir trinchadas o existir al lado, personal experto en trinchar para evitar que los clientes se dediquen a la tarea de "descuartizar" el comestible, la fuente, el "buffet" y todo el orden del servicio.

#### *Las ensaladas.*

Son hortalizas aderezadas con una salsa; por extensión se acepta este nombre para cualquier comestible crudo o cocido y cortado, que se aliña por mezcla simple, con un aderezo algo ácido.

Se distinguen dos tipos básicos de ensaladas, las simples y las mixtas.

#### *Ensaladas simples.*

Son legumbres crudas o cocidas aderezadas con una salsa



líquida, es decir, que no liga los ingredientes.

Los vegetales que se emplean para la confección de ensaladas simples deben ser tiernos y de sabor poco pronunciados. Los diferentes tipos de lechuga, tomates, achicoria, zanahorias, coliflores y apio; repollo blanco y morado, pepinos, endibia, berros, rábanos, hinojo, etc., son las hortalizas de mayor uso para preparar ensaladas simples con legumbres crudas.

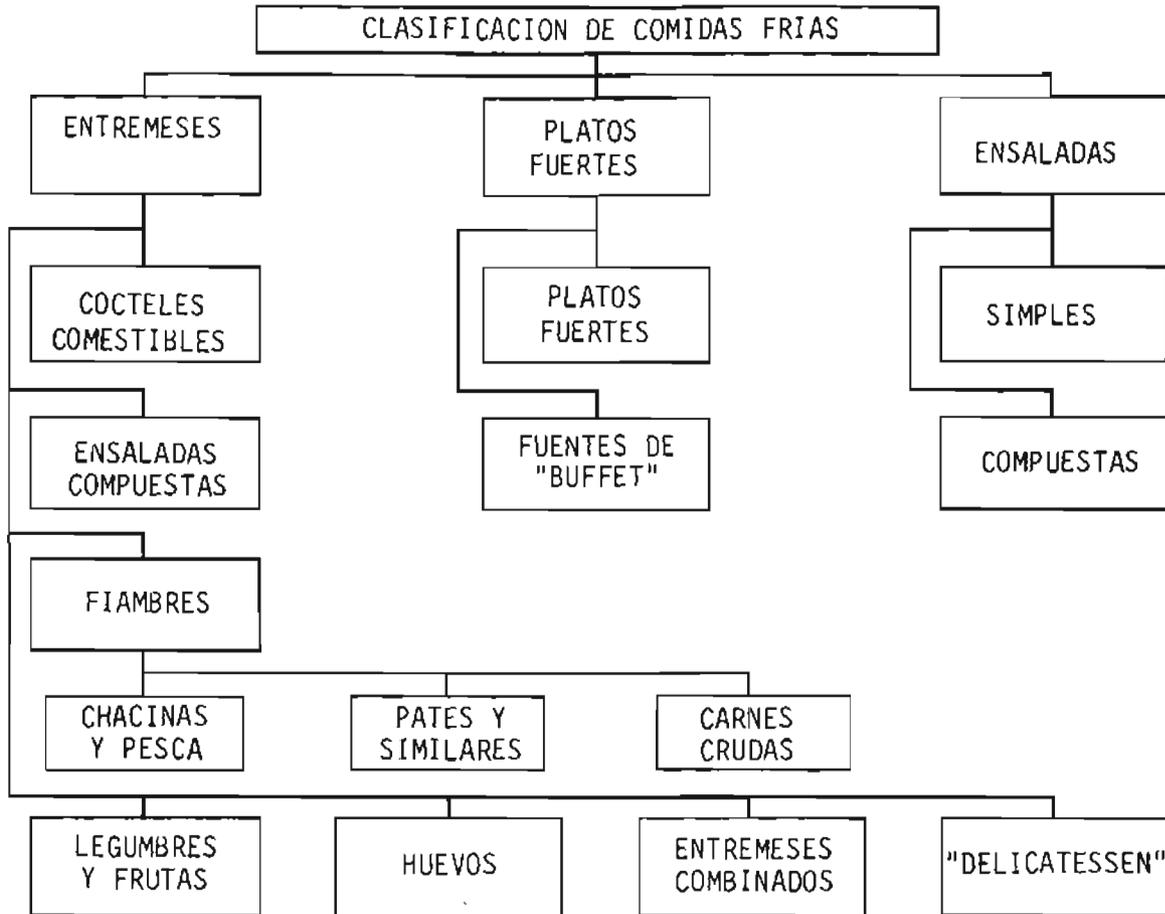
Entre las legumbres que se emplean hervidas, se cuentan las alcachofas, espárragos, berenjenas, remolachas, zanahorias, apio, coliflor, brócoli, ruibarbo, calabacines, caráotas, vainitas, ajo porro, salsifís, etc.

Como aderezo se utilizan las salsas derivadas de la vinagreta y ocasionalmente aderezos especiales como la salsa mayonesa de Teñda, salsas de mostaza, queso "roquefort", mostaza, crema agria. Las ensaladas simples se sirven generalmente en ensaladeras o platos medianos. Estas comidas son preparadas principalmente para acompañar platos fuertes; deben ser livianas, refrescantes y concordar con el ingrediente principal al que guarnecen.

#### *Ensaladas mixtas.*

Son ensaladas simples preparadas con varias legumbres. Se consideran mixtas, tanto las ensaladas en que las diferentes hortalizas se entremezclan, como los platos en que se presentan varias ensaladas simples, preparadas por separado. Las ensaladas compuestas se sirven principalmente como entremeses; éstos se explicaron ampliamente en esta HIT.

RESUMEN



Con este término se definen aquí todos los alimentos líquidos que se sirven como plato al comienzo de una comida o, excepcionalmente, como manjar único. Las sopas se hacen a base de un fondo que se complementa con otras bases de cocina con el fin de darle el sabor y la contextura requeridos.

*TIPOS DE SOPAS*

Las sopas se clasifican, según la temperatura con que se sirven, en sopas frías y calientes, siendo estas últimas las más comunes.

Otra forma de clasificar estos comestibles es la que se hace de acuerdo con su característica, definida por el método de preparación y la composición de los mismos. Según este criterio se distinguen:

*Consomés y caldos.*

*Potajes y purés.*

*Cremas y "veloutés".*

*Sopas especiales, regionales y caseras.*

*COMPOSICION DE LAS SOPAS*

Los elementos básicos de las sopas son:

Los *fondos*: constituyen el elemento líquido de mayor volumen y no faltan en ninguna sopa. De la calidad del fondo depende el sabor, color y limpidez del producto acabado.

Las *ligazones*: se agregan a los fondos para espesarlos; faltan en la mayoría de los consomés, caldos y sopas especiales.

Los *aromáticos*: mejoran, modifican o pronuncian el sabor; están presentes en casi todas las sopas.

© CENTERFOR Edición  
 SERVICIOS DE HOSTELERIA, BARES Y SIMILARES  
 CODIGO DE TEMAS TECNOLOGICOS

Los *embellecedores y mejoradores* hacen las sopas más finas.

Aparte de estos elementos básicos, las sopas pueden llevar condimentos, guarniciones y adornos.

#### LAS SOPAS BÁSICAS

Se consideran sopas básicas todas aquellas que llevan en su composición sólo los elementos principales y los condimentos que a éstos complementan.

Mediante la adición de otros ingredientes se obtienen las sopas derivadas o compuestas.

Las principales sopas básicas son:

#### *El consomé*

Este término culinario, adoptado de la cocina francesa, significa consumido. El consomé es un caldo reducido por cocción, mejorado por medio de adición de carnes, legumbres y aromáticos y clarificado. Se condimenta con sal, perejil y otros similares.

El caldo empleado en la confección (por ejemplo de ave) determina el nombre del consomé (consomé de ave). En el lenguaje común se entiende como consomé, sin mayor definición, el de res.

*Consomé doble*: es un consomé doblemente concentrado, o sea, reducido a la mitad de su volumen.

El consomé puede servirse frío o caliente, guarnecido, aromatizado con un vino y hasta ligeramente espesado con tapioca.

*Caldo*: es un resto de cocción en agua utilizado generalmente como fondo. Como sopa clara, el caldo se emplea en lugar del consomé o sopa clara de pescado.

Los caldos, para servirlos como sopa, deben ser perfectamente desgrasados y condimentados.

#### *El potaje*

Es una sopa cuyos elementos básicos son: un caldo, diversas legumbres y a veces carnes. Como condimentos se utiliza la sal y el "ramillete guarnecido". Los potajes se espesan convirtiendo en puré parte de sus ingredientes, añadiéndoles una liga como la "roux", o simplemente produciendo una sobrecocción de todos o algunos de los ingredientes.

Los potajes son las más completas de las sopas y muchas veces se sirven como platos fuertes.

Los sancochos, cocidos y hervidos son tipos de potajes. Estas sopas no se espesan expresamente; la liga que pueden tener sus caldos resulta de la sobrecocción de las legumbres harinosas que las constituyen.

#### *El puré (sopa)*

Es un potaje cuyos ingredientes se han pasado por un tamiz. Con el tamizado los purés quedan algo espesados; si esta liga fuese insuficiente, se añade "roux" a esta sopa. Algunos purés se enriquecen con ligas finas o nata.

#### *La crema*

Es una sopa cuyos componentes básicos son: un caldo que le da el sabor y nombre, leche o nata que la enriquece y una liga. Como liga de las cremas, se utilizan cereales (que se cuecen en el caldo) o "roux" blanca.

Otro método de preparar cremas consiste en "alargar" una salsa bechamel con el caldo básico concentrado.

La crema se enriquece con nata al final de la cocción y a veces

se les añade, para pronunciar su sabor, un puré de legumbres o carne.

Después de preparada, la crema se pasa siempre por un tamiz muy fino (estameña).

#### *La "velouté"*

Es una sopa parecida a la crema. Se liga con "roux" y se mejora con una liga fina a base de nata, yemas de huevo y mantequilla.

La "velouté" a veces lleva una guarnición acorde con su fondo, como por ejemplo, quenelas de carne o ave, legumbres menudas, etc.

*Las sopas especiales, regionales y caseras* son productos de cocinas tradicionales típicas, que no pueden clasificarse en los grupos anteriores. Muchas de estas sopas han adquirido fama internacional y se presentan en los mejores restaurantes. El procedimiento de elaboración varía en cada sopa y no existe una sopa básica que permita agruparlas.

#### *LAS SOPAS COMPUESTAS Y ESPECIALES*

Son sopas generalmente básicas, a las cuales se les ha agregado una guarnición o sazón particular.

Las principales sopas compuestas se presentan en la tabla de la página siguiente.



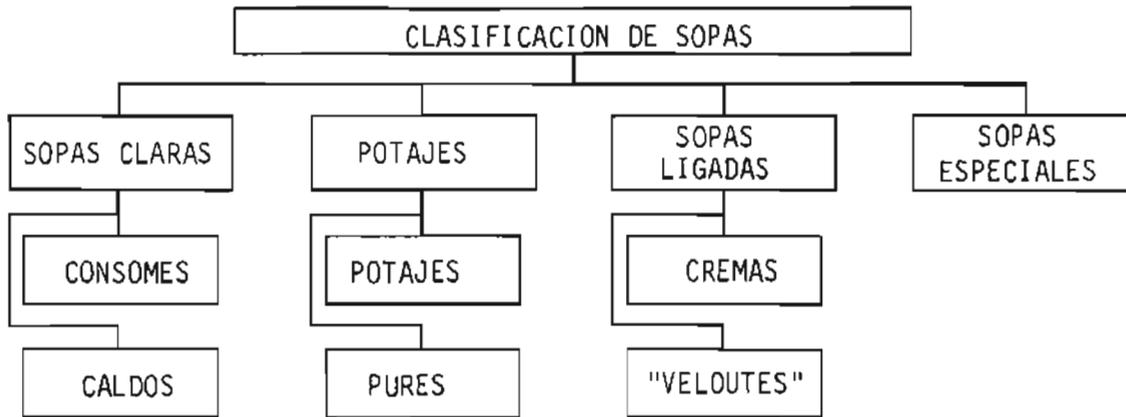
TABLA N° 1

BASE	G U A R N I C I O N	NOMBRE DE LA SOPA COMPUESTA
CONSOMES CALIENTES	<p>Tapioca, puré de tomate, juliana de ave.            Zanahorias, nabos, puerro, apio, todo en daditos.            "Crêpes" saladas, en juliana.            Zanahorias, nabos, guisantes, vainitas (en juliana).            Caldo de carnero con cebada perlada.            Huevos hilados y juliana de espinacas.            Legumbres cortadas en juliana.            Caldo de ave, dados de "royal", "brunoise".            Caldo de ave, dados de "royal".            Masa de huevos, harina y leche, hilada en caldo.</p>	<p>Consomé AURORA            Consomé "BRUNOISE"            Consomé CELESTINA            Consomé "COLBERT"            Consomé A LA ESCOCESA            Consomé a LA FLORENTINA            Consomé JULIANA            Consomé A LA PARISIEN            Consomé "ROYAL"            Consomé XAVIER</p>
CONSOME FRIO	<p>Carne de buey hervida, tomates, pimentones en dados.</p>	<p>Consomé MADRILEÑO</p>
POTAJES NATURALES	<p>Zanahorias, nabos, col verde, papas, alubias.            Papas en dados, ajo puerro, mantequilla, nata.            Legumbres, puré de tomate, pastas o arroz, tocino.            Carne de res, tocino, ajo puerro, caráotas, arvejas.</p>	<p>Potaje "GARBURE"            Potaje "PARMENTIER"            MENESTRA            MARMITA A LA PAISANA</p>
POTAJES PURES	<p>Puré de zanahorias.            Puré de guisantes.            Potaje "Crécy" ligado con tapioca.            Puré de vainitas.</p>	<p>Potaje "CRECY"            Potaje SAN GERMAN            Potaje "VELOURS"            Potaje CONDE</p>

CREMAS Y VELOUTES	<p>Puntas y caldo de espárragos. Mantequilla y carne de langosta, nata, Brandy. Guisantes. Coliflor en puré. Crema de ave, liga fina. Arroz, tomates en daditos.</p>	<p>"VELOUTE ARGENTEUIL"  "BISQUE" DE LANGOSTA CREMA CLAMART CREMA DUBARRY CREMA A LA REINA CREMA SOLFERINO</p>
-------------------	--	--

RESUMEN

La clasificación general de las sopas, según su característica, es la siguiente:





Son pequeños platos de comida que se sirven antes de los platos fuertes, a veces como inicio del menú; otros, después de una sopa o entrada fría.

Las entradas calientes se sirven para estimular el paladar y balancear el menú.

*CARACTERISTICAS GENERALES*

Las variedades de entradas calientes son incontables. En un principio, todas las comidas que se sirven como base o acompañamiento de platos fuertes se pueden presentar como entradas calientes. En su función de aperitivo, las entradas calientes deben ser gustosas, sin llegar a ser picanteras. Una entrada sobrecondimentada exigiría que el plato fuerte que le sigue tuviera un sabor aun más pronunciado para no parecer soso. Por otra parte, es importante que la porción sea una cantidad justa de alimentos. Una entrada excesivamente grande deja al comensal sin ganas para el plato fuerte, y viceversa, un entremés muy pequeño se ve ridículo y además pide un segundo, demasiado grande para resultar económico y de buen gusto. Las entradas calientes deben servirse siempre muy calientes, llevar una guarnición mínima o simplemente un adorno y su cocción ha de hacerse de preferencia en el último momento.

*TIPOS DE ENTRADAS CALIENTES*

Dentro de la gran variedad de comidas que se pueden presentar como entremeses calientes se destacan los siguientes grupos:

- Cazuelitas, "zarzuelas" y conchas de moluscos y frutas.*
- Barquitas y tarteletas.*
- "Vol-au-vents", bocados, medialunas y otros a base de hojaldre.*
- "Crêpes", panqueques y "waffles".*
- Croquetas y "cromesquis".*
- Empanadas.*
- Duquesas y palos (éclairs), "ramequins" y buñuelos*
- Ñoquis.*
- Pastas italianas, canelones y lasañas.*

*Arroces.*

*"Mousses" y espumas.*

*"Timbales".*

*"Soufflés".*

*Huevos*

*Legumbres*

*Otros (especialidades internacionales y combinaciones de los anteriores).*

*La Cazuelita.*

La cazuelita es una entrada que recibe su nombre del recipiente (cazuelita) en que se sirve.

Se prepara a base de un relleno como por ejemplo un "ragoût", salpicón o una masa de carne, pescado, legumbres, el cual se procesa al horno y salamandra.

A veces, las cazuelitas se adornan antes de cocerse con un reborde hecho con una masa de papas a la duquesa.

*La zarzuela:* es parecida a la cazuelita, de origen español. Es un plato que generalmente se hace a base de diferentes pescados y mariscos que se guisan dentro de la cazuela.

*Las conchas de moluscos, crustáceos o de frutas (como el coco y la tapara):* son preparaciones similares a las cazuelitas, que se procesan en estas conchas en lugar de la cazuela.

*La barquita.*

Es una cáscara hecha de pasta quebrada de hojaldre, en forma de

barquita (fig.1), rellena con un salpicón, macedonia de legumbres o puré, pasado por la salamandra.

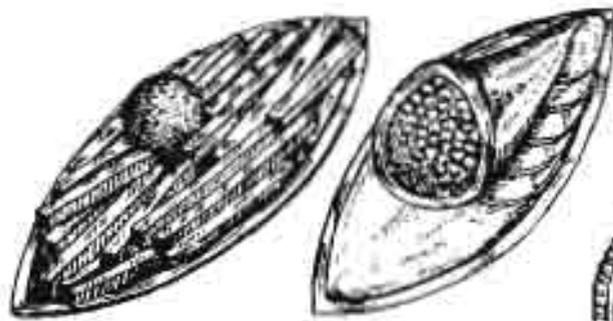


Fig. 1

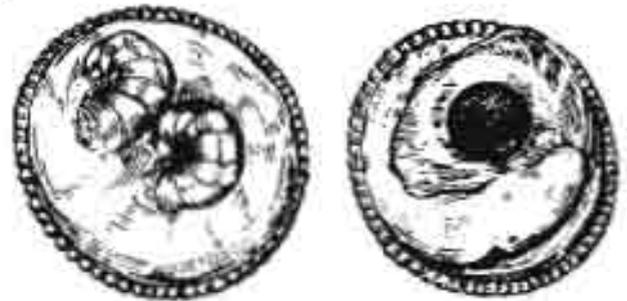


Fig. 2

La tarteleta: se diferencia de la barquita por la forma de la cáscara, siendo la de la tarteleta circular (fig.2).

El "vol-au-vent".

Es una pasta hecha de hojaldre que se rellena con "ragoût" o salpicón (fig.3). El "vol-au-vent" puede prepararse como porción individual (fig.3b), o grande, para varios servicios (fig.3a).

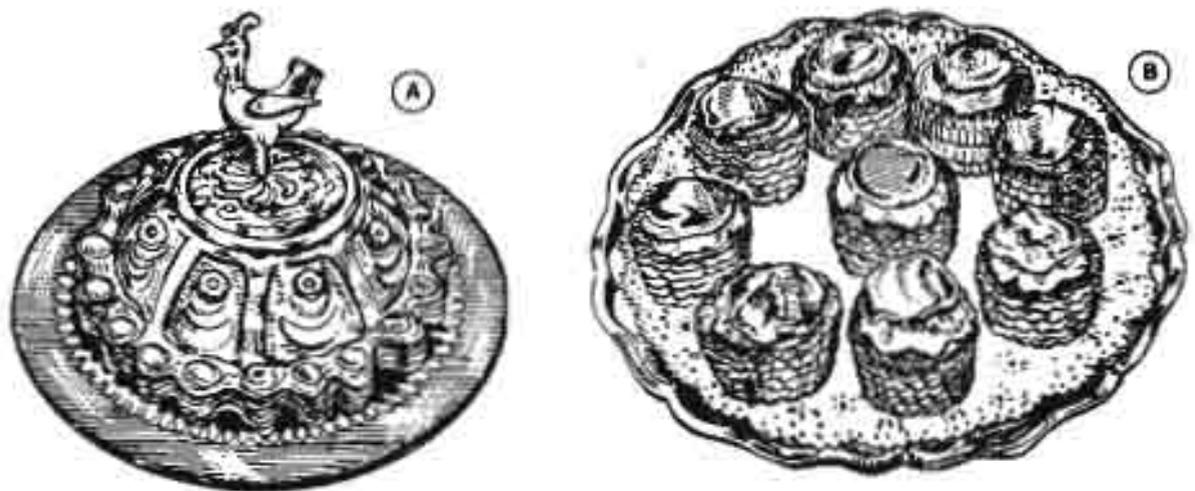


Fig. 3

El bocado o "douchée" es un "vol-au-vent" muy pequeño; se sirven generalmente dos o tres por porción.

*La media luna o "fleuron"* son pastas de hojaldre que se sirven sobre un salpicón o guiso de carne molida.

Sacristanes y milhojas son otros entremeses calientes hechos de hojaldre, secos y crujientes los primeros y rellenos los segundos.

*La "crêpe".*

Es una especie de tortilla hecha con leche, huevos y harina la cual una vez frita se rellena con guisos de carne molida, salpicones, masas de queso.

Las "crêpes" deben usarse muy delgadas y después de rellenas se enrollan o se doblan dos veces.

*Los panqueques:* se preparan como las "crêpes" pero se dejan algo más gruesos; se sirven con jamón o salchichas tipo Frankfurt o "ragoûts" de carne o queso, y se acompañan siempre con mantequilla fresca.

*Los "waffles"* son panqueques asados sobre una plancha especial. Los "waffles" se presentan como los panqueques.

*Las croquetas.*

Son masas de carne molida o en salpicón ligada con salsa bechamel y huevos, moldeados en forma de corcho, empanadas a la inglesa y fritos en fritura. Las croquetas se sirven muy calientes, a veces guarnecidas con alguna legumbre salteada.

*Los "cromesquis"* se preparan como las croquetas pero en lugar de empanarse a la inglesa, se envuelven en pasta para freír.

*Las empanadas.*

Son masas de carne molida o en salpicón, envueltas en una pasta y horneadas o fritas.

Entre las pastas utilizables se cuentan la de hojaldre, masa de maíz y pasta quebrada, como las de más uso.



*La duquesa*

Son pequeños pastelillos hechos de pasta escaldada ("choux"), horneados y luego rellenos.

Como relleno se utilizan diversas masas de carne molida, salpicones y "ragoûts" finos.

Los *palos (éclairs)*, varían de las duquesas sólo en su forma, son más alargados y delgados.

Los *buñuelos* se preparan también con pasta "choux" pero en lugar de hornearse se fríe la masa en la fritura. Los buñuelos se rellenan con purés de carne por medio de una manga con boquilla.

Los "*ramequins*" son duquesas a cuya pasta se ha agregado queso "gruyère" cortado en dados menudos. Los "*ramequins*" no se rellenan.

*Los ñoquis.*

Son un tipo de quenefas, los cuales se cubren con una salsa y se gratinan. Se utilizan tres tipos de masas para hacer ñoquis, la pasta "choux" para ñoquis estilo parisino, masa de papas para ñoquis a la piamontesa y masa de sémola para ñoquis a la romana.

Los ñoquis hechos con pasta escaldada y de papas se escalfan antes de gratinarlos; en los ñoquis a la romana basta cocer la masa para luego hornearla directamente. Las salsas con que se cubren los ñoquis son generalmente: "mornay", bechamel o mantequilla morena.

*La pasta italiana.*

Es una de las entradas calientes más populares. Las pastas se cuecen en agua y luego se sirven salteadas o al natural con alguna salsa de acompañamiento.

Las pastas más empleadas como entradas son: tallarines, espaguetis, macarrones, lasañas, ravioles, fideos y otras similares.

Como salsas se emplean las variantes de la salsa de tomate, la boloñesa, mantequilla derretida, pesto, salpicones y "ragoûts" finos, a veces ligados con bechamel y otras.

*Canelones:* son pastas en forma de tubos, rellenas con un guiso de carne molida, gratinadas y cubiertas con una salsa bechamel o "mornay".

*La lasaña:* es una pasta cortada en láminas cuadradas grandes (6 x 6 cm<sup>+</sup>), cocida y horneada entre escamas de guisos de carne molida, salsa bechamel y queso rallado.

Con las pastas italianas se sirve generalmente queso parmesano rallado.

*El arroz*

Se sirve como entremés caliente, mezclado con champiñones, carnes, pollo y condimentado con diversas especias de las cuales sobresalen el curri, el onoto y la "paprika".

*El "pilaf":* es un arroz estilo turco hecho con carne (especialmente de cordero) y un caldo grasoso.

*El "risotto":* es un arroz muy jugoso, típico de la cocina italiana, se cuece con caldos y condimentos y generalmente lleva una garnición de carne o legumbres.

*Las "mousses".*

Son farsas de carne enriquecidas con nata y ligadas con huevo. Muchas veces a las farsas se les agrega un salpicón de carne, ave o mariscos. Estas masas se moldean en forma de bolitas, o corchos, se escalfan y se sirven napeadas con una salsa que les complementa el sabor.

*Las "mousses".*

Son farsas de carne enriquecidas con nata y ligadas con huevo. Muchas veces a las farsas se les agrega un salpicón de carne, ave o mariscos. Estas masas se moldean en forma de bolitas, corchos, etc., se escalfan y se sirven napeadas con una salsa que les complementa el sabor.

*Los timbales.*

Son productos de la cocina francesa clásica. Se preparan en moldes untados con mantequilla y revestidos de lonjas delgadas de carne, trufas, ruedas de langosta y rellenos con un salpicón ligado con una bechamel o huevos. Los timbales así compuestos se escalfan al baño María en el horno, se voltean y se presentan acompañados de una salsa liviana que concuerde con el salpicón.

*El "soufflé".*

Es una masa hecha con salsa bechamel, huevos y a veces una garnición de jamón, carne, queso, legumbres, etc., en forma de puré o picadillo.

Esta masa se vierte en moldes individuales y se cuece al horno. El "soufflé" duplica su volumen durante la cocción y debe servirse enseguida de sacado del horno para evitar que la masa vuelva a su tamaño original.

*Los huevos.*

Estos alimentos se preparan en gran variedad como entremeses calientes. Entre los platos más usuales que se preparan a base de ellos se encuentran los siguientes:

*Tortillas francesas u "omelettes":* son masas de huevos enteros, entremezclados y cuajados en mantequilla. Se preparan al natural, con jamón, guisantes, queso rallado, hierbas finas y otros productos agregados a la masa, o rellenos con algún "ragoût" o legumbres en macedonia o puré.

*La tortilla a la española* es una masa de huevos cuajada sobre papas cortadas en hojuelas y fritas en aceite. A veces a esta tortilla se añade cebolla o jamón picados en juliana.

*Huevos escalfados:* se sirven sobre zócalos de pan tostado o de arroz, napeados con una salsa derivada de la bechamel o la holandesa y a veces gratinados.

*Huevos fritos o al plato:* se presentan solos o con una guarnición como jamón, tocino, salchichas y otros, a veces acompañados de una salsa de carne o tomate.

*Huevos revueltos o perico:* son masas como las de las tortillas francesas, a las cuales se les agrega algo de leche para mantenerlas más cremosas. Los huevos revueltos se sirven con los mismos acompañamientos que las "omelettes".

*Huevos tibios, blandos (mollares) y duros:* se sirven más en el desayuno que como entremeses pero se describen aquí para mantener la secuencia.

Se trata de huevos cocidos en su cáscara. Se llaman tibios los que se hierven entre 2 y 4 minutos, mollares los hervidos durante 5 a 6 minutos, en los cuales la yema queda cruda y la clara procesada, y duros los hervidos entre 8 y 11 minutos en que todo el huevo queda solidificado.

NOTA:

*Los tiempos de cocción dados se refieren a la preparación a una altura no mayor de 1.200m sobre el nivel del mar*

*Huevos "en cocotte" o cazuela:* son huevos enteros, descascados que se escalfan al baño María dentro de unos moldes de porcelana. A veces se preparan sobre un salpicón o "ragoût" fino y se adornan con una salsa. Se sirven siempre blandos.

*Huevos moldeados:* son huevos escañados dentro de un molde engrado, a veces con adici3n de un picadillo. Se distinguen dos procedimientos.

- A. Masas de huevos moldeados que se preparan como los huevos reueltos, se les ańaden huevos crudos, se cuecen al bańo Maria, dentro de un molde y se voltean.
- B. Huevos enteros que se preparan como los huevos en cazuela, pero mās duros y se voltean.

*Las legumbres*

Una gran variedad de estos comestibles se sirven como entradas calientes. Las siguientes preparaciones de legumbres son las que mās se sirven como entremeses calientes:

*Legumbres rellenas:* como la berenjena, los tomates, cebollas, coles, lechugas, pimientos, ajos puerros, alcachofas y setas. El relleno consiste generalmente en un salpic3n de la carne de la misma legumbre, con adici3n de un picadillo de carne, fiambre y una salsa como la "demi-glace" o bechamel.

Las legumbres rellenas se procesan generalmente al horno, braseadas o estofadas.

*Legumbres fritas:* se preparan de coliflor, espārragos, berenjenas, fondos de alcachofas, champińones y otros hongos, la mayoría de ellos previamente cocidos y luego empanados. Las legumbres ası preparadas se acompańan frecuentemente con una salsa derivada de la mayonesa.

*Legumbres cocidas:* como el espārrago, el salsifı, las alcachofas, la coliflor, la lechuga u otras se sirven como entrada caliente acompańadas de una salsa derivada de la holandesa, bearnesa, bechamel o mantequilla fundida y a veces se gratinan.

*Especialidades internacionales*

Existe una gran variedad de ellas. Cada paıs tiene sus propias especialidades.

Estos platos merecen un estudio aparte y no se mencionan aquı.

Son los platos que constituyen la base de un menú. Pueden ser platos fríos o calientes; se componen por lo general de un ingrediente principal o base del plato y uno o varios acompañamientos.

Los platos fuertes, también llamados segundos, o platos principales, son los más completos y voluminosos de una comida y muchas veces se sirven como plato único.

#### TIPOS DE PLATOS FUERTES

Existen variedades incontables de platos fuertes. En principio, todo plato comestible, con excepción de los puramente preparados como acompañamiento (salsas y ensaladas simples), puede servirse como plato fuerte. En culinaria, los platos fuertes se clasifican por la característica del ingrediente principal del plato. El agrupamiento se hace corrientemente según:

*el tipo de alimento*

*el método de cocción y preparación empleado.*

#### BASES DE PLATOS FUERTES

La base o el ingrediente principal de un plato debe ser el producto más costoso y voluminoso del plato fuerte. Generalmente las bases de platos son: carnes, aves, pescados y mariscos, preparados en diversas formas.

*El nombre del plato hace siempre referencia al ingrediente principal; generalmente se define:*

*el nombre del alimento*

*el tipo de corte*

*el método de cocción*

Estas definiciones pueden ser simples, como por ejemplo:

*Filete de pescado a la parrilla*

*Escalope de ternera frita*

*Chuleta de cochino a la plancha*

o términos culinarios, que por sí solos indican al comensal la característica del ingrediente principal. Entre los términos citamos:

*Chateaubriand*

*Tournedos*

*Rosbif*

*etc...*

donde el gastrónomo sabe de antemano de qué animal es el plato y cómo se prepara.

#### *ACOMPAÑAMIENTOS*

Son comestibles, generalmente legumbres, pastas, salsas o frutas, fríos o calientes, que se sirven junto al ingrediente principal con el fin de "balancear" un plato.

Para que los acompañamientos cumplan su función como tales, deben estar en concordancia con la base del plato en cuanto a gusto, cantidad y buena presentación.

#### *BALANCEO DEL PLATO*

El balanceo de un plato consiste en darle el equilibrio preciso que lo hace:

*nutritivo*

*económico*

*gustoso*

*Con el balanceo nutritivo se trata de lograr que en el plato se encuentre presente una ración alimenticia equilibrada, compuesta de las principales sustancias que requiere el cuerpo humano.*

*El balanceo económico consiste en equilibrar el valor del plato en alimentos costosos y económicos con el fin de poder asignarle un precio al alcance del comensal.*

*Para balancear el gusto del plato es necesario observar las costumbres de comer del cliente y componer los platos de acuerdo con éstas. Salvo excepciones, para lograr un equilibrio del gusto de la comida de acuerdo con los estándares comunes de la cocina internacional, han de observarse las siguientes reglas culinarias:*

Combinar ingredientes secos con jugosos.

No eclipsar el sabor del ingrediente principal con acompañamientos sobrecondimentados o muy aromáticos.

No aderezar los platos con más de una salsa.

El ingrediente principal debe ser el más voluminoso en el plato; el acompañamiento debe ser menos de la mitad de la comida.

No servir comidas frías y calientes en el mismo plato.

No dejar confundirse los sabores de los acompañamientos y la base.

Aparte de las normas antes citadas es recomendable observar todas las normas que rigen sobre la presentación de los platos.

#### *Guarniciones*

Con este nombre se conocen en la cocina composiciones clásicas de diferentes acompañamientos.

Tradicionalmente se definen como postres los platos que se sirven como último plato en un menú. En la actualidad, estos platos se presentan también como plato principal o único en meriendas.

En su función de último plato del menú, los postres deben cerrar con "broche de oro" una comida.

*TIPOS DE POSTRES*

De acuerdo con la composición y método de elaboración empleado, los postres se clasifican en los siguientes 5 grandes grupos:

*Pastelería*

*Postres calientes*

*Helados*

*Frutas*

*Quesos*

Los grupos anteriores se pueden subdividir en tipos específicos de postres de acuerdo con la presentación y preparación que se les hace.

*PASTELERIA*

Como tal se entienden todos los postres dulces que se sirven fríos, a excepción de los helados y las frutas.

Las características de los principales tipos de postres agrupados bajo esta denominación son las siguientes:

*Tortas*

Son composiciones de masa de bizcocho, cremas, eventualmente mermeladas o frutas confitadas y productos decorativos. Su forma puede ser redonda, cuadrada o cualquier otra, de acuerdo con el molde en que haya sido horneada la masa. La masa es generalmente un tipo de bizcocho que consiste en un batido espumoso de

©  
 CENTERFOR Edición  
 SERVICIOS DE HOSTELERIA,  
 BARES Y SIMILARES  
 SERVICIOS  
 COBROS

huevos enteros y azúcar, al cual se agrega harina de trigo y eventualmente mantequilla, chocolate, nueces, almendras y otros productos de pastelería. Este batido se hornea, se deja enfriar y se rellena, cubre y decora. Para el relleno se utilizan cremas a base de mantequilla, nata o merengue, crema pastelera, mermeladas o frutas en forma de puré, compotas o confites y otras masas. Las tortas se cubren con el mismo relleno, con productos como cobertura de chocolate, "fondant", glisas u otros.

#### *Rollos y brazos*

Son planchas de bizcocho cubiertas de una crema o mermelada y enrolladas. A veces se cubren con otra crema o una glasa. Se sirven enteros como las tortas o cortados en porciones individuales.

#### *"Pies"*

Son tipos de pasteles de origen americano. Se componen de un "casco" de pasta quebrada o pasta de "pie", horneada en un molde redondo especial, con un relleno espeso a base de frutas, o cremas, etc. Los "pies" son horneados lentamente y cortados en triángulos, poco antes de su servicio para evitar que el relleno se seque.

#### *Bizcochos individuales*

Pueden tener el mismo proceso de elaboración que las tortas, brazos o "pies". Su forma puede ser muy variada, pero siempre será pequeña, o sea, en tamaños individuales. Estos postres se sirven cortados en porciones, sobre platos medianos.

#### *"Petits fours"*

Son bizcochos individuales muy pequeños, generalmente de "fondant" u otra glasa. Se sirven de 2 a 3 unidades por porción.

*Pasteles de hojaldre*

Son pasteles individuales hechos con una pasta de hojaldre horneada y rellena con cremas o frutas.

Los más conocidos son: milhojas, cañones, bandas de manzanas, tarteletas, "strudel", "cornets", palmeras, pañuelos y muchos otros más.

*Pasteles de pasta "choux"*

Son un tipo de pastelería hecha a base de una pasta escaldada, moldeada con manga y cocida al horno o en aceite. Estos pastelitos se rellenan con una crema pastelera o nata. Entre los pasteles fritos más populares se cuentan los buñuelos de viento.

Las duquesas, lionesas y los palos (éclairs) son los más populares hechos con la pasta horneada.

*"Paris-Brest", "Croquembuch" y "Saint-Honoré"*

Son los nombres de tres de los pasteles más populares de la cocina francesa clásica, hechos con pasta "choux". Estas especialidades se sirven siempre para varias personas, especialmente en mesas de "buffet".

*Pasteles de pasta "brioche"*

Esta masa se utiliza más para hacer panes de lujo que pasteles. Sin embargo, tres de los postres más populares se elaboran con ella, el borracho, el "babá" y el "savarín".

*"Plum cakes"*

Son postres hechos con una masa consistente en un batido espumoso de mantequilla, azúcar y huevo, al cual se agrega harina y eventualmente frutas confitadas, nueces, sabores y especias. Esta masa se hornea en moldes cuadrados o redondos. El "plum cake" se corta en tajadas y se puede adornar con azúcar impalpable.

*Las cremas*

Son preparaciones casi líquidas que se confeccionan con leche o nata, ligada con féculas, huevos o gelatinas.

*La crema pastelera*

Es una crema básica que se confecciona con leche, huevo, azúcar, fécula y harina de trigo. Esta crema se sirve en copas, al natural o perfumada con algún sabor. También se utiliza como relleno en diversos pasteles.

*El manjar blanco o "blanc manger"*

Es una crema gelatinosa que se prepara con almendras machacadas, leche o agua, azúcar y gelatina.

*La crema Baviera*

Es una crema preparada con leche o un jugo de fruta, huevos y sabores, enriquecida con nata y ligada con gelatina. Se cuaja en moldes y se sirve volteada.

*La crema Chantilly*

Es un batido de nata con azúcar, a veces perfumada con vainilla.

*Carlotas frías:* son postres "volteados", los cuales tienen como base la crema Baviera, la que se perfuma y se cuaja en moldes revestidos de bizcochuelos.

*Flanes*

Son postres parecidos a las cremas. Su preparación se hace actualmente de dos maneras:

Preparación natural: que consiste en cuajar una mezcla caliente de leche con huevos y azúcar. Esta masa, puesta en moldes "acaramelados" se solidifica en el baño María.

Preparación con materiales sintéticos: se sustituyen los huevos por un polvo de flan (a base de gelatina). La masa caliente se cuaja con la sola aplicación del frío, acortando su tiempo de elaboración.

Los flanes se sirven generalmente volteados con adornos de nata batida, guindas, etc.

*El merengue*

Es una espuma hecha de claras de huevos, batidas con azúcar, perfumadas y flameadas al horno.

Los merengues pueden ser: duros, secos y blandos.

*El budín*

Es un postre elaborado con bizcocho u otra masa cocida y picada a veces mezclada con frutas confitadas, mojada con leche, azúcar y huevos, perfumada con un licor y cocida al baño María.

*Gelatinas*

Se preparan casi exclusivamente con productos gelatinosos, sintéticos, que suministra la industria en excelentes calidades. A estos productos se agrega únicamente agua caliente y se dejan cuajar en moldes o materiales de servicio (copas) bajo acción del frío. Las gelatinas pueden presentarse en varios colores y sabores, con o sin frutas adicionales. Se sirven bien frías (no congeladas) y se decoran con nata batida, merengue o frutas.

Aparte de la pastelería antes descrita existe una infinidad de otros tipos, muchos de ellos de carácter regional o casero.

*POSTRES CALIENTES*

Son productos típicos de los países fríos. Se sirven especialmente en hoteles y restaurantes de primera categoría. Los más conocidos son los que a continuación se describen:

*Tortillas francesas (omelettes)*

Son masas de huevos enteros, entremezclados y cuajados en manteca fundida. Se preparan al natural y luego se rellenan con mermelada o se flamean con algún licor.

*"Omelette soufflée"*

Es una espuma de claras batidas con azúcar y yemas entremezcladas, la cual se moldea sobre una fuente y se flamea al horno.

*"Omelette surprise"*

Es un postre de lujo que se sirve generalmente en banquetes. Se compone de un helado montado sobre un zócalo de bizcocho y cubierto de una masa similar a la de la "omelette soufflée". Este preparado se pasa por el horno y se flamea con un licor o "brandy".

*El "soufflé"*

Es una masa hecha con salsa tipo bechamel, huevos y perfume de algún licor o guarnición de frutas.

*Las "crêpes"*

Son un tipo de tortillas hechas con leche, huevos y harina; esta masa se fríe a la sartén en hojuelas muy delgadas y de unos 15cm de diámetro. Las "crêpes" se rellenan o se sirven "ahogadas" en una salsa a base de zumos de fruta, licor, chocolate o crema.

Los panqueques y "waffles" se preparan con masa parecida a la de las "crêpes". Se cuecen sobre una plancha o hierro o de "waffles" y son algo más espesas que las "crêpes". Estos postres se acompañan generalmente con un jarabe o miel de abejas, nueces picadas y mantequilla fresca.

*HELADOS*

Son manjares líquidos o cremosos, helados. Se distinguen helados batidos en una sorbetera de helados, helados de molde y productos especiales de heladería.

Hay dos tipos de helados hechos en la sorbetera:

*El helado de crema o leche; El helado de frutas.*

*El helado de crema o leche:* se hace con una masa compuesta de leche (o nata), azúcar y huevos enteros, a la cual se agrega un sabor o perfume determinado.

Entre los helados de crema más populares se cuentan el de vainilla o mantecado, los de chocolate, café, caramelo, turrón, etc.

*El helado de frutas:* se confecciona con un puré, jugo o pulpa de frutas frescas, agua, azúcar, y con un aglutinante que puede ser la clara de huevo o un producto gelatinoso.

*El "soft ice" (helado suave):* es un helado de crema o fruta hecho en una sorbetera especial, de congelación continua. El "soft ice" es más cremoso y blando que los helados corrientes.

Los helados de molde básicos son:

Los helados de molde básico son:

*Los parfais; Las casatas; Las bombas heladas.*

*Los "parfais":* son masas hechas de huevos enteros, batidos muy espumosos con azúcar y mezclados con igual proporción de nata batida y adición de perfumes (licores, esencias), sabores, frutas picadas o en puré, etc. Estas masas se congelan dentro de un molde hasta su solidificación completa y se sirven cortadas en tajadas.

*Las "casatas":* son helados de origen italiano, y se preparan como los "parfais". Su masa básica se compone de nata batida, merengue y aditivos de sabor; a veces se preparan combinando la masa básica con un helado hecho en sorbetera.

*Las bombas heladas:* se componen por lo general de dos masas básicas de helado, las cuales se congelan juntas en un molde semiesférico o de bomba. Corrientemente, una de las masas es un helado hecho en sorbetera con el cual se revisten las paredes del

molde y la otra masa es un "parfait" o una "casata" que ocupa el centro de la bomba.

Con el nombre de "productos especiales de heladería" se definen aquí manjares que por su aspecto, sabor y consistencia recuerdan a los helados antes mencionados, pero cuya preparación difiere de los métodos básicos de elaboración. Generalmente se trata de especialidades regionales; entre los más conocidos se citan el "granité", el "sabayon" helado, el "arroz glacé" y el "raspado" o "granizado".

#### ESPECIALIDADES

Con los diversos helados antes descritos se preparan las llamadas especialidades de helados. Son ellas platos de postre en los cuales se combinan, siguiendo un método de preparación particular, uno o varios de los helados básicos con otros ingredientes.

Entre estas especialidades, muy de moda en la actualidad, se cuentan:

##### *Los "sundaes".*

Es una porción de helado servido con un jarabe, guarnecido con frutas o nueces picadas y cubierto de una crema (nata batida o marshmallow). Los sundaes se sirven en copas de vidrio especiales, sobre platos de postre o en "cancas de banana split".

##### *Los "ice-cream sodas".*

Se componen de una porción de helado, jarabe de frutas o un "syrup", agua carbonatada y una guarnición de nata batida.

Los "ice-cream sodas" se sirven en copas de vidrio especiales.

##### *Los "parfait" americanos.*

Son postres que se componen de tres tipos de helado, servidos en bolas, dentro de una copa especial o "vaso zombie". Cada bola viene cubierta de un tipo de fruta machada, diferente. El "parfait" se adorna con nata batida y guinda.

*El "vacherin glacé"*

Es un postre de helado típicamente francés. Consiste en un helado de sorbetera enriquecido con crema Chantilly, colocado entre dos pisos de merengue duro. El "Vacherin glacé" tiene generalmente forma de torta, se adorna con nata batida y guindas y se sirve en tajadas.

*El "biscuit glacé" o bizcocho helado*

Es un helado endurecido en un molde en capas alternadas de bizcocho y helado, perfumado con un licor. Se presenta cortado en tajadas.

*La "carlota helada"* se prepara como el anterior pero con bizcochuelos y masa de "parfait".

*El rollo suizo* es un brazo cuyo relleno es un helado.

*FRUTAS*

Son postres de excelente calidad. Se sirven frutas frescas y procesadas.

Los más importantes postres de frutas son:

*Frutas frescas*

Las frutas tropicales grandes, como la lechosa, melón, piñas, patillas, etc., se fraccionan en triángulos o tajadas, y se sirven bien frías, con azúcar o miel y, eventualmente, limón.

*Frutas pequeñas*

Las fresas, moras y otras similares se sirven en copas o fuentes pequeñas, bien frías, al natural o con jarabes simples, azúcar o nata batida. Manzanas, peras y mangos pueden ser presentados en forma natural o mondados.



Las frutas antes mencionadas, las naranjas y el mamey, zapote y otras, pueden ser picadas en cuadritos o tajaditas aliñadas (con jugo de frutas y azúcar) y servidas solas o entremezcladas, como ensalada de frutas.

#### *Las ensaladas de frutas*

Se componen de uno o varios tipos de frutas frescas, limpias y cortadas, los cuales se aliñan con un zumo y se perfuman con vinos y licores.

#### *Dulces*

Son postres a base de frutas o vegetales, confitados lentamente, en un jarabe espeso, compuesto de agua, azúcar y especias. Se pueden adornar con nata batida y rallado de almendras y servir con quesos blancos suaves.

#### *Compotas*

Frutas escalfadas en jarabes delgados, compuestos de agua, azúcar y algunas veces especias como clavo de olor y canela.

#### *Frutas flameadas*

Son postres de la "alta cocina". Se trata de frutas frescas o escalfadas que se preparan en los restaurantes, generalmente frente al cliente, en una salsa a base de azúcar caramelizado, y flameadas con algún licor.

Aparte de las preparaciones antes descritas, las frutas se presentan como ingrediente básico o acompañamiento en muchos otros postres.

#### *QUESOS*

Son postres no dulces, muy populares en la cocina francesa. Tienen extraordinarias cualidades digestivas y se combinan bien con cualquier menú.

A excepción del queso de crema, todos los quesos se sirven a temperatura ambiental, sobre platos acompañados de pan y eventualmente especias (pimienta, sal, paprika, etc.).



*Los quesos "gruyère", "edam", manchego, etc.:* son quesos fabricados en forma de bloques o moldes, se cortan con la rebanadora o un cuchillo inoxidable en tajadas finas de unos 3mm de espesor.

*Quesos crema:* como el "camembert", "bel-paese", "Philadelphia", etc., vienen en porciones individuales, envueltos en láminas de estaño y se sirven con el empaque original abierto.

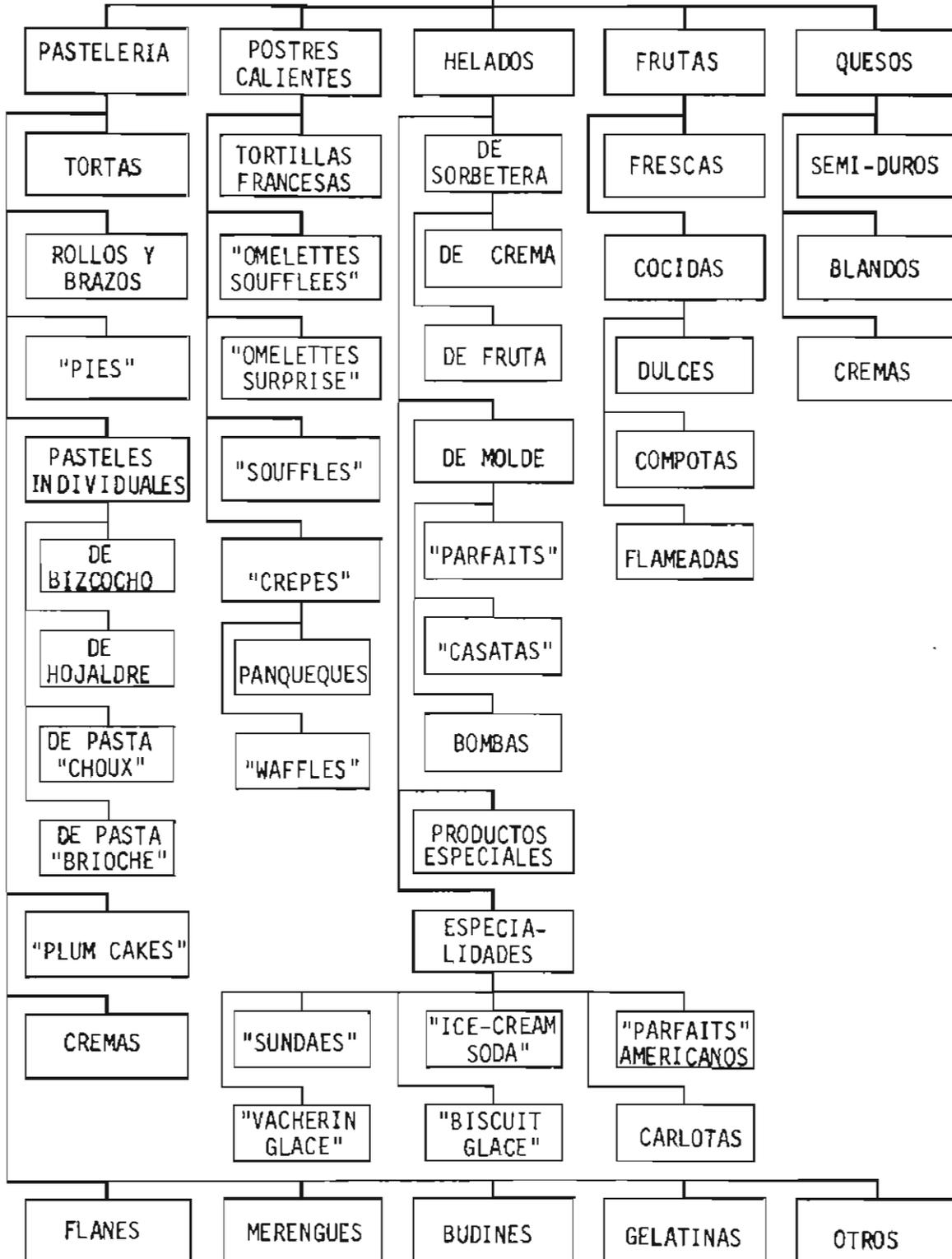
*Queso blanco:* hecho con leche cuajada y sal, se corta en tajadas espesas de unos 5mm de espesor.

*Quesos semiduros:* como el "roquefort" (o queso azul) se presentan en tajadas con mantequilla.

Quesos preparados son aquellos en que el producto original (como por ejemplo: "roquefort", "bel-paese" o una simple "ricota") pasa por el tamiz mezclado con otros productos como mantequilla, nata fresca y condimentos.

RESUMEN

CLASIFICACION DE POSTRES





Son comidas compuestas hechas a base de un tipo de pan y uno o varios alimentos preparados.

Los emparedados y canapés se sirven fríos o calientes y por lo general fuera de las comidas tradicionales, a veces en sustitución de ellas. También los encontramos como acompañamiento de bebidas en los bares.

Casi desconocidos en la cocina clásica, cobran cada día mayor importancia en la vida moderna; fáciles de comer y digerir y de preparación rápida y sencilla, constituyen la base de una de las comidas (almuerzo o cena) de muchas personas.

#### TIPOS DE EMPAREDADOS

Los emparedados pueden clasificarse en:

*Sándwiches fríos o calientes*

*Sándwiches cerrados o abiertos*

*Sándwiches sencillos o de "tres pisos"*

*Canapés y sándwiches de fantasía.*

*Los emparedados fríos* se hacen con pan tostado o sin tostar; todos los ingredientes deben ser fríos.

*Los emparedados calientes* se componen de comestibles fríos o calientes, se cuecen y se presentan siempre muy calientes. Los acompañamientos de esos sándwiches pueden ser fríos o calientes.

*Los emparedados cerrados* llevan el relleno siempre en medio de dos (o tres) tajadas de pan.

*Los emparedados abiertos* tienen el relleno siempre sobre una o varias tajadas de pan.

*Los emparedados sencillos* se componen de dos tajadas de pan.

Los emparedados de tres pisos o "CLUB-SANDWICHES" son emparedados cerrados, hechos con tres tajadas de pan (una encima de la otra) y dos rellenos en el medio (fig. 1).

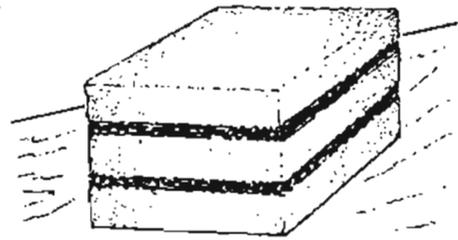


Fig. 1

Aparte de estos tres tipos básicos de emparedados, existen otros, llamados sándwiches de fantasía, los cuales, aun teniendo la misma composición de los emparedados regulares, son preparados por procedimientos distintos, según las ideas propias de cada cocinero. En el trabajo normal de las fuentes de soda, cocina y servicios de "pantry", los sándwiches de fantasía tienen poca importancia.

#### COMPOSICION DE LOS EMPAREDADOS

Por lo general los emparedados se componen de 4 elementos:

*el pan*

*el relleno*

*la untadura*

*la guarnición o adorno*

El pan y el relleno forman el cuerpo del sándwich ; la untadura sirve para mejorar y orientar su sabor, y la guarnición y el adorno son acompañamientos para balancear el plato y elevar el aspecto decorativo del mismo.

#### *El pan*

El pan clásico para emparedados y canapés es el llamado pan cuadrado o de molde, hecho a base de harina de trigo (blanca) y levadura.

Aparte del pan cuadrado se utilizan otros tipos de panes y panecillos, tales como:

Pan integral, de centeno, "graham", "pumpernickel".

"Croissants", bollos, etc.

Cachapas y arepas.

Panecillos en diversas formas, compuestos de harina blanca.

Galletas.

El pan debe ser fresco, pero lo suficientemente firme para mantener la forma del producto elaborado. El pan muy fresco se almacena en gabinetes secos, algo calientes (unos 30°C).

*El relleno*

El relleno determina el nombre del emparedado o canapé.

Variedades incontables de alimentos en las más diversas preparaciones pueden ser utilizadas como rellenos.

Entre los rellenos de mayor uso se cuentan:

Carnes y aves en diversas preparaciones y presentaciones (bis-técs, hamburguesas).

Productos de carnes, tales como pastas de hígado, galantinas...

Fiambres curados como jamones, salchichones, salchichas, tocino, cortados en tajadas, en juliana, etc.

Huevos y productos lácteos, tales como quesos y mantequilla.

Ensaladas de vegetales, carnes, aves, pescados y mariscos aliñadas con mayonesa u otras salsas.

Frutas tales como nueces, dátiles, orejones de ciruelas y diversas mermeladas y compotas, etc.

Los rellenos han de ser blandos, sin llegar a líquidos (en pomada); los emparedados y canapés deben comerse sin necesidad de ser trinchados y el pan no debe "aguarse" con el relleno.

### *La untadura*

La untadura tiene por objeto añadir sabor, jugosidad y/o cuerpo al producto. Salvo excepciones, la untadura se extiende sobre el pan entre éste y el relleno.

Los productos más utilizados como untura son los siguientes:

Mantequilla, margarina, aceites vegetales y otras grasas, en pomada o líquidos, a veces mezclados con condimentos y pastas de nueces (maní), pescados (anchoas, salmón, etc.) y otros sabores.

Mayonesa y salsas derivadas, ocasionalmente mezcladas con encurtidos picados.

Mermeladas.

Quesos blandos y pastas compuestas de quesos.

Pastas de huevos, hígados, jamón.

Salsas calientes blancas y morenas, tales como la bechamel, salsa "mornay", "demi-glace" y salsa de carnes.

Condimentos como la mostaza, salsa de tomate y otros de consistencia similar.

Las untaduras sólidas deben ser blandas, suaves para untar y su sabor no demasiado pronunciado; han de cubrir un lado del pan con una capa delgada extendida sobre la superficie del mismo.

Las untaduras líquidas se usan en cantidades muy pequeñas para evitar que "mojen" el pan.

A veces, cuando se usan rellenos jugosos (ensaladas con mayonesa) no es necesaria la untadura.

*La guarnición y el adorno*

Las guarniciones sirven para acompañar a los emparedados como complemento y decoración del plato y para balancear el costo.

La función de los adornos es sólo la de mejorar el aspecto decorativo de los emparedados y canapés.

Las guarniciones y adornos deben ser comestibles cuyo sabor, color, textura y forma, concuerde con el emparedado.

Ningún alimento utilizado en la composición del sándwich debe repartirse en la guarnición o en el adorno.

Las guarniciones se sirven junto al emparedado en el mismo plato o por separado.

Entre las guarniciones de mayor uso se cuentan:

Ensaladas frías y calientes de diversos vegetales y frutas crudas o cocidas y aderezadas con salsas para ensaladas.

Vegetales crudos no aliñados como aguacates, lechuga, tomate, etc.

Frutas frescas como uvas, melones en tajadas o torneados, manzanas, etc.

Frutas cocidas como melocotones, peras, cascotes de guayaba y otras.

Encurtidos mixtos.

Papas "chips" y "fósforos".

Además se sirven junto con los emparedados, caldos, salsas frías y calientes, condimentos en recipientes.



Como adornos se sirven:

Aceitunas verdes o negras.

Tomates en rebanadas, medialunas y rellenos.

Perejil cesposo al natural o frito, hojas de cilantro, hierbas finas, etc.

Lechugas en hojas, en corazones o picadas.

Rábanos torneados en forma de flores o cortados en rebanadas.

Aguacates cortados en diversas formas.

Setas y otros hongos torneados y cocinados.

Pepinillos en vinagre y otros tipos de encurtidos en diversas presentaciones.

Bayas frescas como fresas, uvas, moras.

Lechosas, melones, patillas, cortadas en tajadas o en bolitas.

Naranjas, limones, toronjas y piñas en ruedas y medialunas, con o sin cáscara.

Gajos de naranjas con gelatina.

Huevos duros picados o cortados en ruedas, medialunas o mitades, con o sin relleno.

Huevos de codorniz enteros o cortados.

Quesos rallados o cortados en diversas formas.

Estos materiales de adorno son sólo unos pocos de los muchos que se pueden emplear; dependerá del ingenio del cocinero seleccionar el adorno

apropiado para cada tipo de emparedado o canapé.

Los adornos se colcoan al lado o sobre los canapés y sándwiches, sujetándolos a veces mediante palillos.

*PREPARACION*

La preparación de los emparedados y canapés se divide en las siguientes fases de trabajo:

*Acondicionamiento de los alimentos*

*Composición*

*Procesamiento*

*Presentación*

*Acondicionamiento de los alimentos*

Consiste en dar a los alimentos que han de formar parte de un sándwich o canapé la forma, limpieza y consistencia apropiada para su uso.

Las operaciones más comunes que se emplean son:

- a Limpieza
- b Fraccionamiento
- c Preparación por mezcla, composición, batido, etc.
- d Condimentación

*Composición*

Mediante la composición se forma el producto. Muchas veces incluye ya la presentación. Es la fase más delicada del trabajo de preparación y exige un conocimiento exacto de cada uno de los alimentos que constituyen el producto acabado.

Una vez compuesto se empareja el comestible; es decir, se recortan las irregularidades todo alrededor y la costra (en caso de pan cuadrado).

*Procesamiento de los emparedados.*

Los sándwiches, cachapas y tostadas que se sirven calientes, se procesan por uno de los siguientes métodos de cocción:

- asados a la plancha (aplanchados)
- gratinados
- fritos, empanados
- horneados

De los métodos de cocción enumerados, el primero o sea el asar a la plancha, es el procedimiento más usado.

Al asar los emparedados con la plancha de sándwiches debe cuidarse de no aplastar el comestible.

Especialmente los emparedados hechos con pan muy fresco se machacan debajo de las tapas de la plancha. Algunas planchas vienen con un dispositivo especial para fijar el espacio mínimo entre la tapa y la base del equipo.

Los sandwiches gratinados son generalmente emparedados abiertos cuyo relleno está cubierto por una capa delgada de queso (rallado o en tajadas) o una salsa para gratinar.

Los emparedados para freír en aceite hondo han de ser cerrados. Ni el relleno ni la untadura de esos sándwiches deben contener mucha grasa. Antes de freír, estos sandwiches se "fijan" con palillos de dientes y se empanan en harina de trigo, huevo batido (sin leche) y pan blanco rallado. Por lo general estos emparedados se frien en cestas introducidas en la fritura caliente (180°C), no dejándolos nadar en la grasa; también pueden freírse en hornos o salamandras, sobre sartenes engrasadas. Los emparedados fritos deben dorarse rápidamente y al empanarlos debe cuidarse de que el huevo batido no sea absorbido por el pan y el relleno.

Los sándwiches para hornear deben ser abiertos, cubiertos de una masa que se utiliza para "soufflés" (que tiene como base bechamel y huevos), alguna mermelada o queso.

*La presentación de los emparedados y canapés.*

Los sándwiches calientes se presentan de dos maneras:

Servidos sobre un plato  
Empacados

Los *sándwiches empacados* se sirven por lo general sin guarnición ni adorno. Es importante que en este tipo de presentación se cuide de envolver el comestible en un papel de buena calidad, no absorbente y preferiblemente transparente. La envoltura que mejores resultados presenta es el celofán. La envoltura debe ajustarse bien al tamaño del emparedado; este último puede empacarse entero o cortado en dos piezas.

Los sándwiches de tres pisos ("club") pueden cortarse en cuatro triángulos y cada corte puede empacarse por separado.

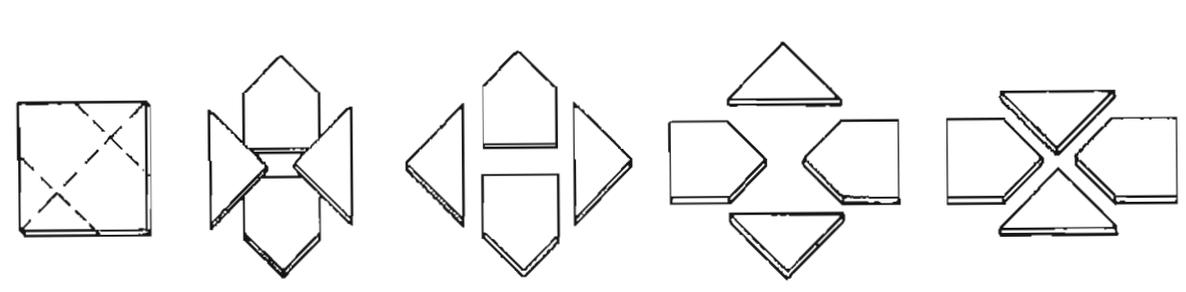
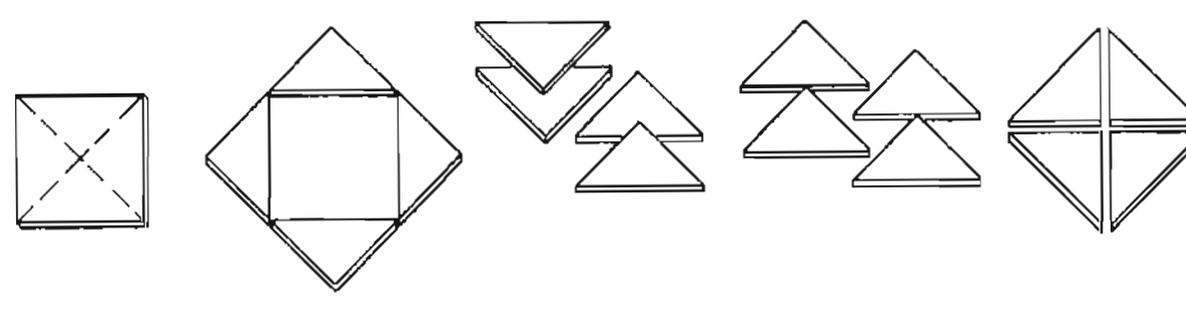
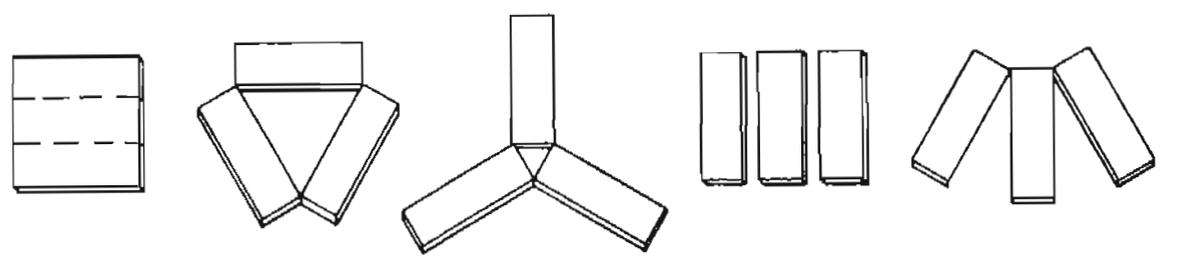
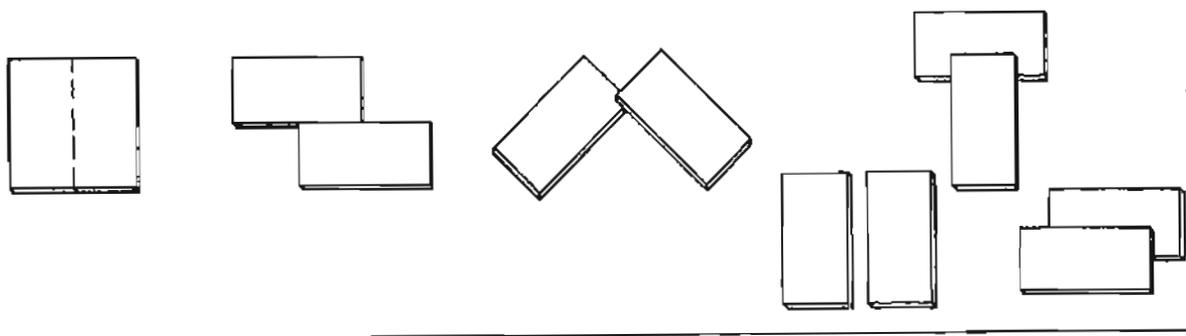
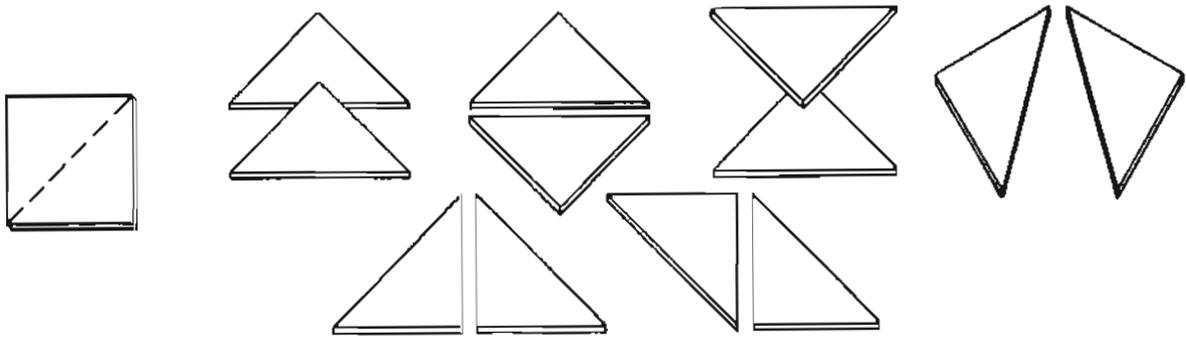
*Los emparedados que se sirven en salones*, siempre deben presentarse sobre platos.

Partiendo del punto de vista de que todos los emparedados han de guarnecerse o ser adornados con comestibles colocados al lado y sobre el plato en que se sirven, no es aconsejable poner una servilleta de papel entre el sándwich y el plato.

*Los emparedados cerrados* se presentan siempre cortados en dos y hasta cuatro piezas, según el tipo y tamaño del pan.

Existen muchas formas de cortar el emparedado; en la página siguiente se señalan algunas maneras de cómo pueden cortarse y acomodarse sobre los platos, sándwiches cerrados, hechos con pan cuadrado (fig. 2).

Fig. 2



*Los canapés* se cortan en la forma y tamaño requerido, se adornan y se presentan generalmente sobre fuentes grandes, por docena.

*Los emparedados abiertos* pueden servirse enteros o cortados y ser presentados como los emparedados cerrados.

*Las guarniciones y adornos* que se colocan junto al emparedado deben decorar a éste; jamás deben exceder en cantidad y costo al propio sándwich.

No es elegante servir los emparedados sujetos con palillos de dientes "pelados". Si se necesitan los palillos para que el emparedado mantenga su forma, éstos deben ser decorativos, preferiblemente de plástico o por lo menos algo adornados (con acejtunas, rabanitos).

Como toda la preparación de sandwiches, también la presentación debe ser rápida, especialmente los emparedados calientes que se sirven inmediatamente después de hechos.

Son las técnicas que se emplean para procesar alimentos crudos por acción del calor. Los comestibles se cuecen con el fin de hacerlos más aptos para el consumo; con la cocción los productos se vuelven tiernos y digeribles, adquieren un gusto determinado y en gran parte quedan esterilizados.

La práctica de los métodos de cocción se hace de acuerdo con reglas determinadas, y constituye la esencia del trabajo del cocinero.

#### TIPOS

En un principio se distinguen dos formas básicas de procesar alimentos.

*La cocción rápida o al calor seco.*

*La cocción lenta o al calor húmedo.*

*La cocción rápida o al calor seco* es aplicable a todos los alimentos tiernos, es decir, cuyas hebras son blandas y fáciles de atravesar. En los métodos al calor seco se produce más el cambio de sabor por la cocción del jugo de los comestibles, que el ablandamiento.

Los métodos clásicos de cocción rápida son:

*Asar al horno*

*Gratinar*

*Asar a la plancha o parrilla*

*Freír en sartén, sofreír y saltear*

*Freír en fritura*

*La cocción lenta o al calor húmedo* ablanda los alimentos. En esta forma de cocinar los alimentos, penetra el vapor de agua entre las hebras y rompe su consistencia. Con la aplicación de los métodos de cocción lenta los comestibles pierden en parte su buen sabor y valor nutritivo. Generalmente las sustancias aromáticas de los alimentos pasan al líquido transmisor del calor al cual convierten en fondo.

Los métodos tradicionales de cocción lenta son:

*Cocer en agua o vapor*

*Estofar, brasear, guisar y "poêler"*

Aparte de las cocciones clásicas antes descritas existen otras que aquí llamamos "modernas". Los métodos de cocción modernos son por lo general ultrarápidos; trabajan por procedimientos y con equipos especiales. Los dos tipos más empleados actualmente son:

*Cocer por microondas*

*Fritar a presión.*

#### *CARACTERISTICAS ESPECIFICAS*

Los métodos de cocción se eligen de acuerdo con las propiedades de un comestible determinado y el gusto y preparación que se le quiera dar.

*Asar al horno*

Es un método de cocción al calor seco. En el horno los alimentos se cuecen mediante la aplicación de aire caliente y a veces también una grasa caliente.

Se distinguen tres modalidades de asar al horno y se emplean según el tipo de alimento por procesar:

*Asar al horno alimentos frescos (carnes, aves, legumbres, frutas)*

*Hornear masas batidas (espumosas)*

*Hornear pastas.*

*Asar al horno alimentos frescos:* se hace con carnes, aves, legumbres y otros productos crudos o blanqueados. Los comestibles se ponen al horno ya pre-calentado. El aire caliente y las grasas (si se utilizan) actúan sobre el alimento formando al principio una costra sobre toda la superficie del producto. A medida que se continúa aplicando calor, éste penetra hacia el



núcleo del alimento y refuerza la costra exterior. El comestible queda "en su punto" cuando el calor ha alcanzado el centro de la pieza. Durante la cocción el jugo propio de la carne se clarifica y se expande, la costra evita que el jugo salga del comestible.

Para que el alimento adquiriera un bonito color dorado es necesario dorarlo ligeramente en la grasa o iniciar la cocción en un horno muy caliente.

Para lograr mejores resultados en el asado al horno, debe observarse lo siguiente:

Iniciar la cocción a fuego máximo y reducir el calor a medida que el alimento llega a su punto.

No pinchar la costra, ni quemarla.

Rociar el alimento con un fondo de cocción para evitar que la costra se seque .

No sobrecocer el alimento.

Dejar reposar el producto antes de cortarlo, hasta que el jugo pierda su presión.

*Hornear masas y pastas, tales como de hojaldre, "brioche", "choux" de bizcocho, budines, flanes y similares:* consiste en cocer en el horno pre-calentado a una temperatura determinada, esas masas. En este proceso puede o no formarse una costra alrededor del alimento. Los productos no se rocían y se tocan lo menos posible.

Cada masa necesita una temperatura determinada para cocerse. Juega un papel importante el vapor de agua que se acumula en el interior del horno; éste hace que la masa se levante, es decir se expanda y aumente su volumen.

El vapor de agua es conveniente para hornear pastas de hojaldre, levadura

y "choux", ya que los productos hechos con estas masas conservan su volumen después de horneados.

Las masas batidas espumosas y las pastas secas se "caen" después de horneadas con mucho vapor; es necesario asarlas con la ventilación del horno abierta, para que el vaho pueda salir del recinto.

#### *Gratinar*

Es un proceso parecido al horneado. En el gratinado, el calor es transmitido por irradiación de un metal caliente y actúa directamente sobre la superficie del comestible; para ello se requiere un equipo especial, llamado salamandra.

Por lo general los alimentos que se gratinan vienen pre-cocidos o totalmente preparados y recubiertos con queso o una salsa para gratinar, que forma una costra protectora sobre el alimento y evita que éste se seque.

Según el grado de cocción a que se someta, se diferencian tres modalidades de gratinar:

*Gratinar completo:* involucra un proceso de cocción en que el alimento está sujeto al calor hasta que esté cocido uniformemente, por dentro y por fuera. Los alimentos que así se gratinan deben ser muy jugosos para que, en lugar de secarse, se cuezan.

*Gratinar ligero o tostar:* consiste en proveer de una costra un manjar. Los comestibles que así se procesan vienen siempre precocidos y muchas veces presentados en el recipiente en que se van a servir.

*Glasear o abrillantar:* es una operación en que el alimento se pasa un momento por la salamandra con el fin de darle brillo. Los alimentos que se glasean, vienen recubiertos de una salsa y mantequilla derretida.

*Saltear o freír en la sartén o sobre la plancha*

Se entiende por saltear o freír en la sartén el proceso de tostar y cocer comestibles en mantecas (aceite, manteca de cochino, mantequilla clarificada, etc.) muy calientes. Durante este procedimiento, aplicado principalmente a carnes crudas, los poros del alimento, al hacer contacto con el calor de la manteca, se contraen y se cierran herméticamente al instante, manteniendo dentro el jugo propio del comestible. El punto exacto de cocción se logra en el momento en que todo el jugo de la carne está totalmente cuajado. La sobrecocción (o sea pasando el punto) y demoras en el servicio inmediato (dejando el comestible salteado "reposar") endurecen el producto, y por consiguiente, perjudican su calidad.

*Asar sobre la parrilla o plancha.*

Tanto los comestibles por preparar, como el proceso de cocción y servicios, se parecen al método anterior. La diferencia consiste en que al asar sobre la parrilla, la influencia del calor sobre el producto proviene del aire caliente (fuego directo e irradiación) en lugar de la manteca. La función del aceite, con el que se baña el producto, consiste en evitar que el comestible se adhiera al emparrillado o a la plancha.

*Freír "en aceite hondo"; fritura.*

El método de freír comestibles en aceite hondo consiste en guisar hasta su punto los productos, dejándolos nadar en una gran cantidad de manteca caliente (aceites vegetales y mantecas animales de alta resistencia al calor). El contacto del comestible con la fritura muy caliente evita la salida del jugo propio del alimento, cubriéndolo con una fina costra. Para evitar que la manteca penetre demasiado en el comestible, algunos productos se "envuelven". Las carnes, pescados, aves y mariscos, así como vegetales blanqueados en agua y aquellos cuya consistencia

no soportaría el contacto con el aceite se "envuelven" con frecuencia. Los tres métodos de "envolver" los comestibles para la fritura son:

*Empanar* (a la vienesa y a la milanesa): consiste en pasar el comestible por harina de trigo, huevo entero batido ligeramente, pan rallado, y eventualmente queso parmesano rallado.

*Rebozar* (a la Orly): se cubre el alimento con una pasta para freír hecha de harina de trigo, huevos y líquidos (agua, leche, vino o cerveza).

*A la inglesa*: se envuelve el comestible en harina de trigo, y se lo moja luego ligeramente con una mezcla de leche y huevo, y finalmente, se pasa por una harina de pan blanco, con suavidad.

Una gran variedad de comestibles puede freírse en aceite "hondo". El tiempo para que puedan llegar al punto de cocción preciso depende de su volumen y de la temperatura de la fritura. Es importante observar que cuanto más voluminoso es el alimento, más tiempo de cocción se requiere para su preparación, y menos grados de calor deberá tener la fritura para evitar que se quemé la superficie (costra) antes de que se termine el proceso.

#### *Cocer en agua*

Así se llaman los procesos de cocción en los cuales el calor es transmitido por el agua caliente o vapor de agua. Se distinguen tres modalidades:

*Cocinar o hervir*: consiste en cocer los comestibles hasta "su punto de cocción" mediante la aplicación directa del calor a través de un líquido en ebullición.

El calor del agua no es suficientemente alto como para "encostar" el producto y por consiguiente penetra por los poros del alimento, guisándolo.

Las sustancias jugosas (líquidas) del comestible se mezclan con el agua, rebajando la calidad del producto y aumentando el valor del agua hasta convertirla en caldo.

Es el método de cocción básico para la confección de todos los fondos y sopas.

*Escalfar*: se denomina así a una manera básica de preparación cuyo proceso fundamental podría describirse, si no fuese una paradoja, así: "hervir comestibles sin hervirlos". En realidad el procedimiento a seguir es muy parecido al de cocinar, descrito en el punto anterior. Los comestibles a escalfar no llegan nunca a hervir, sino que se guisan en el punto de ebullición, o sea, en la temperatura más alta del agua, antes de que llegue a hervir.

Con este procedimiento se guisan ante todo comestibles de alto contenido de proteínas (como jamón, embutidos, huevos, pescados y mariscos) que se mantienen en forma compacta, unida y jugosa, mientras el agua no llega a bullir.

Al agua para escalfar se le añade generalmente vinagre y otras especies (a excepción de la sal) que ayudan a mantener unidas las proteínas y dan sabor al comestible. Si el comestible requiere la sal como sazón, ésta debe agregarse al agua en pequeñas cantidades o, mejor todavía, al terminarse el proceso de "cocción".

La "ciencia" de escalfar comestibles consiste en mantener la temperatura del agua en su punto. Si el agua está demasiado fría, las proteínas se disuelven y el producto queda aguado y sin sabor. En el caso contrario, si se deja hervir el agua, las proteínas se dilatan, se separan y el producto, si no se "deshace" por completo, queda como un queso suizo (lleno de huequitos).

*Cocer al vapor:* consiste en procesar los comestibles en vapor de agua, el cual penetra en el alimento, de afuera hacia el núcleo.

Este método tiene la característica particular de que no destruye las células ni disuelve las sustancias contenidas en el alimento, y el calor sólo derrite las grasas.

La cocción al vapor es muy rápida y recomendable para la cocina dietética; se emplea especialmente con alimentos poco grasos.

*Estofar, brasear, guisar, "poêler"*

La cocción por estos métodos se realiza en dos etapas: el alimento se cuece al calor seco, en una grasa al inicio, y termina de cocerse en calor húmedo transmitido por medio de un fondo y vapor producido por éste. Es éste un método de cocción lenta y se aplica principalmente a carnes, aves y mariscos de carne dura, y legumbres. Aparte de la cocción del alimento, en este proceso se obtiene, como sub-producto una salsa, "compañera" de la carne.

*Estofado:* es el proceso en que se emplea mucho líquido en la cocción; este líquido, generalmente un fondo compuesto de grasa, agua y sustancias aromáticas penetra en el alimento y lo cuece, después de salteado, como en la cocción en agua (por ebullición). Se practica principalmente con carnes y legumbres cortadas menudas.

*Brasear:* consiste en cocer el alimento parcialmente en un fondo y en vapor de agua producido por éste, después de dorado. El braseado se hace preferentemente con piezas grandes de carne, que se cuecen en recipientes semi-herméticos (braseras) al horno.

En este proceso el fondo queda muy corto y se va mezclando con el jugo de la carne. Al hervir, el fondo se concentra y vuel

ve a penetrar en el alimento, en forma de vapor y como líquido.

*El guisado:* es una mezcla de hervir en agua y estofar.

*"Poêler":* es una forma de brasear alimentos muy tiernos, los cuales normalmente se preparan por un método de cocción rápido. Durante la cocción los comestibles se rocían constantemente con el fondo de cocción el cual debe quedar casi totalmente absorbido por la pieza.

#### *Cocción por microondas*

Es un proceso muy rápido que se hace en un horno especial. Los productos se cuecen por medio de ondas de alta frecuencia, que penetran y atraviesan el comestible. Como la cocción es simultánea en todo el volumen del alimento, prácticamente este no llega a dorarse. La cocción por microondas no está desarrollada totalmente, y en la actualidad sus aplicaciones son limitadas. Se utiliza principalmente en el recalentamiento de comidas preparadas.

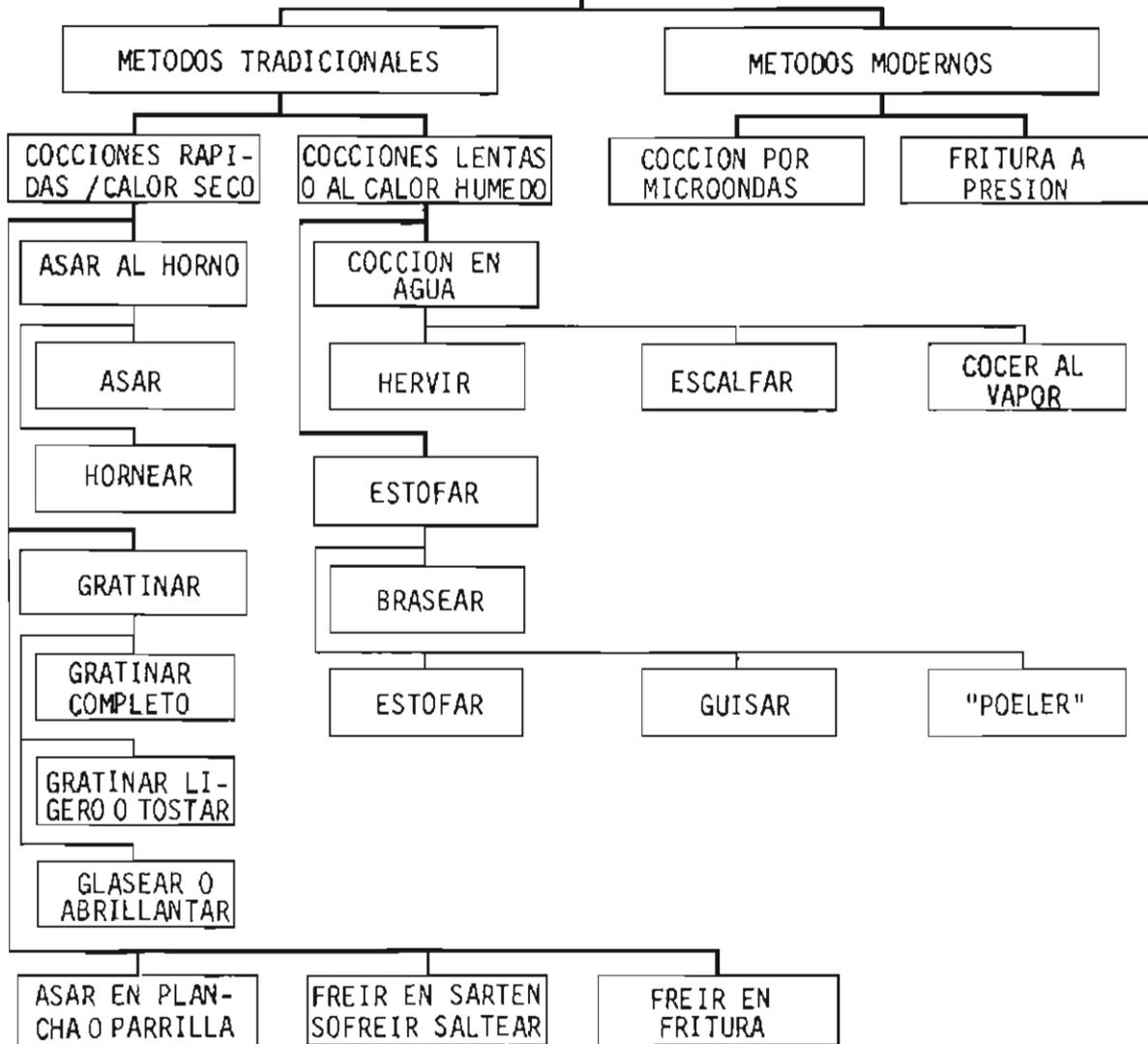
#### *La fritura a presión*

Consiste en freír en aceite hondo y cocer al vapor. Los alimentos se cuecen en una fritura cerrada herméticamente. Esto tiene como consecuencia que el vapor de agua que produce la cocción actúa como transmisor de calor, produce presión en el recipiente y penetra nuevamente en el alimento.



RESUMEN

CLASIFICACION DE LOS METODOS DE COCCION



Se entiende por conservación de alimentos, el preservarlos o por lo menos retrasar alteraciones indeseables.

En la cocina la conservación permite mantener almacenados comestibles desde el momento de la compra hasta el servicio, en la variedad y cantidad que pueda resultar económico.

La conservación de alimentos no mejora los productos, solamente detiene la acción de los microorganismos (bacterias, hongos) que causan la descomposición de los comestibles, destruyéndolos o por lo menos reduciendo su desarrollo.

#### *PROCEDIMIENTOS BASICOS DE CONSERVACION*

Para preservar los alimentos de la acción de los microorganismos, se emplean diferentes medios y sistemas. En un principio estos procedimientos se clasifican en:

- físicos
- químicos

De estos procedimientos, los físicos son los de mayor uso en la cocina; ellos, aunque no eliminan totalmente la posibilidad de descomposición en los comestibles, son los más sencillos de aplicar y sobre todo, alteran poco las características propias de cada producto.

Entre los procedimientos físicos se destacan, entre otros:

- la refrigeración
- la aplicación del calor
- la desecación

Los procedimientos químicos tienen la característica particular de cambiar el sabor propio de los comestibles; por consiguiente su empleo sólo es recomendable cuando la modificación del gusto esté dentro de la orientación que se le quiera dar con la preparación posterior.

#### *METODOS ESPECIFICOS DE CONSERVACION*

Dentro de los procedimientos básicos de conservación se distinguen variantes, cada una de las cuales tiene sus aplicaciones particulares; a ellas las llamamos aquí métodos específicos.

Las características de estos métodos específicos se describen a



continuación:

### *La refrigeración*

Se basa en el procedimiento físico de aplicación del frío. Es el método de conservación más empleado en la cocina para mantener alimentos en buen estado durante un tiempo prudencial. La refrigeración consiste en mantener los comestibles a una temperatura inferior a +6°C y superior a 0°C.

La acción del frío correctamente empleado altera, muy poco, por lo general, las características nutritivas de sabor y aspecto de los alimentos. Durante el proceso de refrigeración se logra una reducción (y no la destrucción) de la actividad y reproducción de las bacterias.

Las desventajas de este método, en cuanto a su aplicación en la cocina son:

- el corto tiempo que se pueden conservar los alimentos.
- el deterioro de los alimentos que puede producir la variación de temperatura en los ambientes refrigerados.
- el alto costo de equipo y espacio para la refrigeración.

Para contrarrestar estas desventajas los alimentos reciben un tratamiento que los hace menos voluminosos y se proveen ambientes con condiciones adecuadas.

La tabla Nº 1 señala las condiciones de conservación por refrigeración más recomendables.



La congelación es una variante de la conservación por refrigeración, y se hace a temperaturas inferiores a 0°C. La congelación permite una preservación mas prolongada que la refrigeración.

Durante la congelación se solidifica el agua contenida en los comestibles y la acción de bacterias se frena casi por completo.

La aplicación más ventajosa de este método consiste en una reducción alrededor de los -18°C a -20°C. En este estado la mayoría de los alimentos se pueden mantener sin peligro de descomposición durante varios meses.

Los inconvenientes de la congelación son en principio los mismos de la refrigeración sobre 0°C y además la destrucción que sufren los alimentos delicados al cristalizarse el agua que contienen. En la tabla N°1 se citan los tiempos y adaptabilidad para la congelación de los alimentos de mayor uso.



## OBSERVACIONES

## REFRIGERACION

## CONGELACION

PRODUCTO	REFRIGERACION		CONGELACION		OBSERVACIONES
	°C	CONDICIONES	CONDICIONES	MESES	
Carne de res.	0 a +3	muy bien	muy bien	12	Sin limpiarla, con grasa.
Carne de cochino.	0 a +3	bien	muy bien	6-8	Sin limpiarla, con grasa.
Carne de ternera.	0 a +3	bien	bien	6-8	Sin limpiarla, con grasa.
Carne de cordero.	0 a +3	mal	mal	-	Se pone rancia.
Carne de carnero.	0 a +3	muy bien	muy bien	10	
Tocino.	0 a +3	muy bien	muy bien	4-6	
Salchichones hervidos.	0 a +3	bien	bien	4-6	Colgados.
Salchichones crudos.	+5	bien	regular	3	Colgados.
Asados, cocinados.	0 a +2	bien	bien	6-8	Envuelto en papel de estaño.
Carne en salsa.	0 a +2	bien	regular	2	En recipientes tapados o bolsas de plástico, selladas.
Vfsceras (excepto hfgado)	0 a +2	regular	bien	3-4	Totalmente limpias.
Hfgados.	0 a +2	bien	regular	3-4	Totalmente limpios.
Huesos.	0 a +2	bien	bien	6-8	Aireados.
Carne de caza.	0 a +2	muy bien	muy bien	12	En marinadas; colgada.
Pollos, gallinas.	0 a +2	regular	muy bien	8-10	Limpios, sin envoltura hermética.
Patos y gansos.	0 a +2	regular	bien	4-6	Limpios, sin envoltura hermética.



P R O D U C T O	REFRIGERACION		CONGELACION		O B S E R V A C I O N E S
	°C	CONDICIONES	CONDICIONES	MESES	
Caza de pluma.	0 a +2	bien	muy bien	8-10	Eventualmente en marinadas.
Pescados magros.	-1	bien	muy bien	4-6	Limpios, en ambientes húmedos.
Pescados grasos.	-1	bien	bien	1-2	Limpios, en ambientes húmedos.
Pescados curados.	+4 a +5	muy bien	regular	1	
Crustáceos.	-1	regular	bien	2	Enteros, crudos o cocidos.
Moluscos.	-1	regular	regular	1	Desconchados, en su jugo.
Leguminosas frescas.	1 a 3	bien	muy bien	10-12	Limpias, poco aireadas.
Leguminosas secas.	10-15	muy bien			Libres de olores, sin refrigeración.
Coliflor.	1-3	bien	bien	8-10	Entera, con hojas, blanqueada.
Pepinos.	4-7	bien	regular	6	Enteros, sin pelar. En rebanadas.
Zanahorias.	1-3	muy bien	muy bien	12	Sin pelar. Blanqueadas.
Nabos.	1-3	muy bien	muy bien	8-10	Sin pelar. Blanqueados.
Pimentones.	1-3	bien	muy bien	6-8	Enteros, secos.
Setas.	1-3	regular	bien	6-8	Secas, sin limpiar. Blanqueadas.
Col de bruseelas	1-3	bien	muy bien	8	Sin limpiar, aireada. Blanqueada.



**INFORMACION TECNOLOGICA:**  
CONSERVACION DE ALIMENTOS

REFER: HIT.039 6/11

**O B S E R V A C I O N E S**

**REFRIGERACION**  
CONDICIONES MESES

**CONGELACION**  
CONDICIONES MESES

°C

**P R O D U C T O**

Coles y repollos.	1-3	bien	14	regular	8-10	Enteros, limpios. Blanqueados, en juliana.
Apio en hojas.	1-3	bien	8-10	regular	6	Blanqueado.
Apio de raíz.	1-3	muy bien	14	muy bien	12	Sin limpiar. Entero, crudo o blanqueado.
Espárragos, salsifís.	1-3	bien	8-12	muy bien	8-10	Crudos o blanqueados.
Espinacas, acelgas.	2-4	bien	6-8	muy bien	10-12	Aireadas, secas, blanqueadas.
Legumbres de ensaladas.	2-4	regular	4-5	-	-	Inapropiada.
Perejil, ajo porro, cilantro.	1-3	bien	6-8	muy bien	-	Seco, sin lavar.
Rábanos.	1-4	muy bien	6-8	-	-	Sin limpiar.
Tomates.	4-7	bien	4-8	mal	6-8	Se descomponen al descongelarse.
Puré de tomates.	1-3	bien	4-8	bien	8-10	
Maíz tierno.	1-3	muy bien	8-12	muy bien	10	Poco aireado, con hojas.
Papas, yuca, ñame, ocumo.	6-10	bien	15	-	-	Sin refrigeración.
Cebollas.	2-4	regular	10-14	-	-	
Batatas.	10-15	bien	15	-	-	



P R O D U C T O	REFRIGERACION		CONGELACION		O B S E R V A C I O N E S
	°C	CONDICIONES	CONDICIONES	MESES	
Frutas de hueso.	2-4	bien	regular	8-10	Limpias, secas.
Frutas de pepitas.	2-4	bien	regular	8-10	Pierden su consistencia.
Baya pequeña (excepto uvas y fresas).	1-3	bien	bien	10	Limpias y secas, aireadas.
Uvas y fresas.	1-3	regular	-	-	Limpias y secas, aireadas.
Frutas tropicales grandes.	4-7	regular	bien	10	Sólo en puré.
Cítricos.	2-4	bien	regular	1	Sólo en jugos.
Cocos.	2-4	bien	regular	12	
Aguacates.	6-8	regular	-	-	
Mantequilla.	1-3	bien	bien	8-10	
Quesos.	1-3	bien	regular	6-8	Pierden sabor y consistencia.
Leche y nata fresca.	1-2	bien	regular	2	
Huevos.	1-3	muy bien	bien	8	Sólo masas de huevo.
Yemas.	1-3	regular	bien	8-10	Tapadas.
Claros.	1-3	muy bien	bien	8-10	

**INFORMACION TECNOLÓGICA:**

## CONSERVACION DE ALIMENTOS

REFER.: HIT.039

8/11

P R O D U C T O	REFRIGERACION		CONGELACION		O B S E R V A C I O N E S
	°C	CONDICIONES	CONDICIONES	MESES	
Pan y pastas de levadura (horneados).	8-10	mal	regular	2-3	Envueltos en papel de estaño.
Bizcochos y "plum cakes"	8-10	bien	bien	2-4	Con poca humedad, envueltos.
Merengues.	8-10	mal	-	-	Inapropiados.
Postres preparados.	1-3	bien	-	-	Inapropiados.
Mayonesa.	6-8	bien	-	-	Inapropiada.
Nata batida y cremas.	1-3	regular	-	-	Inapropiadas.
Huevos duros.	1-3	bien	-	-	Inapropiados.



*La aplicación del calor*

Es otro método físico de conservación. Los microorganismos, como no pueden resistir temperaturas elevadas pueden ser destruidos por la acción del calor.

Este método de conservación consiste en calentar los comestibles durante un tiempo determinado.

Se conocen tres tipos de conservación por calor:

*La esterilización* se produce a una temperatura de 150°C. Con ella se elimina la actividad de los microorganismos.

*La pasteurización* consiste en calentar un líquido a 70°C, mantenerlo así durante 30 minutos y enfriarlo rápidamente. La pasteurización destruye la mayoría de las bacterias y evita la reproducción de otras, sin asegurar la esterilización completa.

Se pasteuriza principalmente la leche.

*La homogeneización* es parecida a la pasteurización. En ella los líquidos se exponen a temperaturas de +80°C aproximadamente y se mantienen al calor durante 1 hora para luego enfriarlos bruscamente. La homogeneización evita el desarrollo de fermentos. Los inconvenientes que se producen con la aplicación del calor son:

- La cocción total o parcial del alimento,
- La posibilidad de una nueva contaminación de los productos, después de calentados.

Los métodos de aplicación del calor se emplean mayormente en la industria conservera, en la cual, después de esterilizados los

alimentos, los productos se enlatan herméticamente para protegerlos de una nueva contaminación.

#### *La desecación*

Consiste en la disminución del contenido de agua en los comestibles. Se practica con carnes, legumbres, pescados, leche, huevos y otros alimentos. La desecación se produce por exposición al sol o aire caliente, convección de aire, etc. Productos líquidos como la leche se desecan mediante la atomización en ambientes o sobre rodillos calientes.

Este método lo realizan generalmente las industrias conserveras y chacineras.

Los alimentos desecados, a excepción de los líquidos, generalmente no pueden reconstituirse a su forma y gusto original.

*La congelación - desecación* es un método de conservación moderno, realizado industrialmente. Consiste en la congelación profunda del alimento y la desecación rápida, al vacío.

Este método presenta los productos en su forma original, totalmente secos y generalmente fáciles de reconstituir. Los comestibles así procesados se guardan en recipientes herméticos durante un tiempo casi ilimitado.

*Otros métodos físicos* de conservación de alimentos son la radiación infrarroja, electrónica, rayos X y microondas.

#### *La conservación con sal.*

La sal es un excelente medio de conservación química, sin embargo tiene el inconveniente de cambiar el sabor de los alimentos. Se conservan con sal especialmente carnes y pescados.

*Salazón* se llama al método de conservar alimentos empapados en sal.



*La salmuera* es una mezcla de sal con salitre (sal de nitro), azúcar y a veces otros condimentos y agua. En salmuera se conserva principalmente la carne. Los comestibles así preservados adquieren un color rojo o rosado y un sabor particular. Los productos de chacinería como el jamón, la mayoría de los salchichones y otros alimentos se procesan en salmuera.

*El ahumado* es otro método de conservación, el cual sigue generalmente a la preparación en sal. El humo tiene gran poder de destrucción de bacterias y fermentos. Se ahuman especialmente carnes y pescados.

La conservación en azúcar, en alcohol, en vinagre y en grasas son otros métodos químicos, utilizados principalmente por las industrias conservera y casera. Confitar alimentos por los medios arriba citados puede asegurar su preservación prolongada, con el inconveniente de que los comestibles cambian de sabor y de apariencia.

Como tal se entiende la disposición de la comida sobre el material de servicio.

La presentación de los platos se hace de acuerdo con normas culinarias relativas a la comercialización de las comidas. Es uno de los factores más importantes en la gastronomía; la mejor comida pierde si no es presentada correctamente. Por otra parte, muchos manjares de aspecto poco atractivo comienzan a lucir, dispuestos estéticamente, bien balanceados y en el recipiente apropiado en el momento de servirlos.

#### COMPOSICION DE LOS PLATOS

Las comidas se sirven solas, es decir, el plato se presenta con un manjar único, o combinado.

Los platos combinados pueden componerse de los siguientes elementos:

- El ingrediente principal o base del plato*
- El acompañamiento o alimento complementario*
- El adorno*

*El ingrediente principal* es, por lo general, el comestible más caro y el que determina el nombre del plato.

*El acompañamiento* es un complemento del ingrediente principal, cuya función es la de hacer que resalte el sabor propio de la base del plato y equilibre el valor alimenticio y el costo del conjunto.

*El adorno* tiene por objeto resaltar la apariencia del plato, dándole mayor estética.

#### SELECCION DEL MATERIAL DE SERVICIO

Es determinada por los siguientes factores:

- El tipo de servicio*
- La característica del alimento*
- La estética*

*El tipo de servicio:* existen diferentes maneras de servir la comida en un restaurante, de acuerdo con la técnica que se practica en un establecimiento; en particular, los manjares se presentan generalmente con una de las

siguientes modalidades:

- En platos, copas y tazas
- En fuentes pequeñas para una a cinco personas en el servicio a la francesa o a la inglesa.
- En fuentes grandes, en el servicio de "buffet" o en carritos de servicio.

*En el servicio con platos*, cada plato es una porción individual; o sea cada plato debe:

- Componerse de un ingrediente principal, el acompañamiento y/o la decoración.
- Tener armonía en sabor, colorido y presentación de cada uno de sus componentes.
- Ser presentado de manera que el comensal pueda comerlo sin ser un "experto en culinaria" o sea los ingredientes deben ser presentados ya trinchados y debidamente aliñados.
- Tener siempre la misma apariencia y sabor mientras lleva un nombre y un precio determinado.

*En el servicio con fuentes pequeñas*, de una hasta cinco personas, se observan, en un principio, las mismas reglas que las explicadas previamente en los servidos en platos, pero además, debe tomarse en cuenta lo siguiente:

- Los comestibles presentados en la fuente deben ser divisibles por la cantidad de comensales a que se destina la fuente, o sea: en una fuente para 5 personas no puede haber 6 ni 4 raciones de jamón, huevo, etc.
- Al servir, aunque inexpertamente, debe cuidarse de que ni la apariencia de la fuente ni el comestible servido pierdan su apariencia estética.

*Las fuentes destinadas al "buffet"* son las más difíciles de preparar desde el punto de vista del servicio. Por lo general de una fuente colocada en una mesa de "buffet" se sirven muchas personas, corrientemente inexpertas en estos menesteres y muchas veces deseosas de agarrar solo la me-

por presa del plato. Para prevenir el "destrozo" total de la fuente después del primer servicio, el cocinero debe tomar en cuenta lo siguiente:

- Darle a cada plato un "carácter" determinado; no presentar las fuentes demasiado mixtas, o sea, con no más de 2 ingredientes principales y 2 acompañamientos diferentes.
- Fraccionar las presas en tamaños de manera que el cliente sólo se sirva una o dos veces de cada producto diferente.
- Presentar cada porción igualmente deseable para que el cliente retire su consumición en forma más ordenada.
- No "esconder" el ingrediente principal ni los acompañamientos debajo de la decoración, para evitar que el cliente empiece a revolver toda la fuente.
- Presentar los comestibles de manera que el cliente pueda tomarlos de la fuente (con las herramientas de que dispone) sin destrozarse el conjunto y sin que al levantarlos se le caigan del cubierto.
- Además, las fuentes con "piezas grandes" (pescado, rosbif, jamón, etc.) deben venir trinchadas o debe existir al lado, personal experto en trinchar para evitar que los clientes descuarticen el comestible, la fuente, el "buffet" y todo el orden del servicio.

*La característica del alimento*

Cada tipo de alimento requiere su propio recipiente. En la tabla Nº1 se señalan los principales manjares y el material de servicio que corresponde:



TABLA N° 1

	TIPO DE COMIDA	R E C I P I E N T E	
		SERVICIO EN PLATOS	SERVICIO EN FUENTES
COMIDAS FRIAS	Cocteles comestibles.	Copa de coctel.	Copa de coctel de 2 piezas.
	Ensaladas compuestas, Fiambres, legumbres, Frutas, huevos, platos combinados.	Plato mediano o llano.	Fuentes de cristal porcelana o metal.
	Ensaladas de acompañamiento.	Plato mediano y escudilla.	Ensaladera.
COMIDAS LIQUIDAS	Salsas.	Salsera.	Salsera.
	Sopas.	Plato hondo o taza.	Sopera o taza.
PLATOS CALIENTES	Cazuelitas.	Cazuelas de metal o barro.	Cazuelas de metal, barro o porcelana, sobre fuente.
	Barquitos, tarteletas, "vol-au-vents", "crêpes", "cromesquis", empanadas, duquesas, muselinas, tortillas, timbales, huevos revueltos.	Plato mediano o llano.	Fuentes o cazuelas de porcelana.
	Ñoquis.	Cazuelas o platos medianos.	Cazuelas de porcelana, refractarias.
	Arroces.	Plato mediano o llano.	Fuentes de metal.
	"Soufflés", huevos moldeados, huevos "en cocotte"	Cazuela para "soufflé".	Cazuela para "soufflé".
	Pastas italianas horneadas.	Plato llano.	Fuente o sartén.
	Pastas italianas salteadas.	Plato hondo.	Plato hondo o fuente.
	Legumbres.	Plato mediano.	Fuentes ovaladas o cazuelas.
Platos fuertes.	Plato llano.	Fuentes de metal.	
EMPAREDADOS	Emparedados "abiertos".	Plato llano.	-
	Emparedados cerrados.	Plato mediano.	-
	Emparedado "club".	Plato llano.	-
	Canapés.	Plato mediano o llano.	Fuente de metal o cristal.



TABLA N°1 (cont.)

	TIPO DE COMIDA	R E C I P I E N T E	
		SERVICIO EN PLATOS	SERVICIO EN FUENTES
P O S T R E S	Pastelería.	Plato medio.	Fuentes con servilleta.
	Postres calientes.	Plato llano o medio.	Fuentes o cazuelas.
	Frutas frescas.	Plato medio.	Frutera, cestas, plato medio.
	Frutas cocidas.	Compotera o plato mediano.	Compotera o plato mediano.
	Helados simples.	Copa de helado.	Copa de helado.
	Helados de molde.	Plato medio.	Fuentes, zócalos de hielo.
	Especialidades.	Copa o recipientes especiales.	Copa o recipientes especiales.
	Quesos.	Plato mediano.	Quesera, tabla de cortar.

*La estética en relación con la selección del material de servicio.*

Los platos, copas y fuentes por utilizar, deben estar limpios, secos y pulidos y tener el tamaño apropiado.

Al seleccionar los recipientes hay que tomar en cuenta que:

- Los comestibles no deben amontonarse demasiado en el plato, ni cubrir el borde del mismo.
- Un plato demasiado grande aparenta poca cantidad de comida (cubrirlo con hojas de lechuga no soluciona esta falla).
- Un recipiente oxidable (de plata) no es apropiado para servir sobre él huevos y comestibles ácidos (ensaladas).
- Un recipiente defectuoso no sólo hace aparecer defectuoso el plato completo, sino además su uso está prohibido por la ley.

Aparte del recipiente se utilizan otros materiales no comestibles para presentar los platos.

De acuerdo con la escuela culinaria moderna, estos materiales no deben ir sobre los platos. De esta regla sólo se exceptúan *las brochetas, los exprimidores de limones, los palillos decorativos, capacillos y manguitos de papel*, o sea, los materiales que facilitan el servicio y ayudan al cliente durante la comida. *Los huesos, espinas, cortezas propias del alimento* pueden ser presentados con los comestibles para que éstos no pierdan su forma y apariencia natural.

Por lo demás no deben ponerse sino productos comestibles sobre las fuentes. Zócalos de pan o polenta, "cuernos de abundancia" de papel y alambre, flores, etc., no deben servirse sobre los platos, junto con los comestibles.

*Un plato debe lucir por la apariencia propia de los comestibles.*

Por otra parte son permitidos zócalos de hielo y adornos hechos con servilletas de tela debajo del recipiente de los comestibles.

Arreglos florales, candelabros y otros utensilios de adornos pueden montarse en mesas de "buffet", siempre y cuando su presencia realce (y no "eclipse") los platos comestibles.

#### *NORMAS PARA MONTAR LOS PLATOS*

La disposición del manjar sobre el material de servicio debe obedecer a ciertas reglas de estética y culinaria.

Para los platos que se componen de un solo ingrediente, rigen las siguientes normas:

- El manjar se coloca siempre en el centro del plato.
- Los bordes del recipiente no deben tocarse con el alimento.
- El recipiente debe tener la temperatura apropiada; las comidas calientes se sirven en recipientes pre-calentados; las comidas frías se presentan en recipientes fríos.
- Recipientes hondos no deben llenarse hasta el tope.



La colocación de los manjares en platos combinados es algo más compleja. En un principio rigen todas las normas mencionadas para los platos de ingrediente único (a excepción de la colocación del ingrediente principal).

Antes de montar comestibles sobre una fuente el cocinero debe tener "en la mente" la apariencia final que deberá tener el plato. Muchos profesionales usan papel y lápiz o señalan la posible colocación de los comestibles en los utensilios de servicio antes de preparar el plato.

Al diseñar una fuente deben de tomarse en cuenta los siguientes puntos:

*El "espejo"* de la fuente o sea el material que se utilizará para cubrir la superficie del plato (excepto el borde que no se cubre). El espejo puede formar una capa de "aspic" o una salsa, hojas de lechuga, una ensalada, etc. Los espejos se utilizan principalmente en fuentes grandes algo hondas, de plata o cristal.

*El punto focal* de la fuente es el punto que ha de atraer la atención del cliente. En este punto se concentra la mejor presa, el ingrediente principal del plato y el adorno más destruido por el primer cliente que se sirve de una fuente de "buffet", los comestibles que la componen se presentan sin trinchar. También se acostumbra colocar comestibles trinchados, similares a los que componen el ingrediente principal, alrededor del punto focal.

*Los zócalos* se utilizan como base del ingrediente principal, generalmente para destacar los productos que deben atraer atención. Como se mencionó anteriormente, estos zócalos no deben ser puro adorno sino, además, comestibles en forma de acompañamientos.

*Los acompañamientos* se colocan alrededor o al lado del ingrediente principal del plato. Aunque los acompañamientos deben ser bien presentados, es recomendable no hacerlos demasiado grandes para evitar que su apariencia "eclipse" el ingrediente principal.

Para facilitar el servicio, es aconsejable utilizar acompañamien

tos que puedan retirarse del plato con facilidad y en el caso de fuentes grandes, que puedan reponerse sobre la fuente, aun durante el servicio.

El uso de tomates, pepinos, manzanas, huevos, etc. rellenos con diversas ensaladas o legumbres se ajusta bien a este criterio de servicio.

*Los adornos* son complementos del plato. En el diseño del plato se definen solamente los productos que se pueden utilizar como adornos, pero no el lugar en que se colocan; la disposición de adornos es el último paso en la confección de platos y puede ayudar mucho a corregir fallas de diseño y montaje del plato.

*Los colores de los alimentos* desempeñan un papel importante en la presentación de los platos.

En los platos combinados conviene no juntar comestibles del mismo color. Si por exigencias del menú se han de servir alimentos pre-cocidos se puede disponer un adorno contrastante entre ellos.

#### *Colocación de los manjares.*

En la disposición de los comestibles debe lograrse plasticidad y orden.

- Los alimentos fríos, cortados en rebanadas se doblan para hacerlos parecer más voluminosos.
- Los comestibles menudos se disponen en montoncitos hacia lo alto, no se esparcen sobre el plato.
- Los alimentos deben colocarse en forma ordenada, simétrica y sin mezclarse entre sí.
- El conjunto de varios productos en un mismo plato debe dar la sensación de orden.

Los platos diseñados para darle una apariencia simétrica a los comestibles deben montarse de manera que esta simetría se reproduzca fielmente en el montaje del plato. Lograr una simetría perfecta en un plato comestible es muy difícil y requiere una absoluta seguridad y los productos apropiados para montar este tipo de plato.