

CORTES

El corte es la acción de dar a un alimento una forma particular. Cada alimento necesita una técnica particular en función de su grosor, de su forma, de su constitución y de su utilización.

Los cortes tienen tres funciones importantes:

- Reducir los alimentos a un tamaño que los vuelva posibles de comer.
- Adaptarse, en las mejores condiciones posibles, al modo de cocción al cual los vamos a someter.
- Participar en la estética de un plato y completar su presentación.

Para conseguir una buena técnica de corte se debe tener en cuenta lo siguiente:

- Disponer de unos buenos utensilios y que esté en buen estado (higiene, afilado, colocación...)
- Tabla de cortar estabilizada.
- Adoptar la postura correcta del cuerpo.
- La correcta colocación de las manos respecto al cuchillo y los alimentos.

Dentro de los cortes podemos diferenciar los cortes de cocina, los cortes de sala y los cortes mixtos.

- Los cortes de cocina generalmente son cortes rápidos y casi siempre se van a utilizar como guarnición aromática, es decir que se van a triturar o colar, por lo que nunca van a llegar a la vista del cliente.
- Los cortes de sala, estos tienen que ser cortes más minuciosos ya que van a participar en la estética del plato, y estos si van a llegar a los clientes.
- Los cortes mixtos, son aquellos cortes que tanto se utilizan en cocina como en sala.

Podemos dividir los cortes en tres apartados: cortes de vegetales, torneados, cortes de patata.

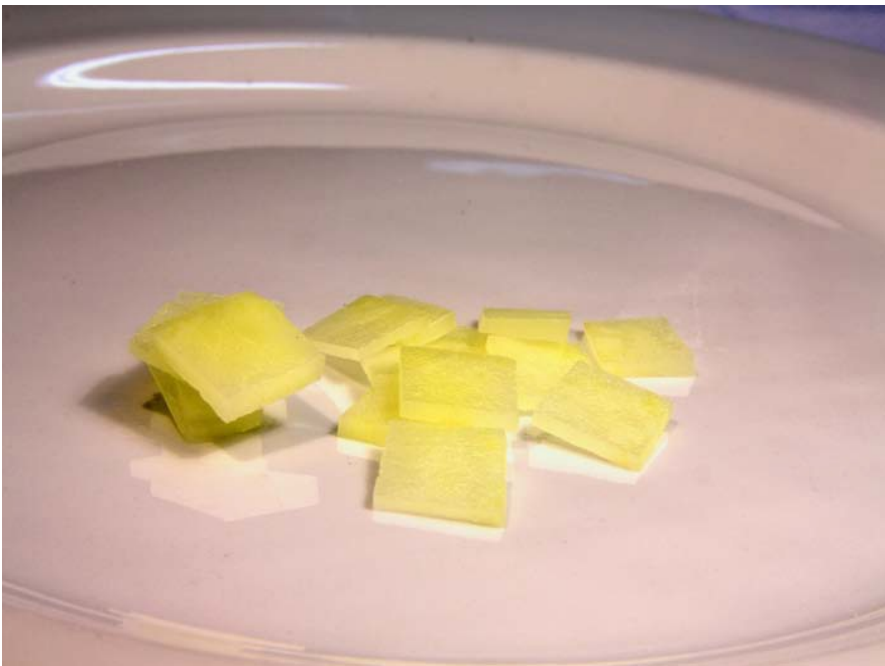
CORTES VEGETALES:

Emincer: cortar rebanadas de cualquier diseño, mientras su grueso no pase de 1mm.



Emincer

Paysanne: cortar tiras de cualquier largo, mientras la sección no pase de 1 cm, luego cortar emincé.



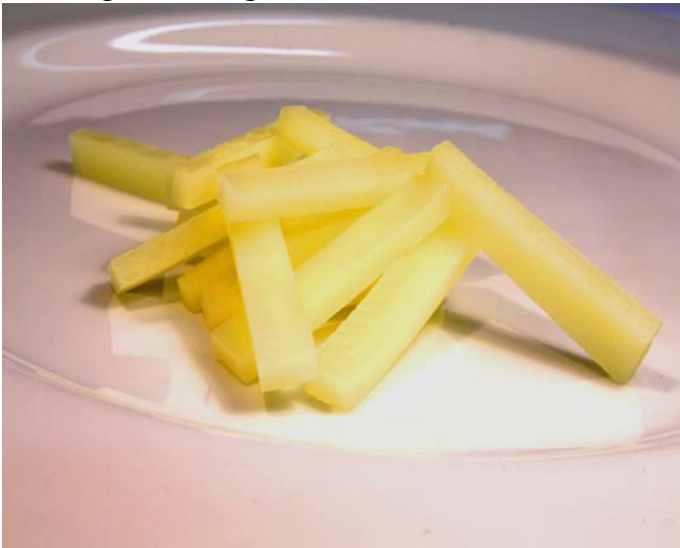
Paysanne

Juliana: cuadrangular, si es un alimento redondo. Cortar láminas de 5 cm de largo y 1 mm de grueso, luego tiras de 1mm de ancho.



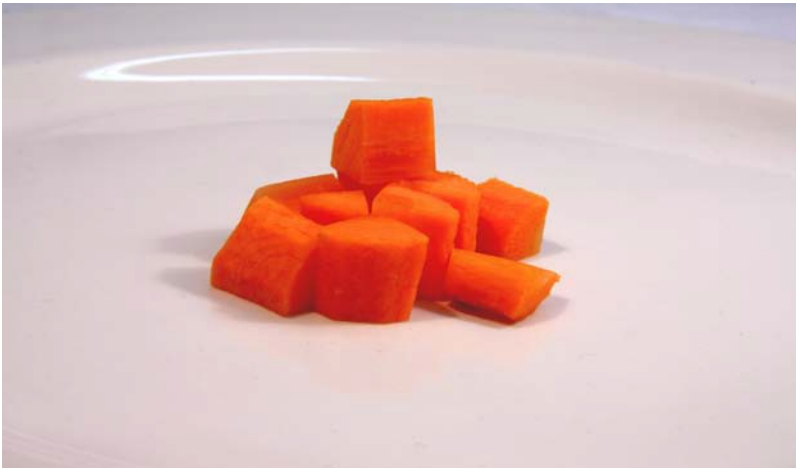
Juliana

Jardinera: cuadrricular el alimento si es redondo. Cortar láminas de 5 cm de largo y 5 mm de grueso, luego se cortan tiras de 5mm de ancho.



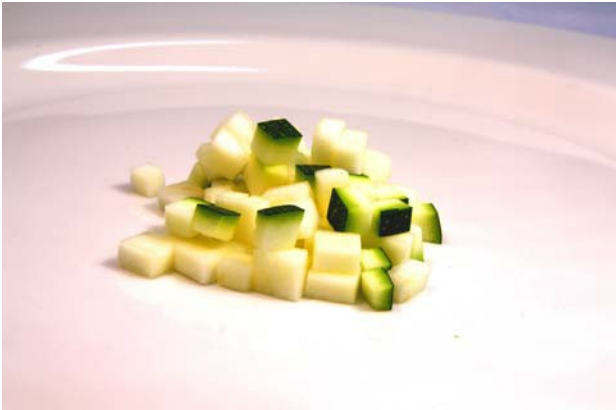
Jardinera

Mirepoix: cortando un mínimo de tres veces el alimento, se han de conseguir trozos de 1cm de costado máximo, el diseño de los trozos siendo indiferente.



Mirepoix

Macedonia: cuadrar si es un alimento redondo, excepto en el caso del tomate. Cortar láminas de 5mm de grueso, luego tiras de 5mm de ancho y dados de 5mm de lado.



Macedonia

Brunoise: cuadrar si es un alimento redondo, recortar láminas de 1mm de grueso, luego tiras de 1mm de ancho y dados de 1mm de lado.



Ciseler: corte específico para bulbos (ajo, cebolla, escalonia). Una vez pelado el bulbo se trata de conseguir una base recta, cortar a partir de la punta superior, láminas verticales de 1mm de grueso, sin desarmar el bulbo, luego se cortan de la misma manera láminas horizontales de 1mm y se termina haciendo cortes verticales de 1mm, así se consiguen dados de 1mm x 1mm x 1mm.



Chiffonade: Corte específico para hojas (espinaca, lechuga...) Se enrollan las hojas limpias y se recortan en tiras de 1,2 o 3 mm de ancho según receta.



Chiffonade

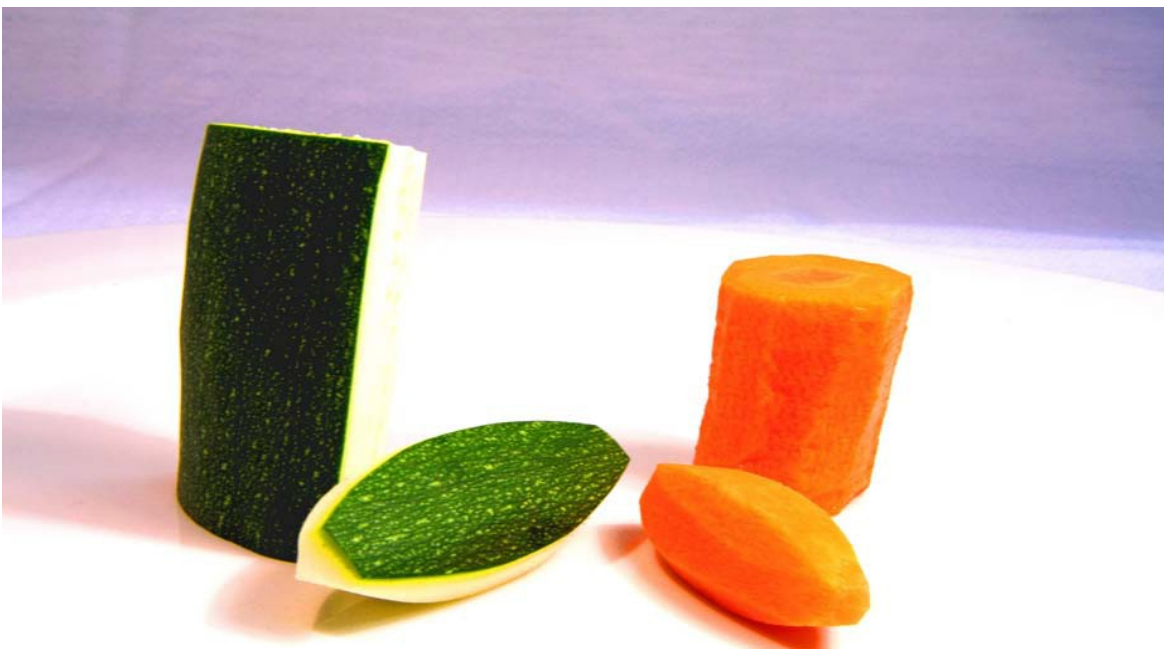
TORNEADOS:

Cocotte: corte en forma de dátil de 3 cm de alto y 1,5 cm de ancho. Se puede redondear.



Cocotte

Bouquetière: Corte en forma de dátil de 5 cm de alto y 3 cm de ancho.



Bouquetière

Inglesa, vapor: Corte en forma de dátil de 7 cm de alto y 4 cm de ancho.



Inglesa,vapor

CORTES DE PATATA:

Pont-neuf: Cuadrangular la patata. Cortar láminas de 8 cm de largo y 1 cm de grueso, luego recortar tiras de 1 cm de ancho.

Mignonettes: Cuadrangular la patata. Cortar láminas de 6 cm de largo y 5 cm de grueso, luego cortar tiras de 6mm de ancho.

Alumettes: Cuadrangular la patata. Cortar láminas de 6 cm de largo y 2,5 mm de grueso, luego cortar tiras de 3 mm de ancho.

Paja: Cuadrangular la patata. Cortar láminas de 5 cm de largo y 1 mm de grueso, luego cortar tiras de 1 mm de ancho.

Chips: redondear la patata en forma de cilindro de 4 a 5 cm de diámetro, cortar rebanadas de 2 mm de grueso.

Gauffrettes: Redondear la patata en forma de cilindro de 5 cm de diámetro, con la mandolina cortar en dos tiempos rejillas de 2 cm de grueso.

GENERALIDADES SOBRE LOS FONDOS

- Los fondos sirven de base líquida para ciertos platos; también sirven para elaborar salsas y jugos.
- Se preparan, generalmente, a base de retales animales (carne o pescado), guarniciones aromáticas (verduras, hierbas, especias, condimentos) y agua.
- Los fondos no llevan sal, excepto fondos elaborados para recetas específicas.
- Cuando hacemos un caldo de pescado este se denomina fumet puede ser blanco o rojo, pero nunca lo denominaremos fondo de pescado.

CLASIFICACION DE LOS FONDOS DE COCINA:

Fondos Naturales: Agua, leche.

Fondos Elaborados: Fondo blanco de ternera.

Fondo moreno de buey.

Fondo moreno de cordero.

Fondo de ave.

Fumet de pescado.

Marmita.

Fondo de animales de caza.

Remoja.

- Dentro de los fondos elaborados, los podemos clasificar por el **color** (fondo blanco y fondo oscuro).

Detalles de elaboración de fondos:

- Cuando elaboramos un fondo blanco blanquearemos los retales y los huesos antes de la cocción principal, este proceso consiste en llevar a ebullición estos ingredientes a partir de agua fría con tal de eliminar las impurezas y así conseguir un fondo más limpio.
- Cuando hablemos de mirepoix nos referimos a cantidades iguales de cebolla y zanahoria cortada en mirepoix.
- El bouquet garni (BG) es un atadillo aromático que añadimos a los fondos que consta de: zanahoria, puerro, apio, laurel, perejil y tomillo, utilizaremos la hoja de puerro para envolver los otros ingredientes y lo ataremos con hilo de bramante.

RECETAS:

Fondo blanco de ternera:

- 1kg de huesos o retales.
- 200g mirepoix
- 100g puerro emincé
- 100g apio emincé
- 1 BG
- 2 dientes de ajo sin pelar
- 1 clavo de olor
- 1c.c. de pimienta blanca en grano
- 4L agua.

Preparación:

- Blanquear los huesos. Juntar todos los ingredientes en frío llevar a la ebullición, espumar, cocer a fuego lento y tapado durante 4 h. Colar, desengrasar y enfriar.

Fumet blanco:

Ingredientes:

- 50g aceite neutro
- 50g mantequilla
- 200g mirepoix
- 100g apio emincé
- 100g puerro emincé
- 100g champiñones a cuartos
- 1kg retales de pescado
- 1 BG
- Troncos de perejil
- 1c.c de pimienta blanca
- 50ml vino blanco
- 4L agua.

Preparación:

- Calentar el aceite y añadir la mantequilla, rehogar la cebolla y después la zanahoria, añadir juntos el apio, puerro, champiñones y rehogar. Añadir las espinas y rehogar. Añadir las especias, mojar con vino blanco, evaporar mojar con el agua, dar un hervor, espumar, cocer tapado a fuego lento 20 min. Colar, desengrasar y enfriar.
- También se puede hacer el fumet blanco poniendo todos los elementos en frío, teniendo en cuenta la cantidad de vino, ya que este no se evapora.

Fumet rojo:

Ingredientes:

- 50g aceite neutral
- 50g mantequilla
- 200g mirepoix
- 100g apio emincé
- 100g puerro emincé
- 100g champiñones a cuartos
- 1kg retales de pescado (opcionalmente se puede añadir junto con los retales alguna cabeza de gamba y/o cangrejo)
- 1 B.G
- 1c.c pimentón dulce
- 10g concentrado de tomate.
- Troncos de perejil
- 1c.c de pimienta blanca
- 100g vino blanco
- 4L agua.

Preparación:

- Calentar el aceite añadir la mantequilla, rehogar la cebolla, la zanahoria, el apio, el puerro y los champiñones. Añadir el BG ,el pimentón y el concentrado de tomate, después los retales de pescado rehogar, las especias y mojar con vino, dejar evaporar el alcohol y mojar con agua llevar a ebullición, espumar y hervir durante 35min a fuego lento.

LAS SALSAS MADRES

Una salsa es el acompañamiento básico para cualquier alimento, ya sea carne, pescado, verdura, fruta o postre.

CLASIFICACION DE LAS SALSAS MADRES SALADAS:

Frías:

- Mahonesa.
- Vinagreta.

Tibias:

- Holandesa.

Calientes:

- Bechamel.
- Tomate.
- Española.

ELABORACION DE LAS SALSAS SALADAS

MAHONESA: - 1L aceite neutro

- 8 yemas
 - Zumo de limón
 - Sal
-
- Poner en un bol, las yemas, la sal y el zumo de limón, batir ligeramente, para que la sal se disuelva bien.
 - Poco a poco ir incorporando el aceite sin dejar de batir.
 - Cuanto más aceite le incorporemos más espesa quedará la salsa.

VINAGRETA: - 1L aceite neutro

- 3dl vinagre de vino
- Sal, pimienta.

En un bol, verter primero el vinagre. Disolver en el la sal y la pimienta, finalmente incorporar el aceite y remover con una batidora de mano.

HOLANDESA: - 3 yemas

- 3c.s agua
- 120g mantequilla fundida tibia.
- Zumo de limón
- Sal, pimienta.

En una cacerola de acero inoxidable o similar, emulsionar con batidora a mano encima de la plancha suave, las yemas con el agua el zumo de limón, la sal y la pimienta, hasta conseguir una espuma semi-coagulada. Fuera del fuego o al baño maría, montar con la

BASES DE COCINA Y PASTELERÍA

mantequilla fundida tibia. Reservar en lugar tibio.

- BECHAMEL:**
- 1L leche
 - 65g mantequilla
 - 65g harina.
 - Sal, pimienta, moscada

Calentar la leche en una cacerola de acero inoxidable o similar. Condimentar con sal, pimienta y nuez moscada. Mezclar en el fuego la mantequilla con la harina, para hacer un roux, cuando este esté bien cocido + o – 10 min, disolverlo en la leche caliente con la ayuda de un batidor. Rectificar de sazónamiento.

VARIACIONES Y DERIVADOS DE SALSAS MADRES SALADAS

MAHONESA + tomate concentrado + brunoise de pimiento morrón = **Andaluza**.

+ Crema de leche montada = **Chantilly**

+ Puré de hojas verdes tamizadas (berros, espinaca...) = **Verde**.

+ yema de huevo duro + alcaparras + pepinillo + perifollo + perejil + estragón todos picados + juliana de clara de huevo duro = **Gribiche**.

+ yema de huevo tamizada + clara de huevo duro picada + cebolla y finas hierbas ciselée = **Tártara** .

- VINAGRETA**
- + Mostaza (varias clases).
 - + Ajo ciselée.
 - + Perejil picado
 - + Escalonia ciselée
 - + Finas hierbas frescas ciselée
 - + Zumo de limón
 - + Salsa de soja
 - + Levadura alimenticia
 - + Trufa en brunoise
 - + Setas picadas...

HOLANDESA + 5 yemas de holandesa + 1 dl. de crema montada = **Mousseline**.

+ Zumo de naranja maltesa en vez de agua + juliana escaldada de piel de naranja maltesa = **Maltesa**.

+ Igual que la maltesa pero con mandarina = **Mikado**.

+ 5 yemas de holandesa + 30gr de mostaza blanca = **Mostaza**.

+ Reducción de vinagre, vino blanco, escalonia ciselée, pimienta blanca machacada y estragón = 3 cucharadas soperas + 3 cucharadas soperas de agua,

BASES DE COCINA Y PASTELERÍA

todo emulsionado con 3 yemas + 15 g de mantequilla fundida para montar + 1 cucharada sopera de finas hierbas picadas al final = **Bearnesa**.

- + Bearnesa sin finas hierbas + concasé de tomate al final = **Chorón**.
- + Bearnesa + tomate reducido en mantequilla + puré de anchoa = **Arlesienne**.
- + Bearnesa sin finas hierbas + glace de viande tibia = **Foyot o Valois**.

BECHAMEL+ 1L de bechamel + 4 yemas + 100gr emmental rallado = **Mornay**.

ESPAÑOLA + reducción 2/3 vino blanco + 1/3 vinagre + escalonia ciselée + juliana de pepinillo = **Charcutera**.

+ Reducción de vino tinto + escalonia ciselée + pimienta machacada + tomillo + laurel. Colar. Montar con mantequilla = **Bordelaise**.

+ Reducción de vino blanco + escalonia ciselée, montar con mantequilla + daditos de tuétano escaldado + perejil picado = **Bercy**.

+ Madeira añejo = **Madeira**.

+ Esencia de trufa, montar con mantequilla + brunoise de trufa = **Perigueux**.

+ Española montada con puré de foie de oca o pato + brunoise de trufa = **Perigourdine**.

+ Reducción de ½ vinagre + ½ vino blanco + escalonia ciselée rehogada, colar + juliana de pepinillo + perejil + perifollo + estragón, picados = **Picante**.

+ Reducción de ½ vino blanco + ½ vinagre + escalonia ciselée rehogada + pimienta machacada, colar + finas hierbas = **Diablo**.

LAS LIGAZONES

Una ligazón es un producto en estado natural simple (harina, mantequilla, crema de leche, sangre, coral de los mariscos, yema o evaporación), semi-elaborado (las féculas), o elaborado (los roux, el “beurre manié”, la mantequilla montada, y las mantequillas aromatizadas) utilizado en cocina con tal de espesar un líquido, ya sea salsa, crema o sopa, modificar su aspecto, su sabor su consistencia o bien su textura. La elección de la ligazón adecuada responde a una serie de puntos vinculados con las características del plato que se trata (su elemento principal, su modo de cocción, su color, su estilo...).

LIGAZONES SIMPLES:

Harina: La harina se espolvorea (singer) encima de los alimentos, antes de mojarlos. Hornear unos minutos un preparado espolvoreado con harina antes de mojarlo, permite conseguir, al final, una salsa más fina.

Mantequilla: La mantequilla se utiliza justo al momento de terminar un preparado y enviarlo a sala. Se hierva por última vez el preparado, se le echa mantequilla, mejor troceada y se agita el recipiente o se emulsiona con una batidora a mano hasta total incorporación de la mantequilla en el plato, mejor hacer esta operación fuera del fuego. Esta ligazón es muy fina y conviene especialmente para preparados que tengan que quedar algo ligados, sin adquirir mucha consistencia.

La crema de leche: se puede añadir a los preparados alimentarios cuando ya casi están terminados (como en el caso de la mantequilla). También se puede hacer hervir. En este caso conseguimos una ligazón por evaporación. Hay que tener en cuenta que si la hervimos mucho se va a cortar (se va a separar la grasa de la materia acuosa). Además, al reducir la crema de leche se aumenta el sabor salado del preparado, por lo que deberemos tenerlo en cuenta para no salar en exceso el alimento.

Sangre: ciertos platos, generalmente elaborados a base de animales de caza, se ligan, además de otro elemento de ligazón, con la sangre del mismo animal. Se diluye la sangre con un poco de líquido caliente, se vierte en el resto de cocción y se remueve hasta la semi-coagulación de la sangre, a tener en cuenta que no debe hervir pues se formarían grumos.

Coral de los mariscos: se trata, generalmente, de corales de vieiras, erizos de mar, bogavante... Se utilizan de la misma forma que la sangre, o bien mezclados con mantequilla y sirven para ligar sopas, bisques o salsas de pescados o mariscos.

La yema del huevo: La yema se utiliza como la sangre o el coral. Para usarla como método de ligazón, justo antes de servir el plato, mezclaremos un poco de líquido de cocción caliente con la yema. A continuación lo añadiremos al preparado. Al igual que la sangre, es importante que el líquido de cocción no hierva una vez se le ha añadido la yema

Evaporación: Consiste en evaporar parte del líquido de un preparado culinario, o sea, concentrando sus sustancias sólidas. Normalmente se hace a fuego vivo y por supuesto sin tapar.

LIGAZONES SEMI-ELABORADAS:

Existen productos espesantes generalmente utilizados por la industria alimenticia que actualmente están cobrando una importancia notable en las cocinas. Podemos diferenciarlos según su origen:

Origen vegetal:

- a) almidones naturales o modificados extraídos del trigo, maíz, yuca...(maicena)
- b) almidones galactomanos: las gomas de semilla de algarroba o la goma guar.
- c) Almidones de extractos de algas marinas: agar-agar, alginatos.
- d) Extractos de frutas: goma arábiga, pectina.

Origen animal:

- a) caseinatos: clara de huevo.
- b) Gelatinas: colas de pescado.

Origen sintético microbiano:

- a) goma xantana.

Las féculas: fécula es equivalente a almidón. La fécula es blanca, inodora, insípida, granular y polvorienta (son harinas sumamente finas). Las féculas constituyen la sustancia de reserva de mayor importancia de las plantas superiores (se encuentra especialmente en sus semillas). También existe en tubérculos (Ej: patata) o rizomas (Ej: jengibre) de estas plantas. Algunos ejemplos de plantas y tubérculos de los que se obtienen las féculas son trigo, maíz, arroz, patata, yuca, mandioca, y un largo etc.

Se obtiene al moler el centro de granos de ciertos cereales o al recuperar los almidones de ciertos tubérculos: los gránulos de las células de las semillas, al mezclarse con agua caliente, se hinchan y dan lugar a dispersiones coloidales muy viscosas que, al enfriarse, se convierten en una pasta. Al molerla se obtiene una harina muy fina; lo que conocemos como fécula.

Excepto en el caso de la "Maicena Express", siempre se usan del mismo modo. Se diluye la fécula en agua fría (si se vierte directamente en el líquido caliente forma grumos). A continuación se añade al líquido que se desea ligar. El preparado debe estar hirviendo. Una vez añadida la fécula se deberá remover con un batidor hasta que se consiga el punto de ligazón deseado. En este momento es importante vigilar porque se nos puede pegar y quemar el preparado.

Hay que tener presente que estas ligazones son bastante ligeras por lo que un hervor prolongado podría afectar a su poder como espesante. Asimismo, al igual que en el caso de la gelatina, el ácido también va a aflojar la ligazón.

Los líquidos ligados con féculas dejan las salsas con su transparencia inicial. Sin embargo, su textura es ligeramente "arenosa", aunque no tanto como si éstos se hubieran ligado con harina. De todas formas, hay que destacar que en ambos casos, esta textura apenas es perceptible para el paladar.

BASES DE COCINA Y PASTELERÍA

Para conservar caliente una salsa ligada con una fécula será conveniente mantenerla en caliente en un baño María, pero vigilando que ésta nunca hierva.

La ligazón con fécula es especialmente importante cuando se quiere obtener un rendimiento elevado para una salsa: cuando se requiere una gran cantidad de una salsa, en vez de ligarla, por ejemplo, mediante evaporación, lo haremos con fécula, lo que nos va a proporcionar una gran cantidad de salsa.

La ligazón con féculas también se puede realizar con el alimento que la contiene. Así, por ejemplo, si queremos ligar un guiso, podemos añadirle patatas (las romperemos y no cortaremos para que suelten la fécula que tienen en su interior). Es también el caso de la bisque, que, como ya hemos mencionado anteriormente, se liga con el almidón que suelta el arroz. Estas ligazones serán mucho más flojas que la de la fécula en estado puro y, generalmente, deberemos usarlas combinadas con otro método de ligazón.

“Maicena Express”: se trata de una nueva fécula preparada industrialmente, tiene las mismas características y propiedades de la fécula, pero cuenta con una gran ventaja respecto a ésta: se puede verter directamente (sin diluir en agua fría) en el líquido caliente. Para lograr el punto de ligazón deseado simplemente hay que ir añadiendo más fécula al preparado alimentario.

La gelatina: la gelatina de uso común se elaboran a partir de la transformación del colágeno del tejido conjuntivo presente en huesos y cartílagos, mediante un proceso de cocción. Se presentan en forma de láminas generalmente transparentes (llamadas colas de pescado porque antiguamente se obtenía a partir de las espinas de pescado) o en polvo.

En el caso de las láminas (presentación más habitual), antes de usarlas, se deben poner en remojo con agua fría hasta que ablanden. Entonces hay que escurrirlas y disolverlas en caliente en el líquido que se quiera ligar. Es importante colar el preparado una vez mezclado con la gelatina para asegurarse que no ha quedado ningún trozo de la misma sin disolver. La gelatina va a espesar el preparado cuando se enfríe.

La gelatina proporciona una consistencia viscosa y brillo al alimento ligado y no modifica su sabor. Normalmente, para que un líquido neutro quede sólido se usa la proporción de entre 10 y 15 láminas de gelatina (de unos 2gr cada una) por litro. Sin embargo, el ácido afecta al poder de ligazón de la gelatina, por lo que para ligar sustancias ácidas la proporción deberá ser mayor. No es conveniente dar cocción a una preparación con gelatina porque puede provocar que el efecto de ligazón disminuya.

LIGAZONES ELABORADAS:

Los roux: el roux es un preparado culinario elaborado a base de mantequilla y harina. Constituye la base de la salsa Bechamel.

La mejor cualidad del roux respecto a la ligazón con sólo harina es que la ligazón es más rápida. Hay que tener en cuenta que la harina del roux ya está cocida y, por lo tanto, ya es digerible. Además, el líquido espesa en unos 3 minutos (si se quiere un grado de ligazón muy fuerte como en el caso de la elaboración de croquetas el preparado se deberá cocer más rato).

Hay dos tipos de roux: el blanco y el moreno.

Elaboración:

Roux blanco: se funde la mantequilla a fuego lento (hay que vigilar que no se nos queme). Incorporar su mismo peso de harina y dejarlo cocer a fuego lento (para que no coja color), preferentemente encima de una plancha, sin dejar de remover. Debemos prolongar la cocción entre 10 y 15 minutos para que la harina se cueza y sea digerible.

Roux moreno: se sigue el mismo proceso que para el roux moreno, pero, en vez de cocerlo a fuego lento, se pasa por la llama a fuego vivo (sin dejar de remover para que no se queme). El preparado va adquiriendo color. Una vez que haya adquirido el tono deseado lo retiraremos a la plancha y terminaremos de cocerlo durante 10- 15 minutos. Para evitar que se queme el suero de la mantequilla y nos deje un sabor amargo se puede usar mantequilla clarificada.

También se puede tostar la harina (generalmente en el horno) y seguir el procedimiento de elaboración de un roux blanco, pero con la harina tostada.

El “**beurre manié**”: es una mezcla a partes iguales de mantequilla pomada (blanda, a temperatura ambiente) y harina hecha en frío. Se suele usar mezclada con un elemento aromático o bien como complemento de otra ligazón poco antes de terminar la cocción. Dado que esta ligazón tiene harina se tendrá que cocer durante unos minutos para que se ligue el preparado, además de permitir que la harina se cueza y sea digerible.

La mantequilla montada: se elabora mezclando mantequilla con su mismo peso de crema de leche. Para conseguir esta ligazón calentaremos la crema de leche y le iremos añadiendo la mantequilla poco a poco. Removeremos con un batidor constantemente a fin de emulsionar la mantequilla con la crema. Esta ligazón es ligera y suave. Se suele usar básicamente para ligar salsas blancas; especialmente las de pescado. Se usa igual que la crema de leche, aunque, en este caso, no se puede dejar hervir porque la emulsión se cortaría.

Las mantequillas aromatizadas: se obtienen al combinar mantequilla pomada (blanda) con uno o varios elementos aromáticos, ya sean simples (Ej: anchoas) o elaborados (Ej: Viennoise: mantequilla, escaluñas, espinacas, estragón, perifollo y anchoas). Estas mantequillas se usan tanto como elemento de ligazón (en este caso la ligazón queda aromatizada) como para montar salsas, sopas, purés. También se usan como guarnición de servicio (acompañamiento) de carnes o pescados cocinados sin salsa (da igual el tipo de cocción empleada).

Algunas de las mantequillas aromatizadas más conocidas son:

Mantequilla de anchoas: se tritura mantequilla pomada con filetes de anchoa (en salmuera, pero retirándoles la sal).

Mantequilla Café de París:

Mantequilla colbert: mantequilla Maître d’hotel mezclada con extracto de carne. Se acaba aderezándola con un poco de estragón picado.

Mantequilla Maître d’hotel: se mezcla mantequilla pomada (blanda) con perejil picado, sal, pimienta y jugo de limón.

Mantequilla negra: mantequilla avellana cocida hasta el límite (que coja color casi negro, pero sin que llegue a quemarse). A continuación, se le añaden unas gotas de vinagre (el vinagre ayuda a cortar la cocción).

Mantequilla de trufas: machacar trufas con Bechamel. Mezclar en caliente con mantequilla y colar por la estameña (es como un colador chino pero con una malla sumamente fina).

Mantequilla Viennoise: se machacan en un mortero escaluñas, un poco de espinacas, unas hojas de estragón y de perifollo, y unos filetes de anchoa (en salmuera, pero retirándoles la sal). Cuando esté todo bien chafado se mezcla con mantequilla pomada y se sazona. A continuación se pasa por un colador estameña.

CREMAS Y FLANES BÁSICOS DE PASTERÍA

CREMA INGLESA:

DENSIDAD LIGERA, COCCIÓN HASTA 80-85º.

Es la crema más básica de la pastelería clásica porque a partir de ella se pueden hacer gran cantidad de preparaciones. Su principal característica es que su cocción siempre debe hacerse por debajo del punto de ebullición para evitar el exceso de coagulación del huevo que nos dejaría una crema de aspecto cortado y textura grumosa. Se elabora habitualmente con yemas. Cuando se elabora con huevos enteros también puede recibir el nombre de *Natilla*.

NATILLA:

DENSIDAD MEDIA, COCCIÓN DEPENDIENDO DE SUS INGREDIENTES

Crema clásica de la pastelería española que se consume como postre y se espesa habitualmente con huevos, recibiendo en este caso una cocción por debajo del punto de ebullición, al estilo de la *Inglesa*. También recibe el nombre de *Natilla* una crema ligeramente espesada con almidón de maíz, o algún tipo de fécula. En Cataluña existe una versión local llamada crema *Catalana* que se sirve quemada con azúcar por encima al estilo de la *Crème Brûlée* francesa.

CREMA PASTELERA:

DENSIDAD ESPESA, COCCIÓN HASTA EBULLICIÓN.

Crema básica de la pastelería clásica que se espesa con harina o féculas, por eso su cocción debe alcanzar los rangos de la ebullición. También se elabora como base para hacer otras preparaciones.

FLANES:

DENSIDAD LIGERA, COCCIÓN EN REPOSO AL BAÑO MARÍA.

Los ingredientes básicos son los mismos que para una natilla –leche, huevos, azúcar-, pero la cocción en reposo da un resultado muy diferente en cuanto a textura. Comparte con la *Crème Brûlée* francesa el método de cocción. Habitualmente los flanes se cocinan al baño maría pero también se pueden cocinar con calor directo a baja temperatura. Lo importante es que el calor coagule la proteína del huevo de manera paulatina.

CREMA DE MANTEQUILLA:

DENSIDAD ESPESA, BASE MANTEQUILLA.

Crema básica de la pastelería clásica que se elabora en base a mantequilla pero tiene diversas formulaciones. Actualmente ha resurgido con la moda de los *cup cakes*, también se utiliza como crema de relleno de pasteles. Existen diferentes versiones dependiendo de su procedencia:

Crema de mantequilla francesa:

pasta bomba + mantequilla

Crema de mantequilla americana:

azúcar lustre + mantequilla

Crema de mantequilla italiana:

merengue italiano + mantequilla

CREMA INGLESA

600 g de leche entera
400 g de nata 35% MG
250 g de yema pasteurizada (o 12-15 uds de yema fresca)
150 g de azúcar
vainilla

Hervir la leche y la nata junto con la vainilla en un cazo **para infundonar**.

Templar (con una parte de leche caliente) las yemas blanqueadas con el azúcar. Verter en el cazo y **cocinar** preferiblemente sobre **baño maría**, removiendo con lengua **hasta 83-85º** (semi-coagulación).

Enfriar rápidamente tapado a piel.

CREMA CATALANA

-NATILLA -

1000 g de leche entera
200 g de yema pasteurizada (o 12 uds de yema fresca)
150 g de azúcar
40 g de almidón de maíz
Piel de limón, canela en rama.

Hervir la leche junto con los aromas en un cazo **para infundonar**.

Mezclar el azúcar con el almidón de maíz, incorporar las yemas y **blanquear**. **Templar** con una parte de la leche caliente y mezclar bien. Verter en el cazo, removiendo vigorosamente con varilla. **Cocinar** sin dejar de remover **hasta primera ebullición**.

Verter en cazuelas y enfriar.

Antes de servir, espolvorear con azúcar y quemar con pala o soplete.

OTRAS CREMAS REPRESENTATIVAS DE LA PASTELERIA EUROPEA:

Crème brûlée -FRANCIA-: se hace en base a nata y huevos. Se cuaja en el horno a baja temperatura (sin añadir almidón). Es una elaboración similar a un flan. Para servir se espolvorea con azúcar y se quema con pala o soplete.

Leite creme -PORTUGAL-: así se denomina a la crema con formulación y procedimiento igual a la Crema Catalana.

CREMA PASTELERA

1000 g de leche entera
200 g de yema pasteurizada (o 10-12 uds de yema fresca)
200 g de azúcar
80 g de almidón de maíz (también se hace con harina)*
50 de mantequilla
Vainilla, piel de limón, canela en rama, ron (aromas opcionales)

Hervir la leche junto con los aromas elegidos en un cazo **para infundonar**.

Mezclar el azúcar con el almidón de maíz, incorporar las yemas y **blanquear**. **Templar** con una parte de la leche caliente y mezclar bien. Verter en el cazo, removiendo vigorosamente con varilla. **Cocinar** sin dejar de remover **hasta primera ebullición**.

Si se utiliza almidón al primer hervor quitar del fuego, en cambio con harina conviene hervir unos segundos, porque la harina demora algo más en cocinarse.

Fuera del fuego incorporar la mantequilla a trozos, continuar removiendo.

Enfriar rápidamente tapado a piel.

*Tener en cuenta que la harina gelatiniza sobre los 90-95º y el almidón de maíz gelatiniza sobre los 80-85º. La gelatinización significa el momento en que la partícula se abre para absorber el líquido.

FLANES **1000 g de leche entera**
450 g de huevos (8-9 uds)
200 g de azúcar
Piel de limón, canela en rama (aromas habituales)

Hervir la leche junto con los aromas elegidos en un cazo **para infundir**.

Incorporar el azúcar a la infusión y mezclar hasta disolver.

Incorporar los huevos a la leche infundida y mezclar bien.

Verter la preparación en moldes individuales de flaneras a las que previamente hemos incorporado una fina capa de **azúcar caramelizada**.

Cocinar en **horno a 140º en baño maría** hasta que se vea cuajado, unos 45 minutos.

CREMA DE MANTEQUILLA FRANCESA **100 g de huevo entero (2 uds)**
40 g de yema pasteurizada (2-3 uds)
150 g de azúcar + 50 de agua
250 g de mantequilla
Cacao/vainilla/licor: un aroma a elección

Batir los huevos y la yema con la batidora. Verter en forma de hilo, **el almíbar** (azúcar + agua) **cocido a 116-118º** (bola blanda). Continuar batiendo hasta conseguir **una espuma** semi-coagulada fría.

Incorporar la **mantequilla, de a trocitos**, a temperatura ambiente, con la máquina a media velocidad. Cada porción de mantequilla debe quedar bien incorporada antes de añadir la siguiente.

Finalmente verter el aroma seleccionado. En el caso que sea cacao, mezclarlo previamente con la mantequilla. Debe quedar con **textura de crema**

consistente. Para utilizarla es mejor a temperatura ambiente porque con esa cantidad de mantequilla, en nevera se bloquea.

CREMA CHANTILLY **1000 g de nata 35% MG mínimo.**
100 g de azúcar lustre
Vainilla, u otro aroma a elección

Batir la nata muy fría con batidora de varillas, en un bol muy frío hasta semi-espesamiento.

Incorporar el azúcar tamizado y la vainilla.

Seguir batiendo **hasta consistencia de nata montada**.

Los puntos de la nata*:

Nata líquida: Se utiliza en preparaciones que requieran calentar o hervirla.
Por ejemplo, **elaboración de crema inglesa**

Nata semimontada o espumosa: Se utiliza para cualquier elaboración que requiera continuar moviéndola. Por ejemplo, **elaboración de mousses.**

Nata montada: Se utiliza para rellenar, emplatado o para **consumir directamente.**
Cuando se incorpora azúcar y aromas es que se convierte en **crema chantilly.**

*Para que la nata incorpore burbujas de aire durante el proceso de montado es imprescindible una cantidad mínima de 30% de materia grasa. Las que se comercializan habitualmente son de 35% MG.

Las principales preparaciones que podemos realizar a partir de una crema base.

Partiendo de una CREMA INGLESA

1-de textura compacta:

CREMOSO DE CHOCOLATE crema inglesa + chocolate

CREMOSO DE QUESO crema inglesa + queso crema

CREMOSO DE FRUTA crema inglesa + pulpa concentrada de fruta +
mantequilla

2-de textura aireada:

BAVAROIS y/o MOUSSE BASICA* crema inglesa + gelatina + nata/nata espumosa

MOUSSE DE CHOCOLATE crema inglesa + chocolate (cremoso) +
nata espumosa

MOUSSE DE FRUTAS crema inglesa + pulpa concentrada de fruta + gelatina
+ merengue / nata espumosa

*la diferencia entre una mousse y una bavarois a veces puede resultar poco evidente, pero lo fundamental es que en una mousse el porcentaje de aire es superior que en la bavarois.

Partiendo de una CREMA PASTELERA:

DIPLOMÁTICA crema pastelera + gelatina + nata montada

MUSELINA crema pastelera + mantequilla

CHIBOUST crema pastelera + gelatina + merengue

FRANCHIPAN crema pastelera + mazapán de almendras

Partiendo de NATA:

TRUFA COCIDA/GANACHE 1000 g de nata
DENSIDAD COMPACTA 500 g de chocolate negro

Calentar la nata al **límite de hervor**, verter sobre el chocolate y una vez fundido, mezclar para homogeneizar.

TRUFA CRUDA/MOUSSE BÁSICO 1000 g de nata
DENSIDAD AIREADA 500 g de chocolate negro

Montar la nata a **punto espumoso**, incorporar una pequeña cantidad primero en el chocolate fundido para elaborar una *base madre**. Incorporar a continuación el resto de la nata con movimiento envolvente.

*Denominamos *base madre* a las preparaciones que tienen como objetivo equilibrar densidades entre dos preparaciones con densidades o temperaturas opuestas. Funciona como un puente de conexión.

LAS MASAS BÁSICAS

Masas crujientes compactas:

Todas tienen en común además de su textura compacta, la presencia de materia grasa en mayor o menor porcentaje.

MASA BRISA –patê brisèe-

TEXTURA CRUJIENTE-QUEBRADIZA

Masa básica de la cocina salada aunque en pastelería también se utiliza. Con ella se elaboran las bases de las *quiches*.

MASA SABLEE –patê sablée-

TEXTURA CRUJIENTE-ARENOSA

Masa básica de la pastelería, por lo tanto es dulce y suele hacerse con un porcentaje de grasa mayor que la brisa. Se utiliza mayoritariamente para bases de tartas y diferentes tipos de galletas de té.

MASA BRISA 300 g harina
 150 g mantequilla fría
 c/s huevo/agua
 sal

MASA SABLÉE 300 g harina
 200 g mantequilla fría
 100 g azúcar (habitualmente lustre)
 c/s huevo/yema

En ambos casos el procedimiento de elaboración es igual, consiste en **arenar** la harina con la mantequilla bien fría. En el caso de la sablée el azúcar se puede trabajar junto con la harina desde el principio o incorporarla después de la mantequilla.

Por último en ambos casos incorporar el ingrediente amalgamante que puede ser huevo, yema o agua según el caso. El ingrediente amalgamante debe ser la cantidad justa para ligar la masa. Un exceso de humedad final produce masas muy blandas difíciles de manipular.

Enfriar bien envuelto en film un mínimo de 30 minutos antes de estirar con rodillo.

OTRAS VERSIONES SIMILARES:

AZUCARADA –Pâte sucré-: es una sablé con un alto porcentaje de azúcar.

BRETON: es una sablé con impulsor que produce una ligera aireación en el resultado final.

Masas hojaldradas:

Es una masa con un alto porcentaje de grasa (por lo general es mantequilla).

El hojaldrado se logra a partir de una secuencia de estiramientos y pliegues durante su elaboración. Se puede realizar por el procedimiento normal o por el procedimiento invertido.

MASA DE HOJALDRE -Pâte feuilletée- 300 g harina panificable
 5 g sal
 125 g agua
 40 g mantequilla fundida
 150 g mantequilla (para el empaste)

Para el empaste: con los 150 g de mantequilla fría, moldear un cuadrado de 10 x 10, envolver en film y reservar en nevera.

Para el pastón : mezclar en amasadora la harina y la sal, incorporar el agua fría y la mantequilla fundida fría. Trabajar con pala 2-3 minutos, hasta **formar la masa**. Envolverla en film y reposar 30 minutos en la nevera.

Estirar la masa del empaste en forma de cruz, dejando una almohadilla más gruesa en el centro. Colocar la mantequilla en el centro de la almohadilla y encerrar con la masa. Intercalar los cuatro lados de la cruz uno sobre otro encima del bloque de mantequilla cuidando que no queden burbujas de aire y que el bloque de mantequilla quede bien encerrado.

Empezar a estirar para hacer la **secuencia de pliegues**, dejando un reposo de 40-50 minutos en nevera entre pliegue y pliegue

MASA DE STRUDEL/FILO

450 g harina
2 g sal
240 g agua
45 g aceite de girasol
c/s mantequilla clarificada

Incorporar la harina y la sal en el bol del robot. Verter el agua y el aceite y amasar unos 4-5 minutos con el gancho hasta que se forme una bola que no se pegue a las paredes del recipiente.

Dejar reposar la masa tapada 30-40 minutos a temperatura ambiente. Esta masa se ha de estirar muy fina, casi translúcida. Trabajarla con harina para que no se pegue y pintar con mantequilla clarificada para que al hornear las capas queden separadas unas de otras.

Masas escaldadas:

Son masas que se cocinan en dos etapas. En la primera etapa, se da una cocción a la harina, escaldándola en el líquido hirviendo.

La segunda etapa de cocción se hace o bien en el horno o bien en aceite caliente.

PASTA CHOUX -Pâte à choux-

[agua/leche/mantequilla/sal + harina] +
huevos

CHURROS

agua/aceite/sal + harina

BIZCOCHOS BÁSICOS DE PASTERÍA

Masas aireadas o esponjadas:

Son masas que se caracterizan por su esponjosidad, producto de introducir aire durante el proceso de batido de los huevos. Esta esponjosidad aumenta y se estabiliza durante el proceso de cocción en el horno. La presencia de harinas o féculas es lo que asegura la estabilidad y la fijación de dicho esponjamiento. Estas masas una vez cocidas reciben el nombre genérico de bizcochos.

BIZCOCHO BÁSICO

[huevos + azúcar] + harina

BIZCOCHO BÁSICO de cacao

[huevos + azúcar] + harina/cacao

BIZCOCHO MELINDRO

[yemas + azúcar] + [claras + azúcar] +
harina/almidón de maíz

BIZCOCHO DACQUOISE

[claras + azúcar] + frutos secos molidos

Masas aireadas enriquecidas:

Cuando hablamos de masas enriquecidas se hace referencia a la presencia de materia grasa, por lo general aceite o mantequilla. Si la presencia de materia grasa es muy alta, la fórmula incorpora impulsor que ayudará al crecimiento de la masa y compensar así el peso de la grasa.

BIZCOCHO MAGDALENA huevo + azúcar + aceite + harina + impulsor

BIZCOCHO GENOVÉS [huevos + azúcar] + harina + mantequilla

BIZCOCHO GIOCONDA [huevos + azúcar] + harina/frutos secos +
mantequilla

BIZCOCHO PLUM CAKE [mantequilla + azúcar + huevos] +
harina/impulsor

FORMULA BÁSICA DE BIZCOCHO BÁSICO

De miga ligera:

150 g huevo entero

75 g azúcar

75 g harina floja

De miga media:

150 g huevo entero

100 g azúcar

100 g harina floja

De miga densa:

150 g huevo entero

150 g azúcar

150 g harina floja

En cualquiera de los tres casos, se montan los huevos con el azúcar hasta formar una espuma consistente y se incorpora la harina tamizada con movimiento envolvente. La elección de una u otra fórmula dependerá del uso que le queramos dar.

La primera fórmula (miga ligera) es ideal para el brazo de gitano por su gran flexibilidad. La última (miga densa) sería adecuado para el montaje de un pastel en cuyo interior pondremos elementos con mucha humedad como por ejemplo frutas frescas o mases de frutas.

FÓRMULA BÁSICA DE BIZCOCHO MAGDALENA

100 g huevo entero
100 g azúcar
100 g aceite
100 g harina floja
4-6 g impulsor

FÓRMULA BÁSICA DE BIZCOCHO PLUM CAKE o cuatro cuartos

100 g mantequilla
100 g azúcar
100 g huevo entero
100 g harina floja
4-6 g impulsor

Para elaborar bizcochos con un porcentaje elevado de grasa (mantequilla o aceite) es necesario recurrir al impulsor para contrarrestar el efecto pesante que ejerce la grasa dentro de la masa.

La diferencia fundamental entre estos dos tipos de bizcocho no solamente radica en que uno se hace con aceite y el otro con mantequilla sino también en la manera de elaborarlo y el orden de incorporación de los ingredientes.

El bizcocho magdalena en su versión original francesa (*Madeleine*), se elabora con mantequilla en cuyo caso la incorporaríamos líquida. Por la presencia de impulsor es recomendable reposar la masa dos o tres horas (o más) antes de hornear.

preparaciones con claras

MERENGUES BÁSICOS

La denominación de los merengues responde a la técnica aplicada, no al porcentaje de claras y azúcar. Con igual cantidad de claras y azúcar obtenemos un merengue flojo que rápidamente tiende a hacer sinéresis.

Con el doble de azúcar que de claras obtendremos un merengue muy consistente y fuerte apto para secar en el horno. La aplicación de calor en el método suizo e italiano permite incorporar un porcentaje mayor de azúcar que en el francés o el directo.

MERENGUE FRANCÉS

claras a nieve + azúcar poco a poco

MERENGUE DIRECTO

claras + azúcar –montar todo junto-

MERENGUE SUIZO

claras + azúcar + calentar a 50-60º- montar hasta que enfríe-.

MERENGUE ITALIANO

claras a nieve + almíbar a 118º -montar hasta que enfríe-.

FÓRMULA BÁSICA PARA MERENGUES DE HORNO:

100 g claras
200 g azúcar

preparaciones con yemas

PASTA BOMBA

Para hacer una pasta bomba hay que montar las yemas e incorporar un almíbar a 118º.
También se puede hacer con huevos enteros.

Al incorporar calor en el proceso obtenemos una espuma más estable. Se puede aplicar en la elaboración de suflés, mousses e incluso bizcochos.

GLOSARIO DE TÉRMINOS PROFESIONALES:

Definiciones de técnicas, utensilios o alimentos y/o preparaciones que veremos a lo largo del curso.

TECNICAS DE ELABORACIÓN Y DE COCCION:

Amalgamar: Acción de unir todos los ingredientes de tal manera que queden perfectamente homogéneos.

Arenar: Mezclar secos con mantequilla con la punta de los dedos, sin amasar.

Asar: Técnica de cocción en la que se somete al alimento a una fuente de calor

a alta temperatura y en un medio seco. Existen diferentes maneras de asar un

alimento: en el horno, a la plancha, a la parrilla o en barbacoa.

Atemperar o templar chocolate: Proceso por el cual se funde y enfría el chocolate haciéndolo pasar por diferentes temperaturas con el fin de provocar la cristalización.

Blanquear: Técnica de cocción donde se sumerge el alimento en un líquido frío y se lleva a ebullición. Una vez llegado a la ebullición el producto y la finalidad determinaran si lo dejamos en ebullición o no y durante cuánto tiempo. Generalmente se blanquea un alimento para eliminar impurezas. **En pastelería:** Mezclar yemas o huevos enteros con azúcar y montar ligeramente para producir la disolución del azúcar.

Brasear: técnica de cocción en dos tiempos, primero se somete el alimento a una alta temperatura y ambiente seco, ésta acción es rápida, y en la segunda se sumerge parcialmente con un líquido y se baja la temperatura y se alarga el tiempo de cocción según requiera el alimento.

Bridar: Sujetar con un cordel fino un género antes de cocinarlo.

Clarificar: **a)** calentar mantequilla hasta que se separe completamente el suero de la materia grasa, recuperando esta última y reciclando o desechando el suero. **b)** separar la yema de la clara de los huevos. **c)** volver una marmita o un fondo turbio en un consomé o líquido transparente.

Cocer al Baño María: Producir una cocción teniendo el recipiente que contiene el alimento, por lo general líquidos, en contacto con el agua para que la temperatura de cocción no supere los 100º.

Cocer al blanco: Hervir algún alimento de fácil oxidación con zumo de limón y un poco de harina, para evitar oscurecimiento (ej: alcachofas)

en pastelería: cocer en blanco. Dar cocción o precocción a una masa sin su relleno.

Cocer al vapor: Técnica de cocción en la que se somete al alimento al calor generado por el vapor de un líquido.

Colar: Acción de separar un sólido de un líquido. Para ello se utiliza el colador.

Confitar: Técnica de cocción en la cual sumergimos un alimento en una grasa a baja temperatura. Entre 50-90°C.

En pastelería: Cocinar frutas enteras o en trozos con abundante cantidad de azúcar, de manera que éstas, una vez terminado el proceso no pierdan su forma.

Desengrasar: Retirar la grasa de un preparado culinario, en frío o en caliente.

Desglasear: Verter un líquido frío sobre la bandeja o cacerola de cocción de un alimento muy caliente, a fin de recuperar los jugos caramelizados en el fondo.

Desleir: Diluir con líquido una sustancia espesante. Esta preparación se añade a un líquido caliente para espesarlo, sin que se formen grumos.

Dorar: Pasar un alimento en una materia caliente hasta que consiga un color dorado.

Emplatar: Técnica de disponer los alimentos cocinados en un plato para presentarlo al comensal.

Emulsión: Dispersión de un líquido en otro no miscible con él por ejemplo agua y aceite. La salsa emulsionada más conocida es la mayonesa.

Emulsionar: Para producir una emulsión manualmente, se ha de agitar la preparación con una varilla de izquierda a derecha, de delante hacia atrás, sin despegarla del fondo del recipiente para producir la incorporación de aire mientras el preparado se va estructurando.

Encamisar: Forrar un molde con papel sulfurizado o de aluminio, untar con mantequilla, espolvorear con harina, fécula, cacao, para evitar que se peguen las alimentos. Cubrir con una fina capa de chocolate cobertura un molde de bombones.

Escaldar: Sumergir un alimento en agua hirviendo sin sal. Por un espacio corto de tiempo. Colar y enfriar. **Escaldar tomates:** sumergir los tomates en agua hirviendo por 10 segundos. Colar y enfriar. Previamente les habremos sacado el pedúnculo y les habremos hecho una cruz en la parte inferior. De esta manera podremos pelarlos con facilidad.

Escalfar: técnica de cocción mediante la cual cocinamos un alimento por inmersión en un líquido sin que este llegue a la ebullición.

Escalopar: Cortar a rodajas finas una pieza de carne con inclinación.

Escudillar: Disponer sobre una placa de horno, una preparación en pequeñas unidades. Por lo general, con ayuda de una manga.

Espalmar: Aplastar un alimento para que quede más plano.

Espumar: Retirar la espuma que se produce generalmente en la cocción de los fondos, ya que son impurezas.

Estofar: Técnica de cocción de larga duración en la que se busca una total cocción de los alimentos.

Filetear: En los pescados, separar cada uno de los filetes de la espina central.

Flambear: Rociar con una bebida alcohólica para después prenderle fuego.

Freír: técnica de cocción en la que sumergimos un alimento en una grasa, normalmente aceite a altas temperaturas, entre 160°C i 180°C, con la finalidad de dorar la parte exterior y conservar la jugosidad en el interior del alimento.

Glaseado: Preparación más o menos fluida azucarada que se utiliza para cubrir un alimento y le da un acabado brillante.

Glasear: Técnica de cocción de las verduras, que incorpora un procedimiento de caramelización para obtener un acabado brillante. **En pastelería:** bañar, cubrir un postre o pastel con un baño, napado, glaseado.

Gratinar: Técnica culinaria que consiste en exponer la capa externa de un alimento o preparación a una fuente intensa de calor para que se ponga crujiente y dorada

Hervir: Técnica de cocción en la que sumergimos un alimento en un líquido hirviendo.

Hornear: Cocción al horno.

Infusionar: Aromatizar un líquido con ingredientes aromáticos (especias, hierbas aromáticas...), según receta.

Licuar: Extraer el zumo de una fruta o verdura con la licuadora.

Macerar: Sumergir un alimento en algún líquido para reblandecer o ablandar los tejidos.

Marinar: Colocar un alimento en remojo, dentro de un líquido aromático durante un tiempo determinado para que tome su sabor.

Mojar: Añadir un líquido a una cocción.

Montar: Producir la formación de pequeñas burbujas de aire en un producto o preparación (huevos, nata) mediante el movimiento rápido de varillas.

Napado: del fr., *napage*. Preparación fluida que se utiliza para cubrir.

Napar: Cubrir con una salsa un alimento. **En pastelería:** sinónimo de glasear o bañar.

Papillotte: Técnica culinaria que consiste en envolver los alimentos en papel de horno o de aluminio y antes de hornearlos a alta temperatura. Consiguiendo así que el alimento se cocine con sus propios vapores.

Pelar al vivo: Pelar para quitar todas las capas de piel, haciendo un movimiento de sierra, hasta encontrar la carne del alimento (limones, naranjas, pomelo...).

Pelar: Retirar la piel de los alimentos, con un pelador o un cuchillo de oficce.

Picar: Cortar en trozos muy pequeño un alimento que se desee convertir en pasta o picadillo.

Rehogar: Técnica de cocción mediante la cual cocinamos un alimento con poca grasa a baja temperatura hasta su total cocción. Generalmente el alimento no debe coger color durante el proceso. A pesar de eso una vez rehogado el alimento si alargamos su cocción este irá cogiendo color. Técnicamente en este caso estaríamos sofriendo, aunque también lo podemos definir como rehogar hasta dorar.

Purgar: Técnica utilizada para limpiar los intestinos de los caracoles antes de ser cocinados.

Rectificar: Dar los últimos toques de sabor y condimentación (acidez, sal, pimienta, azúcar)

Reducir: Hervir un preparado para eliminar o minimizar la cantidad de líquido mediante evaporación.

Refrescar: **a)** sumergir un alimento recién cocido en agua con hielo para cortar la cocción. **b)** Dar toques de color con hierbas frescas en el momento de emplatar.

Saltear: Técnica de cocción rápida que requiere una alta temperatura y un espacio corto de tiempo. Es importante utilizar el recipiente adecuado para obtener unos buenos resultados, el más recomendable es un recipiente ancho y bajo.

Sazonar: Añadir sal y/o pimienta a un alimento para hacerlo más sabroso.

Sellar: Cerrar los poros de un alimento mediante calor fuerte sin cocerlo.

Singer: (del fr.) espolvorear el alimento con harina antes de mojarlos.

Tamizar: Pasar por un tamiz, filtrar ciertos ingredientes secos con la finalidad de eliminar grumos o impurezas. Se suele tamizar harinas, pan rallado, azúcar lustre, cacao en polvo.

Tapar a piel: Cubrir con film en contacto directo con el alimento.

Templar: Entibiar una preparación. Equiparar temperaturas.

Tornear: Cortar un alimento dándole forma de dátil con un mínimo de 5 y un máximo de 7 caras.

Troquelar: Efectuar una operación de corte con algún utensilio, tipo corta-pasta.

PREPARACIONES

Almíbar: Preparación compuesta de azúcar y agua. Se pueden elaborar de diferentes densidades dependiendo de los porcentajes.

Aspic: Pieza única y moldeada “encerrada” en gelatina.

Bisque: Preparación culinaria clásica de la cocina francesa. Es una crema hecha a base de crustáceos.

Bechamel: Salsa blanca hecha a base de harina, mantequilla y leche.

Bouquet garni: Se trata de un ramillete compuesto por hierbas aromáticas variadas.

Chateaubriand: Pieza de carne de res de gran tamaño obtenida del solomillo que por lo general se prepara asado o a la parrilla. Debe su nombre al diplomático francés François-René de Chateaubriand, que fue el primero en servirlo a Napoleón, siendo invención de su cocinero Montmirail.

Coulis: Puré fino obtenido de la maceración o cocción de frutas u hortalizas con azúcar.

Fondo: Caldo sustancioso que se utiliza para cocinar un producto de manera que este tome su sabor. Punto de partida de algunas salsas.

Fumet: Es el nombre para denominar al fondo de pescado.

Gelée: Gelatina en francés.

Gnocchi: Plato típico italiano con base de puré de patatas, harina y huevo.

Guarnición: En su versión clásica es un acompañamiento, generalmente de hortalizas, legumbres etc, que se emplata junto a carnes y pescados.

Gremolata: tipo de salsa utilizada en la cocina italiana, generalmente para acompañar el *ossobucco*.

Jarabe: (símil. almíbar) Preparación de azúcar y agua, que se prepara con antelación y se utiliza en frío.

Jarabe TPT (tanto por tanto): Se elabora con cantidades equivalentes de azúcar y agua.

Mantequilla avellana (*noisette*): Mantequilla fundida que se cocina hasta que adquiere una tonalidad de tostada.

Mantequilla *manié*: (*beurre manié*) Mezcla a partes iguales de mantequilla pomada y harina. Se mantiene en frío y se utiliza para hacer ligazones.

Mantequilla pomada: Mantequilla que tiene la textura de pomada para facilitar su manipulación.

Mayonesa o mahonesa: Salsa emulsionada de huevo crudo y aceite.

Mezclum: Término para definir una mezcla de lechugas variadas.

Pasta filo o philo: Una masa de agua y harina presentada en finísimas capas muy utilizada en la cocina griega o turca entre otras.

Paupiettes: Lámina fina de carne o pescado, rellena y envuelta sobre si mismas.

Quenelles: Término francés, llamado quenefa en castellano. Determina una forma entre ovoide y alargada, parecida a la de una croqueta.

Tagine: Guiso que toma el nombre de la palabra “tagine”, que designa la cazuela de barro con tapa cónica en que se cocina. Típica de los países árabes, principalmente del Magreb (norte de África).

Tapenade: Condimento típico Provenzal que consiste en olivas negras machacadas finamente junto con alcaparras, anchoas y aceite de oliva.

Tempura: Masa de fritura japonesa.

Tofu: Alimento de origen chino, realizado coagulando leche de soja. También llamado queso de soja.

Tomate *concassé*: Es el resultado de saltear t.p.m. con un poco de ajo hasta total evaporación del agua de vegetación.

Ratatouille: Receta provenzal muy popular en Francia. Se puede elaborar con todo tipo de hortalizas.

BASES DE COCINA Y PASTERÍA

Rillette: Plato francés similar al paté pero más hebroso. Se elabora con carne o pescado picado, cocido en su propia grasa.

Roux: Resultado de mezclar a partes iguales harina y mantequilla y cocerlo a fuego lento durante 10 min. Lo utilizaremos para espesar salsas.

Velouté: Fondo blanco ligado con un roux.

Vinagreta: Salsa fría con textura por lo general inestable (no emulsionada) cuya principal característica es la presencia de un elemento ácido.

UTENSILIOS

Abatidor: Maquina que baja rápidamente la temperatura de los alimentos. Tiene capacidad para congelar en un corto período de tiempo.

Acetato: Material de plástico útil para hacer moldes de usar y tirar o para forrar el contorno de pasteles. No se puede someter a temperatura.

Baño María: Recipiente con capacidad para contener otro dentro. La cámara resultante se rellena de agua. Se puede utilizar para cocinar o para mantener caliente una preparación.

Batidor o varilla: Herramienta metálica con extremo de alambres cruzados utilizado para la incorporación de aire en algún producto o preparado.

Cazuela: Recipiente de dos asas más ancho que alto.

Cedazo o tamiz: Utensilio compuesto de un aro y una tela más o menos fina, que sirve para separar las partes gruesas de las finas. Es un tipo de colador.

Colador – Chino: Herramienta indispensable para filtrar líquidos o preparaciones líquidas o fluidas. El chino es rígido y de forma cónica.

Cornete: Pequeño cono hecho de papel sulfurizado, muy utilizado para decoraciones en pastelería.

Cortapasta: Herramienta de metal o plástico duro que se utiliza para cortar con formas determinadas.

Couscousier: Olla con doble fondo, especial para preparar el cous-cous.

Estameña: Colador generalmente de tela, o de tela metálica de tramado muy fino que se emplea para filtrar preparaciones cuyo resultado deba ser extremadamente fino.

Chino estameña: colador chino con la base de tela metálica.

Espátula o paletina: Herramienta de hoja metálica fina y alargada. Muy utilizada en pastelería para extender masas.

Gastronorm: Recipientes diseñados y fabricados bajo normativa europea cuyas medidas normalizadas permiten una optimización del espacio y una perfecta adaptación a cualquier equipo de cocina industrial.

Hilo de bramante: Hilo muy fino hecho de cáñamo, utilizado para atar carnes u otros alimentos.

Lengua: Herramienta con extremidad de goma que se permiten un óptimo arrastre de los alimentos. Muy utilizado en pastelería para cocciones delicadas.

Mandolina: Utensilio que se utiliza para realizar diferentes cortes de verduras y hortalizas crudas.

Manga: Tipo de bolsa de forma triangular de plástico o tela. Se rellena por el lado abierto y se corta la punta para controlar la salida de una preparación en cantidades controlables. Muy utilizada en pastelería para hacer decoraciones o escudillar masas.

Olla - marmita: Recipiente cilíndrico de bordes altos utilizado para la elaboración de fondos.

Papel guitarra: Plástico especial que se utiliza para realizar decoraciones en chocolate para obtener un acabado muy brillante. También se utiliza para forrar moldes de preparaciones frías. No se puede calentar.

Papel sulfurizado: También llamado papel de horno, es un papel tratado químicamente para que sea resistente a elevadas temperaturas.

Pariseenne: Recipiente utilizado solo para freír.

Pasapurés: Utensilio de cocina para deshacer alimentos. Consiste en un cono o una media esfera agujereados y con un mango que permite presionar los alimentos.

Perol: Recipiente redondeado de acero inoxidable. Se utilizan de diferentes tamaños. También se conoce como bol.

Puntero o boquilla: Pequeño instrumento cónico abierto en la punta que se coloca dentro de una manga para hacer decoraciones, muy utilizado en pastelería. La apertura de la punta puede tener formas muy variadas.

Puntilla: Cuchillo de hoja pequeña.

Ramequin: Pequeño bol o recipiente de cerámica que puede hornearse.

Rodillo: Herramienta cilíndrica con mangos en los extremos que se utiliza para estirar masas. Por lo general están fabricados de madera o plástico.

Salamandra: Aparato eléctrico que consiste en una resistencia que irradia calor de forma constante. Se emplea para calentar, tostar, dorar o gratinar.

Sifón: Utensilio para hacer espumas. Es un recipiente con forma de botella que se rellena con un líquido, se cierra herméticamente y se inyecta con un tipo especial de gas que produce un efecto aireado.

Silpat: Tela revestida de siliconas aptas para el contacto con los alimentos. Soporta temperaturas de -40°C a 250°C, es útil tanto para la cocción como para la congelación.

Termómetro: Instrumento graduado para tomar la temperatura de los alimentos o preparaciones.

Wok: Utensilio de cocina. Proviene de China y tiene forma de sartén redonda y profunda.

BASES DE COCINA Y PASTERERÍA

TABLAS DE EQUIVALENCIAS:

En las recetas encontraremos las cantidades de los ingredientes representados en peso (kg, gr...) y en volumen (l, cl...) pero alguna vez tendremos que pasar de volumen a peso o viceversa. A continuación tenemos las tablas de equivalencia.

1 litro = 10 dl = 100 cl = 1.000 ml.

1 dl = 10 cl = 100 ml.

1 cl = 10 ml.

1 kg = 1.000 gr.

SIGNIFICADO DE LAS ABREVIACIONES:

B.G = bouquet garni (ramillete).

G.A = guarnición aromática.

C.S = cucharada sopera.

C.C = cucharada de café.

C/S = cantidad suficiente

M.G = materia grasa.

T.P.M = tomate pelado, in agua ni semilla y cortado en macedonia.

dl = decilitro.

cl = centilitro.

Guarnición aromática: Es un conjunto de elementos vegetales (verduras, hierbas, especias...) enteros o cortados, utilizados para aromatizar, dar sabor y entregar nutrientes a un preparado culinario. Estos elementos, también pueden influir en el color del preparado.

Mirepoix: cuando hablamos de mirepoix nos podemos referir al corte de cocina o bien a una mezcla de partes iguales de cebolla y zanahoria cortadas con el corte de cocina mirepoix.

Bouquet garni: es un ramillete compuesto por perejil, laurel, tomillo, estos son los elementos imprescindibles, después según la receta se pueden añadir otros ingredientes.