



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 41– ABRIL DE 2011

“ELABORACIONES BÁSICAS DE MÚLTIPLES APLICACIONES”

AUTORÍA FRANCISCO JAVIER COBOS SALAS
TEMÁTICA GASTRONOMIA
ETAPA FORMACIÓN PROFESIONAL

Resumen

Fondos básicos y complementarios. Características y clasificación. Esquemas de elaboraciones indicando sus especificaciones y fases más importantes.

1. CARACTERÍSTICAS.

Dentro de los fondos básicos distinguimos el fondo blanco, fondo oscuro, consomés, fumets y glaces. Entre los fondos complementarios encontramos las gelatinas, ligazones, mantequillas compuestas, caldos y farsas.

Los fondos son las preparaciones culinarias líquidas, claras, sin ligazón y más o menos concentradas y ligeramente perfumadas que se obtienen de cocer en agua dos tipos de ingredientes:

a) **Los elementos que determinan su nombre:**

-Huesos, jarretes, recortes, patas... para el fondo de ternera

-Carcasas y despojos de ave para el fondo de ave

- Espinas, cabezas y recortes de pescados blancos para el fumet.

b) **La guarnición aromática:**

Mirepoix, pudiéndose utilizar según el caso tomate, ajo, apio, vino, hierbas y especias.

La tendencia actual es a realizar el fondo o fumet utilizando huesos o espinas del plato que vamos a realizar. Con esto se consigue realzar el sabor del plato.

Las salsas dependen de la calidad de los fondos realizados. Se tiende a hacer estos lo más gelatinosos posible para no tener que utilizar ligazones y así elaborar platos más ligeros y con menos grasas.

Los fondos blancos se conservan en cámaras a 3º C, siendo el tiempo máximo de duración de 6 días, si estos han sido enfriados rápidamente tras su elaboración. Pueden ser congelados a -18º C, con una duración de doce meses como máximo.



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

Los síntomas de descomposición se manifiestan en un color ligeramente rosado, espuma en la superficie, sabor acidificado, mal olor, etc. Al existir dudas sobre su estado se levanta y se comprueba.

Algunas recomendaciones:

- *Todos los ingredientes deben ser frescos y de la mejor calidad*
- *No añadir al principio demasiada agua a los ingredientes ya que el fondo puede resultar insípido y acuoso. Siempre se puede agregar agua fría durante la cocción.*
- *Añadir agua fría a un fondo. El agua caliente hará que se torne turbio perdiendo la claridad cristalina deseada.*
- *Prolongar la cocción de un fondo no lo hace mejor sino todo lo contrario. Una cocción prolongada puede ser perjudicial, ya que el fondo se torna pesado y pierde sabor. Solo los fondos de buey requieren horas de cocción.*
- *Para conseguir un sabor más profundo cueza el fondo dos veces, utilizando agua fría la primera vez, y el fondo, ya frío, la segunda.*

Los fondos son embriones de salsas que deben ser tratados con celo y mimo. Deben cocerse a fuego lento y sin llegar nunca a hervir, y deben ser espumados y desgrasados de vez en cuando para eliminar todas las impurezas.

2. CLASIFICACIÓN.

2.1. Fondos Básicos.

2.1.1. Fondo blanco de ternera y ave.

- Composición básica:

Huesos, tendones, jarretes, recortes de ternera o carcasas y despojos de ave.

Hortalizas frescas en Mirepoix: zanahoria, blanco de puerro, cebolla, apio....

Hierbas aromáticas y especias: bouquet garni, clavo, pimienta en grano.

Agua fría en proporción de 4 a 5 veces el volumen de huesos y nervios.

- Fases:

Asegurarse de que los ingredientes sean frescos.

Trocear huesos y carcasas

Blanquear los huesos desde agua fría

Sacar y refrescar con agua corriente

Colocar en una marmita limpia, llenar de agua fría y llevar a ebullición

Espumar y desgrasar



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

Añadir la guarnición aromática

Cocer suavemente dos o tres horas para los de ternera y de 45 minutos a una hora para los de ave.

Seguir espumando y desgrasando

Al terminar la cocción, pasar por el chino con estameña sin presionar. Debe quedar un fondo limpio y no lechoso.

Refrescar rápidamente.

Conservar en cámara a 3º C

Debe resultar un fondo transparente, sin grasa y sabroso.

- Aplicaciones:

Para la elaboración de salsas como las veloutes; para la salsa Aurora, Suprema, etc. Para el mojado de arroces y potajes, blanquetas, legumbres, braseados, elaboración de consomés, etc.

- Alternativas:

Se puede realizar de todo tipo de carnes y aves, incluso de caza.

Se puede restar algo de agua en la cocción y sustituirla por vino

Se pueden introducir restos crudos gelatinosos como jarretes y patas de ternera para obtener un fondo más denso.

2.1.2. Fondo oscuro de ternera y ave.

- Composición básica:

Huesos y tendones, jarretes, recortes de ternera o carcasas y despojos de ave.

Hortalizas frescas en Mirepoix¹: zanahorias, blanco de puerros, cebollas, tomates y ajo.

Hierbas aromáticas: bouquet garni.

Agua fría en proporción de 4 a 5 veces el volumen de huesos y nervios.

- Fases:

Asegurarse de que los ingredientes sean frescos

Trocear huesos y carcasas

Tostar los huesos en una placa al horno.

¹ Se denomina Mirepoix al conjunto de verduras y elementos aromáticos cortados en dados gruesos, utilizados en ciertas elaboraciones de cocina para potenciar su sabor. Existen tres tipos:

- Básica: zanahoria, apio, cebolla, tomate y elementos aromáticos
- Grasa o paisana: zanahoria, cebolla, tomate, panceta o jamón y elementos aromáticos
- Rehogada: igual que la básica pero rehogada con aceite y desglasada con vino.



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

Cuando llegan a las 2/3 partes de la coloración añadir las zanahorias, cebollas y puerros y terminar de dorar.

Colocar todo en la marmita y llenarla de agua fría

Desglasar la placa con agua o vino y añadir a la marmita.

Llevar a ebullición

Espumar y desgrasar

Añadir ajos, tomate y bouquet garni

Cocer suavemente de dos a tres horas para la ternera y de 45 minutos a una hora para el ave.

Seguir espumando y desgrasando

Al terminar la cocción pasar por un chino con estameña sin presionar.

Debe quedar limpio y no lechoso

Refrescar rápidamente

Conservar en cámara a 3º C

Debe resultar un fondo transparente, sin grasa y sabroso. El color y sabor dependen del tostado de los huesos, si es excesivo quedará oscuro y podrá dar sabor amargo.

- Aplicaciones:

Para la elaboración de salsas básicas como salsa Española, la de Madeira, Perigord y otras salas oscuras realizadas en el momento (a la pimienta, al vino, etc.) También se utiliza para la elaboración de glaces y el mojado de braseados.

2.1.3. Consomé blanco.

Es un caldo de carne (ave, ternera, buey o caza) o de pescado (se considera siempre de carne si no se especifica) servido al principio de las comidas totalmente desgrasado.

- Composición básica:

Carne, huesos y nervios sin grasa

Hortalizas: puerro, zanahoria, apio, rodajas de cebolla tostada

Hierbas aromáticas: bouquet garni

Agua y sal.

- Fases:

Limpiar, desgrasar la carne u cortar

Cortar los huesos



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

Blanquear y lavar los huesos y la carne

Poner en una marmita los huesos y la carne y cubrir de agua, sazonar y cocer

Añadir las verduras y la cebolla tostada a la plancha una hora tras empezar la cocción

Espumar y desgrasar

Dejar cocer despacio de tres a cuatro horas espumando de vez en cuando

Agregar de cuando en cuando un poco de agua fría y desgrasar

Sacar la carne y tirar la verdura. Dejar reposar un poco

Volver a desgrasar

Colar por un chino con estameña y dejar enfriar rápidamente.

Conservar en cámara a 3º C como máximo.

- Aplicaciones:

Para consomés clarificados simples o dobles y para gelatinas. Para la realización de marmitas o potajes claros.

- Alternativas:

Pueden no blanquearse los ingredientes previamente para lo que se espumará con mucha frecuencia.

Puede elaborarse en vez de con agua con un fondo de huesos hecho previamente.

2.1.4. Consomé clarificado doble.

La clarificación consiste en sustancias albuminoides que a la vez que van coagulando por el calor, van atrapando las impurezas que se van encontrando suspendidas en el caldo. Las materias que mejor cumplen esta misión son la clara de huevo y la sangre contenida en las carnes rojas.

Se denomina doble porque partimos de un consomé blanco y además en la clarí añadimos carne picada.

- Composición básica:

Consomé

Clarí: carne roja magra picada, claras de huevo, zanahorias, apio, puerro.

Hielo o agua fría

Agua o fondo blanco.

- Fases:

Calcular los ingredientes: 200 a 300gr de carne magra, dos claras de huevo y 150gr de hortalizas para 1 litro de consomé.



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

Picar la carne no muy fina

Lavar, pelar y cortar las verduras finamente

Preparar las claras

Mezclar la carne, las claras, la verdura y colocarlas en la marmita.

Añadir el consomé frío poco a poco, sin nada de grasa.

Llevar a ebullición y remover lentamente con la espátula. Cuando empieza a hervir reducir el fuego y mantener un hervor suave (con la ayuda del hielo). No volver a remover y dejar cocer una hora o más.

Colar primero por un chino y después por la estameña.

Desgrasar en frío, en caliente, con una servilleta o por solidificación de la grasa.

Conservar a temperaturas cercanas a los 0º C entre 5 y 7 días como tiempo límite.

Debe resultar un caldo claro y sabroso, sin nada de grasa y perfectamente transparente.

- Aplicaciones:

Como consomé, para pequeñas marmitas y sopas claras, reforzado con elementos gelatinosos para gelatinas.

Los consomés varían de nombre atendiendo al género con que son elaborados:

- De ave: gallinas y pollos
- De vaca, buey y ternera: carnes, huesos y nervios de estas especies.
- De caza: faisán, pato, ciervo, perdiz, conejo..., aromatizados con tomillo, laurel, bayas de enebro, clavos, etc. De sabor muy fuerte.
- De pescado y marisco: fumets clarificados.

Atendiendo a su guarnición destacan los siguientes consomés:

- Profiteroles: consomé guarnecido con pequeños choux rellenos.
- Vermicelli: consomé con guarnición de fideos finos
- Consomé geleé: realizado con géneros gelatinosos como el morcillo o morros y patas de vaca o ternera y ave, servido frío y muy espeso.

2.1.5. Fumet.

Existen dos tipos, el blanco y el oscuro. Como elementos de base llevan cabezas y espinas de pescados blancos y como guarnición aromática, blanco de puerros, cebolla, zanahoria, bouquet garni y pimienta en grano. Para la cocción se emplea agua, vino blanco y en ocasiones tinto.

- Fases:

Limpiar, trocear y lavar las espinas quitando la sangre que pueda tener adherida. Quitar los ojos de las cabezas porque enturbian el caldo.

Limpiar pelar y cortar las verduras

Confeccionar el bouquet garni



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

Hacer sudar la verdura con un poco de mantequilla, añadir las espinas y las cabezas de pescado y dejar sudar todo junto

Añadir el agua o vino y el bouquet garni. Llevar a ebullición y dejar cocer lentamente de 20 a 25 minutos

Espumar frecuentemente

Añadir los granos de pimienta machacados al final de la cocción

Pasar por el chino y la estameña y enfriar rápidamente

No se puede conservar

Debe resultar un fumet claro y esto se consigue con una buena limpieza de los ingredientes y por una cocción lenta y sin remover. Un exceso de cebolla le da un color amarillento.

- Aplicaciones:

Para mojado de platos de pescado, veloutes y salsas como la de Vino Blanco, Nantua y Bercy.

Se utiliza también para el pochado de pescados, la cocción en caldos cortos, sopas, etc.

- Alternativas:

El fumet oscuro, se tuestan tanto las espinas como las hortalizas hasta que empiezan a soltar agua, entonces se flambean y se añade agua y vino tinto. Se utiliza para mojar platos de pescado en salsas oscuras.

2.1.6. Las glaces.

Las glaces de carne, de ave, de caza y de pescado, son los fondos sin sazonar que han reducido lentamente una parte del agua, concentrándose así los jugos. Dependiendo del color que queramos los obtendremos oscuros o claros.

- Fases: (Para una glace de carne)

Llevar un fondo oscuro de carne a ebullición y dejar reducir lentamente

Espumar si es necesario

Seguir reduciendo y pasar por una estameña a un recipiente más pequeño. Seguir reduciendo. Repetir esta operación hasta que el líquido tenga la consistencia de un sirope (que nape la espátula)

Volver a pasar a un barreño de acero inoxidable a través de la estameña. Enfriar rápidamente y mantener cubierto en la cámara.

Debe resultar una glasa marrón oscura, densa gelatinosa y brillante.

- Aplicaciones:



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

Para reforzar salsas y guisos en sabor y color. Para nappar ciertos géneros con una capa fina y brillante o como una salsa mezclada con mantequilla (Colbert), crema, hiervas..., en salsas como la Chateaubrinad, Bercy, Solferino, etc.

2.2. Fondos complementarios.

Son fondos de uso más restringido que tienen como objeto complementar, facilitar, aderezar y homogeneizar una elaboración culinaria.

Se consideran fondos complementarios las gelatinas, las ligazones, caldos aparejos y farsas.

2.2.1. Las gelatinas.

Pueden ser naturales y elaboradas. **Las naturales** son las extraídas de los alimentos gelatinosos. Las hay tanto de carne y pescado como de frutas.

Las gelatinas de carne se obtienen por la cocción prolongada de carnes gelatinosas como morros, patas, carnes de morcillo y huesos. Se reduce por evaporación de agua y al final se clarifica.

Las gelatinas de pescado se obtienen de igual manera utilizando pescados cartilaginosos como el rape, el rodaballo, la merluza...

Las gelatinas de frutas se obtienen por la cocción prolongada en agua y azúcar de frutas, especialmente de su piel y corazón. Las frutas utilizadas son ricas en pectinas como la manzana y el membrillo.

Las gelatinas elaboradas son las que se elaboran añadiendo gelatina a un fondo o agua. La que más se usa es la llamada “cola de pescado” que se encuentra en hojas o en gránulos. Es incolora y no tiene ningún sabor. Otra gelatina artificial es el agaragar, de peor calidad y que deja un poco de sabor.

- Fases:

Se pone a cocer el fondo con la clarí. Cuando está casi a punto de hervir se añaden las colas de pescado remojadas en agua fría de una en una

Cuando rompe a hervir se asusta y se deja hervir sólo por una esquina lentamente, así unos treinta minutos.

Se deja en reposo fuera del fuego unos 15 minutos. Se cuela por una estameña humedecida sin apurar. Se rectifica de sazonomiento y color y se deja enfriar para ver el punto.

Se conserva en cámara a 3 C de 8 a 10 días. Si la volvemos a levantar se conservara un poco más.

Debe ser transparente y con el sabor y consistencia adecuados. Los colores van en relación directa con el género empleado:

- Tonalidad muy clara para aves y pescados
- Tonalidad rubia para vaca, ternera y buey



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

- Tonalidad oscura para caza
- Tonalidad sonrosada para mariscos.

Se utiliza para abrillantar canapés y piezas frías, para la elaboración de mousses fríos, timbales y turbantes. También se utilizan costrones de de gelatina y gelatina picada para adornar.

Si las gelatinas no tienen suficiente color se puede acentuar este añadiendo algún licor. También se puede cambiar el color añadiendo colorantes vegetales autorizados o naturales (Salsa París, extracto de remolacha, extracto de espinacas).

Los vinos, licores y sal se añaden una vez clarificada.

2.2.2. Las ligazones

Son preparaciones culinarias simples o elaboradas, obtenidas por productos alimenticios capaces de aglutinar o unir sólidos o dar consistencia a líquidos.

Se dividen en:

1. Ligazones de almidón o fécula
2. Ligazones por proteínas animales (huevos, mantequilla, caseína de la leche, nata, plasma de la sangre, coral de los moluscos y crustáceos, hígados y gelatina).
3. Ligazones por reducción de fondos, jugo o fumet.
4. Ligazones por emulsión de cuerpos grasos.

1. Ligazones con almidón o fécula.

Se dividen en dos tipos:

- Almidón o fécula diluidos en agua, fondo, fumet o vino.
- Almidón mezclado con un cuerpo graso.

*** Almidón o fécula diluidos en líquido**

- Fécula de patata o maicena.

Se diluye el elemento de ligazón en un poco de líquido frío. Se añade un poco al líquido en ebullición y se remueve

Se aplica en fondo oscuro ligado y en rectificación de ligazones.

- Arroz, tapioca, sémola de trigo o maíz.

Se añade al líquido hirviendo en forma de lluvia. Se remueve con la espátula de madera.

Se utiliza en bisques de crustáceos, potajes, guarniciones de sopas, gnocchi, polenta, pudines.

- Miga de pan o pan rallado.

Se empapa en leche o huevo y se mezcla.

Se emplea para rellenos de cocido y en farsas de ave rellena.



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

- Puré de patatas y de legumbres frescas.

Para cremas de patatas y cremas de legumbres

* **Almidón mezclado con un cuerpo graso.**

- Mantequilla manié.

Se mezcla mantequilla en pomada a partes iguales con harina cruda. Se incorpora poco a poco en pequeñas cantidades. Se remueve con la varilla y se deja cocer unos minutos.

Se utiliza para rectificar la untuosidad de las salsas.

- Los roux. (Blanco, rubio, oscuro).

Mantequilla fundida al fuego y mezclada con harina en proporciones iguales. Se cuece al fuego despacio sin que tome color. El líquido debe estar hirviendo y se añade al roux frío. Se remueve con la varilla.

El roux rubio y el oscuro se obtienen dejando que la harina tome color en el fuego.

El roux blanco se utiliza en la salsa Bechamel y derivadas, en cremas y en salsas blancas diversas.

El roux rubio se emplea en la salsa de Tomate y en la salsa Americana

El roux oscuro se utiliza en las salsas española.

2. Ligazones con proteínas de origen animal.

- Huevos enteros.

Añadir progresivamente leche azucarada y con vainilla a los huevos batidos y mezclar. Se añade tal cual a ciertos preparados.

Es base para cremas de repostería y también se utiliza en farsas para patés, terrinas, gelatinas y albóndigas.

- Yemas con azúcar.

Se añade progresivamente la leche hirviendo con la vainilla a la mezcla de yemas y azúcar. Se cuece hasta que nape, se espuma y se pasa.

Se utiliza como base para helados, bavaoís y crema inglesa.

- Yemas mezcladas con nata líquida.

Se añade un poco del líquido sobre la mezcla para diluirla. Se incorpora la mezcla al líquido, se cuece hasta que nape y se cuela.

Se utiliza para consomés ligados, como ligazón de veloutes y ligazón de blanquetas.



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

- Yemas o huevos enteros utilizados como ligazón en una preparación a base de almidón.

Se liga la preparación de almidón con las yemas o huevos enteros y se cuecen unos minutos.

Se utiliza en las cremas pasteleras, salsa Mercy, en veloutes...

- Yemas en crudo como emulsionante.

Mayonesa.

- Yemas en semi-coagulación como emulsionante.

Salsas Holandesa y Bearnesa.

3. Ligazones de sangre o coral.

Tienen las mismas propiedades que la yema de huevo. Se disuelve la sangre o el coral con un poco de líquido caliente y luego se agrega poco a poco la ligazón a la preparación. No debe hervir a no ser que lleve una segunda ligazón de almidón.

Se utiliza en civets, calderetas, salsas al vino blanco con coral o la salsa Americana para langosta o bogavante.

4. Ligazón por reducción de un fondo jugo o fumet.

La reducción de estos líquidos con elementos gelatinosos produce por si sola líquidos de consistencia de siropes brillantes y muy sabrosos.

Estas reducciones se utilizan tal cual o se mezclan con nata reducida o mantequilla montada.

5. Ligazón por reducción de nata líquida.

Nata líquida reducida o asociada a otros elementos de ligazón, a fondos o fumets reducidos o a mantequilla emulsionada, produce una cierta untuosidad en las preparaciones en las que se usa.

Se utiliza en todas las salsas cremas, en las salsas de vino blanco para pescados pochados, o al caldo corto, o braseados.

6. Ligazones para emulsiones de cuerpos grasos.

La mantequilla y otros cuerpos grasos como el aceite, añadido poco a poco y montado con la varilla, ligan produciendo cierta untuosidad. Las preparaciones montadas con mantequilla no pueden volver a hervir.

Se emplea en mantequillas fundidas, mantequillas emulsionadas, terminación de salsas y potajes, elaboraciones de salsas como el pilpil.



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

2.2.3. Mantequillas compuestas.

Son preparaciones culinarias a base de mantequilla, elementos aromáticos y colorantes, crudos o cocinados para empleos diversos.

Se clasifican en:

a) Mantequillas compuestas realizadas en frío a partir de ingredientes crudos:

- Maître d'Hotel: mantequilla, zumo de limón, perejil picado, sal y pimienta. Se mezclan todos los ingredientes con la mantequilla en pomada. Se emplea en carnes y pescados a la parrilla.
- De anchoas: mantequilla, filetes de anchoa en aceite bien escurridos y pimienta. Se mezcla todo y se pasa por el tamiz. Para pescados y carnes a la parrilla.
- De salmón: mantequilla y salmón ahumado. Se mezcla y se pasa por el tamiz. Se emplea en canapés.

b) Mantequillas compuestas realizadas en frío a partir de elementos cocinados:

* Colbert: mantequilla maître d'Hotel, glace de carne, estragón y perejil. Se mezclan todos los ingredientes con la mantequilla en pomada. Se emplea para pescados y aves a la parrilla.

* Bercy: mantequilla, chalota picada, vino blanco, tuétano en dados, sal y pimienta. Se reduce el vino blanco con la chalota, se enfría y se mezcla con la mantequilla, el perejil y el tuétano. Para carnes y pescados a la parrilla.

* Marchand de vins: mantequilla, chalota picada, vino tinto, tomillo, laurel, glace de carne, limón, perejil picado dados de tuétano (opcional), sal. Se reduce el vino con la chalota, el laurel, el tomillo y la pimienta. Se le añade la glace de carne. Se enfría y se le añade la mantequilla en pomada, el zumo de limón y el perejil picado. Se sazona. Para carnes de buey a la parrilla.

c) Mantequillas compuestas realizadas en caliente y luego enfriadas.

* Mantequilla de crustáceos: mantequilla, caparazones y cabezas de crustáceos. Se machacan las cabezas y los caparazones con la mantequilla. Se fondea. Se cuela por la estameña a un recipiente metido en agua con hielo. Se vuelve a fondear y se decanta (se clarifica).

2.2.4. Caldos.

2.2.4.1. Marinadas.

Son preparaciones líquidas, aromáticas, destinadas a aromatizar, enternecer y prolongar la duración de las carnes rojas y los pescados.

Hay tres tipos:

- a) crudas
- b) cocidas
- c) instantáneas.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 41– ABRIL DE 2011

a) Crudas:

Se utilizan para carnes de vacuno mayor y caza. Se compone de: cebolla, zanahoria, puerro en trozos, apio en rama, ajos machacados, perejil, tomillo, laurel, pimienta en grano, vino tinto o blanco y aceite.

- Fases:

Se prepara la pieza de carne, se sazona.

Se pone la mitad de la guarnición en la parte de abajo del recipiente, se pone la pieza y se cubre con el resto de la guarnición.

Se añade el vino, se recubre con una película de aceite y se tapa el recipiente.

Se mantiene en cámara a 3º C, dándole la vuelta a la pieza de vez en cuando.

b) Cocidas:

Se utilizan para grandes piezas de animales mayores y de caza que tengan un gusto fuerte. La composición es la misma que la anterior.

- Fases:

Se rehogan las hortalizas con el aceite.

Se cuecen con el vino, se le añade el bouquet garni, el ajo, la sal y las especias.

Se cuece por espacio de media hora y se refrescan rápidamente.

Se introduce la pieza y se conserva en la cámara a 3º C.

La marinada debe estar totalmente fría para introducir la pieza.

Tiene las mismas propiedades que el anterior pero acelera el tiempo de penetración de los componentes aromáticos y se conserva mejor.

c) Instantánea:

Se emplea para pequeñas piezas.

- Carne a la parrilla: aceite, tomillo, laurel en polvo y hierbas aromáticas.

- Pescado a la parrilla: aceite, rodajas de limón peladas, laurel, tomillo en polvo.

- Pescado crudo cortado en láminas finas: sal, azúcar, aceite de oliva y zumo de limón.

- Hortalizas: se meten en sal 24 horas. Aceite, vinagre, cebollitas pequeñas, ajo y pimienta en grano. Se extienden en la placa los géneros, se cubren con la marinada. El tiempo depende del grosor de la pieza y de su peso.

2.2.4.2. Court-bouillon o caldo corto.

Son preparaciones líquidas, aromáticas, perfumadas y aciduladas que se emplean para cocer los pescados enteros o sus lomos y en algunos casos crustáceos.



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

- Composición:

Agua, vinagre (para crustáceos y salmón), zumo de limón (para pescados blancos) vino tinto, leche (para pescados que deban resultar muy blancos como el rodaballo), hortalizas: puerro, cebolla, zanahoria, apio, chalota; hierbas aromáticas: tallos de perejil, tomillo, laurel; especias: granos de pimienta.

- Fases:

Se pone a cocer todo a fuego moderado regulando su cocción (no es necesario que el agua hierva). Cuando los pescados son grandes debe usarse un termómetro para que el caldo no sobrepase los 95º C. Se retira del fuego y se deja enfriar total o parcialmente el caldo.

Para los mariscos el agua debe hervir.

2.2.4.3. Caldo blanco.

Es el empleado para hervir hortalizas de fácil oxidación como alcachofas y cardos.

Se mezcla en frío el agua, el zumo de limón, la harina y la sal. Se cuecen las hortalizas en esta mezcla.

2.2.4.4. Escabeches.

Caldo confeccionado para la conservación de pescados, aves y caza que previamente han sido cocinados.

Composición: ajos, cebollas, laurel, tomillo, pimienta en grano, vinagre (a veces vino o agua) y pimentón.

Fases:

Se sofríen los ajos, las cebollas, las hierbas y especias y el vinagre. Cuando rompe a hervir se vierten sobre el género ya cocinado. Se cubren totalmente, se enfrían y se mantienen en la cámara 48 horas antes de ser consumidas.

2.2.4.5. Adobos.

Caldos o elementos de condimentación que se utilizan para conservar, aromatizar y reforzar el sabor de las carnes y pescados.

Composición:

Aceite, pimentón, ajo, perejil y sal. También pueden llevar hierbas aromáticas o especias y acompañarse de brandy, zumo de limón o vinagre.

Fases:

Con esta mezcla se cubren los géneros crudos o se untan las piezas. Se hace siempre en frío y se aplican al género no más de 48 horas. En el caso de piezas pequeñas, estas se ponen en el adobo y se pueden utilizar media hora después.



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

2.2.4.6. Salmueras.

Procedimiento de conservación y pre elaboración de carnes, pescados y hortalizas.

Hay dos modalidades: en seco y en solución salina cada una de ellas con diferentes variantes según su aplicación.

Para la salmuera en seco se frota la pieza con sal que contiene cloruro sódico, nitrato potásico y sacarosa. Posteriormente se cubre con sal marina y se dispone en lugar seco, tantos días como kilos tenga la pieza. Pasado este tiempo se lava la pieza bajo un chorro de agua fría quedando lista para su curado o cocinado. El nitrato potásico se emplea en proporción del 5% de la cantidad de sal común y es lo que le da el característico color rojo.

La solución salina es una mezcla de agua y sal a la que se añade azúcar y especias aromáticas, que ha sido cocida y una vez fría tiene la concentración deseada.

En charcutería la salmuera puede utilizarse en inyección. El tiempo que debe estar el género en salmuera es similar al anterior.

2.2.5. Farsas.

En español el término significa relleno. Consiste en una mezcla de elementos picados muy finamente que ligados y sazonados con especias, hierbas aromáticas e incluso vinos generosos, sirven para rellenar aves, empanadas, huevos, hortalizas, galantitas, balotinas, pastas, etc. Se elaboran en frío homogeneizándolas sobre hielo, o en caliente dejándolas reducir hasta evaporarse la humedad sobrante. El sazonamiento de las farsas es muy importante, si la farsa se ha de hervir (galantina) se sazona con generosidad, en cambio, si se utiliza para asados, el sazonamiento será más suave.

Existe una gran variedad que se agrupa en cuatro bloques fundamentales:

- Farsas de carne: Ave, ternera, cerdo, caza y tocino, como elementos base.
- Farsas de pescado: pulpa de cualquier pescado y nata.
- Farsas de yema de huevo: yema de huevo, pescado o carne cocida y vino.
- Farsas de hortalizas y legumbres: (duxelle) champiñones, chalotas, vino, grasa, huevos.

Farsas de carne.

Carne de ternera magra cruda	500gr
Carne de cerdo	500gr
Tocino fresco	800gr
Claras	3 unid
Nata líquida	½ l
Sal	50gr



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

Pimienta

Nuez moscada

Todos los elementos con los que se va a trabajar deben estar fríos.

1. Se limpia la carne se corta en trocitos y se deja en la cámara unos minutos para que enfríe
2. Se pica en la picadora y se le añaden las claras
3. Se pasa por un tamiz. Se coloca en un barreño puesto sobre otro más grande con hielo.
4. Se trabaja la farsa y se va añadiendo poco a poco la nata, removiendo. Se conserva tapada en cámara.

Se emplea para rellenar jamoncitos de ave, popietas de ternera o de pescado, para realizar terrinas de pescado, elaborar mousses y quenefas.

Los pescados y aves no siempre necesitan la adición de claras

Si queremos que la farsa sea más esponjosa podemos añadir la nata en dos tiempos. Primero montamos la mitad de la nata y la mezclamos con la carne, dejamos reposar unos minutos en la cámara sobre hielo. Después añadimos el resto de la nata poco a poco.

3 Bibliografía:

- Pérez Oreja, N. Mayor Rivas, G y Navarro Tomas, V. J. (2004). *Técnicas Culinarias*. Madrid: Síntesis.
- Armendáriz Sanz, J.L (2006) *Técnicas de cocina para profesionales*. 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: elclaustro5@hotmail.com