

Compilación y armado Sergio Pellizza
Dto. Apoyatura Académica I.S.E.S



El Mundo en tus manos

TEMAS DE COCINA

1. *TÉRMINOS CULINARIOS*
2. *EQUIPAMIENTO DE COCINA*
3. *ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO EN COCINA*
4. MANIPULACIÓN DE ALIMENTOS, COMPOSICIÓN Y DESTINOS EN EL ORGANISMO.
5. *CONSERVACIÓN DE ALIMENTOS*
6. *ESCANDALLO*
7. *ESTACIONALIDAD DE LOS ALIMENTOS*
8. *LA COCINA AL VACÍO*
9. *AHUMADOS Y MARINADOS*
10. *PERSONAJES Y SU PLATO*
11. *EL COLOR*
12. *TIPOS DE ACEITES DE OLIVA*
13. *COMO MEZCLAR SABORES*
14. *TRATAMIENTO EN CRUDO Y PREPARACIONES BASICAS DE PESCADOS Y MARISCOS CON SUS CORRESPONDIENTES SALSAS*

TEMA I: TÉRMINOS **CULINARIOS**

Abrillantar.- Dar brillo con una jalea o grasa a un preparado.

Acanalar.- Formar canales o estrías en el exterior de un género crudo, antes de usarlo.

Acaramelar.- Bañar con caramelo un molde o un preparado.

Acidular.- Poner zumo de limón o vinagre al agua de cocer ciertos géneros.

Aderezar.- Sazonar

Agarrarse.- Pegarse por efecto del calor al fondo del recipiente un género, dándole mal sabor y olor.

Aliñar.- Aderezar.

Amasar.- Trabajar una masa.

Aprovechar.- Recoger totalmente los restos de una pasta, crema, etc.

Aromatizar.- Añadir a un preparado elementos con fuerte olor y sabor.

Arropar.- Tapar con un paño un preparado de levadura para facilitar su estufado o fermentación.

Asar.- Cocinar con grasa un género en horno, parrilla o asador, de forma que quede dorado por fuera y jugoso en su interior.

Asustar.- Añadir un líquido frío a un preparado que esté en ebullición para que deje de hervir momentáneamente.

B

Bañar.- Cubrir totalmente un género con una materia líquida, pero espesa, de modo que permanezca sobre dicho género.

Baño maría.- (Cocer a) - Cocinar lentamente en horno o fogón, un preparado, poniéndolo en un recipiente, que a su vez se introduce en otro mayor que contenga agua, de modo que se evite el contacto del género con el foco de calor.

Batir.- Sacudir enérgicamente una materia con batidora o varillas hasta alcanzar el grado de amalgamamiento deseado.

Blanquear.- Dar un hervor o cocer a medias, para quitar el mal olor, sabor o color de ciertos géneros.

C

Camisar.- Encamisar.

Cercar.- Hacer una ligera incisión en forma circular con la punta de un cuchillo para marcar la tapadera de un pastel cocido, o señalar antes de la cocción el lugar del aderezo interior.

Cinchar.- Poner hielo picado y salado alrededor de la sorbetera o molde para preparar helados.

Clarificar.- Dar transparencia, generalmente a un líquido caliente, añadiéndole sustancias (como clara de huevo) a las que se adhieren las impurezas.

Cocer.- Transformar por acción del calor el gusto y propiedades de un género.// Ablandar y hacer digerible un género.// Hacer entrar en ebullición un líquido.

Cocer en blanco.- Cocer al horno una pasta enmoldada sin aderezos, sustituyendo éstos por legumbres secas, para que no pierda su forma y pueda ser rellena posteriormente, una vez retiradas las legumbres.

Cocer al vapor.- Cocinar a baño maría pero sin que el recipiente que contenga el género esté en contacto con el agua y el recipiente con agua esté tapado herméticamente.

Cocción.- Dícese del líquido en el que se ha cocido una vianda.

Colar.- Filtrar por un colador o estameña un líquido para privarle de impurezas.

Comprimir.- Trabajar una pasta sobre la mesa con la palma de la mano para apretar la masa y hacerla más homogénea.

Condimentar.- Añadir condimentos a un género para darle sabor.

Cornete.- Manga o bolsa de tela de pequeño tamaño que se emplea para marcar pequeños motivos sobre piezas montadas de cocina (tipo chaud-froid) o para adornar pasteles.

Coulis.- Salsa espesa en la que los ingredientes van picados groseramente.

D

Decorar.- Embellecer con adornos un género para su presentación.

Desbarasar.- Desocupar el lugar donde se ha trabajado, colocando cada cosa en su lugar habitual.

Desecar.- Secar un preparado por evaporación, poniéndolo al fuego en un recipiente y moviéndolo continuamente con espátula de madera para que no se agarre.

Desespumar.- Espumar.

Desglasar.- Añadir un líquido a una asadora recién utilizada, llevándolo a ebullición para recuperar la glasa o jugos que hayan quedado pegados al recipiente.

Desmoldar.- Sacar un preparado de un molde del que conservará la forma.

Dorar.- (Pintar) Pasar un pincel mojado con huevo batido sobre una pasta para que al cocer quede dorado.

E

Emborrachar.- Empapar un postre con almíbar (con licor o vino).

Empanar.- Pasar por harina, huevo batido y pan rallado un género que resultará cubierto con una especie de costra

Emplatar.- Poner los preparados terminados en la fuente o plato para ser servidos.

Encamisar.- Cubrir las paredes interiores de un molde con un género, dejando un hueco central donde se colocará el relleno.

Encolar.- Adicionar gelatina a un preparado líquido, normalmente una salsa fría, para que al enfriarse tome cuerpo y no se caiga de la pieza que recubre, proporcionándole brillo al mismo tiempo.

Enfondar.- Tapizar el interior de un molde con una capa de pasta

Enfriar.- Poner un recipiente con un preparado en otro recipiente con hielo y agua con sal.

Enharinar.- Cubrir con harina la superficie de un género.// Espolvorear con harina un molde.

Escaldar.- Sumergir durante poco tiempo un género en agua hirviendo.

Escalfar.- Cocer durante pocos minutos. //Mantener un género sumergido en un líquido a punto de hervir pero sin llegar a hacerlo.

Escalopar.- Cortar en láminas sesgadas un género para que su superficie sea mayor.

Escandallo.- Racionamiento que se hace de los géneros para ver el rendimiento que tienen y así poder determinar el precio de venta al público.

Espolvorear.- Repartir en forma de lluvia sobre la superficie de un preparado un género en polvo.

Espuela.- Rueda estrellada con mango que se usa para cortar pastas.

Estameña.- Especie de tela que se utiliza como colador.

Estirar.- Presionar una pasta con el fin de adelgazarla, dándole un movimiento de rotación de atrás hacia delante con el rodillo.

Estufar.- Poner en la estufa o lugar tibio una masa de levadura bien tapada, para que fermente y se desarrolle su volumen.

F

Farsa.- Relleno

Filetear.- Cortar un género en lonjas delgadas y alargadas.

Flamear.- Flambear.

Flambear.- Hacer arder un líquido espirituoso (que tenga alcohol) en un preparado.

Fonsear.- Forrar un molde de tarta desmontable con una masa, como la quebrada.

Forrar.- Encamisar.

Freír.- Introducir en una sartén con grasa caliente un género para su cocinado, debiendo formar una costra dorada.

G

Glasa.- Ciertas preparaciones que se utilizan para dar aspecto lustroso a algunos platos.

Glasear.- Cubrir un preparado dulce con fondant, mermelada, azúcar glas, etc.//

Caramelizar un preparado o darle brillo

Gratinar.- Hacer tostar a horno fuerte o gratinadora la capa superior granulosa de un preparado.

Guarnecer.- Acompañar un género principal de otros géneros menores, sólidos que reciben el nombre de Guarnición.

H

Hermosear.- Suprimir los elementos inútiles a la presentación de un manjar.

Hervir.- Cocer un género por inmersión en un líquido en ebullición.// Hacer que un líquido entre en ebullición.

L

Lápiz.- Varilla de madera muy lisa y liviana, del mismo tamaño que un lápiz, que se usa en pastelería especialmente para hacer barquillos.

Levantar.- Hervir de nuevo un preparado para evitar una posible fermentación o deterioro.

Ligar.- Espesar un preparado por la acción de un elemento de ligazón.

Llamear.- Flambear.

Lustrar.- Espolvorear de azúcar glas, también llamada azúcar lustre, un preparado dulce.

Lustrera.- Utensilio de hojalata con orificios en la parte superior usado para espolvorear.

M

Macedonia.- Distintas frutas cortadas a dados y mezcladas.

Macerar.- Poner frutas peladas y generalmente troceadas en compañía de azúcar, vino, licor, etc., para que tomen su sabor.

Majar.- Machacar con el mortero.

Marcar.- Preparar todo lo necesario para la cocción de un plato// Extender una pasta sobre una plancha con ayuda de una manga.

Marchar.- Empezar la cocción de un plato previamente preparado o marcado.

Mise en place.- Puesta a punto

Mojar.- Añadir a un preparado el líquido necesario para su cocción.

Moldear.- Poner un preparado dentro de un molde para que tome la forma de éste.

Montar.- Batir un preparado, como claras, cremas o nata, para que aumente su volumen y quede espumoso. // Colocar los géneros después de cocinados sobre un zócalo, costrón, o sobre el plato (emplatar).

N

Napar.- Bañar.

Nuez.- Pequeña porción de ciertos géneros como la mantequilla, cuyo tamaño es similar al de una nuez.

P

Pala o hierro para quemar.- Utensilio que se calienta directamente en el fuego y se emplea para quemar la superficie de ciertas cremas y tartas.

Pasado.- Colado.

Pasar.- Despojar un preparado de sustancias innecesarias por medio de un colador o estameña. // Colar. // Dar salida al comedor a un plato.

Pastillaje.- Mezcla de azúcar glas, almidón, goma de tragacanto, zumo de limón y un poco de agua, usada para confeccionar motivos decorativos (zócalos, flores, hojas, etc.). Puede colorearse y se conserva en un cuenco cubierto con un paño húmedo..

Paté.- Se denomina así al pastel de cocina para distinguirlo del de pastelería.

Picar.- Cortar finamente un género.

Pesajarabes.- Medidor (densímetro) que se utiliza para conocer la proporción de azúcar de un líquido

Prensar.- Poner un preparado en un molde prensa para enfriarlo.// Poner un peso sobre un preparado para comprimirlo.

Puesta a punto.- Preparación y acercamiento de todo lo necesario para empezar un trabajo.

R

Racionar.- Dividir un género en porciones o fracciones para su distribución.

Rallar.- Desmenuzar un género con un rallador.

Rebajar.- Extender una pasta con el rodillo para cortarla o para enfondar un molde.

Rebozar.- Envolver un género en harina y huevo batido antes de freírlo.

Rectificar.- Poner a punto el sazonamiento o color de un preparado antes de finalizar su cocción.

Reducir.- Disminuir por evaporación el volumen de un preparado líquido al hervirlo, para que resulte más sustancioso o espeso.

Reforzar.- Añadir a una salsa, sopa o similar, un preparado que intensifique su sabor o color natural.

Refrescar.- Poner en agua fría un género inmediatamente después de cocido o blanqueado para cortar la cocción de forma rápida. //Añadir pasta nueva a otra ya trabajada.

Remojar.- Poner un género resecado (como las frutas secas) dentro de un líquido para que recupere la humedad.

Roux.- Mezcla de harina y mantequilla que se emplea como base para otras preparaciones.

S

Salsear.- Cubrir de salsa un género, generalmente al momento de servir.

Saltear.- Cocinar total o parcialmente un género a fuego vivo, de modo que resulte dorado y conserve sus jugos.

Sazonar.- Condimentar.

Sudar.- Cocinar un género en recipiente tapado, con poca grasa , a fuego lento, unos minutos para que pierda la humedad.

T

Tamizar.- Pasar o colar.// Separar con un cedazo la parte gruesa de una harina.// Convertir en puré un sólido usando un tamiz.

Tornear.- Recortar las aristas de un género, antes de cocinarlo, para embellecerlo.// Cortar de forma regular.

Trabar.- Ligar.

Trinchar.- Cortar en trozos la comida para servirla. Es el arte de cortar las aves para presentarlas en la mesa o para guisarlas..

Triturar.- moler, desmenuzar un alimento sin reducirlo a polvo.

Turbante.- Preparación que toma dicha forma, realizándose con ayuda de un molde en algunos casos.

TEMA II: EQUIPAMIENTO DE COCINA

Instalaciones de la cocina

Al referirnos a instalaciones estamos hablando de los equipamientos y materiales necesarios para el buen funcionamiento de una cocina, de modo que se obtenga el máximo rendimiento, higiene y confort.

Podemos dividir los equipamientos en dos grandes grupos:

MOBILIARIOS E INMOBILIARIOS

A) EQUIPAMIENTO MOBILIARIO

Son los que se adaptan a un espacio previamente establecido y se instalan una vez acabada la obra

En el equipamiento mobiliario se engloba todo aparato que permita preservar, elaborar y cocinar un alimento. Por regla general se clasifican en cinco grupos:

- 1.- GENERADORES DE CALOR, HORNOS
- 2.- FOGONES Y OTROS GENERADORES DE CALOR
- 3.- INTALACIONES Y APARATOS FRIGORÍFICOS
- 4.- MAQUINARIA DE LAVADO, MATERIALES NEUTROS, DE COMPLEMENTO
- 5.- ROBOTS

1.- GENERADORES DE CALOR, HORNOS

Hornos microondas

Características

- Pequeños aparatos de acción y uso muy determinados
- Se usa principalmente para recalentar.
- El proceso de cocción es neutra (no cambia el aspecto del alimento), por lo que sólo se recomienda en casos muy concretos.
- Se colocan sobre una mesa de trabajo o colgados de soportes a la pared

Hornos de convección

Características

- Son hornos de aire forzado, previamente calentado, que transmite sus calorías a los alimentos a una temperatura constante en todos los puntos
- Posibilita cocinar varias preparaciones de diferente naturaleza al mismo tiempo, sin mezcla de olores
- Existen varios tamaños y potencias (desde 9 kw con seis placas de cocción), hasta los grandes, de 2 m de alto, con 24 placas y capacidad para preparar 500 tomates rellenos en menos de media hora.)
- Funcionamiento a gas o electricidad

Mantiene las cualidades gustativas y dietéticas originales, al conservar intactos los jugos y sabores en el interior de los alimentos

Hornos de vapor

Características

- Cuelen por acción del vapor seco a 100°C, preservando todo el aspecto y sabor
- Especialmente indicados para cocer verduras, pescados y alimentos congelados, ya que por acción del vapor caliente regeneran el producto descongelándolo y cocinándolo a la vez
- Van comunicados a la red de agua mediante un sistema descalcificador incorporado.
- Permite cocciones simultáneas como el horno de convección
- Requiere una potencia eléctrica de 5 kw

Hornos de pastelería

Características

- Existen diversos tipos, los más usuales son los de convección por aire forzado y los modulables por cada placa de cocinado
- Pueden llevar anexa una estufa de fermentación
- Requiere una potencia de 10 a 15 kw
- Su tamaño varía entre 2 m de alto, 1 m de profundidad y entre 0'80 y 1'20 de ancho.
- Los hay de tipo clásico (electricidad y gas) con puertas basculantes independientes

Hornos de leña

Características

- Recomendados para snacks, pizzerías, restaurantes al aire libre, etc.

- Son de hormigón refractario sobre una base circular, con una embocadura donde va incorporada la extracción de humos
- Funcionan con leña, que una vez encendida se distribuye alrededor del perímetro de la circunferencia, dejando un lugar central para colocar los alimentos.
- Especializados para pastas y asados de carne
- Pueden estar a la vista del cliente
- El diámetro oscila entre 120 y 180 cm, y la altura total no pasa de los 40 cm

Hornos tradicionales de ladrillo refractario

Características

- Varios modelos y tamaños, de gas o electricidad
- Se colocan sobre una base de chapa metálica de gran espesor, y van reforzados con ladrillo especial refractario, dejando ala vista una tapa basculante con mirilla incorporada
- El tamaño varía entre 126 cm de alto, 90 cm de profundidad y 100 cm de ancho
- La potencia es de 5 a 10 kw
- La capacidad de producción para pizzas, por ejemplo, sería de 250 pizzas por hora

2.- FOGONES Y OTROS GENERADORES DE CALOR

Generadores de calor

Son los aparatos destinados a transformar los alimentos por acción del calor. Dentro de este grupo se enumeran los distintos tipos empleados habitualmente:

Bloque de cocción

Es la cocina propiamente dicha, compactada dentro de un elemento modulable, compuesto de mesa de cocción en la parte superior y horno en la inferior.

Pueden ser murales (adosadas a la pared), o centrales. Las cocinas murales además permiten adosarse entre sí para formar bloques centrales

Características

- Material: acero inoxidable de alta calidad, pulido y satinado
- Las hay de gas, electricidad y mixtas
- Las dimensiones varían según exija el rendimiento
- La mesa de cocción tiene varias opciones
- llama viva, si es a gas (fuego abierto), con una potencia de 5500 kcal y 11000 kcal, si es de doble corona.
- La separación de los fuegos entre ejes del quemador debe ser suficiente para poder colocar una marmita de 600 mm de diámetro
- placa de cocción directa de hierro fundido
- placa mezcladora y de salsas
- grill, con un importante rendimiento calorífico

- Los hornos (convencionales en bloque de cocción) son de acero inoxidable, en armonía con el conjunto, el interior en chapa vitrificada, aislamiento en fibra de vidrio y sistema de extracción de gases por medio de conductos de extracción.
- Estos bloques de cocción pueden combinarse según necesidades, e incluso permiten alternar gas y electricidad en una misma unidad.

La cocina central "PIANO"

El uso cada vez menos frecuente de los hornos de la cocina, desplazados por los hornos de convección mixtos, hizo que algunos fabricantes optaran por un nuevo modelo de fogón sin horno, que por otro lado proporciona más ventajas como la facilidad de limpieza.

En este tipo de cocinas es frecuente que queden zonas neutras que sirven de superficie de trabajo (emplatado, etc.). También es posible la combinación, según necesidades y distribución de las partidas, de fuegos, planchas, parrillas, freidora, baño maría, etc.

Marmita de cocción

Características

- Sustituye en caso de cocinas de gran rendimiento o de cocinas de especialidad a las ollas y perolas de cocción ordinarias, para la elaboración de legumbres, sopas, potajes, arroces, etc...
- Permite controles exhaustivos de temperatura, y por tanto elaboraciones de gran calidad
- El material es acero inoxidable pulido y satinado con colectores de evacuación de gases quemados, de altura variable
- Cubeta de cocción de forma y tamaño variables (85 cm (altura) x 100 cm (profundidad) x 50 a 100 cm de fachada) Para marmitas de 200 litros la cubeta rectangular sería de 75 x 65 x 40 - 45 cm de profundidad
- Una circular del mismo volumen tendría un diámetro de 75 cm y una profundidad de 45 cm.
- Opción en Baño maría con idéntica construcción y cuba de doble volumen de circuito cerrado en el cual circula el fluido caliente.
- Vaciado de líquidos durante el proceso mediante un grifo con retención de alimentos
- Tapa o cubierta en chapa de acero inoxidable equilibrada con resortes compensadores para facilitar su apertura
- Las capacidades normales son de 145, 100 y 70 litros, y en baño maría hasta 50 litros
- Alterna gas y electricidad en los sistemas energéticos
- Existen modelos de cocción normal y modelos de cocción a presión, cada vez más en desuso.

Paellas basculantes

Características

- Se utilizan en cocinas de gran rendimiento y cocinas de especialidad, sustituyendo a la paella para la elaboración de alimentos con tapa abierta (salteado tradicional) o tapa cerrada (cocotte)
- Material de acero inoxidable

- Cubierta rectangular de fondo plano en acero especial de 10 mm de espesor
- Vaciado por canal de gran tamaño
- Alimentación de agua por grifo incorporado
- Movimiento basculante por métodos mecánicos con sistema reductor de ruedas y volante de maniobra o por sistema hidráulico, más sencillo de manejo, pero de mecánica más sofisticada
- Capacidad de 80 a 100 litros

Freidoras

Características

- Máquinas especializadas para freír en aceites especiales o grasas animales, por medio de inmersión de una cubeta en el líquido hirviendo
- Existen unidades compactas, con apoyo sobre pavimento, y de tamaño reducido: 90 (altura) x 70 (profundidad) x hasta 35 cm de fachada.
- Material: acero inoxidable
- Funcionamiento: Gas o electricidad
- El rendimiento para una pequeña con una capacidad de trabajo de 20 litros es de unos 75 kg. de patatas a la hora. Estas suelen denominarse freidoras de zona fría, ya que permiten su instalación en zonas de elaboración sin que se comunique al temperatura a otros alimentos en fase de preparación.
- Las hay de gran tamaño con tapa superior basculante, para cocinas de restauración de masas o cocinas especializadas en frituras.
- Cocinan con aceite o con aceite y agua

Asadores

Características

- Son aparatos rustidores, que dan vueltas a un espetón en el que se ensarta una fila de alimentos. (asar al "ast")
- Funcionan a gas o electricidad
- Los tamaños son muy variados, desde los que tiene una capacidad de 5-10 piezas (restauración), hasta los industriales con una capacidad de 80 a 100 piezas.

Salamandra

Características

- Pequeña instalación de sencillo funcionamiento, cuyo fin es dorar o gratinar los alimentos antes de servir, o incluso elaborarlos en su interior
- Se sitúan sobre una mesa de trabajo, o adosadas a la pared con la ventana a la altura de la vista (150 cm)
- Sustituye al grill de la cocina doméstica, superándolo en potencia y rendimiento
- El tamaño es variable según capacidad, oscilando entre 43 cm de alto, 45 cm de profundidad, y de 60 a 80 cm de ancho

Características

- Material: acero inoxidable de alta calidad, pulido y satinado
- Las hay de gas, electricidad y mixtas

Gracias por visitar este Libro Electrónico

Puedes leer la versión completa de este libro electrónico en diferentes formatos:

- HTML(Gratis / Disponible a todos los usuarios)
- PDF / TXT(Disponible a miembros V.I.P. Los miembros con una membresía básica pueden acceder hasta 5 libros electrónicos en formato PDF/TXT durante el mes.)
- Epub y Mobipocket (Exclusivos para miembros V.I.P.)

Para descargar este libro completo, tan solo seleccione el formato deseado, abajo:

