



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

“GUARNICIONES SIMPLES Y COMPUESTAS.”

AUTORÍA FRANCISCO JAVIER COBOS SALAS
TEMÁTICA GASTRONOMIA
ETAPA CICLOS FORMATIVOS

Resumen

Características y clasificación de guarniciones simples y compuestas. Esquemas de elaboración, indicando sus especificidades y fases más importantes. Resultados y aplicaciones aportando alternativas para cada una de ellas...

1. CARACTERÍSTICAS.

Se entiende por guarnición el preparado simple o compuesto hecho de forma independiente del género principal, que cumple la función de complementarlo.

Además de complementar al género principal tienen otras funciones:

- **Mejorar el sabor:** se buscan alimentos que combinen con el elemento principal para no enmascarar el sabor de este.
- **Mejorar el aspecto:** para ello se tendrá en cuenta la combinación de colores y que su volumen no eclipse al género principal.
- **Complementar su valor nutritivo:** se trata de que el elemento principal combine con la guarnición que lo acompaña, por ejemplo una carne (proteínas) combinará perfectamente con los vegetales (vitaminas).

2. CLASIFICACIÓN.

A) Guarniciones simples.

Son aquellas que constan de un solo tipo de género que puede ser aplicado a distintas clases de alimentos.

Entre las más importantes están:

1. Las de patata.

Emplean la patata como elemento principal. Según la forma de elaboración pueden ser:

1.1. Fritas:

Son aquellas que se cocinan sumergiéndolas en grasa o aceite hasta su total cocinado. La grasa o aceite debe estar limpia y en cantidad proporcionada a las patatas que vamos a freír. Las patatas deben estar lavadas y secas antes de freírlas. Dependiendo de su grosor la forma de elaborarlas será distinta.



1.1.1. Pochadas y fritas (Puente Nuevo, Bastón, Española).

Se utiliza para las patatas de mayor grosor. Se trata de introducir las patatas en aceite abundante a baja temperatura para que queden tiernas pero sin dorar. Se mantienen así hasta el momento de utilizarlas que se les dará un golpe de fritura para que se doren.



1.1.2. Fritas directamente (Paja, Cerilla, Chips, Rejilla).

Fritas en abundante aceite desde el principio hasta el final, debiendo resultar muy doradas y crujientes. Se deben lavar en abundante agua hasta que esta quede totalmente transparente, se sacan y escurren hasta que estén totalmente secas.



1.1.3. Soufflé.

Son un tipo especial de patatas que debido a su forma de elaboración terminan inflándose como si fueran un globo.

Se cortan las patatas en lonchas de unos 3 mm y se secan. Se fríen poco doradas en una primera sartén, se sacan y se introducen en aceite más caliente para que se inflen justo antes de servir.



En general las patatas fritas se emplean para acompañar carnes a la parrilla, a la sartén o al horno, con huevos fritos, etc.

1.2. Hervidas:

Patatas pequeñas de carnes firmes y torneadas, cocidas desde agua fría o al vapor con agua salada. Cuando la cocción se realiza desde agua fría y sin ningún aditamento se denominan “a la inglesa”, no deben refrescarse nunca y se suelen servir añadiéndoles mantequilla y perejil.

1.3. Purés:

Patatas que después de cocidas son tamizadas y mezcladas con elementos grasos como mantequilla, leche y huevos. Existen dos purés básicos: Parmentier y Duquesa.

Puré Parmentier (4 personas)

Ingredientes:

Patatas	1kg
Mantequilla	80gr
Leche	¼ l
Sal	

1. Pelar y lavar las patatas. Cortarlas en trozos grandes.
2. Ponerlas a cocer desde agua fría.
3. Escurrirlas y secarlas en la boca del horno.
4. Pasarlas al recipiente de cocción y a fuego lento añadirles la leche y la mantequilla en trocitos.
5. Sazonar y mantener en el baño maría hasta el momento del servicio poniéndole algo de leche y mantequilla en la superficie para que no se forme costra.

Sirve de acompañamiento de carnes asadas o breseadas.



Puré Duquesa (4 personas)

Ingredientes:

Patatas 750gr
Mantequilla 50gr
Yemas 3 unidades
Sal
Pimienta y nuez moscada

1. La misma elaboración que el anterior pero cambiando la leche por yema de huevo.
2. Resulta un puré espeso y cremoso de color amarillento por la adición de yemas. Debe ser moldeable.

Este puré se escudilla con manga y sirve de base en la elaboración de otro tipo de patatas:

- Patatas Croqueta: puré duquesa en forma de croqueta y empanado.
- Patatas Berny: patatas duquesa en forma de almendra, con trufa y empanadas con almendras picadas o fileteadas.
- Patatas de castañas: patata duquesa mezclada a partes iguales con puré de castañas y empanadas.





ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

Patatas Delfín

Patata cocida y seca	800gr
Mantequilla	80gr
Harina	125gr
Huevos	4 unidades
Agua	¼ de litro.

1. Preparar la pasta choux y mezclarla con la patata cocida.
2. Formar las patatas con dos cucharas y freír en aceite a 160-170° C.
3. Esperar a que las patatas suban a la superficie y se doren
4. Sacar, escurrir y servir.

- Patatas Loreto: patatas Delfín con queso y formadas como cigarrillos.

Todos estos ejemplos se utilizan como acompañamiento de carnes asadas, al horno, breseadas, a la sartén y a la parrilla.

1.4. Patatas salteadas.

Patatas cortadas en rodajas y salteadas en la sartén. Se deben saltear por tandas y acabarse al horno. Quedan doradas por fuera y tiernas por dentro. Se utilizan como acompañamiento de carnes en todas formas, pescados al horno y empanados.

Platos similares son las patatas panaderas, que llevan además cebolla en juliana y patatas a la provenzal, con perejil picado por encima.

1.5. Patatas Cocidas.

Patatas cocidas con la piel, peladas, cortadas en rodajas y salteadas. La patata debe quedar lo más entera posible y muy dorada. Un ejemplo de estas son las patatas a lo pobre, a las que se añade ajo, perejil y vinagre.

1.6. Patatas Risoladas.

Patatas peladas, torneadas, blanqueadas, salteadas y terminadas al horno (220-240°C). Para estas elaboraciones se utilizan los siguientes cortes de patatas:

- Avellana o noisettes: forma de avellana sacada con la cucharilla
- Castillo o Château: torneada en forma de huevo
- Diente de ajo o cocotte: torneada y cortada en cuatro porciones a lo largo y recortando los fillos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

Deben resultar de color dorado y crujiente por fuera y tiernas por dentro. Se utilizan para acompañar carnes asadas a la parrilla, al horno o a la sartén. También se pueden utilizar en guarniciones compuestas.

2. Las de arroz.

2.1. Arroz Pilaw.

Arroz con cebolla en brunoise, bouquet garní y cocido en un fondo blanco. Llevamos el fondo a ebullición, picamos la cebolla y hacemos el bouquet. Derretimos mantequilla en una sauté a la que añadimos la cebolla para rehogarla, añadimos el arroz y lo rehogamos también, mojamos con el fondo hirviendo, lo cubrimos con papel sulfurizado y lo cocemos al horno a 200° C unos 15 minutos sin remover. Debe resultar un arroz suelto, seco y blanco.

Acompaña a los huevos fritos, escalfados y mollets. A pescados en salsa, carnes en salsa, aves en salsas blancas y despojos como riñones.

2.2. Arroz natural.

Arroz hervido y refrescado. Debe resultar un grano suelto, blanco y blando. Se utiliza con los mismos platos que el arroz pilaw y además como guarnición de sopas, cremas y potajes.

3. De pastas y elementos harinosos.

Se refiere a las guarniciones de pastas italianas frescas o secas. Se incluyen los ñoquis.

Pastas italianas frescas

Ingredientes:

Harina fuerte	1kg
Huevos	9 unidades
Sal	15gr
Agua	2 a 3 cucharadas

1. Amasar todos los ingredientes
2. Laminarlos
3. Cortarlos
4. Blanquearlos en agua con sal hasta que floten.
5. Escurrir y refrescar.



Ñoquis de sémola

Ingredientes:

Leche	1l
Sémola de trigo	200gr
Mantequilla	80gr
Yemas	2 unidades
Sal	

Pimienta y nuez moscada

1. Se coloca todo en el fuego menos las yemas y la sémola
2. Al romper el hervor se añade la sémola y se cuece a fuego suave hasta que la pasta esté espesa y no se pegue al tocarla con el dedo.
3. Cocer 10 minutos
4. Añadir las yemas fuera del fuego.
5. Extender en caliente en lugar engrasado de aceite y dar un grosor de un centímetro aproximadamente.
6. Una vez frío cortar con el cortapastas y dar forma.
7. Se termina con salsa de tomate.

Las pastas se emplean para guarnecer platos como escalopes, ossobuco, escalopines. Los fideos hervidos sirven de acompañamiento a sopas y consomés. Los ñoquis se usan para acompañar carnes en salsa, estofados, breseados, aves asadas, carnes a la sartén.



5. De hortalizas.

De una sola clase de hortalizas. Existen diferentes métodos de cocinado para ellas:

4.1. Hortalizas glaseadas.

Se emplean sobre todo zanahorias, nabos, calabacines y cebollitas. Son hortalizas (500gr) normalmente torneadas, cocidas y tapadas con un poco de agua (justo cubrirlas), mantequilla (30gr), azúcar (30gr) y sal (c/s). Al final de la cocción el agua se evapora, las hortalizas se impregnan del sirope resultante de la mantequilla y el azúcar. Si lo dejamos caramelizar el resultado será un glaseado oscuro (cuando alcanza el color deseado paramos el glaseado con unas gotas de agua).

Las Zanahorias Vichy se hacen de esta manera pero en lugar de ser torneadas se cortan a rodajas regulares, acabándolas con perejil picado por encima.



4.2. Hortalizas cocidas en blanco.

Técnica de cocción que permite mantener el color blanco de las hortalizas que se oxidan con facilidad como alcachofas, endibias, champiñones, etc. Para cocer en blanco existen dos métodos:

- Con mantequilla y zumo de limón, la mantequilla forma una película alrededor del alimento que la aísla del oxígeno y evita que se oxide.
- Con una blanqueta (2 litros de agua, 30 a 35 gr de harina, el zumo de dos limones y sal)

4.3. Hortalizas cocidas a la inglesa

Se cuecen en abundante agua hirviendo con sal. Luego se ligan con mantequilla, se les añade un sofrito o se cubren de salsa. Las ideales para esta elaboración son: coliflor, espinacas, acelgas, judías verdes, espárragos, etc.

Deben quedar cocidas “al dente” y brillantes

4.4. Hortalizas breseadas

Hortalizas blanqueadas y después breseadas en un fondo con guarnición aromática. Las que más se bresean son las endibias, los pies de apio y los bulbos de hinojo. Sirven de acompañamiento de carnes y aves asadas, a la parrilla, breseadas y al horno.

4.5. Fritas.

Esta técnica se utiliza fundamentalmente para las hortalizas de fruto como pimientos, berenjenas, calabacines, etc. Se pueden freír directamente, pasarlas por pasta Orly y freírlas o bien rebozarlas y freírlas. Acompañan a las carnes a la parrilla y a los asados al horno.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

4.6. Crudas.

Ensaladas.

B) Guarniciones compuestas.

1. Hortalizas frescas.

Guarnición compuesta por varias clases de hortalizas.

- Panaché de verduras: combinación de hortalizas dispuestas en grupos de colores: Color rojo: tomate escalfado y zanahorias. Color blanco: coliflor, endibias y patatas. Color verde: judías verdes, guisantes y alcachofas. Todas las hortalizas van hervidas o cocidas al vapor.

2. Guarniciones con nombre propio.

2.1. Para pescados.

- **Bella Molinera:** pequeños tomatitos escalfados y pelados; aros de cebolla pasados por leche y harina y fritos; patatas hervidas y torneadas al vapor; cabezas de champiñones escalfadas; bolas de espinacas; rodajas de limón pelado.
- **Grenoblesa:** costrones de pan frito; huevo duro; alcaparras; limón pelado; patatas al vapor.
- **Dieppoise:** mejillones esclafados en vino, gambas sin caparazón; champiñones; salsa al vino blanco con fondo reducido del pescado escalfado.
- **Cardenal:** Escalopas de colas y pinzas de bogavante; láminas de trufas; salsa cardenal.
- **Nantua:** Colas de cangrejo ligadas con salsa nantua; láminas de trufa; salsa Nantua.
- **Nicoisse:** tomates concasse con una punta de ajo picado; alcaparras; ruedas de limón peladas; mantequilla de anchoas.
- **Normanda:** ostras y mejillones escalfados; pequeñas cabezas de champiñones acanaladas; colas de camarones sin caparazón; láminas de trufa; triángulos de pan frito y salsa normanda.
- **Waleswka:** medallones de cola de langosta y bogavante; láminas de trufas.

2.2. Para carnes.

- **Rossini:** medallones de foie-grass ligeramente salteados con mantequilla; láminas de trufa; salsa Madeira u Oporto.
- **Enrique IV:** patatas puente nuevo y berros.
- **Jardinera:** zanahorias y nabos torneados, judías verdes hervidas y cocidas a la inglesa, guisantes y ramillete de coliflor hervida y napado con salsa holandesa.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 41 – ABRIL DE 2011

- **Choron:** fondos de alcachofa con guisantes y patatas avellana.
- **Flamanda:** bolas de berza breseada; zanahorias y nabos torneados; rectángulos de tocino de la cocción de la berza y rodajas de salchichón y patatas al vapor.

2.3. Para aves.

- **Bonne Femme o Buena Mujer:** cebollitas francesas glaseadas; lardones de bacón; patatas risoladas; cuartos de champiñones y costrones de pan frito en forma de bastoncitos.
- **Andaluza:** medios pimientos asados guarnecidos con arroz, berenjena en trozos salteados en aceite con tomate concasse, perejil picado por encima.
- **Mascota:** cuartos de alcachofas salteados con mantequilla; patatas en cocotte y láminas de trufa.

3. Bibliografía.

- Wright, J y Treuillé, E. (1997) *Guía completa de las técnicas culinarias*. Barcelona: Blume.
- Felipe Gallego, J y Peyrolon Mellendo, R. (2002) *Diccionario de hostelería*. Madrid: Paraninfo.
- Garcés, M. (1998) *Curso de cocina profesional*. Madrid: Paraninfo.
- Gil Martínez, A (2006) *Técnicas culinarias*. Madrid: Akal.

Autoría

- Nombre y Apellidos: Francisco Javier Cobos Salas
- Centro, localidad, provincia: I.E.S. La Atalaya, Conil de la Frontera, Cádiz
- E-mail: elclauastro5@hotmail.com