



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N°52 – MARZO DE 2012

## “TRATAMIENTO CULINARIO DE LOS FONDOS BÁSICOS DE COCINA”

AUTORÍA <b>JOSÉ MIGUEL REQUENA PELÁEZ</b>
TEMÁTICA <b>FONDOS DE COCINA</b>
ETAPA <b>CICLOS FORMATIVOS DE GRADO MEDIO DE COCINA Y GASTRONOMÍA, Y SUPERIOR DE DIRECCIÓN DE COCINAS</b>

### Resumen

Se ha desarrollado este artículo definiendo los fondos básicos de cocina como elaboraciones culinarias, líquidas, sin haber sido ligadas, y que se obtienen tras la cocción en agua de diferentes ingredientes, principalmente huesos, carnes o recortes de las mismas, o espinas y recortes de pescado, que darán el nombre a las mismas.

Seguidamente se han ido exponiendo cada uno de ellos, indicando su composición básica, su elaboración y posterior conservación, así como sus posibles usos y aplicaciones, y finalmente ciertos aspectos a tener en cuenta.

### Palabras clave

Fondo Básico, Fondo Oscuro, Fondo Blanco, Fumet, Consomé, Glace, Elaboraciones Culinarias.

### 1. INTRODUCCIÓN

Los fondos básicos son elaboraciones de cocina, a partir de las cuales, se elaboran otras, y sus contenidos se desarrollan dentro de los módulos de Técnicas Culinarias del Ciclo Formativo de Grado Medio de Cocina y Gastronomía, y en el de Procesos de Elaboración Culinaria del Ciclo Formativo de Grado Superior de Dirección en Cocinas, ambos incluidos en la familia de Hostelería y Turismo.

El artículo que a continuación voy a desarrollar, puede servir como base para el desarrollo de los contenidos teóricos de dicho tema.

### 2. ¿QUÉ SON LOS FONDOS?

La definición de fondo de cocina, nos dice que, son elaboraciones culinarias, líquidas, sin haber sido ligadas, y que se obtienen tras la cocción en agua de diferentes ingredientes, principalmente huesos, carnes o recortes de las mismas, o espinas y recortes de pescado, que darán el nombre a las mismas. Es decir, los fondos elaborados con huesos de ternera, se llamarán *Fondos de Ternera*, los



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N°52 – MARZO DE 2012

fondos elaborados con huesos de aves, se llamarán *Fondos de Aves*, y así con todos, excepto con los fondos elaborados con espinas de pescado, que recibirán el nombre de *Fumet*.

A parte de los huesos y espinas, o carnes y recortes de animales y pescados, otro de los componentes principales de los fondos son las hortalizas, principalmente, zanahorias, cebollas y puerros, aunque también pueden incluir apio, nabo, ajo, etc.

Para terminar con los ingredientes que forman parte de los fondos debemos hablar de las hierbas aromáticas y especias, las más comunes son el laurel, el perejil, el clavo y la pimienta en grano.

Esta definición corresponde a los fondos que estamos tratando en este artículo, que son los fondos básicos, ya que existen otros fondos de cocina que son los llamados **Complementarios**, y en los que entrarían las Gelatinas, los Coullís, el Caldo Corto, las Marinadas, Escabeches y Adobos, y las Farsas y Rellenos, pero que no vamos a tratar en este artículo.

### 3. CARACTERÍSTICAS DE LOS FONDOS.

Como ya hemos mencionado con anterioridad, los fondos son la base a partir de la cual se desarrollarán otras elaboraciones, como sopas, cremas o salsas. Cada una de estas sopas, cremas o salsas, debe de tener un sabor característico, y si utilizamos un fondo elaborado con el ingrediente principal del plato que posteriormente se vaya a elaborar, conseguiremos potenciar aun más su sabor, es decir:

Si vamos a elaborar una crema de pollo, lo importante sería partir de un fondo elaborado con huesos o carnes de pollo, porque, aunque podamos elaborarlo con agua, caldo de verduras u otro tipo de fondo, lo ideal sería, elaborarlo con el fondo de su ingrediente principal.

Además, por la tendencia de hoy en día, de hacer platos ligeros, con pocas grasas y de aspecto liviano, cada vez se elaboran más los fondos, con partes gelatinosas de los animales, como pueden ser las espinas de pescados y sus colas, los jarretes y colas de los animales de abasto, y así conseguimos, que las elaboraciones derivadas de estos fondos, no deban de ser ligadas como antiguamente a base de mantequillas, u otros ligazones tradicionales, que hacían que estas preparaciones fueran más copiosas y de aspecto más pesado.

### 3. CLASIFICACIÓN DE LOS FONDOS BÁSICOS

#### 3.1. Fondo Blanco.

##### COMPOSICIÓN BÁSICA:

Huesos, y recortes de carnes, tendones, jarretes, carcasas (aves), zanahorias, puerro, apio, cebolla, clavo, laurel, pimienta en grano, perejil y agua fría.

##### ELABORACIÓN:

Poner los huesos, recortes, o carnes, en un recipiente, cubiertos de agua fría y blanquearlos.

Retirar del agua, una vez blanqueados y enjuagar bien con agua fría.

En una marmita, poner los huesos blanqueados, y volverlos a cubrir con agua fría, y ponerlos al fuego.

Dejar hasta que el caldo empiece a hervir, espumar, e introducir en este momento las hortalizas y las hierbas y especias.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N°52 – MARZO DE 2012

Dejar hirviendo a fuego suave durante unos 45 minutos o 1 hora, para los huesos de ave, que son más pequeños, y unas 2 o 3 horas, para los huesos de animales más grandes (cerdo, ternera, animales de caza,...).

Conforme va hirviendo el caldo, ir espumando para retirar las impurezas que puedan ir soltando los huesos.

Finalmente, se pasará todo el caldo por un colador chino, sin presionar, cuando está en el colador, para no enturbiar el fondo.

#### CONSERVACIÓN:

Los fondos se pueden conservar con total tranquilidad en el frigorífico, recién terminados, se refrigeran a 3°C, y nos pueden aguantar a esta temperatura unos 5 o 6 días.

También admiten congelación, previo refrigerado, y pueden aguantar en estas condiciones, a -18°C, un máximo de 12 meses.

#### ASPECTOS A TENER EN CUENTA:

Se elaborarán los caldos, en función de su posterior utilización, con el mismo género de la preparación final.

El fondo resultante debe ser limpio, y con el sabor característico del género principal con el que se hayan elaborado, y para su posterior uso.

Parte del agua, se puede sustituir por vino, este le aportará un toque diferente, tomará algo de sabor del mismo, y le dará aroma.

Los caldos se suelen salar un poco al principio de la cocción, para que los géneros cárnicos suelten mejor sus jugos, y el caldo final resulte más sabroso.

Preferiblemente utilizar partes gelatinosas de los animales, como jarretes, patas y manos, rabos, etc., para conseguir fondos más ligados y densos, y así podremos prescindir para su posterior utilización de otras ligazones.

Si los fondos empiezan a coger un color rosado, empiezan a oler mal, se le forma una especie de espuma en su superficie o su sabor parece ácido, son síntomas de descomposición.

A la más mínima sospecha, o que apreciemos, por muy leve que parezca, alguno de los síntomas mencionados anteriormente, debemos poner a hervir el fondo, para así comprobar su estado.

### 3.2. Fondo Oscuro.

#### COMPOSICIÓN BÁSICA:

Huesos y recortes de carnes, jarretes, tendones, carcasas (aves), zanahorias, puerro, cebolla, tomate, ajo, perejil, laurel, pimienta en grano, clavo y agua fría.

#### ELABORACIÓN:

Poner los huesos a tostar en una placa al horno, o en un rondón, con un poco de grasa.

Cuando los huesos se empiecen a coger un color tostado, añadir las verduras troceadas, excepto el tomate.

Faltando unos 10 minutos para que termine de tostar por completo, todos los ingredientes, incorporar el tomate.

Una vez tengamos todos los ingredientes bien tostados, si lo estamos elaborando en un rondón, incorporamos agua fría, las hierbas aromáticas y especias, y lo dejamos hervir.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N°52 – MARZO DE 2012

Si hemos tostado los huesos en el horno, ponerlos en una marmita, añadir agua fría, las hierbas aromáticas y especias, y ponerlo al fuego. La placa del horno se desglasa, y el desglasado se incorpora a la marmita.

Conforme va hirviendo el agua, se va espumando para retirar las impurezas del caldo.

Dejar hervir a fuego lento, unas 2 o 3 horas para los huesos grandes (cerdo, ternera, etc.), y alrededor de los 45 minutos o 1 hora, para los de ave.

Cuando finalice la cocción colar el caldo por un colador chino, sin presionar, para que el caldo no se enturbie.

#### CONSERVACIÓN:

El caldo recién terminado, se debe conservar, si no se va a usar en el momento, siempre en refrigeración, a no más de 3°C, y en estas condiciones puede llegar a aguantar unos 5 o 6 días.

También tenemos la opción de congelarlo, a -18°C, nos puede llegar a aguantar unos 12 meses.

#### ASPECTOS A TENER EN CUENTA:

Dependiendo del tostado que le demos a los huesos antes de empezar la cocción, así tendremos un caldo más o menos oscuro.

Independientemente del color del caldo, este debe tener un aspecto limpio y translucido.

El sabor del caldo, nos debe de recordar al ingrediente principal (al género cárnico) con el que se ha elaborado.

Parte del agua de elaboración, puede ser sustituida por vino, este le aportará su aroma característico y potenciará el sabor del caldo.

Los fondos se suelen salar un poco al principio de la elaboración, así se consigue extraer más jugo de los géneros cárnicos, y el caldo será más sabroso.

Utilizar preferentemente géneros cárnicos ricos en gelatina, como jarretes, manos, codillos, orejas de cerdo, rabos, etc., obtendremos caldos más densos y ligados, que nos evitarán el posterior uso de otros elementos de ligazón.

El fondo oscuro, es la base de la famosa **Salsa Española**, salsa básica de la cocina internacional, y que a su vez es la base de una gran multitud de salsas derivadas.

### 3.3. Fumet de Pescado.

#### COMPOSICIÓN BÁSICA:

Cabezas, espinas, colas y restos de pescado (preferentemente blancos, merluza, rape, mero, etc.), cebolla, puerro, zanahoria (para fumet oscuro), perejil, pimienta en grano, clavo, vino blanco (opcional o tinto para el oscuro) y agua.

#### ELABORACIÓN:

Limpiar, y si fuera necesario trocear las espinas, lavarlas bien, después del troceado, sobre todo los restos de sangre.

A las cabezas, muy importante, quitarles los ojos, ya que estos pueden enturbiar el caldo.

Limpiar, pelar y trocear las hortalizas.

En una marmita poner las espinas, cabezas, colas o restos de pescado, las hortalizas y las hierbas aromáticas y especias, con suficiente agua fría, para que cubra bien todos los ingredientes.

Poner la marmita con todos los ingredientes al fuego, y llevarlo a ebullición lentamente, durante unos 20 a 25 minutos.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº52 – MARZO DE 2012

Durante la cocción ir espumando para retirar las impurezas que puedan soltar las espinas. Finalmente se cuela el caldo por un colador chino, sin presionar al colar, para que no se enturbie el caldo.

#### CONSERVACIÓN:

El Fumet, al igual que los otros dos fondos, se debe enfriar al momento, pero este al contrario que los otros dos, no es muy recomendable conservarlo, ya que el pescado es un alimento muy perecedero, y por lo tanto sus partes y componentes igual, así que lo recomendable es hacerlo y gastarlo en el día, o como mucho bien refrigerado, un par de días, no más.

#### ASPECTOS A TENER EN CUENTA:

El fumet se puede elaborar como se ha explicado, partiendo de todos los ingredientes en crudo, o se pueden fondear, primeramente las hortalizas, con un poco de grasa, y después las espinas o restos de pescado; después se añade el agua, y el resto del proceso es igual que se ha explicado.

Al igual que los fondos, parte del agua se puede sustituir por vino, que para el fumet oscuro puede ser incluso vino tinto, los vinos le aportarán a los fumets, sus aromas y sabores característicos.

Para obtener un buen fumet, lo principal es partir de pescados lo más frescos posibles.

Un buen fumet debe ser de color claro, ambarino y translucido.

El Fumet oscuro, se diferencia del normal, simplemente, en que los ingredientes se tuestan al horno antes de ponerlos a hervir, al ser oscuro se puede incluir zanahorias, que en el normal puede darle color, y si se utiliza vino en la elaboración, en este caso puede ser vino tinto.

### 3.4. Consomé.

#### 3.4.1. Consomé Simple.

##### COMPOSICIÓN BÁSICA:

Huesos, carnes, nervios de animales, o espinas, colas, o restos de pescado. Puerro, cebolla, zanahoria, apio, hierbas aromáticas y especias. Agua, opcionalmente vino y sal.

##### ELABORACIÓN:

Limpiar bien los huesos o géneros cárnicos, o las espinas u otros elementos de pescado.

Trocearlos si es necesario.

Blanquear los huesos en agua fría, y los pescados enjuagarlos muy bien después del troceado.

Los huesos una vez blanqueados, lavarlos también muy bien con agua fría.

En una marmita, poner los géneros cárnicos o componentes del pescado, y cubrirlos con agua abundante, añadir la sal y ponerlo a hervir.

Si son géneros de pescado se ponen también de primera hora las hortalizas, hierbas aromáticas y especias, y el vino en caso de que lo lleve.

Para los géneros cárnicos, una vez lleve una hora hirviendo el caldo se incorporan las hortalizas, hierbas aromáticas y especias, y el vino en caso de que lo lleve.

Dejar cocer unos 20 a 25 minutos para el consomé de pescado, de 45 minutos a una hora el de ave y unas 3 o 4 horas, los de huesos grandes (ternera, caza, etc.).

Para los consomés de cocción prolongada, ir añadiendo agua de vez en cuando.

Durante todo el proceso ir espumando continuamente, y muy importante para estas elaboraciones, desgrasar también continuamente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N°52 – MARZO DE 2012

Una vez listo el consomé, se retiran los huesos o espinas y las hortalizas, y se deja reposar el caldo.

Una vez haya reposado, se vuelve a desgrasar con cuidado, y entonces se pasa por un colador chino, con un paño limpio, para que no pase por el colador, ni el más mínimo rastro de impureza o suciedad.

#### CONSERVACIÓN:

Al igual que los fondos, los consomés elaborados con huesos o géneros cárnicos se pueden conservar en refrigeración unos 5 o 6 días, a no más de 3°C, y los elaborados con pescados, no es recomendable conservarlos, siendo preferible su consumo en el día.

#### ASPECTOS A TENER EN CUENTA.

Si se puede comprobar, un consomé es como un fondo, es decir su elaboración, sus ingredientes, es prácticamente igual, la principal diferencia, si nos fijamos en los ingredientes principales, para los fondos no se incluye la sal, y para los consomés sí, porque aunque un consomé, nos puede servir como base para otras elaboraciones, estos pueden ser consumidos como plato principal, como una sopa, generalmente guarnecidas con los mismos géneros de elaboración.

Los consomés deben tener un sabor mucho más pronunciado que los fondos, debido a la adición de sal en su elaboración, esta potenciará aun más su sabor.

Deben ser caldos perfectamente transparentes, sin nada de grasa, de aspecto limpiísimo y ligero, un pelín más oscuros los de ternera y los de caza, y más blancos los de pescado y ave.

Para potenciar el sabor de los consomés, se puede partir de un fondo en vez de agua.

Los consomés simples son la base de los consomés dobles o clarificados, para la elaboración de gelatinas y también pueden servir de base para la elaboración de sopas, guisos y potajes.

#### 3.4.2. Consomé Doble.

##### COMPOSICIÓN BÁSICA:

Los ingredientes principales para la elaboración de un consomé doble, o también llamado *Clarificado*, es un consomé simple, la clarif (mezcla de restos de carne o carne picada, claras de huevo y hortalizas –zanahorias, puerro, apio, etc.-) y agua.

##### ELABORACIÓN:

Trocear la carne, si fuese necesario.

Lavar, pelar y trocear las hortalizas, si estas lo requieren.

Mezclar las hortalizas, con la carne y la clara de huevo e introducirlas en una marmita.

Incorporar el consomé poco a poco.

Ponerlo todo al fuego, y llevarlo a ebullición, muy lentamente, removiendo suavemente en un principio, hasta que empiece a hervir.

Una vez empiece a hervir dejar de remover.

De vez en cuando incorporar líquido frío, preferiblemente consomé, del mismo que se esté utilizando, y dejar que vuelva a hervir lentamente.

El proceso de cocción debe durar aproximadamente una hora.

Introducir un colador chino dentro de la marmita donde hayamos elaborado en consomé, e ir sacando el caldo, y colándolo por otro colador chino, forrado con un paño limpio, así evitaremos que pasen la mayor cantidad de impurezas, tanto de un lado, como al otro.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N°52 – MARZO DE 2012

Si quedaran restos de grasa, se retiran para que el caldo sea lo más limpio y transparente posible, entonces se deja enfriar.

#### CONSERVACIÓN:

El consomé clarificado, puede aguantar perfectamente unos 5 o 6 días en el frigorífico, a temperatura de 0°C.

También se puede congelar, a -18°C, puede aguantar en el congelador, aproximadamente unos 12 meses.

#### ASPECTOS A TENER EN CUENTA:

El consomé clarifica, debido a la acción de la albúmina presente en la clara de huevo, esta, en un principio se sitúa en el fondo de la marmita, y conforme se va calentando, al mismo tiempo que va cuajando, se sube a la superficie, arrastrando con ella toda la impureza que pueda contener el caldo.

Otro elemento coagulante es la sangre, por eso es recomendable hacer la clarif, con carnes rojas, que contienen más sangre y ayudarán al clarificado del consomé.

Una vez finaliza todo el proceso, debemos obtener un caldo muy sabroso, perfectamente desengrasado y de color transparente y limpiísimo.

Los consomés sirven como base en la elaboración de sopas, guisos ligeros, y para la elaboración de gelatinas, pero aparte, también son platos principales, formado parte de menús y cartas, como primeros platos o entrantes, acompañados con guarniciones de los mismos géneros que se elaboran y/u otras.

### 3.5. Glaces.

#### COMPOSICIÓN BÁSICA:

El único componente de una glace, es un fondo, ya sea blanco u oscuro o un fumet.

#### ELABORACIÓN:

Poner el fondo o fumet en una marmita, y ponerlo al fuego.

Dejar que hierva de una manera muy lenta, pero continua, es ir espumando si fuera necesario.

Si en recipiente se queda demasiado grande conforme va reduciendo el caldo, cambiarlo a uno más pequeño.

E, ir repitiendo esta operación, hasta que el caldo primitivo, se convierta en una especie de sirope.

Finalmente se pasa este sirope por un colador chino fino, a un recipiente apropiado y se enfría.

#### CONSERVACIÓN:

Las glaces, se pueden conservar perfectamente en frigorífico, a unos 3-4°C, durante unos 10 o 12 días, y congelado a -18°C, puede aguantar perfectamente más de un año, incluso podemos congelarlo en cubiteras, para utilizar las raciones que nos vengán bien en ese momento.

#### ASPECTOS A TENER EN CUENTA:

Nunca debemos sazonar un fondo o fumet, para elaborar una glace, ya que el agua se evapora y por eso se concentra la glace, pero la sal no, esta si permanece en la preparación, y si se evapora el caldo, pero permanece la sal, la concentración de la mismo con respecto al caldo inicial, será mucho mayor, y la glace quedará salada.

Finalizado el proceso de elaboración, deberemos obtener una especie de sirope, espeso, de sabor muy pronunciado y color muy brillante.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N°52 – MARZO DE 2012

Lo utilizaremos para reforzar el sabor de salsas, guisos, potajes y otras elaboraciones, también nos puede servir para napor ciertas preparaciones, y también como salsa rebajada con un poco de vino, caldo o agua, y aromatizada con hierbas o especias.

#### **BIBLIOGRAFÍA:**

- Armendáriz Sanz, J.L. (2006). *Técnicas elementales de cocina*. Madrid: Editorial Paraninfo.
- Gil Martínez, A. (2006). *Técnicas Culinarias*. Madrid: Ediciones Akal.
- Técnicos del Centro de Documentación de Estudios y Oposiciones. *Cocina y Pastelería*. Madrid. Edita CEDE.
- Fradera Vila, J. (1997). *Técnicas Culinarias para el Profesional*. Barcelona: Edita Cooking Books.

#### Autoría

---

- Nombre y Apellidos: José Miguel Requena Peláez
- Centro, localidad, provincia: Vélez Málaga, Málaga.
- E-mail: requenapelaez79@hotmail.com