

Liceo Gastronomía y Turismo.

Modulo: Montaje y Buffet.

3 ro Medio A y B

Técnicas de Cocina

TIPOS DE CORTES

Las **verduras, frutas, hortalizas, carnes** y otros productos alimenticios se **cortan** de diferente manera dependiendo del uso que se les dará:

- Diferenciar los platos, con los mismos ingredientes.
- Dar estética al plato.
- Dar un toque de originalidad y decoración a nuestros platos.
- Uniformizar los tiempos de cocción.
- Uniformizar los gramajes lo que se traduce en costos más exactos.

Además tengamos en cuenta Algunos principios básicos

- Se corta una sola vez y no se repica.
- Cortes parejos, cocciones parejas.
- Cortes pequeños, cocciones cortas.
- Cortes gruesos, cocciones largas.
- Cortes groseros grandes (mirepoix), fondos de cocción prolongados. – Cortes groseros pequeños (matignon), caldos cortos y fumet.

Corte en Bastones: corte rectangular de 6 a 7 cm. de largo por 1 cm. de ancho. Se utiliza principalmente en **papas fritas** y en otras **verduras** para guarnición (zanahorias). Primero se cortan rebanadas y luego los bastones tratando que el tamaño sea uniforme. Ejemplo: Papas fritas.

Corte Brunoise: se utiliza principalmente en verduras o frutas formando cuadritos de aproximadamente 5 milímetros de grosor. Se corta primero rebanadas y luego se hace cortes parejos primero horizontales y luego verticales.

Corte Juliana: Tiras finas, de unos 5 mm. de ancho, aunque la longitud puede llegar a los 6 cm.³³

Corte Chiffonade: , tiras muy finas, más delgadas que el corte juliana o pluma, generalmente para productos de hojas.

Corte Media luna: Se utiliza para géneros cilíndricos (habitualmente puerro y zanahoria) partiéndolos en dos a lo largo y dándoles forma de media luna cortándolo finamente.

Corte Dado: corte de patata en forma de cubo, puede tener diferentes dimensiones, se emplea para freír.

Corte Chips: tajadas redondas muy finas. Generalmente se usa en *papas*.

Corte Fósforo: como su nombre lo indica son tiras finas y delgadas similar a un fósforo, se aplican en papas para fritas.

Corte Hilo o Paja: primero se cortan rebanadas y luego tiras finitas. Ejemplo: Papas al hilo.

Corte Jardinera: cubos de ½ a 1 cm de lado.

Liceo Gastronomía y Turismo.

Modulo: Montaje y Buffet.

3 ro Medio A y B

Corte Paisano: tajadas cuadradas de aproximadamente 1 cm. de largo por 0,5 cm. de espesor, también puede ser cortada en diagonal.

Corte Noisette: son pequeñas bolitas del tamaño de una avellana que se sacan empleando una cucharita especial llamada «sacabocado». Se utiliza para frutas y verduras.

Ejemplo: Noisette de melón, sandía, papaya, etc.

Corte Parisien o Avellana: son bolitas más grandes que las noisette y se utiliza

un saca bocado más grande. Se aplica en frutas y verduras.

Corte Mirepoix: es un tipo de corte de verduras en pequeños dados de 1 cm de sección, empleada para aromatizar **salsas, asados, caldos** y **sopas**.

Corte Parmentier: cubos de aproximadamente 1 cm, se aplica a *papas*, aunque algunas veces se hace referencia a este corte en **verduras** y **carnes**.

Corte Pluma: es el corte Juliana aplicado en la *cebolla* solamente.

Corte Rondelle: corte aplicado a vegetales alargados o cilíndricos de 3 a 5 mm.

Corte Vichy: corte exclusivo de verduras alargadas, anillos de 2 a 3 cm, de grosor. Es muy importante que el tamaño sea parejo.

Corte Macedonia: Se trata de cortar las hortalizas en cubos de unos 5 mm. de lado, utilizada generalmente para realizar un ragout. Denominamos así también a la mezcla de diferentes vegetales o frutas cortadas de esta manera.

Corte Olivette: es igual al torneado, pero en forma de barril y de un tamaño muy inferior (2 cm aprxo.).

Corte Concassé: se trata de un corte exclusivo del tomate, se presenta sin semillas, pelado y cortado en cuartos.

Ayudas de cocina

Agentes espesantes

Son preparaciones que se realizan con la ayuda de productos elaborados o naturales, son mezclas con el objetivo de espesar un líquido con la finalidad de dar consistencia.

• **Beurre manie:** Mezcla de 50% de materia grasa, 50% de harina preparada en frío, se utiliza para espesar salsa y cremas. Esta mezcla se agrega sobre los líquidos en ebullición trabajando enérgicamente con un batidor.

Roux: Mezcla de materia grasa y harina, preparada sobre el fuego, la cual se utiliza para espesar salsas y cremas.

Además existen tres tipos de Roux:

Liceo Gastronomía y Turismo.

Modulo: Montaje y Buffet.

3 ro Medio A y B

Roux blanco, para salsas completamente blancas

Roux dorado, para salsas con un ligero color

Roux oscuro, para salsas completamente oscuras.

Agente refinador

Liaison: Mezcla de crema fresca y yema de huevo que sirve para refinar cremas y salsas.
1 yema por 100 cc de crema.

Agentes estructuradores del aroma y sabor

Mirepoix: Conjunto de verduras en corte irregular, que se utiliza para aromatizar, fondos, carnes, etc.

Bouquet garní: Es un pequeño ramo de hierbas envueltas en puerro, atadas con pita y se puede componer de las siguientes hierbas: ramitas de tomillo, hojas de laurel, perejil, cilantro, albahaca, orégano, romero, eneldo, hojas de apio, salvia, etc. El bouquet garní se usa para dar sabor y aroma distinto a sopas, cremas o salsas.

Sachet d'aromates o Sachet d'epices: Todos los aromáticos no pueden ser amarrados en un sachet, como es el caso del bouquet garní, siendo usado en este caso un trozo de gasa que se rellena con todo tipo de especias y se amarra con una pita, formando un pequeño saco.

Cebolla piqué: es una cebolla que usamos básicamente en salsas blancas como bechamel para no dar color y solo dar sabor en la misma salsa. Para preparar una cebolla piqué necesita media cebolla cortada a lo largo con tres clavos y una pieza de laurel dentro de una incisión en la cebolla.

Tipos de cocción seco, húmedo y mixto

Algunos alimentos necesitan someterse a temperaturas más o menos elevadas con el fin de hacerlos más digestivos o esterilizarlos. La cocción comienza a los 36 grados, a partir de esta temperatura la mayoría de las bacterias se exterminan

MÉTODOS DE COCCIÓN

-Podemos dividir los métodos de cocción en tres grupos: A) Cocción por Calor Seco (Concentración) B) Cocción por Calor Húmedo (Expansión) C) Cocción Mixta (Combinación).

-En este método de cocción parte del agua del alimento se evapora y los elementos se concentran.

Cocción por Calor Seco:

ASAR EN EL HORNO El asar en horno es un método lento pero confiere un agradable sabor al preparado. Por acción del calor se sella la superficie del alimento quedando atrapados los jugos en el interior del preparado evitando así que quede seco. Se deberá tener en cuenta el tiempo y temperatura adecuadas de acuerdo al alimento a cocer. El mejor modo de cocinar un trozo grande

Liceo Gastronomía y Turismo.

Modulo: Montaje y Buffet.

3 ro Medio A y B

de carne es someterlo al calor seco de un horno. El horno deberá pre- calentarse a temperatura alta de modo que al introducir la carne, por acción del calor, se sellará rápidamente atrapando así los jugos en el interior. Una vez transcurrida una cuarta parte del tiempo de cocción la temperatura se reducirá para terminar la cocción interior. También se puede sellar la carne por todos lados al calor de una cocina y luego introducirla en el horno. Es recomendable bañar la carne, de vez en cuando, con sus propios jugos mientras se cuece.

ASAR A LA PARRILLA / PLANCHA En este caso los alimentos se cuecen por la evaporación de sus propios líquidos. Por lo general el alimento se unta con aceite. Hoy en día se utiliza mucho este método de cocción debido a que necesita muy poca o ninguna grasa convirtiéndose en una forma de cocción sana y de mucha aceptación. Los alimentos como chuletas o filetes de carne o pescado quedan muy bien con este método.

GRATINAR Este método consiste en formar una capa dorada debido a un fuerte calor en el horno, esto le da un gusto y aspecto particular a los alimentos. Por lo general se hace uso de mantequilla, queso, pan rallado, salsa, etc. para ayudar a formar la costra dorada.

SALTEAR / SOFREIR Cocer a fuego fuerte, rápidamente, utilizando alguna materia grasa en cantidad mínima en una sartén o cacerola destapada removiendo enérgicamente. Este método de cocción procede de la cocina china.

FREIR EN ACEITE HONDO: Consisten sumergir un producto en materia grasa, a alta temperatura.

Cuanto más fino sea el corte más crocante será la fritura. Algunos alimentos necesitan pasarse por harina para obtener un color dorado y evitar que se deshagan (pescados, zapallos). El aceite debe estar a temperatura adecuada: ni muy caliente que queme la superficie del alimento dejando el centro crudo, ni muy frío que el alimento no dore y absorba excesiva grasa. Es preferible conocer la temperatura de combustión de la grasa que se está empleando.

Método de cocción Húmedo.

BLANQUEAR: El alimento se sumerge en agua hirviendo y se espera que retome el punto de ebullición. En el caso de verduras, se recomienda pasarlas luego por agua fría o helada. A este proceso se le llama refrescar. El proceso del blanqueado dura de 30 segundos a 4 minutos aproximadamente, dependiendo a la cantidad del alimento.

ESCALFAR / POCHAR Cocción de los alimentos en un líquido antes del punto de ebullición.

AL VAPOR Consiste en cocer el alimento con el vapor que genera un líquido en ebullición. El líquido no debe estar en contacto con el alimento. Para realizar este método existen ollas especiales.

Cocción por Calor Mixto o Combinado

Característica principal, se emplean los dos métodos anteriormente explicado (seco-húmedo).

GUISAR / ESTOFAR / BRASEAR:

Guisar una carne significa sellarla primeramente por todos lados para formar una costra y evitar que se salgan los jugos. Una vez hecho esto se procederá a desglasar vertiendo suficiente líquido en la cacerola.

Liceo Gastronomía y Turismo.

Modulo: Montaje y Buffet.

3 ro Medio A y B

Luego seguir cociendo la carne a fuego lento, teniendo cuidado que el líquido no llegue a hervor abierto ya que la carne debe estar envuelta en un vapor tenue.

Dar vuelta a la carne de vez en cuando para que se humedezca por todos lados con el líquido de la cocción.