

Fundamentos de gastronomía



El presente folleto está dirigido a participantes que comienzan sus estudios en el mundo de la gastronomía; obtendrán conceptos, técnicas, métodos de cocción y vocabulario técnico para la elaboración de los menús de cualquier tendencia culinaria que deseen abordar.

Intecap

Técnicas y métodos de cocción

CLASIFICACIÓN Y APLICACIÓN DE CORTES DE VEGETALES

El objetivo para aplicar los cortes a los vegetales, es darle una forma estética para que sean apetitosos ante la vista del comensal, se necesita el dominio de las técnicas para realizar la ejecución de ellos.

a- CORTES EN CUBOS O CUADRADOS

- **BRUNOISE:** Corte en cubos de 3 mm de grosor, usualmente se le conoce como a la jardinera. Es perfecto en rellenos para realizar sofritos y combinar con otros ingredientes.

- **DOBLE CISELADO:** Corte que se le aplica a la cebolla en cubos de 3 mm, se le llama así al brunoise de las cebollas y se utiliza de la misma manera.

- **MACEDONIA:** Corte para frutas y hortalizas en cubos de 5 mm de cada lado; es utilizado para ensaladas y postre a los que se conoce como macedonia y las frutas que los componen.

- **PARMENTIER:** Corte en cubos de 2 cm de cada lado; se utiliza para dar una mejor presentación a las carnes que van acompañadas con salsas especiales, guarniciones, ensaladas, entre otras presentaciones.



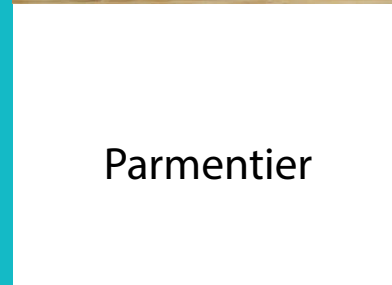
Brunoise



Doble Ciselado



Macedonia



Parmentier

- **PAISANA FINA:** Corte en cubos muy pequeños, este corte es muy utilizado en platillos asiáticos, se aplica a hierbas finas, ajo y a todo tipo de vegetal que lo requiera.

b- CORTES BÁSICOS (LARGOS)

- **JULIANA:** Corte en tiras de 4 cm de largo y 5 mm de grosor, se aplica para vegetales y salteados, ya que permite una buena presentación. Existen dos tipos: Juliana Sesgada y Juliana Recta.

- **PLUMA:** Son tiras muy finas, este corte se aplica a la cebolla y se le conoce como emincé. Se utiliza cuando a la cebolla se le aplica un método de cocción de corta duración o en platillos fríos, por ejemplo ceviche, ensaladas, entre otros.

- **CISELADO:** Corte en juliana que se hace a la cebolla. Es utilizado de la misma forma y tiene la apariencia de media luna.

- **PAJA O HILO:** Corte en tiras muy finas que se aplica a vegetales, para elaborar guarniciones, a las que se aplica el método de fritura y salteados, entre otros.

- **CHIFONADE:** Se denomina así al corte en juliana que se aplica a todo tipo de hojas u hortalizas como la lechuga, repollo, entre otros.

Paisana fina



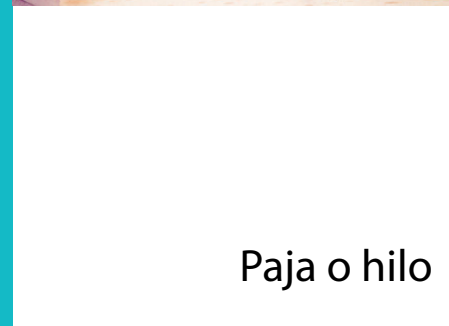
Juliana



Pluma



Ciselado



Paja o hilo



Chifonade

- **BATONETS:** Corte en forma de bastón de 6 a 7 cm de largo x 1 cm de ancho. Se utiliza principalmente en papas fritas y en otras verduras para guarnición, también se emplea para entremeses y aperitivos.

- **COCOTTE O INGLESA:** Generalmente aplicado en papas, zanahoria u hortalizas de textura firme, elemento decorativo utilizado como guarnición; se le da un diámetro de 2 cm, con 4 - 5 cm de alto, con un peso de 20 gramos. Es uno de los cortes clásicos de la gastronomía francesa.

- **MIREPOIX:** Es un corte irregular utilizado en la preparación de fondos y salsas, estos serán depurados al momento de colar. No existe una excepción de la precisión y forma de los cortes, ya que es indefinido, es decir, no tiene una forma, ni tamaño específico. Originalmente lleva puerro, cebolla, ajo y zanahoria.

- **MATIGNON:** Cortes irregulares más pequeños que el Mirepoix, es utilizado para aromatizar carnes, salsas, productos horneados, entre otros, su base son los mismos ingredientes de Mirepoix.



Intecap

- **BOUQUET GARNI:** Traducido del francés que significa "ramillete guarnecido" o "atadillo" es un aromatizante o condimento básico de la gastronomía francesa. Se trata de un manojo de hierbas que están atadas con hilo de cáñamo, y que entra en la preparación de varios tipos de guisos de carnes y aves, ragús, sopas y caldos. Es agregado al final de la preparación para brindar aroma.

- **CONCASSE O CASSE DE TOMATE:**

Procedimiento exclusivo para el tomate donde se realiza, sobre la superficie un corte leve en cruz; luego se sumerge en agua hirviendo por 30 a 40 segundos según la maduración de tomate, a la técnica de cocción se le llama escalfar, se le retiran la piel, el corazón y las semillas, después se corta en brunoise. Con esto se realizan salsas, ragú, entre otras preparaciones.

- **CEBOLLA CLAVETEADA:** Se utiliza para aromatizar carnes o salsas, se prepara insertando clavos de olor a una cebolla. Para que no se desprendan conviene insertarlos en el nudo de la misma, porque esa parte no se ablanda durante la cocción.

- **ASADO DE CHILES:** Procedimiento que se utiliza para elaborar guarniciones, al estar en contacto con el fuego el producto libera sus azúcares, dando como resultado un producto húmedo con un sabor dulce y agradable al paladar, poner sobre una sartén hasta que esté completamente negra la piel, luego ponerla en una bolsa; cuando esté listo retirar la piel y las semillas.



c. Cortes básicos redondos

-**VICHY:** Corte exclusivo de verduras alargadas y cilíndricas, son anillos de 2 a 3 cm de grosor. Es de suma importancia que cada una sea de la misma medida. Existen dos tipos: **1) Gros:** corte en rodajas de 2 a 3 cm de grosor y **2) Maigre:** corte de aproximadamente de 0.5 cm o menos.

- **CHIP O A LA ESPAÑOLA:** Corte en rodajas muy finas, para aplicar un método de fritura en su mayoría y se utiliza para el corte de papa.

d. Formas específicas

- **TORNEADO:** Es más conocido como Château, corte que consiste en dar forma al vegetal, debe tener siete lados, se utiliza para dar presentación de vegetales especialmente para guarniciones que se cocinan por medio de agua y posteriormente ser salteados u horneados.



Vichy Gros



Vichy Maigre



Torneado

Métodos de cocción

POR AIRE

- **ASADO:** Es el método de cocción más antiguo, se puede realizar con brasas, leñas y hornos.

POR AGUA

- **BLANQUEAR O ESCALDAR:** Colocar una cacerola con agua al fuego, llevar a ebullición y agregar los ingredientes por agua caliente, después retirar y llevar a agua con hielo, muchos lugares por tiempo y costos solo utilizan abundante agua fría.

- **HERVIR:** Poner el agua a hervir y cocinar totalmente algún ingrediente.

POR GRASA

- **SALTEAR:** Es agregar en una sartén materia grasa y después agregar los ingredientes para cocinarlos, se llama saltear por la forma en que se manipula la sartén.

- **SOFREÍR:** Es poner materia grasa en una olla o sartén y ponerse a cocinar los ingredientes que se llevan más tiempo de cocción (texturas gruesas) a los que necesitan menos tiempo (texturas blandas), se utiliza por ejemplo en el caso de salsa rústicas.

- **SELLAR:** Se utiliza para carnes, es poner un poco de materia grasa en una sartén a fuego alto y poner a cocinar por un minuto cada parte de la pieza cárnica, o hasta que se vea una costra dorada en la carne, este se utiliza para que la carne quede jugosa por dentro.

Intecap



Asado



Hervir



Salteado