

Esteban Francisco Jiménez Cadena



COCINA FRÍA

Diseño de carátula y edición:
D.I. Santa de la Caridad Ruiz Crespo

Dirección editorial:
Dr.C. Blas Yoel Juanes Giraud

ISBN: 978-9942-675-05-7

Sobre la presente edición:
Copyright © YOL Editorial, 2024
Copyright do Texto © Los autores 2024
Copyright de Edición © YOL Editorial 2024

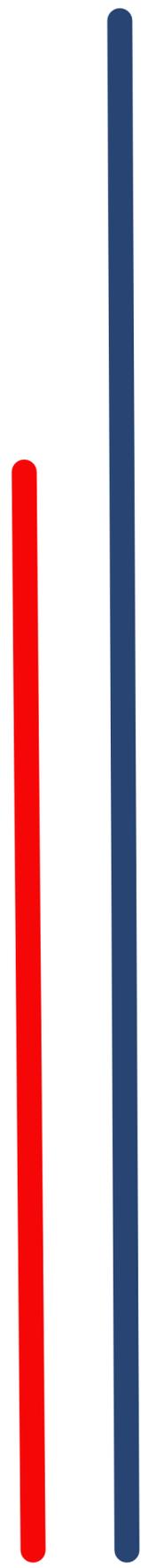
Podrá reproducirse, de forma parcial o total el contenido de esta obra, siempre que se haga de forma literal y se mencione a:

YOL Editorial
Pedro Vicente Maldonado y Vicente Andrade, 2-18, Quito,
Ecuador.
<http://www.yoeditorial.com>
E-mail: consejo@yoeditorial.com



COCINA FRÍA

Esteban Francisco Jiménez Cadena



**TABLA DE
CON
TENIDO**

ÍNDICE

01

Sumilla de la Asignatura.....	10
Competencias.....	10
Objetivos de la Asignatura.....	11
Orientaciones Generales.....	11
Unidad 1 Cocina Fría.....	14
Tema 1. Generalidades.....	14
Tema 2. Higiene.....	20
Tema 3 Aplicaciones de Cocina Fría.....	30
Autoevaluación de la Unidad 1.....	41

02

Unidad 2 Carnicería.....	43
Tema 1. Generalidades.....	43
Tema 2. Carnes Composición y estructura.....	45
Tema 3. Fisiología y Bioquímica de la faena.....	48
Tema 4. Limpieza, corte y cocción de géneros cárnicos.....	51
Autoevaluación.....	84

03

Unidad 3 Charcutería.....	86
Tema 1. Generalidades.....	86
Tema 2 Embutidos.....	87
Tema 3. Proceso de elaboración de embutidos.....	91
Autoevaluación.....	96
Solucionario de las Autoevaluación.....	97
Bibliografía.....	100

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Cocina Fría.....	14
Figura 2. Mantequillas.....	30
Figura 3. Aderezos.....	31
Figura 4. Partes del ají.....	32
Figura 5. Estructura de la ensalada.....	34
Figura 6. Carnes frías.....	39
Figura 7. Estructura de la carne.....	48
Figura 8. Temperatura interna de cocción de la carne.....	51
Figura 9. Cortes del pollo.....	52
Figura 10. Diagrama óseo del cerdo.....	54
Figura 11. Pierna entera con cuero.....	55
Figura 12. Pierna con cuero sin pata.....	56
Figura 13. Pierna sin cuero y sin grasa.....	56
Figura 14. Pierna sin cuero deshuesada.....	57
Figura 15. Chuletero con cuero y grasa más cuello lomo fino.....	58
Figura 16. Chuletero sin cuero.....	58
Figura 17. Chuletero lumbar.....	59
Figura 18. Chuletero deshuesado.....	59
Figura 19. Lomo fino.....	60
Figura 20. Chuleta de cola.....	60
Figura 21. Paleta de brazo.....	61
Figura 22. Chuleta de brazo.....	61
Figura 23. Carne del Brazo.....	62
Figura 24. Cuello del chuletero.....	62
Figura 25. Costillar con cuero y grasa.....	63
Figura 26. Falda con cuero, grasa y tocineta.....	63
Figura 27. Tocineta.....	64

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 28. Brazo con cuero y grasa.....	64
Figura 29. Pic nic de brazo.....	65
Figura 30. Codillos.....	65
Figura 31. Brazo entero con cuero, grasa y patas.....	66
Figura 32. Brazo entero sin cuero y sin grasa.....	66
Figura 33. Brazo deshuesado.....	67
Figura 34. Cabeza.....	67
Figura 35. Grasa.....	68
Figura 36. Carne molida.....	69
Figura 37. Cuero con grasa.....	69
Figura 38. Cortes de la res.....	70
Figura 39. Lomo de aguja.....	70
Figura 40. Cogote o nunca/pecho.....	71
Figura 41. Lomo de falda.....	71
Figura 42. Costilla de res.....	72
Figura 43. Caucara.....	72
Figura 44. Lomo de asado.....	72
Figura 45. Falda vacío.....	73
Figura 46. Lomo fino.....	73
Figura 47. Punta de cadera.....	74
Figura 48. Salon.....	74
Figura 49. Pulpa Blanca.....	75
Figura 50. Pulpa negra.....	75
Figura 51. Culata de contra.....	76
Figura 52. Clasificación culinaria del pescado.....	79
Figura 53. Eviscerado.....	79
Figura 54. Cortes del pescado.....	80
Figura 55. bivalvos.....	81

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 56. Univalvos.....	81
Figura 57. Cefalópodos.....	82
Figura 58. Crustáceos.....	83
Figura 59. Carne molida usada para hacer embutidos.....	88
Figura 60. Condimentos usados para la elaboración de embutidos.....	89
Figura 61. Tripas y fundas.....	90
Figura 62. Embutidos curados.....	94
Figura 63. Embutidos que pueden comerse crudos.....	94
Figura 64. Embutidos que necesitan ser cocinados.....	95



SUMILLA DE LA ASIGNATURA

Sumilla de la asignatura

Es una materia basada en el aprendizaje de las diferentes técnicas de cocina fría, tales como preparaciones que se sirven frías con o sin cocciones previas. Pertenece al área gastronómica de la malla de gastronomía y está en el tercer nivel de técnicas culinarias.

Competencias

Generales:

- Cooperar para el cumplimiento de los objetivos.
- Cumplir eficientemente con sus prácticas.
- Propiciar buenas relaciones humanas.
- Programar el tiempo para cumplir su trabajo.

Básica:

- Identificar el glosario básico de términos culinarios.
- Reconocer la mise en place constante y variable.
- Analizar los estándares que debe cumplir para sus preparaciones.

Específicas:

- Aplicar de manera específica las técnicas según el estándar establecido.
- Organizar correctamente su mise en place constante y variable.
- Seleccionar sus géneros de acuerdo a la calidad y cantidad estándar.
- Elaborar variedad de preparaciones frías y porción acorde al tipo de servicio a realizar.
- Aplica temperaturas exactas en el proceso de enfriamiento de sus productos.

Objetivo de la asignatura

Analizar las diferentes técnicas, sabores y costumbres gastronómicas de varios de los países del continente americano, identificando la riqueza gastronómica de cada plato elaborado.

Logros de aprendizaje:

- Aplicar de manera específica las técnicas según el estándar establecido.
- Organizar correctamente su mise en place constante y variable.
- Seleccionar sus géneros de acuerdo a la calidad y cantidad estándar.
- Elaborar variedad de preparaciones frías y porción acorde al tipo de servicio a realizar.
- Aplica temperaturas exactas en el proceso de enfriamiento de sus productos.

Orientaciones Generales

Estimado Estudiante:

La presente guía está estructurada de manera ordenada y técnica, la misma que establece los temas en unidades y sub temas desglosados de manera teórica a fin de complementar la práctica en taller de cocina. Por lo que se recomienda:

- Utilizar la bibliografía básica y secundaria para el complemento técnico y sustento de actividades planificadas en la programación de la asignatura.

- Las unidades están descritas en relación de orden y complejidad relacionada con la planificación de la asignatura, por lo que disponen de un cuestionario y solucionario al final, a fin de que el estudiante pueda autoevaluar su desarrollo y retroalimentar sus razonamientos en la construcción de su conocimiento.
- Es importante que el estudiante conozca la guía de estudio y la concatene con planificación de la asignatura, a fin de que este conozca las habilidades, conocimientos y actividades a desarrollar en la asignatura, fomentando de esta manera un control y autocontrol del desarrollo de la misma.



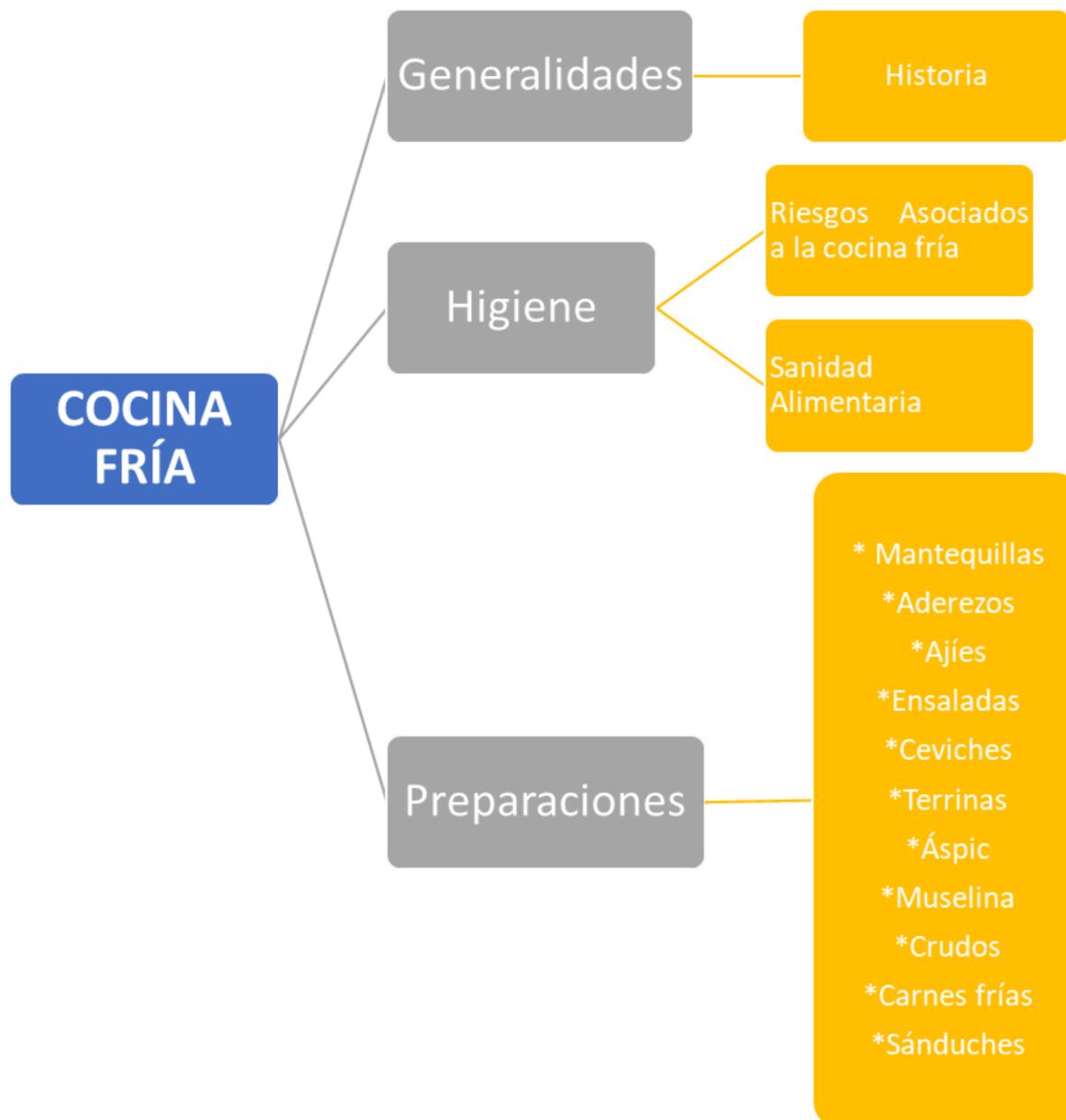
UNIDAD 1

COMIDA FRÍA

Unidad 1 Cocina Fría

Figura 1

Cocina Fría



Nota: la figura muestra la clasificación de los temas a tratar en cocina fría

Elaborado por: Francisco Jiménez

Tema 1. Generalidades

La cocina fría es un área dentro de la cocina que se encarga de la preparación y servicio de alimentos que se consumen a temperatura fría, independientemente de si su proceso de elaboración incluye cocción. Se trata de un área que abarca una amplia variedad de preparaciones que satisfacen una necesidad gastronómica, elaborados o preparados por el "Garde Manger", que es el chef principal de la cocina fría. Esta área abarca aperitivos, acompañamientos, guarniciones y una gran variedad de ensaladas.

Historia

Cuando nuestros antepasados se convirtieron en pastores y agricultores, desarrollaron las habilidades prácticas necesarias para asegurar un suministro de alimentos relativamente estable. Esto implicó no solo aprender a domesticar animales y cultivar cultivos, sino también cómo preservar esos alimentos. Los primeros métodos de conservación probablemente surgieron por accidente. Por ejemplo, el pescado se salaba en agua de mar y se dejaba secar en la orilla, donde fermentaba o se secaba. Las carnes se colgaban cerca del fuego, lo que las mantenía fuera del alcance de animales carroñeros e insectos. El ahumado que las rodeaba las oscurecía, mejoraba su sabor, las secaba y las conservaba para evitar que se arruinaran.

La evidencia histórica muestra que los griegos habían estado produciendo y consumiendo pescado salado durante muchos años antes de transmitir su conocimiento a los romanos. En el año 63 A.C., los romanos ya estaban familiarizados con estas técnicas de conservación de alimentos.

El escritor griego Estrabón detalló la importancia de la salazón del pescado en centros de producción en España y la existencia de los productores de sal en Crimea. El bacalao, hecho de la misma manera básica que describió Estrabón, sigue siendo un alimento importante en las cocinas de todo el mundo. Las habilidades de conservación de alimentos y los ingredientes necesarios, incluyendo sal, azúcar y especias, fueron muy valorados. Ciudades como la actual Roma y Salzburgo fueron fundadas cerca de fuentes de sal. A medida que los romanos extendieron su imperio, conquistaron tierras ricas en una variedad de recursos, incluidos alimentos.

Ellos trajeron consigo sus propias recetas y fórmulas para una variedad de carnes en conserva, pescado y quesos. Como es el camino de todas esas invasiones, los invasores trajeron su gusto por alimentos familiares de su hogar. Sin embargo, el intercambio culinario nunca fue en una sola dirección, las fuerzas conquistadoras también aprendieron a apreciar las especialidades locales. Los galos, fueron reconocidos como hábiles domesticadores de cerdos y se hicieron famosos por sus jamones y tocino en conserva. Estos productos eran enviados regularmente desde la Galia a Roma y se servían en los legendarios banquetes de los romanos. Tras la caída del Imperio Romano, las grandes casas de la Iglesia y la nobleza en toda Europa mantuvieron vivas tanto las tradiciones alimentarias locales como las aprendidas de los invasores.

En el siglo XII, aproximadamente el 80 al 90 por ciento de la población mundial seguía siendo campesinos rurales. Estos campesinos trabajaban las tierras de los nobles para cultivar alimentos y criar animales de granja. Una de las actividades más importantes del año ocurría al final de la temporada de crecimiento. En ese momento, se cosechaban verduras, frutas y granos, que luego se preservaban mediante el secado, o colocándolos en cámaras frigoríficas, junto con encurtidos, jaleas y quesos. Las vacas, ovejas y otros animales eran sacrificados y su carne conservada de diversas maneras: decapado, salazón, salmuera, curado, secado, envasado en grasas o ahumado. Una vez preparados, los alimentos podían almacenarse. El derecho a recolectar, conservar, comercializar y gravar estos alimentos era un símbolo visible de poder, riqueza y rango. Durante la Edad Media, este privilegio pertenecía a reyes, duques, señores, monasterios y conventos de la Iglesia Católica.

Los castillos y las casas señoriales de la nobleza tenían áreas dedicadas al almacenamiento de alimentos, típicamente ubicadas en un área bajo el nivel del suelo para mantener los alimentos frescos. "Garde manger" (literalmente "mantener comer") era el término utilizado para identificar esta zona de almacenamiento, y todavía se usa para indicar una despensa o lugar para almacenar alimentos fríos. El miembro del personal del hogar conocido como el "cier de la bouche" o mayordomo, era el responsable de gestionar este almacén y dispensar alimentos según fuera necesario.

Algunas de estas especialidades, como los jamones y quesos, pasaron a formar parte del comercio entre ciudades y estados. Junto con el ganado, edificios, sirvientes y joyas, se incluyeron como dotes y tributos, así como una especie de moneda para adquirir otros bienes. Finalmente se establecieron reglas que regían cómo los comerciantes preparaban y vendían estos bienes y servicios, con el fin de evitar monopolios y abusos de precios. La actividad en sí misma estaba claramente definida y asignada a varios grupos conocidos como gremios. Los gremios desarrollaron sistemas de formación para sus miembros, llevándolos desde la etapa de aprendizaje hasta la de oficial y finalmente confiriéndoles el título de maestro. A cada individuo del gremio se le concedió un estatuto que le otorgaba ciertos derechos específicos.

A finales del siglo XVI, había aproximadamente dos docenas de gremios dedicados específicamente a la comida. Estos gremios se dividían en dos grupos: aquellos que proporcionaban materia prima y aquellos que proporcionaban alimentos preparados. Por ejemplo, el gremio de charcuteros preparaba y vendía productos cocinados hechos con cerdo (la palabra "charcutería" se deriva de la raíz francesa que significa

"cocido carne"). Este gremio conservaba el trabajo práctico de conservar carnes, haciendo tocinos, jamones, salchichas y patés.

Existieron numerosas estrategias de restricciones impuestas a cualquier gremio, y los charcuteros no fueron la excepción. Una de sus tácticas condujo al desarrollo de terrinas. A los charcuteros no se les permitía vender alimentos horneados en panaderías, por lo que la elaboración y venta de paté en croûte, es decir, panes de picadillo horneados en pastelería, no habría sido permitida según las restricciones de los charcuteros. En lugar de dejar de hacer paté, los charcuteros cocieron el picadillo en una loza de barro (una terrina) en lugar de masa, y así se creó el paté en terrina.

Durante la Revolución Francesa en 1789, la regulación de los gremios y su influencia en las actividades comerciales y alimenticias fue de gran importancia. Cuanto más esencial era el alimento, más estrechamente estaba regulado, y cuanto más lucrativo era el negocio de un gremio, más probable era que este se viera tentado a infringir los derechos de otros. Cada gremio luchaba por proteger sus propios derechos individuales, lo que llevó a la presentación de varios casos ante los jueces para determinar si las actividades de un gremio habían cruzado la línea hacia las de otro.

La agitación en las casas nobles fue enorme durante este período, lo que llevó a que los nobles abandonaran Francia para escapar de la guillotina, dejando a su personal doméstico a cargo de sí mismos. Entre este personal se encontraban los empleados del hogar, incluyendo chefs y cocineras, que, al carecer de un contrato formal de gremio propio, encontraron su lugar cada vez más en los restaurantes de toda Europa y las

Islas Británicas.

Al principio, no existía un reconocimiento generalizado ni una estructura clara para los trabajadores de cocina, ya que no se habían establecido funciones o áreas de especialización específicas.

Pasaron varios años antes de que se hiciera un intento serio de organizar a los trabajadores de la cocina. Finalmente, el sistema de brigadas, registrado por Auguste Escoffier, detalló una cadena lógica de comando que puso orden a los rebeldes arreglos laborales de su época. Aún en la actualidad utilizamos el sistema de brigadas y nos referimos a las diversas "estaciones" en la cocina con los nombres asignados por Escoffier, tales como salsero, rostizador, pastelero y garde manger.

Cuando el sistema gremial fue abolido oficialmente en 1791, algunos miembros de los charcuteros se unieron a las filas del restaurante y del personal de cocina del hotel. Otros continuaron operando sus negocios como antes. Las posiciones de charcutero y garde manger siempre han estado estrechamente vinculadas, ya que ambas se basan en conservas en frío de alimentos. En la actualidad, cuando se utiliza el término "garde manger", a menudo se entiende que incluye el trabajo del charcutero también.

El cargo de "garde manger", adaptado al entorno de un restaurante, ha conservado sus tradiciones en la preparación de una variedad de conservas y alimentos fríos. También ha ampliado su alcance para incluir aperitivos, entremeses, ensaladas, sándwiches, así como las salsas y condimentos que los acompañan.

El “garde manger” está involucrado tanto en el servicio a la carta como en banquetes, recepciones, buffets y en el suministro fuera del sitio.

Las técnicas necesarias para preparar patés, terrinas, embutidos y quesos frescos son el dominio particular del garde manger. Sin embargo, para convertirse en un hábil gerente de garde manger se necesita adquirir una amplia base de habilidades culinarias, no solo las relacionadas con la manipulación de alimentos fríos, sino también las necesarias para preparar comidas calientes, como asar, escalfar, hervir a fuego lento y saltear carnes, pescados, verduras, cereales y legumbres.

Precisamente debido a que las habilidades y responsabilidades son tan amplias, muchos de los chefs más respetados en la actualidad iniciaron sus carreras en el garde manger como aprendices o comis. Además, en los últimos años se ha observado un renacimiento de las prácticas más tradicionales en la elaboración de embutidos y quesos por parte de proveedores, tanto en comercios minoristas como mayoristas. Alimentos artesanales como los jamones de estilo campestre, embutidos, patés y quesos frescos y añejos están cada vez más disponibles tanto para los chefs de restaurantes como para los cocineros caseros.

Tema 2. Higiene

Una de las formas más importantes de demostrar orgullo profesional, es a través del mantenimiento de la higiene; el orgullo por la calidad se refleja en la apariencia y los hábitos de trabajo. La higiene deficiente, el aseo personal y el cuidado personal deficientes, así como los hábitos de trabajo descuidados, no son motivo de orgullo.

Aún más importante, el saneamiento y la seguridad deficientes pueden ocasionar grandes pérdidas económicas. Los malos procedimientos de manipulación de alimentos y las cocinas sucias pueden provocar enfermedades, clientes insatisfechos e incluso multas, citaciones y juicios. El deterioro de los alimentos también eleva los costos, lo que impacta negativamente en la rentabilidad de los alimentos. Por lo tanto, mantener altos estándares de higiene y seguridad alimentaria no solo es una cuestión de orgullo profesional, sino también de evitar costosos problemas legales y financieros.

Riesgos asociados a la cocina fría

En general, los riesgos asociados a la cocina fría se pueden clasificar según su origen en cuatro categorías principales:

1. Peligros biológicos: incluyen bacterias, parásitos, virus y toxinas que pueden contaminar los alimentos y causar enfermedades si son ingeridos.

Entre las bacterias más comunes presentes en los alimentos se encuentran:

- **Salmonella:** Esta bacteria suele aparecer en los huevos crudos y sus productos derivados, como la mayonesa, carne de aves crudas o insuficientemente cocinadas, como el pollo.
- **Campylobacter:** Se transmite principalmente a través de la carne de pollo, así como del consumo de pescado poco cocinado o crudo.
- **Escherichia coli:** Esta bacteria se encuentra comúnmente en aguas contaminadas.
- **Listeria monocytogenes:** Esta bacteria puede observarse en quesos blandos, leche sin pasteurizar, así como en productos ahumados o en conserva.

Dentro de los virus más comunes tenemos:

- Hepatitis A: Este virus afecta principalmente a los moluscos cultivados en aguas contaminadas que luego se consumen sin ser sometidos a un tratamiento térmico.
- Norovirus (anteriormente conocido como virus de tipo Norwalk): Este virus es común en las verduras consumidas crudas, los moluscos bivalvos y las frutas tipo baya.

Como los parásitos más comunes transmitidos por alimentos tenemos:

- *Taenia solium* (tenia del cerdo o tenia armada): En la carne de cerdo
- *Echinococcus granulosus* (gusano hidatídico o tenia equinococo): En los productos frescos
- *Echinococcus multilocularis* (otro tipo de tenia): En los productos frescos
- *Toxoplasma gondii* (protozoos): En la carne de pequeños rumiantes, cerdo, carne de vacuno, carne de caza (carne roja y órganos)
- *Cryptosporidium* spp.(protozoos): En productos frescos, zumo de fruta, leche
- *Entamoeba histolytica* (protozoos): En los productos frescos
- *Trichinella spiralis* (gusano del cerdo): En la carne de cerdo (provoca la triquinosis)
- *Opisthorchiidae* (familia de gusanos planos o platelmintos): En los peces de agua dulce
- *Ascaris* spp. (pequeñas lombrices intestinales): En los productos frescos
- *Trypanosoma cruzi* (protozoos): En los zumos de fruta

2. Peligros químicos: abarcan metales pesados, pesticidas y cualquier otra sustancia o compuesto que pueda tener efectos perjudiciales para la salud si está presente en los alimentos.

- Antimonio
- Cadmio
- Cianuro
- Plomo
- Cobre
- Zinc

3. Peligros físicos: engloban trozos de cristal u otro material frágil, plástico, metal o cualquier otra sustancia ajena al alimento que pueda causar daño físico si se encuentra en los alimentos.

4. Peligros Alergénicos: una alergia alimentaria es una reacción del sistema inmunitario que ocurre poco después de haber ingerido un determinado alimento. Los alergénicos más comunes son:

- Mariscos crustáceos, como camarones, langosta y cangrejo
- Maní (cacahuete)
- Frutos secos, como nueces y nueces pecanas
- Pescado
- Huevos de gallina
- Leche de vaca
- Trigo
- Soja

Esta clasificación es fundamental para identificar y prevenir los riesgos potenciales en la cadena alimentaria, garantizando la seguridad de los alimentos que consumimos.

Sanidad Alimentaria

Normas Básicas de higiene

Para los trabajadores del sector alimentario, el primer paso en la prevención de enfermedades transmitidas por los alimentos es mantener una buena higiene personal. Aunque estemos sanos, nuestra piel, nariz y boca albergan bacterias. Si se les da la oportunidad de crecer en los alimentos, algunas de estas bacterias pueden causar enfermedades en las personas. A continuación, se detallan los pasos para mantener una buena higiene personal:

1. No trabajar con alimentos si se tiene alguna enfermedad contagiosa o infección.
2. Bañarse o ducharse diariamente.
3. Utilizar uniformes y delantales limpios.
4. Cubrir el cabello con una red o un gorro, asegurándose de que esté bien sujeto.
5. Mantener recortado y limpio el bigote y la barba, o preferiblemente, estar bien afeitado.
6. No usar joyas como anillos, pendientes largos, relojes o pulseras, y evitar las perforaciones faciales; en caso de tenerlas, no tocarlas.
7. Lavarse las manos y las partes expuestas de los brazos antes de comenzar a trabajar, y con la frecuencia necesaria durante la jornada laboral, lo que incluye:
 - Después de comer, beber o fumar.
 - Después de usar el baño.
 - Después de tocar o manipular cualquier objeto que pueda estar contaminado con bacterias.

8. Al toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable o con el codo, luego lávese las manos.
9. Evite tocar su cara, ojos, cabello y brazos con las manos.
10. Mantenga las uñas limpias y cortas, y evite el uso de esmalte de uñas.
11. No fume ni mastique chicle mientras esté trabajando.
12. Cubra cualquier corte o llaga con vendajes limpios. Si la llaga está en las manos, use guantes.
13. Evite sentarse en las mesas de trabajo.

Directrices para el uso de guantes desechables

1. Lávese las manos antes de ponerse los guantes o cuando se cambie a otro par. Los guantes no reemplazan el lavado de manos adecuado.
2. Deséchese los guantes, lávese las manos y cámbiese por un par de guantes limpios después de manipular un alimento y antes de comenzar a trabajar en otro, en particular, después de manipular carne cruda, aves o mariscos. Los guantes son de un solo uso.
3. Cambie a un par de guantes limpios cada vez que los guantes se rasguen, ensucien o contaminen por el contacto con una superficie insalubre. El propósito de usar guantes es evitar la contaminación cruzada.

Almacenamiento

Las siguientes reglas de almacenamiento seguro de alimentos tienen dos propósitos:

- Prevenir la contaminación de los alimentos.
- Prevenir el crecimiento de bacterias que ya pueden estar en los alimentos.

El control de la temperatura es una parte importante del almacenamiento de alimentos. Los alimentos perecederos deben mantenerse fuera de la "zona de peligro" de alimentos (entre 41 °F y 135 °F (5 °C y 57 °C)) tanto como sea posible, ya que estas temperaturas favorecen el crecimiento bacteriano.

Regla de las cuatro horas

Los alimentos se manipulan en muchas etapas entre el momento en que se reciben y el momento en que finalmente se sirven. Para proteger los alimentos y mantenerlos seguros, siga la regla de las cuatro horas: No permita que los alimentos permanezcan en la "zona de peligro" de alimentos durante un total acumulativo de más de 4 horas entre recibirlos y servirlos.

Por ejemplo, imagine un alimento que se deja en el muelle de carga durante 30 minutos antes de ser puesto en cámara frigorífica, se retira del almacén y se deja en la mesa de trabajo durante una hora antes de ser preparado, y finalmente se cocina a baja temperatura para que se tome 3 horas para alcanzar una temperatura interna segura.

Esta comida ha pasado un total de 4 1/2 horas en la zona de peligro y debe considerarse insegura. Para cumplir con esta regla, los cocineros deben mantener registros precisos de todos los tiempos que los alimentos pasan en la Zona de Peligro de Alimentos.

Recepción

1. La manipulación segura de alimentos comienza en el momento en que se descargan los alimentos del camión de reparto. Mantenga el área de recepción limpia y bien iluminada.

2. Inspeccione todas las entregas. Trate de programar las entregas fuera de las horas pico para permitir el tiempo adecuado para inspeccionar los artículos. Trate de programar las entregas para que lleguen de una en una.

3. Rechace envíos o partes de envíos que estén dañados o que no estén a la temperatura adecuada. Los alimentos congelados no deben mostrar signos de haber sido descongelados y vueltos a congelar.

4. Etiquete todos los artículos con la fecha de entrega o una fecha de caducidad.

5. Transfiera los artículos inmediatamente al lugar de almacenamiento adecuado.

Almacenamiento de alimentos secos

El almacenamiento de alimentos secos se refiere a aquellos alimentos que probablemente no apoyen el crecimiento bacteriano en su estado normal. Estos alimentos incluyen:

- Harina
- Azúcar y sal
- Cereales, arroz y otros granos
- Frijoles y guisantes secos
- Cereales preparados
- Panes y galletas
- Aceites y mantecas
- Alimentos enlatados y embotellados (sin abrir)

Es importante guardar los alimentos secos en un lugar fresco y seco, lejos del piso, lejos de la pared y no debajo de una línea de alcantarillado para mantener su calidad y seguridad alimentaria.

Almacenamiento en congelador y descongelación adecuada

Es importante mantener todos los alimentos congelados a 0 °F (-18 °C) o menos. Además, es importante mantener los alimentos congelados bien envueltos o empaquetados para evitar quemaduras por congelación, etiquetar y fechar todos los artículos, y descongelar correctamente los alimentos congelados.

Para la descongelación, se pueden utilizar los siguientes métodos:

- En un refrigerador, para que la comida mantenga una temperatura de 41°F (5°C) o menos.
- Bajo agua corriente fría, siempre que la temperatura del agua sea de 70 °F (21 °C) o menos. En el caso de los alimentos listos para comer, ninguna parte del alimento puede superar los 41 °F (5 °C).
- En un horno de microondas, pero solo si el artículo se va a cocinar o servir de inmediato.

Sanidad en la Manipulación de alimentos

1. Comience con alimentos limpios y saludables de proveedores acreditados. Siempre que sea aplicable, compre carnes, aves, pescado, productos lácteos y huevos inspeccionados por el gobierno.
2. Manipule los alimentos lo menos posible. Utilice pinzas, espátulas u otros utensilios limpios en lugar de manos cuando sea práctico.
3. Utilizar equipos y mesas de trabajo limpios y desinfectados.
4. Limpie y desinfecte las superficies y el equipo de corte después de manipular aves, carnes, pescados, o huevos y antes de trabajar en otro alimento.

5. Coloque solo alimentos y cuchillos sanitarios u otras herramientas en las tablas de cortar. No coloque recipientes de comida, cajas de herramientas o libros de recetas, por ejemplo, sobre tablas de cortar, ya que es probable que la parte inferior de estos artículos no sea higiénica.
6. Limpie sobre la marcha. No espere hasta el final de la jornada laboral. Mantenga paños limpios y solución desinfectante a mano en su estación de trabajo y utilícelos con frecuencia.
7. Lave bien las frutas y verduras crudas.
8. Cuando saque alimentos del refrigerador, no saque más de lo que pueda procesar en 1 hora.
9. Mantenga los alimentos tapados a menos que vaya a usarlos inmediatamente.
10. Limite el tiempo que los alimentos pasan en la Zona de peligro de alimentos. Observa la regla de las cuatro horas.
11. Cocine los alimentos a las temperaturas internas mínimas de cocción.
12. Pruebe los alimentos correctamente. Con un cucharón u otro utensilio para servir, transfiera una pequeña cantidad de comida a un plato pequeño. Luego pruebe esta muestra con una cuchara limpia. Después de la degustación, no vuelva a utilizar ni el plato ni la cuchara. Envíelos a la estación de lavado o, si usa desechables, deséchelos.
13. Hierva las sobras de jugos, salsas, sopas y verduras antes de servir.
14. No mezcle las sobras con alimentos recién preparados.
15. Enfríe todos los ingredientes para ensaladas de proteínas y ensaladas de papa antes de combinarlos.

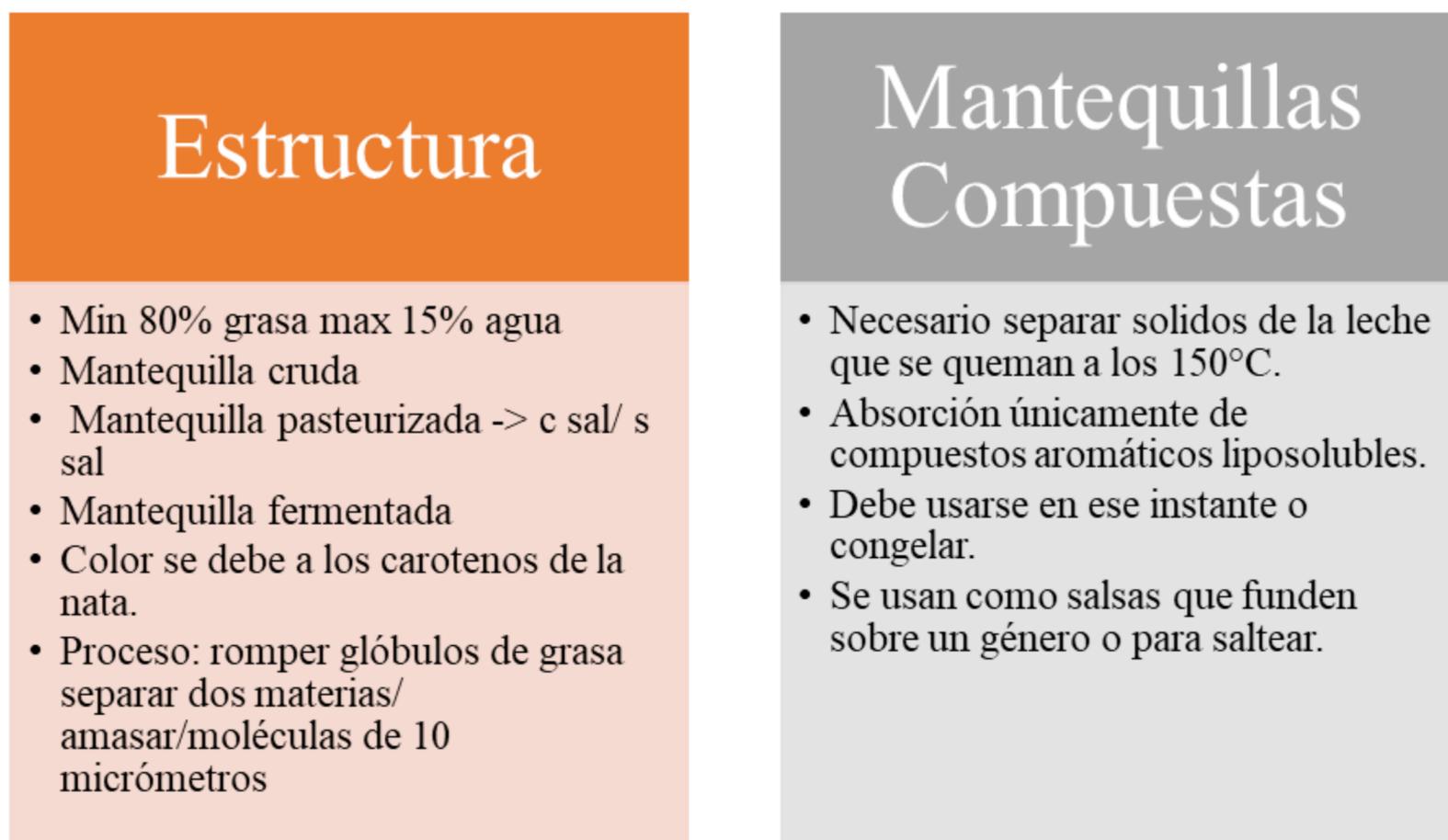
16. Enfríe y enfríe los alimentos rápida y correctamente, como se explica en la siguiente sección. Enfríe las natillas, los rellenos de crema y otros alimentos peligrosos lo más rápido posible vertiéndolos en recipientes poco profundos y desinfectados, cubriéndolos y refrigerándolos. No apile las sartenes.

Tema 3 Aplicaciones de Cocina Fría

Mantequillas

Figura 2.

Mantequillas



Nota: La figura 2 muestra como es la estructura y composición de las mantequillas.

Elaborado por: Francisco Jiménez

Aderezos/ Emulsiones

Los aderezos se sirven con mucha más frecuencia en los menús modernos que nunca antes, en parte debido a la popularidad de compartir platos de comida y pasar los aderezos alrededor de la mesa.

En muchos casos, los aderezos tienden a ser intercambiables, siendo la única diferencia real su viscosidad. Esta versatilidad permite al chef utilizarlos de diversas formas en el menú.

El departamento de garde manger utiliza una variedad de salsas frías importantes, además de los aderezos comúnmente servidos con ensaladas.

Figura 3.

Aderezos



Nota: la figura muestra la clasificación de los aderezos.

Elaborado por: Francisco Jiménez

Ajíes

El ají es un producto milenario y esencial en la comida ecuatoriana, presente en todas las mesas del país. Se utiliza para realzar sabores y humedecer platos típicos, aportando un sabor único. Las salsas de ají varían según la región y se combinan con productos nativos como chochos, tomate de árbol, pepa de zambo y maní.

En Ecuador, existen varios tipos de ají, denominados por su apariencia o nivel de picante, como ratón, uña de pava, rocoto, plátano amarillo, cerezo y el criollo. La capsaicina es la sustancia química responsable de su picor y de provocar una sensación placentera al ser consumido.

El ají es un fruto con tallo leñoso que crece en forma de arbusto. Sus flores son de color blanco o verdoso. El fruto es una baya que puede variar en color y tamaño, con forma esférica, cúbica o redonda, y contiene aceites esenciales. En su interior, tiene un hueco y semillas que contienen alcaloide piperina, que le da su sabor picante. Ecuador tiene una gran diversidad de flora y fauna, lo que se refleja en la variedad de salsas picantes en cada región del país, con ingredientes distintivos de cada zona.

Partes del ají

El fruto del ají tiene 4 partes importantes, que son la piel, la pulpa, la placenta y las semillas, y cada una de estas, contienen capsaicina en diferentes porcentajes, este gráfico, indica en general la anatomía del ají, pero dependiendo de la especie se observa que el porcentaje de capsaicina es menor o mayor. (Lema, 2018)

Figura 4.

Partes del Ají



Nota: la figura muestra las partes del ají.

Tomado: Lema 2018.

Ensaladas

Desde los primeros días de la preparación de ensaladas, su nombre ha sido otorgado en reconocimiento a sus ingredientes principales o en honor a un individuo para quien fue creada la ensalada. Aunque el nombre puede tener cierto significado, la importancia real radica en su composición y en la evaluación de sus puntos de calidad. Una ensalada puede ser analizada en función de su estructura, contenido y su valor saludable. El chef o gerente de garde manger debe considerar las siguientes variables al valorar la creación y presentación de ensaladas.

Las ensaladas tradicionalmente se han estructurado con los siguientes elementos durante cientos de años. Estas partes son fundamentales para la mayoría de las ensaladas, aunque pueden no estar presentes en todas. Su uso está sujeto en gran medida a las necesidades del evento culinario y a la opinión del chef. Las cuatro partes básicas son: la base, el cuerpo, el aderezo y la guarnición.

Base: La base sirve como fundamento sobre el cual se construye la ensalada y como lienzo que enmarca el resto de los ingredientes. Desde un punto de vista funcional, la base define la presentación de la ensalada, a menudo cubre el cuerpo de la ensalada y recoge y retiene el exceso de aderezo. Algunas bases comunes incluyen hojas de lechuga, chiffonade de lechuga, arroz, fideos, gajos de piña y mitades de aguacate.

Cuerpo: El cuerpo es la parte más importante y el punto focal de la ensalada, y se coloca sobre la base. Generalmente representa la parte más sustancial de la ensalada y a menudo le da nombre a la misma.

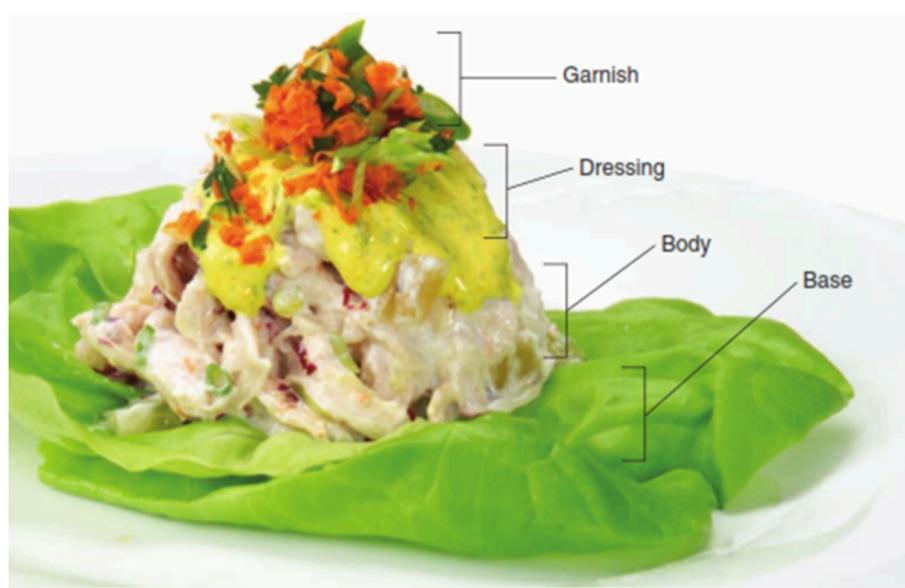
Ejemplos del cuerpo de la ensalada incluyen ensalada de atún, ensalada de mariscos, ensalada de frutas y ensalada de pato ahumado.

Aderezo: El aderezo se utiliza para humedecer y dar sabor a los demás ingredientes, mejorando así el cuerpo de la ensalada. Puede agregar un sabor sustancial a ensaladas suaves, contrastar con los sabores existentes o realzar delicadamente los sabores dominantes que se encuentran en las ensaladas. Los aderezos se pueden servir al lado (a menudo a petición de clientes preocupados por su dieta), rociarse sobre el cuerpo o mezclarse con la ensalada. Ejemplos comunes incluyen mayonesa, vinagreta, aderezo de queso azul, aderezo de semillas de amapola y aderezos hervidos."

Guarnición: la guarnición tiene como propósito añadir contraste en sabor, textura, color, altura y aroma al cuerpo de una ensalada. Las primeras ensaladas verdes solían ser adornadas con aros de manzana especiados, ramitas de perejil, aceitunas negras, gajos de tomate y picatostes en cubos. A pesar de su funcionalidad, les faltaba imaginación e intensidad.

Figura 5.

Estructura de la ensalada



Nota: La figura muestra la estructura de una ensalada.

Tomado: Lema 2018.

Ceviches

El ceviche o cebiche es un plato con un origen controvertido, ya que se cree que puede tener influencias árabes, polinesias o incas. Lima ha sido una ciudad que ha impulsado y convertido al ceviche en su plato emblema. Los distintos tipos de ceviches alrededor de la costa del Pacífico están influenciados por los productos locales y el intercambio cultural a lo largo de la historia. Este plato es común tanto en Latinoamérica como en Asia, con variantes como el Poisson Cru de Tahití, el YuiSa de China y el ceviche con aguacate de México, entre otros. La variedad de ceviches en los países que lindan con el Pacífico es impresionante.

A lo largo de la costa ecuatoriana se pueden encontrar ceviches hechos con diferentes productos del mar, como pescado, moluscos y crustáceos. Cada localidad tiene su receta heredada que le da un valor agregado a este plato tradicional. Por ejemplo, el ceviche de concha es representativo de la provincia de Esmeraldas, mientras que el ceviche de pescado es más reconocido en Manabí. Aunque el ceviche no es originario del Ecuador, es uno de los platos más conocidos en el país. (Valencia, 2016)

Áspic

Los chaud-froids se elaboran añadiendo gelatina a una salsa caliente, como demi-glacé, bechamel, o velouté. El término "chaud-froid" significa "frío y calor", haciendo referencia a la forma en que se prepara la salsa para su uso. Se calienta sobre un baño María hasta el punto en que fluye fácilmente. A continuación, se enfría sobre un baño de agua helada hasta que la gelatina se haya espesado y la salsa comience a adherirse a los lados del bol.

Luego, la salsa se utiliza para recubrir una variedad de artículos, desde platos hasta papeletas.

Las salsas de cobertura transparente, conocidas como áspics, se elaboran clarificando caldos, jugos o esencias y añadiendo suficiente gelatina para lograr el efecto deseado de firmeza. Se puede servir con un cucharón o verter el áspic sobre la solicitud deseada. El áspic es una de las salsas de recubrimiento más versátiles utilizadas en garde manger. Se puede utilizar para sellar un plato, dándole una apariencia casi como un espejo para agregar a la presentación del plato elementos como hojas de hierbas, rodajas de uva o verduras cortadas en una variedad de formas. Estos elementos se pueden incrustar en el áspic antes de que se congele. El áspic se puede cortar en formas y usarse como una sabrosa y decorativa guarnición. También se utiliza frecuentemente para sellar un artículo comestible, como el paté en croûte, tanto después de hornearlo para sellar todos los espacios de aire, como después de cortarlo.

Terrinas

Las terrinas, abreviatura de un plato conocido clásicamente como paté en terrina, son tradicionalmente mezclas de picadillo cocidas en un molde de barro con tapa hermética. Este plato recibe su nombre por el material utilizado para hacer el molde, que solía ser exclusivamente loza de barro sin esmaltar o terracota. En la actualidad, los moldes para terrinas se fabrican a partir de materiales como acero inoxidable, aluminio, cerámica, hierro fundido esmaltado, plástico apto para horno o loza vidriada. Estos materiales son más duraderos y sanitarios que la loza sin esmaltar, que solía ser la preferida por los charcuteros.

Los moldes para terrinas también vienen en una variedad de formas, incluyendo triangulares, semicilíndricas y trapezoidales.

Galantinas

Las galantinas, tal como las conocemos, han sido populares desde la época de la Revolución Francesa (1789-1799). El chef de la casa del marqués de Brancas, el señor Prévost, comenzó a elaborar este sabroso plato frío con aves de corral cocidas a la piel del ave, escalfadas en un rico caldo y conservadas en estado natural con gelatina. El origen del plato parece relativamente directo. Los orígenes de la palabra, sin embargo, son menos obvios. Según Larousse Gastronomique, el término deriva principalmente de una antigua palabra francesa para pollo: géline o galine. Según esta fuente, la asociación con el pollo es tan específica que, por sí sola, la galantina presupone pollo, a menos que se especifique lo contrario en el título. Otros expertos han promovido la idea de que galantina probablemente proviene de la palabra gelatina, y que la ortografía actual reemplaza gradualmente otras formas de la palabra, como galentyne, galyntyne, galandyne y galendine.

Dos términos adicionales, ballotine y dodine, también se utilizan de la misma manera que galantina. Los ballotines se pueden servir fríos o calientes. Los dodines, elaborados normalmente con carne de ave, especialmente el pato y el ganso, son bastante similares a las galantinas, excepto que se tuestan en lugar de escalfarse y siempre se sirven calientes. Los rollitos se diferencian de las galantinas en que están enrollados en una gasa o una envoltura de plástico, no en la “carcasa” de piel natural que presentan las galantinas.

Otra distinción entre los dos artículos es que, si bien las galantinas están firmemente asociadas con las aves de corral, las galantinas no tienen tal identidad. En cambio, los rollitos se elaboran a partir de una amplia gama de productos básicos, incluido el foie gras o la carne picada de muselina hecha de pescado o aves.

Muselina

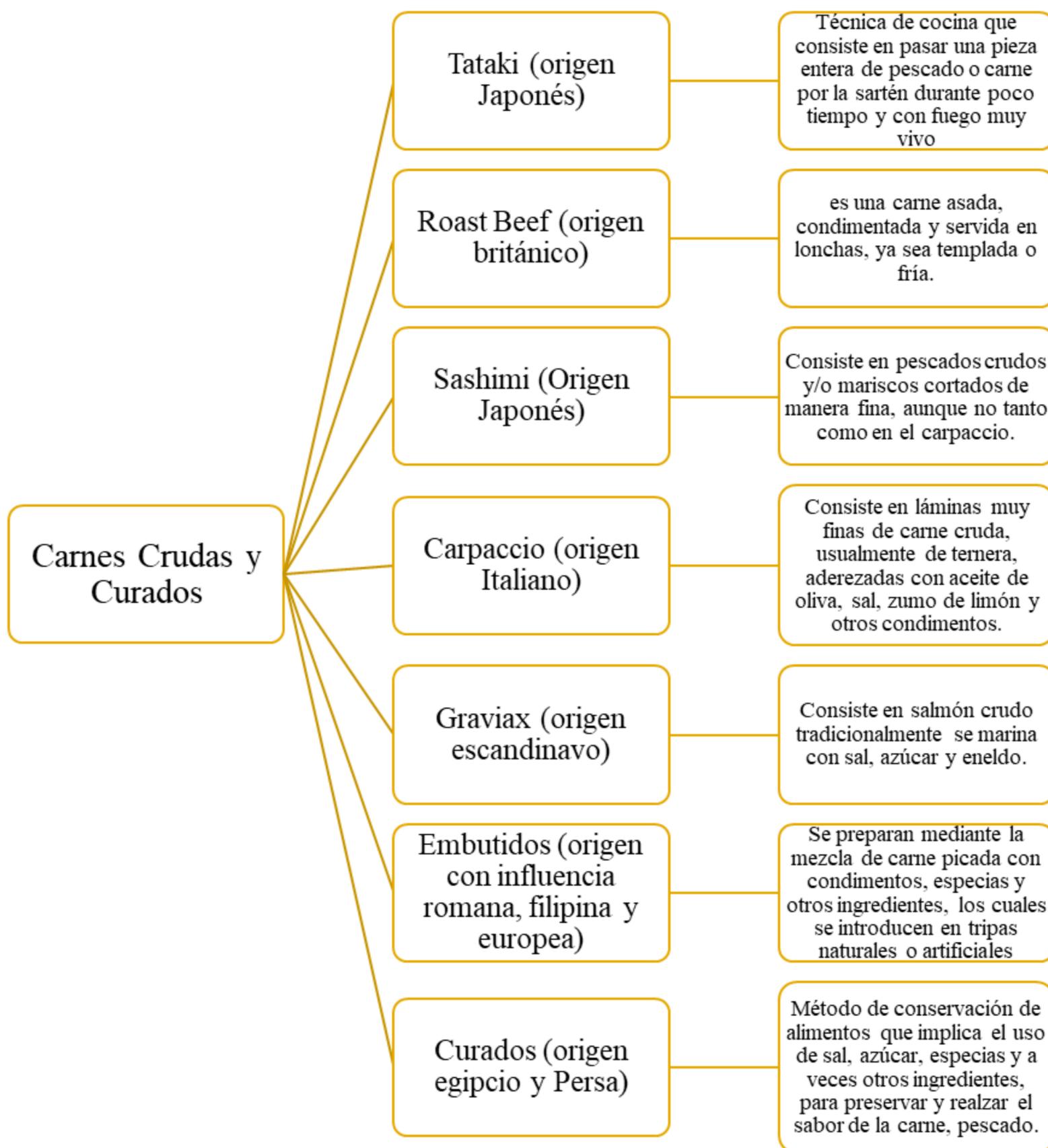
Una muselina es una mezcla similar a una mousse, pero con diferencias en dos áreas: (1) el uso de ingredientes crudos o cocidos y (2) el método de unión. Las muselinas utilizan ingredientes crudos que requieren cocción, a veces con panadas o claras de huevo, que también ayudan en el proceso de unión. Por otro lado, las mousses se elaboran con ingredientes cocidos que solo requieren unión, generalmente con gelatina, mediante refrigeración. Las muselinas se utilizan a menudo como relleno o se forman en bolas de masa de forma ovalada llamadas quenelles.

Carnes frías que se sirven crudas

El método básico para poder realizar el consumo de ciertos géneros cárnicos como la res, el pescado y en ciertas culturas el cerdo y los mariscos es un principio básico que se conoce como la acidificación de los alimentos, este proceso consiste en la exposición de los géneros a un medio ácido acuoso, en el cual se deja reposar en condiciones higiénicas adecuadas para que la mezcla ácida pueda actuar sobre las fibras de los alimentos haciéndolos más suaves y digeribles con el ablandamiento de las fibras. En algunos casos este proceso también resulta ser un método de conservación de los alimentos, así como también el realce de sabor del género y su terneza final.

A continuación, se refieren algunas de las preparaciones de la cocina clásica mundial donde se aplica dicho procedimiento de acidificación.

Figura 6.
Carnes Frías



Nota: la figura muestra las carnes crudas y curados más comunes.

Elaborado por: Francisco Jiménez.

Sánduches

Los sánduches pueden variar desde delicados bocadillos de té servidos en tapetes hasta el pan bagnat, tradicionalmente servido envuelto en papel en los puestos de los mercados abiertos del sur de Francia. Puede ser un elegante bocado de foie gras servido sobre brioche tostado como amuse-gueule (también conocido como amuse-bouche) o un Reuben asado sobre centeno servido con ensalada de patatas y pepinillos. Puede seleccionar entre diversas tradiciones culinarias, desde el “smørrebrød” escandinavo hasta los favoritos regionales estadounidenses como el “po'boy, la bruschetta y panini italianos”, así como los tacos y burritos mexicanos. Lo que unifica el concepto de sánduche en todos los casos es un relleno sabroso que se sirve sobre o dentro de pan o un envoltorio similar. Una combinación deliciosa y versátil que se adapta a una amplia variedad de gustos y tradiciones culinarias.

Conocerás más sobre los siguientes estilos de sánduches:

- Sánduches calientes, incluso a la parrilla.
- Sánduches fríos.
- Bocadillos y sánduches de té.

- Los sándwiches calientes pueden tener un relleno caliente, como las hamburguesas o el pastrami. Otros son hechos a la parrilla, como el sándwich Reuben. En algunos casos, como el sándwich de cerdo desmenuzado a la parrilla, se coloca un relleno caliente sobre el pan y el sándwich se cubre con una salsa picante.

- Los sánduches fríos incluyen versiones estándar estilo delicatessen hechas con carnes en rodajas o ensaladas aderezadas con mayonesa. Los sándwiches club, también

conocidos como sándwiches de tres pisos, podrían incluirse también en esta categoría.

- Los bocadillos y los sándwiches de té son artículos delicados hechos con pan de grano fino, sin corteza y cortados con precisión en formas y tamaños que se pueden comer en aproximadamente dos bocados promedio.

Autoevaluación de la Unidad 1

1. Responda las siguientes afirmaciones con “V” si es verdadera, o “F” si es falso:

Argumento	Respuesta
1. Los primeros métodos de conservación nacieron por accidente.	()
2. Las técnicas necesarias para preparar patés, terrinas, embutidos y quesos frescos son el dominio particular del garde manger.	()
3. Los peligros biológicos abarcan metales pesados, pesticidas y cualquier otra sustancia o compuesto que pueda tener efectos perjudiciales para la salud si está presente en los alimentos.	()
4. Los peligros químicos engloban trozos de cristal u otro material frágil, plástico, metal o cualquier otra sustancia ajena al alimento que pueda causar daño físico si se encuentra en los alimentos.	()
5. No trabajar con alimentos si se tiene alguna enfermedad contagiosa o infección es una norma básica de higiene.	()
6. El propósito de usar guantes es evitar dañar nuestras manos en la manipulación de alimentos.	()
7. El fruto del ají tiene 4 partes importantes, que son la raíz, hojas, flores y pistilos.	()
8. Las cuatro partes básicas de una ensalada son: la base, el cuerpo, el aderezo y la guarnición.	()
9. Las salsas de cobertura transparente, conocidas como áspics, se elaboran clarificando caldos, jugos o esencias y añadiendo suficiente gelatina para lograr el efecto deseado de firmeza.	()
10. Las muselinas utilizan ingredientes crudos que no requieren cocción	()
11. El tataki tiene origen Hindú y consiste en pasar una pieza entera de pescado o carne por la sartén durante poco tiempo y con fuego muy vivo	()
12. Lo que unifica el concepto de sánduche en todos los casos es un relleno sabroso que se sirve sobre o dentro de pan o un envoltorio similar	()



UNIDAD 2

CARNICERÍA

Unidad 2 Carnicería

Tema 1. Generalidades

La carnicería ha desempeñado un papel crucial en la gastronomía a lo largo de la historia, ya que ha proporcionado los ingredientes fundamentales para una amplia variedad de platos.

La historia de las carnicerías se remonta a la antigüedad, cuando los seres humanos comenzaron a cazar y a criar animales para obtener carne. Algunos puntos importantes sobre la historia de las carnicerías:

- **Orígenes antiguos:** En las sociedades antiguas, la caza y la recolección de carne eran fundamentales para la supervivencia. Con el desarrollo de la agricultura y la domesticación de animales, las comunidades comenzaron a criar ganado, cerdos, ovejas y otros animales para obtener carne.
- **Edad Media y Renacimiento:** Durante la Edad Media, las carnicerías se convirtieron en establecimientos importantes en las ciudades y pueblos, donde se vendía carne fresca. En el Renacimiento, estas tiendas se formalizaron aún más, con regulaciones y normativas para garantizar la calidad de la carne.
- **Revolución Industrial:** Con la llegada de la Revolución Industrial, las carnicerías experimentaron cambios significativos. La refrigeración, el transporte ferroviario y otras innovaciones permitieron una distribución más amplia de la carne.
- **Siglo XX:** En el siglo XX, las carnicerías evolucionaron para incluir procesos de envasado al vacío, instalaciones de procesamiento de carne a gran escala y normativas sanitarias más estrictas.

Al calentar las grasas, comienzan a descomponerse y, si se calientan lo suficiente, pueden deteriorarse rápidamente y comenzar a humear. La temperatura en la que esto ocurre se denomina punto de humo y varía según el tipo de grasa. La estabilidad de una grasa, es decir, su alto punto de humo, es una consideración importante en la fritura profunda.

Aquí hay algunos aspectos importantes de la historia de la carnicería en la gastronomía:

- **Diversidad de cortes:** Las carnicerías ofrecen una amplia gama de cortes de carne, lo que ha permitido a los cocineros experimentar con diferentes técnicas de preparación y cocción. Desde chuletas y filetes hasta costillas y carne picada, la carnicería ha sido el punto de partida para la creación de platos emblemáticos.
- **Desarrollo de recetas tradicionales:** Muchas recetas tradicionales de la gastronomía mundial se han desarrollado en torno a cortes específicos de carne que se encuentran en las carnicerías locales. Por ejemplo, el bistec a la parrilla, el estofado de cordero y el ragú de ternera son solo algunas de las preparaciones que han surgido gracias a la disponibilidad de carne en las carnicerías.
- **Innovación en la cocina:** La disponibilidad de cortes de carne fresca y de calidad en las carnicerías ha impulsado la innovación en la cocina. Desde la creación de platos gourmet hasta la experimentación con técnicas de ahumado y curado, la carnicería ha sido un punto de partida para explorar nuevas fronteras gastronómicas.
- **Relación con la agricultura y la ganadería:** La historia de la carnicería en la gastronomía también está estrechamente relacionada con la agricultura y la ganadería. La cría selectiva de animales para obtener cortes de carne

específicos ha influido directamente en la diversidad de opciones disponibles para los cocineros y amantes de la gastronomía.

En resumen, la carnicería ha sido un pilar fundamental en la evolución de la gastronomía, proporcionando los ingredientes básicos para innumerables recetas y contribuyendo a la diversidad culinaria en todo el mundo.

Tema 2. Carnes Composición y estructura

El tejido muscular consta de cuatro componentes principales: agua, proteínas, grasas y pequeño porcentaje de carbohidratos.

Agua

- El agua representa aproximadamente el 75% del tejido muscular.
- La contracción puede ser un problema al cocinar carne debido a la alta proporción de agua. La pérdida excesiva de humedad conlleva a carne seca, pérdida de peso y de ganancias.

Proteína

- La proteína es el nutriente más abundante en la carne, representando alrededor del 20% del tejido muscular.
- Al calentarse, la proteína se coagula, volviéndose más firme y perdiendo humedad. Esta coagulación está relacionada con la cocción.

Grasa

- Después de la coagulación de la proteína, la aplicación de calor más alto endurece la grasa.

- La grasa representa hasta el 5% del tejido muscular, pudiendo rodear los músculos en mayor proporción en algunos cortes.
- A pesar de las preocupaciones dietéticas y de salud, una cierta cantidad de grasa es deseable por su jugosidad, ternura y sabor.

Carbohidrato

- La carne contiene una cantidad muy pequeña de carbohidratos, pero juegan un papel necesario en la reacción de Maillard, que es crucial para lograr el sabor y la apariencia deseados al dorar la carne.

Dentro de la estructura tenemos:

Fibras Musculares

La carne magra está compuesta por fibras musculares largas y delgadas unidas en haces, las cuales determinan la textura o el grano de un trozo de carne.

- Carne de grano fino: compuesta por pequeñas fibras unidas en pequeños paquetes.
- Carne de textura gruesa: contiene fibras grandes.

Tejido Conectivo

Las fibras musculares están unidas en una red de proteínas llamada tejido conectivo, y cada fibra muscular está cubierta por una vaina de tejido conectivo. El cocinero debe comprender el tejido conectivo, ya que es resistente y afecta la ternura de la carne.

Características del tejido conectivo

- Carne rica en tejido conectivo proviene de regiones más musculosas o de animales más viejos.
- Los músculos más ejercitados tienen más tejido conectivo, como los músculos de las piernas.
- La carne de animales jóvenes es más tierna que la de animales viejos.

Las carnes ricas en tejido conectivo se pueden hacer más tiernas utilizando técnicas de cocción adecuadas.

Tipos de Tejido Conectivo

Colágeno:

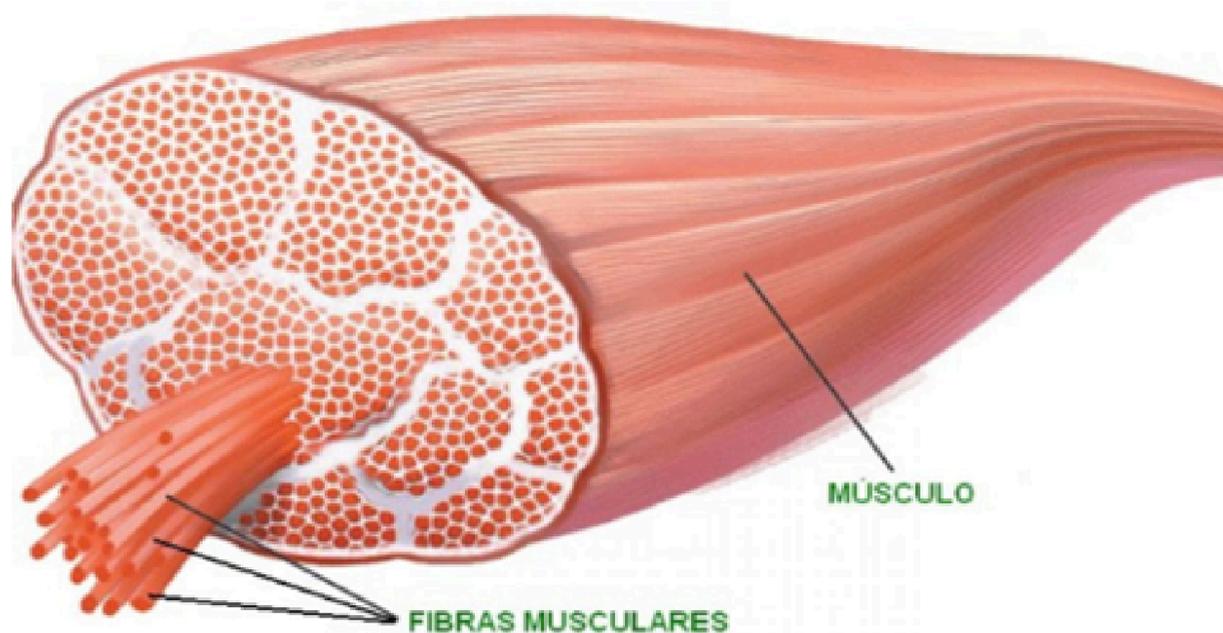
- La cocción lenta y prolongada en presencia de humedad descompone o disuelve el colágeno convirtiéndolo en gelatina y agua.
- La cocción prolongada con calor seco puede evaporar demasiada humedad, por lo que los métodos de cocción con calor húmedo a bajas temperaturas son más efectivos.
- Factores que ablandan el colágeno: ácido, enzimas y ablandadores.

Elastina: Los animales mayores tienen una mayor proporción de elastina que los animales más jóvenes. La elastina no se descompone al cocinar. El ablandamiento se puede lograr solo eliminando la elastina (cortando los tendones) y rompiendo mecánicamente las fibras, lo cual se puede lograr de las siguientes maneras:

- Golpear y cortar en cubos (como en filetes en cubos).
- Molienda (para la preparación de hamburguesas).
- Cortar la carne cocida en rodajas muy finas contra el grano (como en el asado de Londres).

Figura 7.

Estructura de la carne



Nota: la figura muestra la estructura de la carne

Tomado: Varios Autores 2011 Modernist Cuisine The cooking LabManager

Tema 3. Fisiología y Bioquímica de la faena

Determinación de la calidad de la carne

Existen tres propiedades fundamentales que determinan la calidad de la carne: textura, color y sabor. La carne magra está compuesta por aproximadamente 75% de agua, 20% de proteína y 5% de grasa, y contiene diversos compuestos presentes en tres tipos de tejido: muscular, conectivo y adiposo.

Textura

- Tejido muscular: compuesto por fibras que se ven afectadas por el ejercicio y el crecimiento del animal.
- Tejido conectivo: contiene colágeno, una proteína animal que es menos soluble a medida que el animal crece.
- Tejido adiposo: proporciona marmoleo y es termo-soluble.

Color

- Tejido muscular: el color puede variar entre rojo y blanco, influenciado por el pigmento proteico globina y el nivel de oxígeno en el tejido.
- Tejido conectivo: tiende a tener un color blanco plateado.
- Tejido adiposo: su color es blanco, y puede estar distribuido en forma delgada en la superficie o entre las fibras musculares.

Sabor

El sabor de la carne está influenciado por la alimentación del animal, su composición organoléptica, y lógicamente el trato que se le va dar desde su faenamiento hasta su cocción o proceso culinario.

Proceso del Sacrificio Animal

El animal deberá ser sacrificado con el menor sufrimiento posible.

El estrés debe evitarse, ya que los músculos vivos consumen glucógeno, lo que puede llevar a la acumulación de ácido láctico y a la reducción de la actividad enzimática, lo que resulta en la pérdida de fluidos. Durante el aturdimiento y la etapa de sacrificio, es crucial evitar cortes negros y la coagulación para garantizar la calidad de la carne. La calidad de la carne está estrechamente relacionada con el proceso de sacrificio, incluyendo la muerte por desangrado en posición vertical.

Rigor Mortis

El rigor mortis, que marca el inicio del proceso de maduración, comienza aproximadamente entre una hora y dos horas y media después del sacrificio. Durante este período, las fibras

musculares se contraen y los filamentos de proteínas se unen entre sí. La duración de este proceso dependerá de la especie sacrificada. Es necesario colgar los animales sacrificados en posición vertical para que la gravedad reduzca la rigidez y debilite la estructura muscular.

Maduración

La maduración de la carne implica procesos químicos lentos, que, en el caso de carnes con grasas insaturadas, deben ser consumidas pronto, ya que tienden a volverse rancias. La carne de bovino es la que puede madurarse durante más tiempo, incluso por meses.

Durante la maduración de la carne, se produce la transformación de macromoléculas en sus unidades estructurales: las proteínas se transforman en aminoácidos simples, el glucógeno en glucosa, el ATP en IMP, y la grasa en ácidos grasos aromáticos. Esto da como resultado cortes de carne más tiernos.

Las enzimas calpaínas y catepsinas juegan un papel crucial en este proceso. Las calpaínas debilitan las proteínas que contraen las fibras musculares, mientras que las catepsinas debilitan las fibras de colágeno en el tejido conectivo, evitando la contracción y haciendo que la carne pierda menos humedad al cocinarse.

Es importante tener en cuenta que la desnaturalización de las calpaínas ocurre a 40°C, mientras que la desnaturalización de las catepsinas ocurre a 50°C.

Tema 4. Limpieza, corte y cocción de géneros cárnicos

Cocción

Las carnes pueden ser cocidas en medio húmedo o en medio seco. La jugosidad de la carne está definida por el tejido adiposo interno, la solubilización del tejido conectivo y la coagulación de las proteínas miofibrilares.

Las cocciones en medio húmedo por lo general resultan en carnes bien cocidas. Por otro lado, un calor directo muy fuerte tiende a endurecer rápidamente las fibras musculares y a provocar la pérdida acelerada de líquido.

Figura 8.

Temperatura Interna de cocción de las carnes.

MEAT	RARE	MEDIUM	WELL DONE
Beef	130°F (54°C)	140°–145°F (60°–63°C)	160°F (71°C)
Lamb	130°F (54°C)	145°F (63°C)	160°F (71°C)
Veal	—	145°–150°F (63°–66°C)	160°F (71°C)
Pork	—	—	160°–170°F (71°–77°C)

Nota: la figura muestra la temperatura interna de cocción de la carne

Tomado: Gisslen W. (2017). Professional Cooking 8va. Edition Operation Manager

Cortes en Aves

Figura 9.

Los cortes del pollo



Nota: la figura muestra los cortes del pollo

Tomado: Lema 2018

- **Jamoncitos de pollo (Fusi di pollo):** Situados entre las patas y los contramuslos, la carne de los jamoncitos es tierna y jugosa, perfecta para preparar de diferentes maneras, incluyendo la opción de deshuesarlos para facilitar su manipulación en la cocina.

- Contramuslos de pollo (Cosce di pollo): Con una textura succulenta, los contramuslos de pollo son ideales para cocinar al horno y pueden deshuesarse para abrirlos y partirlos en rodajas, listas para empanar o cocinar de diversas formas.
- Alitas de pollo (Ali di pollo): Estas son ideales para dar sabor al caldo, así como para freírlas o saltearlas en la sartén. Consideradas una carne de segunda, las alitas de pollo son económicas, rápidas de cocinar y muy sabrosas, adecuadas para una amplia variedad de preparaciones culinarias.
- Pechugas de pollo (Petti di pollo): La carne magra de las pechugas tiende a secarse si se cocina durante mucho tiempo, por lo que es perfecta para preparar escalopes, guisos o para usar en ensaladas. Sin embargo, no son aptas para hacer caldo de pollo, ya que no aportan el sabor que proporcionan los huesos.

Además de las partes consideradas nobles, hay cortes más "pobres" que eran la base de la dieta campesina en el pasado. Estas partes suelen tener sabores intensos y representan el verdadero corazón del sabor del pollo. Hoy en día, incluso en las cocinas más importantes, estas piezas han sido redescubiertas y a menudo se combinan con ingredientes refinados que realzan su sabor.

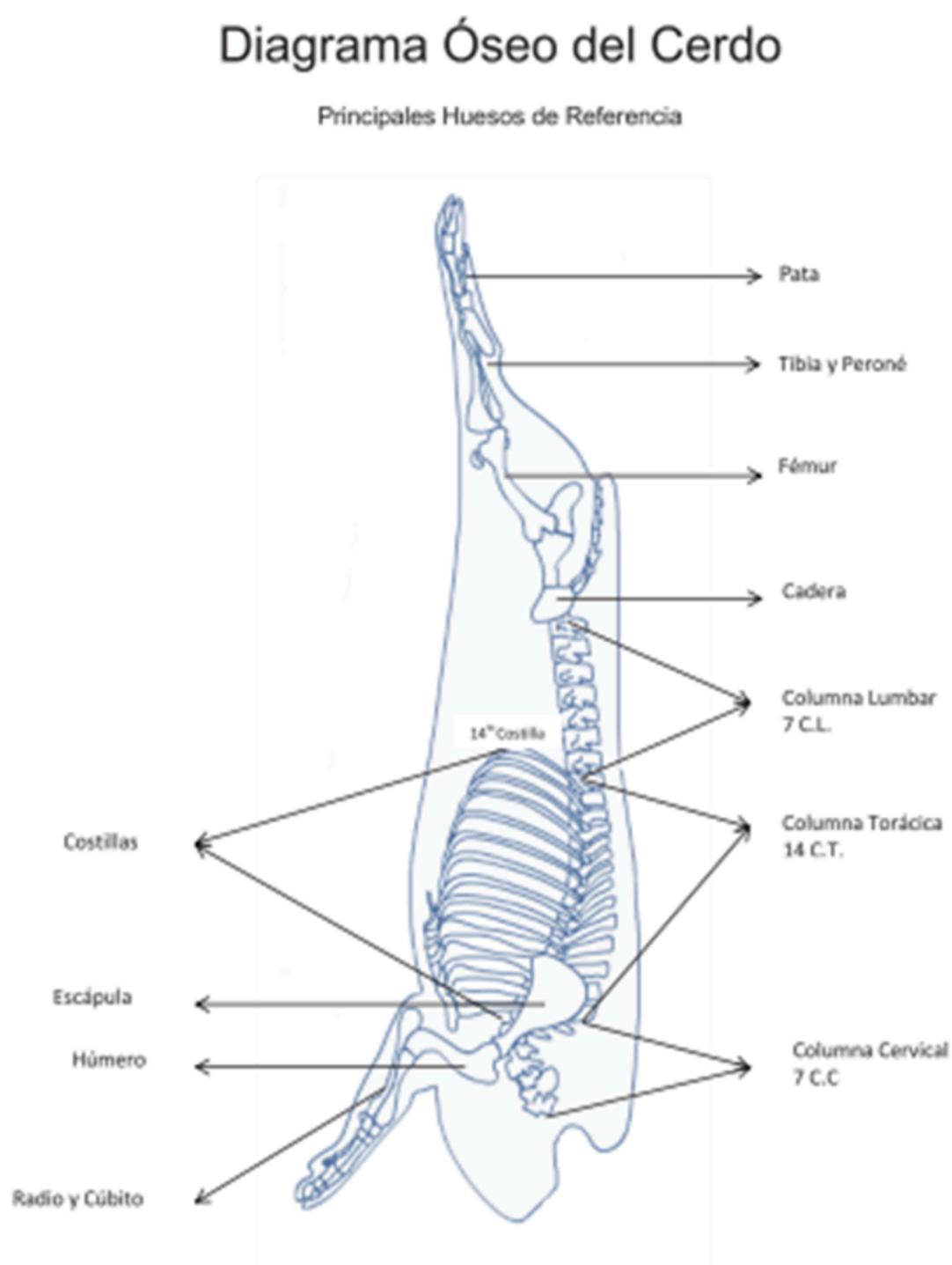
- Patas de pollo (Zampe di pollo): Con su textura callosa, las patas de pollo son indispensables en algunos platos asiáticos y se utilizan para preparar fondos, sopas y caldos.
- Cuellos de pollo (Colli di pollo): Principalmente huesos con muy poca carne, los cuellos de pollo son ideales para hacer caldos y salsas que realzan el sabor de otros platos.

- Crestas de pollo: Aunque es un corte de carne muy pobre, las crestas de pollo tienen un sabor excepcional y se pueden preparar guisadas o cocinadas rápidamente en una sartén con especias y hierbas.
- Hígados de pollo (Fegatini di pollo): Con un sabor intenso pero más delicado que las vísceras de vacuno y ovino, los hígados de pollo son perfectos para preparar salsas y patés.

Cortes del Cerdo

Figura 10.

Diagrama Óseo del Cerdo



Nota: la figura muestra el diagrama óseo del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Pierna entera con cuero: Para obtener este corte, se debe cortar en la articulación de la última vértebra lumbar y de la cadera. La pierna incluye los huesos del fémur, cadera, tibia y peroné, al igual que el cuero y la grasa.

Figura 11.

Pierna entera con cuero



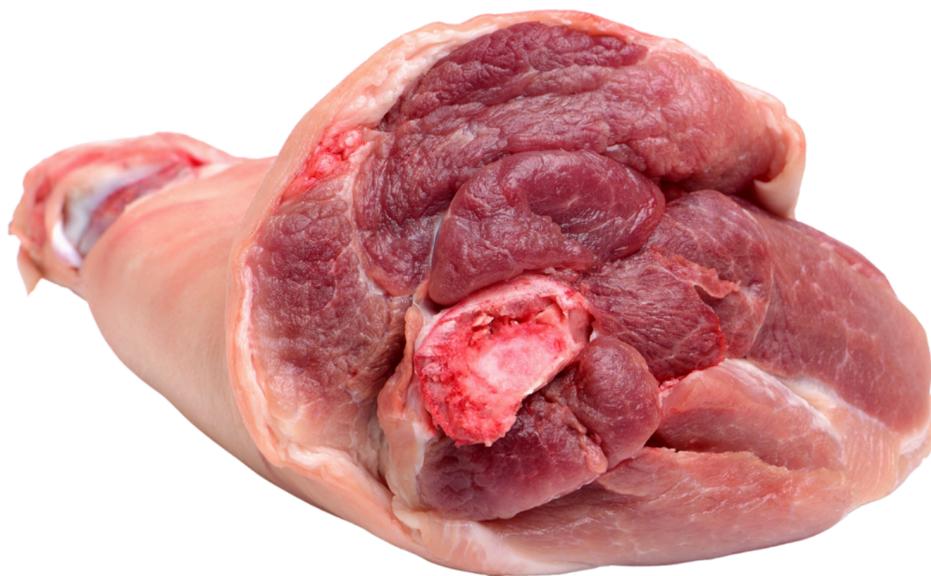
Nota: la figura muestra el corte de pierna entera con cuero del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Pierna con cuero sin pata: Este corte es similar al C1, pero se separa la pata trasera por encima de la articulación.

Figura 12.

Pierna con cuero sin pata



Nota: la figura muestra la pierna con cuero sin pata del cerdo.
Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Pierna sin cuero y sin grasa: Este corte se obtiene retirando el cuero y la grasa del C2.

Figura 13.

Pierna sin cuero y sin grasa



Nota: la figura muestra la pierna sin cuero y sin grasa del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Pierna sin cuero deshuesada: Para obtener este corte se debe retirar los huesos de la cadera, tibia, peroné y fémur del C3. El fémur puede retirarse haciendo un corte entre los músculos del Cuadriceps femoral y músculo Gracilis y Pectineus, o cortando la carne alrededor del hueso hasta retirarlo.

Figura 14.

Pierna sin cuero deshuesada



Nota: la figura muestra la pierna sin cuero deshuesada del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Chuletero con cuero y grasa más cuello lomo fino: Este corte se obtiene de la mitad de la columna vertebral cortada horizontalmente, con una longitud que parte desde la articulación que la une a la última vértebra lumbar con la cadera (7a C.L.) hasta la articulación que une las vértebras torácicas número 3 y 4 (Ver diagrama óseo del cerdo). Con una porción de las costillas no mayor a 5cm medido desde un punto ventral al músculo Longissimus dorsi.

Figura 15.

Chuletero con cuero y grasa más cuello lomo fino



Nota: la figura muestra el chuletero con cuero y grasa más cuello lomo fino del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Chuletero sin cuero: Se obtiene del C5 una vez que se ha retirado el cuero, con contenido de grasa restante.

Figura 16.

Chuletero sin cuero



Nota: la figura muestra el chuletero sin cuero del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Chuletero lumbar: Se obtiene del C6, se separa realizando un corte entre la costilla 13 y la 14 o bien al extremo angosto del músculo Psoas mayor. Con una porción de los músculos Obliquus abdominis y Transversus abdominis no mayor a 5 cm medido desde un punto ventral al músculo Longissimus dorsi.

Figura 17.

Chuletero lumbar



Nota: la figura muestra el chuletero lumbar del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Chuletero deshuesado: Se obtiene del C6 realizando el deshuese total del mismo. Puede incluir parte del músculo Espinalis dorsi, sin embargo éste no puede tener un grosor mayor al del Longissimus dorsi. No incluye el músculo Psoas mayor ni el Psoas menor.

Figura 18.

Chuletero deshuesado



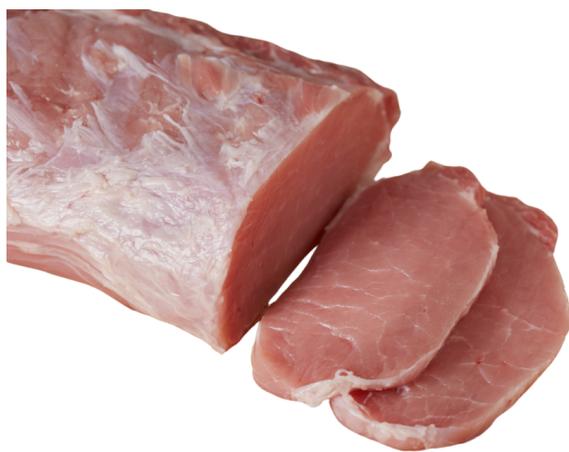
Nota: la figura muestra el chuletero deshuesado del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Lomo fino: Para obtener este corte se debe realizar el deshuese del C5. Incluye únicamente al músculo Psoas mayor. El lomo fino es la carne de mayor suavidad. Se encuentra en la parte interna de la canal, a la altura de las lumbares, en donde su parte más ancha se ubica en la cadera y su parte más delgada en la parte interna de la columna lumbar.

Figura 19.

Lomo Fino



Nota: la figura muestra el lomo fino del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Chuleta de cola: Se obtiene del chuletero sin cuero C6. Se realiza un corte de grosor establecido según la especificación comercial. Con una porción de las costillas no mayor a 5 cm medido desde un punto ventral al músculo Longissimus dorsi.

Figura 20.

Chuleta de cola



Nota: la figura muestra la chuleta de cola del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Paleta de Brazo con cuero: Se obtiene de la media canal con cuero y con hueso, luego de realizar un corte vertical a la altura de la cuarta costilla y otro corte horizontal por encima de la articulación de la escápula y el húmero, de modo que se realiza un corte a los músculos Triceps brachii, Infraspinatus y Supraspinatus entre otros que son seccionados para obtener este corte. La papada debe retirarse mediante un corte recto.

Figura 21.

Paleta de Brazo



Nota: la figura muestra la paleta de brazo del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Chuleta de brazo: Se obtiene de la paleta de brazo con cuero, una vez que se le han retirado los huesos del cuello y el cuero, pero se mantiene el hueso de la escápula, con la grasa que queda luego de retirar el cuero o de la limpieza no exhaustiva de la misma.

Figura 22.

Chuleta de brazo



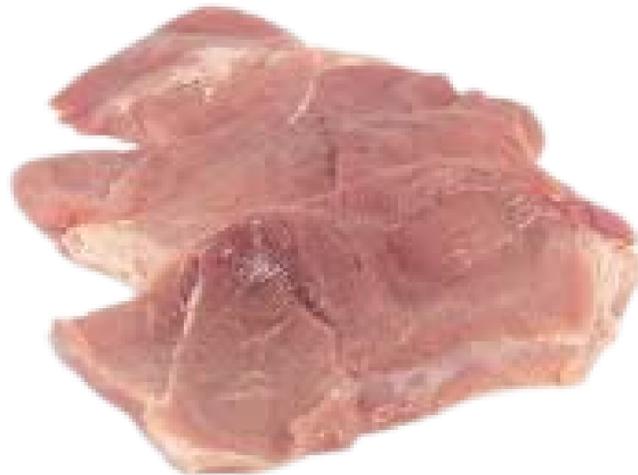
Nota: la figura muestra la chuleta de brazo del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Carne de Brazo: Esta pieza se obtiene del C11 una vez separado el cuero. Consiste en el grupo de músculos que rodean el hueso de la escápula, sin cuero y con la grasa que queda luego de retirarlo o de la limpieza no exhaustiva de la misma.

Figura 23.

Carne de brazo



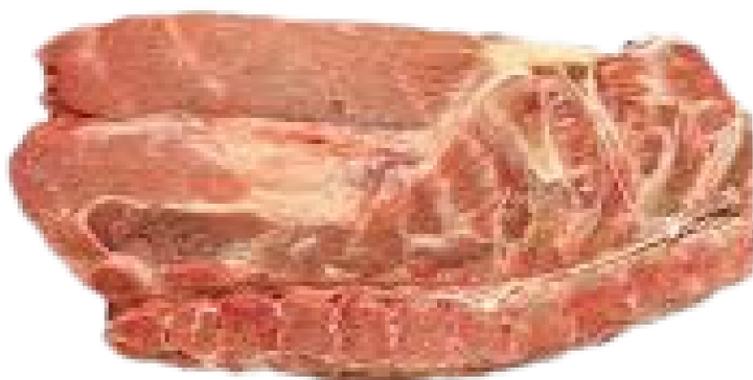
Nota: la figura muestra la carne del brazo del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Cuello del chuletero: Se obtiene del C11, consiste en la mitad de la columna vertebral a la altura de las vértebras cervicales, con una longitud que parte desde la articulación que la une a la cabeza Atlanto-occipital hasta la tercera costilla (3era C.T.). Cortada horizontalmente, sin cuero ni cartílagos y con la grasa que queda luego de retirar el cuero o de la limpieza no exhaustiva de la misma.

Figura 24.

Cuello del chuletero



Nota: la figura muestra el cuello del chuletero del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Costillar con cuero y grasa: Se obtiene de la media canal, al realizar un corte paralelo a la columna vertebral de modo que se separen todas las costillas del chuletero con cuero y grasa. Incluye la falda y todas las costillas o al menos 11 costillas. Con cuero y puede incluir parte del hueso esternón y la grasa renal.

Figura 25.

Costillar con cuero y grasa



Nota: la figura muestra el costillar con cuero y grasa del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Falda con cuero, grasa y tocineta: Se obtiene del costillar con cuero y grasa, realizando un corte alrededor del área cartilaginosa de las costillas, desde la base del hueso esternón hasta la decimocuarta costilla. Incluye el cuero y no la grasa renal.

Figura 26.

Falda con cuero, grasa y tocineta



Nota: la figura muestra la falda con cuero, grasa y tocineta del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Tocineta: Se obtiene al realizar un corte rectangular luego de haber retirado todas las costillas del costillar con cuero y grasa. Incluye parte de la falda, con cuero pero no la grasa renal.

Figura 27.

Tocineta



Nota: la figura muestra la tocineta del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Brazo con cuero y grasa: Se obtiene de la media canal, al realizar un corte por encima de la articulación de la escápula y el húmero, de modo que incluye las tres primeras costillas y parte de los músculos Triceps brachii, Infraspinatus y Supraspinatus entre otros. Con cuero, pero sin incluir la papada y la pata.

Figura 28.

Brazo con cuero y grasa



Nota: la figura muestra el brazo con cuero y grasa del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Pic nic de brazo: Se obtiene del C18, una vez que se han retirado las costillas y recortado el cuero de modo que se ajuste al borde de los músculos correspondientes.

Figura 29.

Pic nic de brazo



Nota: la figura muestra el pic nic del brazo del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Codillos: Se obtiene del brazo con cuero y grasa. Debe realizarse un corte aproximadamente a la mitad de los huesos del húmero y el radio/cúbito, de modo que la articulación que existe entre estos huesos quede intacta. Con cuero pero sin incluir la pata.

Figura 30.

Codillos



Nota: la figura muestra los codillos del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Brazo entero con cuero, grasa y patas: Se obtiene de la media canal. Corresponde a la pierna delantera con los huesos de la escápula, húmero, radio y cúbito.

Figura 31.

Brazo entero con cuero, grasa y patas



Nota: la figura muestra el brazo entero con cuero, grasa y patas del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Brazo entero sin cuero y sin grasa: Se obtiene del C 21 retirando el cuero y con la grasa que queda luego de retirar el mismo o de la limpieza no exhaustiva. La pata delantera debe separarse mediante un corte transversal por encima de la articulación de la misma.

Figura 32.

Brazo entero sin cuero y sin grasa



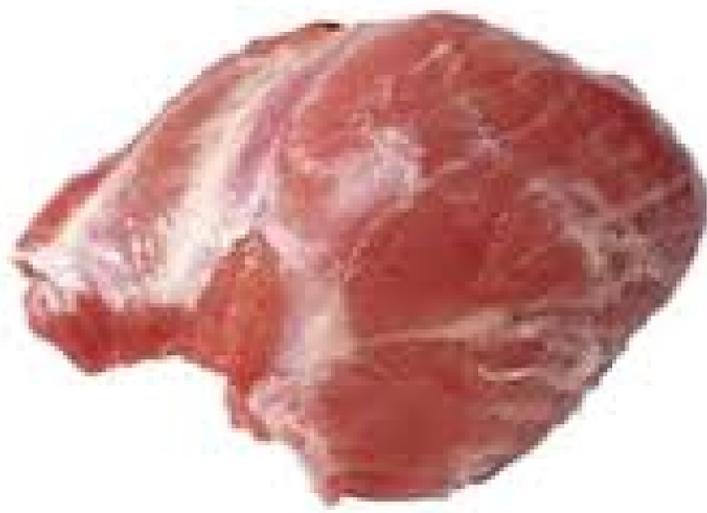
Nota: la figura muestra el brazo entero sin cuero y sin grasa del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Brazo deshuesado: Se obtiene del chuletero con cuero una vez que se ha deshuesado por completo. Sin restos de cartílagos.

Figura 33.

Brazo deshuesado



Nota: la figura muestra el brazo deshuesado del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Cabeza: La cabeza del cerdo debe ser separada sin incluir la papada. El recorte obtenido luego del deshuese de la misma puede comercializarse como recorte de cabeza o mezclado con el recorte industrial y clasificado según su cantidad de grasa.

Figura 34.

Cabeza



Nota: la figura muestra la cabeza del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Grasa: La grasa se encuentra ubicada entre el cuero y la carne magra de cualquier parte de la canal. Se obtiene posterior al deshuese o durante la limpieza de los cortes.

Figura 35.

Grasa



Nota: la figura muestra la grasa del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Carne molida: Se elabora de cualquier parte muscular de la canal que resulte en un producto que cumpla con los parámetros o requisitos solicitados. Deberá estar libre de huesos, cartílagos, cuero, tejido mamario granuloso, tendones gruesos expuestos y ganglios. Los cortes de carne que presenten una cantidad alta de contenido de tejido conectivo, como los extremos tendinosos de los cortes ubicados a la altura de los huesos de la tibia y radio, deberán incluirse únicamente los que luego de realizar un corte transversal muestren un mínimo de 75% de carne magra. La cantidad de grasa debe declararse en la etiqueta.

Figura 36.

Carne molida



Nota: la figura muestra la carne molida del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

- Cuero con grasa: Es una pieza de cuero con contenido de grasa. Se encuentra cubriendo toda la canal. Se obtiene posterior al deshuese y puede ser presentada en tiras o hasta una sola pieza.

Figura 37.

Cuero con grasa



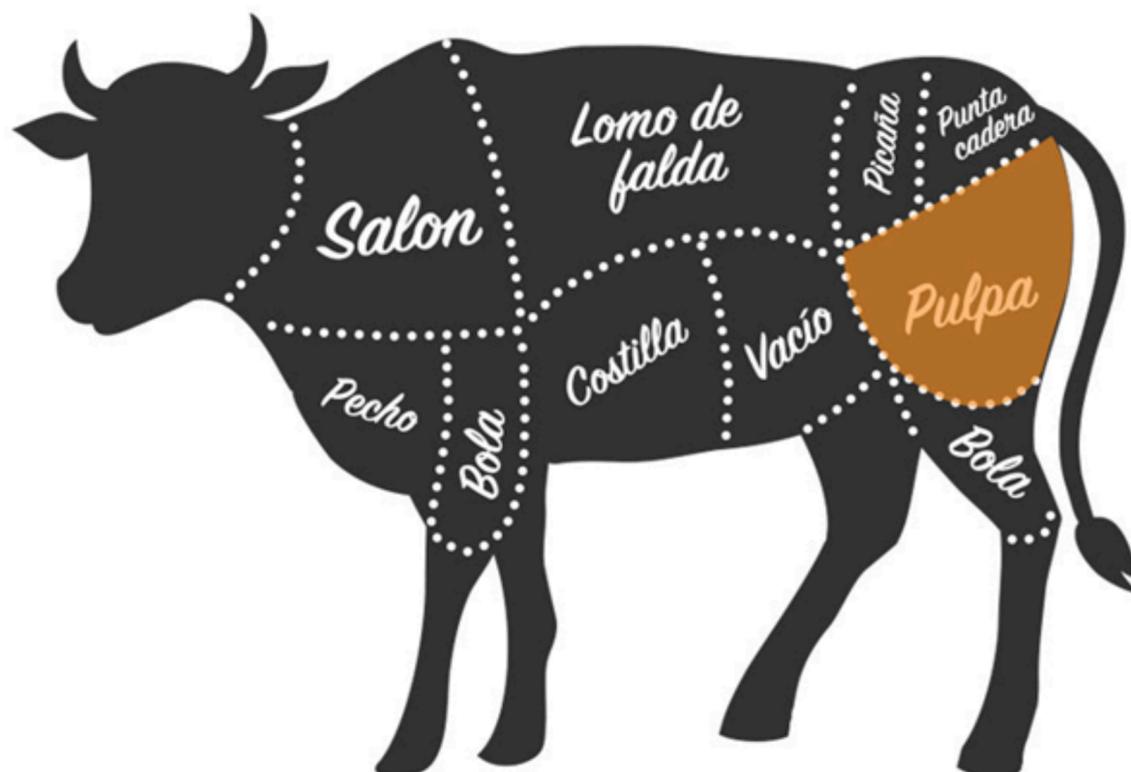
Nota: la figura muestra el cuero con grasa del cerdo.

Tomado de: Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE

Cortes de Res

Figura 38.

Cortes de la res



Nota: la figura muestra los cortes principales de la res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Lomo de aguja: El lomo de aguja de res se ubica en la parte delantera del animal, específicamente en la región del hombro. Este corte se encuentra en una zona de músculos que se utilizan con frecuencia, lo que le otorga su característica jugosidad y sabor distintivo.

Figura 39.

Lomo de aguja



Nota: la figura muestra lomo de aguja de res.

Tomado de: Garcia Joel, Cortes de Res

- **Cogote o nuca/pecho:** El cogote de res se ubica en la parte delantera del animal, en la región del cuello. Es una zona que puede contener cortes de carne con hueso, como el corte conocido como "ossobuco". Debido a la presencia de músculos y colágeno, el cogote es ideal para preparaciones de cocción lenta, como guisos y estofados, ya que el colágeno se descompone durante la cocción prolongada, resultando en una carne tierna y llena de sabor.

Figura 40.

Cogote o nuca/pecho



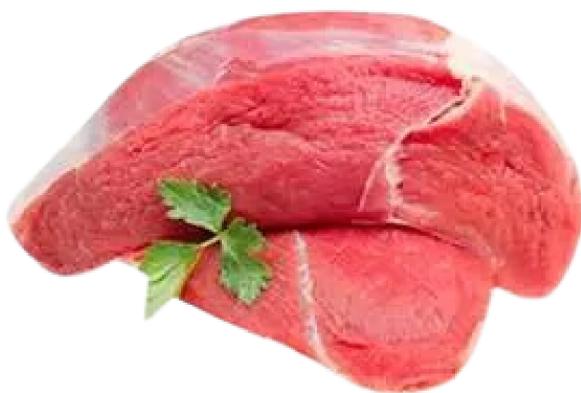
Nota: la figura muestra cogote o nuca/pecho de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- **Lomo de falda:** El lomo de falda de res se ubica en la parte delantera del animal, específicamente en la zona del vientre, entre las costillas y el pecho. Es un corte que contiene fibras musculares largas y es ideal para preparaciones de cocción lenta.

Figura 41.

Lomo de falda



Nota: la figura muestra lomo de falda de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Costilla y caucara falda dorada : costilla y caucara de res se ubica en la parte delantera del animal, específicamente en la zona del pecho y las costillas. Este corte es conocido por su sabor intenso y su contenido de colágeno.

Figura 42.

Costilla de res



Figura 43.

caucara de res



Nota: las figuras 42 y 43 muestran la costilla y caucara de la res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Lomo de asado: El lomo de asado se encuentra en la parte dorsal del animal, cerca de la zona de las costillas. Este corte es conocido por su ternura y sabor, y es ideal para preparaciones a la parrilla, al horno o en guisos cortos.

Figura 44.

Lomo de asado



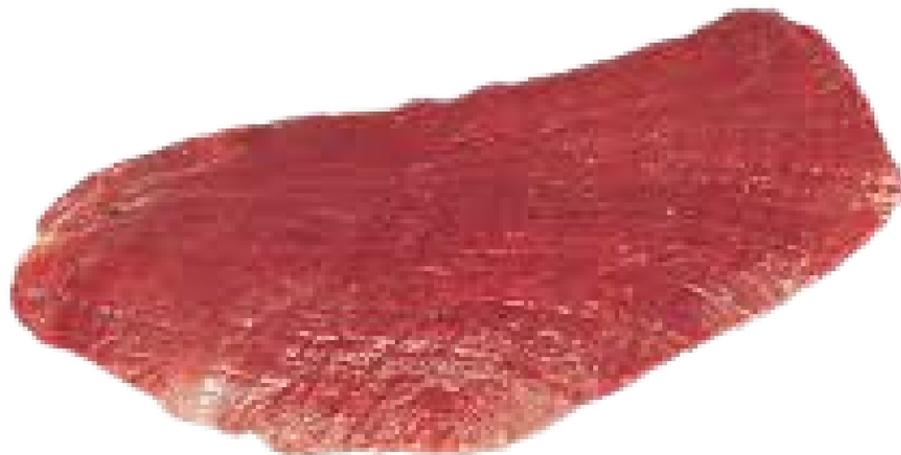
Nota: la figura muestra lomo de asado de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Falda vacío: El corte de falda o vacío de res se encuentra en la parte ventral del animal, en la zona del vientre y el pecho. Es un corte que se caracteriza por su sabor intenso y su textura.

Figura 45.

Falda vacío



Nota: la figura muestra falda vacío de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Lomo fino: El lomo fino de res se encuentra en la parte más baja de la espalda del animal, justo encima del lomo. Es un corte de carne magra y tierna, ideal para asar.

Figura 46.

Lomo Fino



Nota: la figura muestra lomo fino de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Punta de cadera o pajarita: La punta de cadera de la res se encuentra en la parte trasera del animal, específicamente en la región de la cadera.

Figura 47.

Punta de cadera o pajarita



Nota: la figura muestra la punta de cadera de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Salón: El salón de res es un corte de carne de res, específicamente se refiere a la parte alta de la pierna trasera del animal.

Figura 48.

Salón



Nota: la figura muestra el salón de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Pulpa blanca: La pulpa blanca de res es un corte de carne que se encuentra en la parte interna del muslo trasero del animal.

Figura 49.

Pulpa Blanca



Nota: la figura muestra la pulpa blanca de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Pulpa negra o Bola: La "bola de res" es un corte de carne que se encuentra en la parte superior de la pierna trasera del animal.

Figura 50.

Pulpa negra o bola



Nota: la figura muestra la pulpa negra de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

- Culata de contra: La contra de culata es una pieza que se obtiene de la pierna trasera, situada entre la hoja blanda y el jarrete trasero.

Figura 51.

Culata de contra



Nota: la figura muestra la culata de contra de res.

Tomado: Garcia Joel, Cortes de Res

Pescados y Mariscos

Las habilidades de fabricación del garde manger se ponen a prueba de inmediato al trabajar con mariscos, especialmente pescados. Un manejo inexperto puede afectar rápidamente tanto el rendimiento como la presentación del pescado, por lo que los chefs deben encontrar múltiples oportunidades para perfeccionar sus habilidades con el cuchillo al trabajar con pescados y mariscos, dado que la estructura esquelética de los peces es básicamente universal.

Reconocimiento de Puntos de Calidad en Pescados y Mariscos

Puntos de calidad en Pescados

Es esencial contar con absoluta frescura para disfrutar al máximo de cualquier plato de pescado, tanto en sabor como en nutrición. Un pescado pasado no solo resulta poco apetecible, sino que también puede ser la causa de trastornos digestivos o incluso intoxicaciones alimentarias.

La condición de los pescados y mariscos se puede evaluar siguiendo algunas reglas simples:

- Los ojos deben ser brillantes y llenos, no hundidos.
- Las branquias deben presentar un color rojo rosado brillante.
- La carne debe ser firme y elástica.
- Las escamas, si presentes, deben ser abundantes y firmes, sin desprenderse al manipular el pescado.
- El pescado debe tener un olor agradable y salado.
- La piel debe lucir brillante y tener un buen color.
- La pulpa del pescado blanco debe ser realmente blanca, sin tonos amarillentos.
- El pescado debe sentirse pesado en relación a su tamaño.

Asimismo, existen indicios seguros de estancamiento que pueden ser detectados al evaluar pescados:

- Un olor desagradable a amoníaco está presente y aumenta con el estancamiento.
- La carne flácida conserva la huella del dedo.
- Los ojos están hundidos, con pérdida de claridad.
- Las branquias están opacas y descoloridas.

Puntos de calidad de los mariscos

- Al inspeccionar todos los mariscos frescos, es importante confirmar que están vivos y sanos.
- Los crustáceos, como las langostas, deben ser vivaces y estar a la defensiva cuando se sienten molestados.
- Los bivalvos, como los mejillones y las almejas, generalmente deben tener conchas bien cerradas. Sin embargo, al tocar una concha ligeramente abierta y hacer que esta se cierre rápidamente indica un marisco vivo. Si la concha no reacciona al golpeteo y se cierra por sí sola, se considera no comestible y debe ser descartado.

- Los univalvos, como el caracol y la caracola, son difíciles de evaluar. Sin embargo, al introducir la carne protegida alrededor de la apertura debería causar una rápida retracción de los mariscos.
- Al cocinar bivalvos, las conchas deben abrirse durante el hervor. Cualquier concha que no se abra debe ser desechada, ya que la carne no es comestible.

El pescado

Composición y estructura

La carne del pescado, al igual que la de la carne y las aves, está compuesta por agua, proteínas, grasas y pequeñas cantidades de minerales, vitaminas y otras sustancias. Sin embargo, las diferencias entre ellas son quizás más importantes que las similitudes.

Por ejemplo, el pescado tiene muy poco tejido conectivo, lo que representa una de las diferencias más significativas entre el pescado y la carne.

1. El pescado se cocina rápidamente, incluso a fuego lento (con el calor suficiente para coagular las proteínas).
2. La ternura del pescado es inherente a su naturaleza. Su textura no se debe a la presencia de tejido conectivo, sino al endurecimiento de la proteína por la exposición a altas temperaturas.
3. Los métodos de cocción con calor húmedo no se emplean para ablandar el pescado, sino para preservar su jugosidad y ofrecer variedad culinaria.
4. Es crucial manipular con cuidado el pescado cocido, ya que puede deshacerse fácilmente.

Clasificación culinaria del pescado

Existen varios criterios de clasificación de los pescados, por su forma, por su contenido graso, por su color, por tipo de agua donde viven

Figura 52.

Clasificación culinaria del pescado



Nota: la figura muestra la clasificación culinaria del pescado.

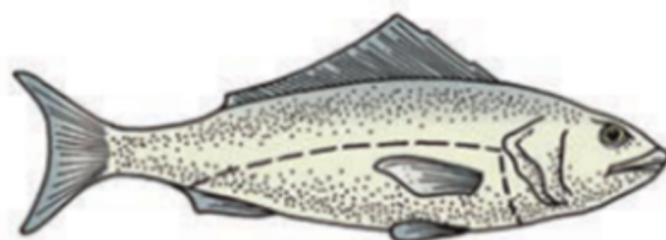
Elaborado por: Francisco Jiménez

Cortes y procesos en pescados

Eviscerado:

Figura 53.

Eviscerado



(b) Drawn: viscera removed.

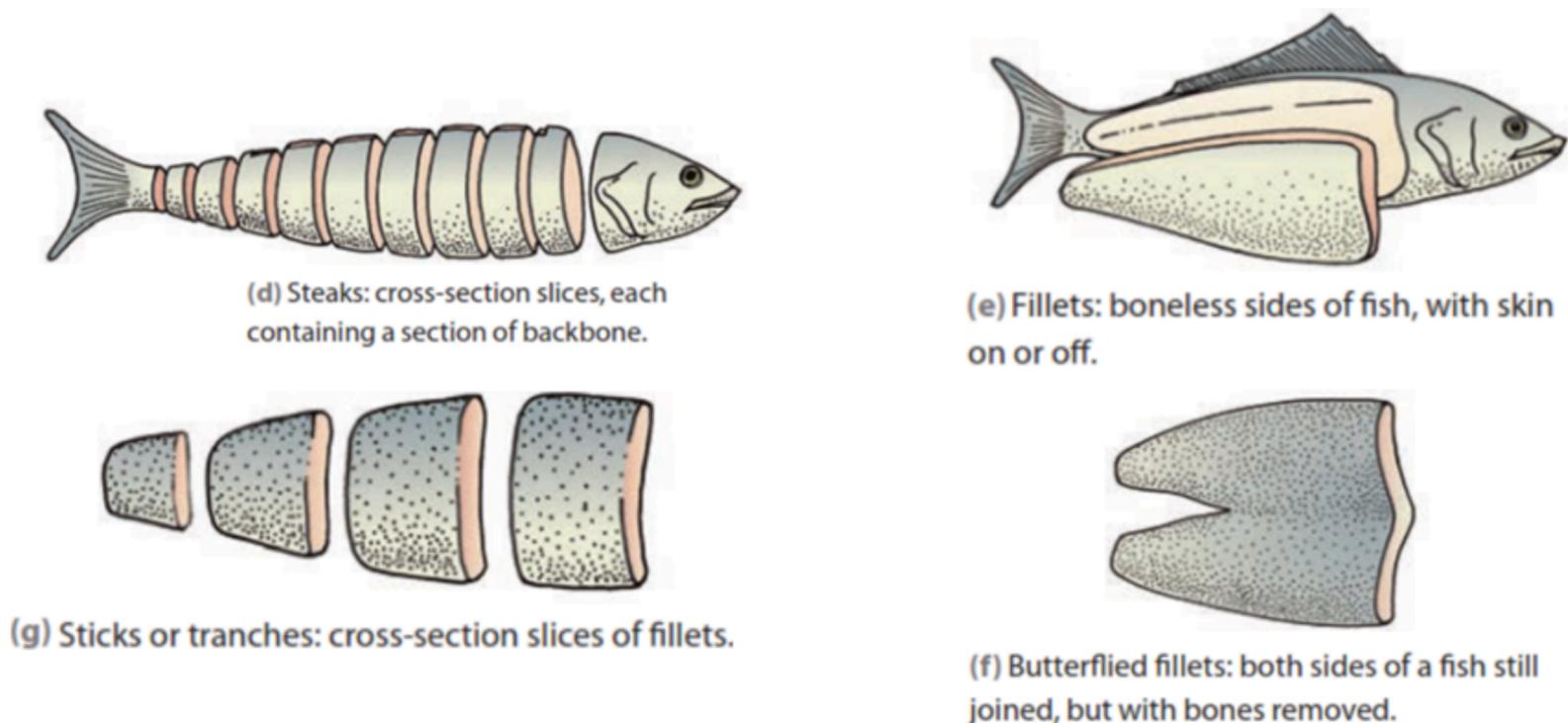
Nota: la figura muestra el eviscerado del pescado.

Tomado: Gisslen W. (2017). Professional Cooking 8va. Edition Operation Manager

Cortes:

Figura 54.

Cortes del pescado



Nota: la figura muestra los cortes del pescado.

Tomado: Gisslen W. (2017). Professional Cooking 8va. Edition
Operation Manager

Los Mariscos

Los mariscos se distinguen de los peces por su caparazón exterior duro y su falta de columna vertebral o esqueleto interno.

Hay dos clasificaciones de mariscos:

1. Los moluscos son animales marinos blandos que se dividen en tres categorías principales:
 - Bivalvos, que tienen un par de conchas articuladas como las almejas, concha negra, ostión, mejillón, spondylus, ostras, etc.

Figura 55.

Bivalvos



Nota: la figura muestra los bivalvos más conocidos.

Tomado: Gisslen W. (2017). Professional Cooking 8va. Edition
Operation Manager

- Univalvos, que tienen una sola concha como la abulón y la caracola.

Figura 56.

Univalvos



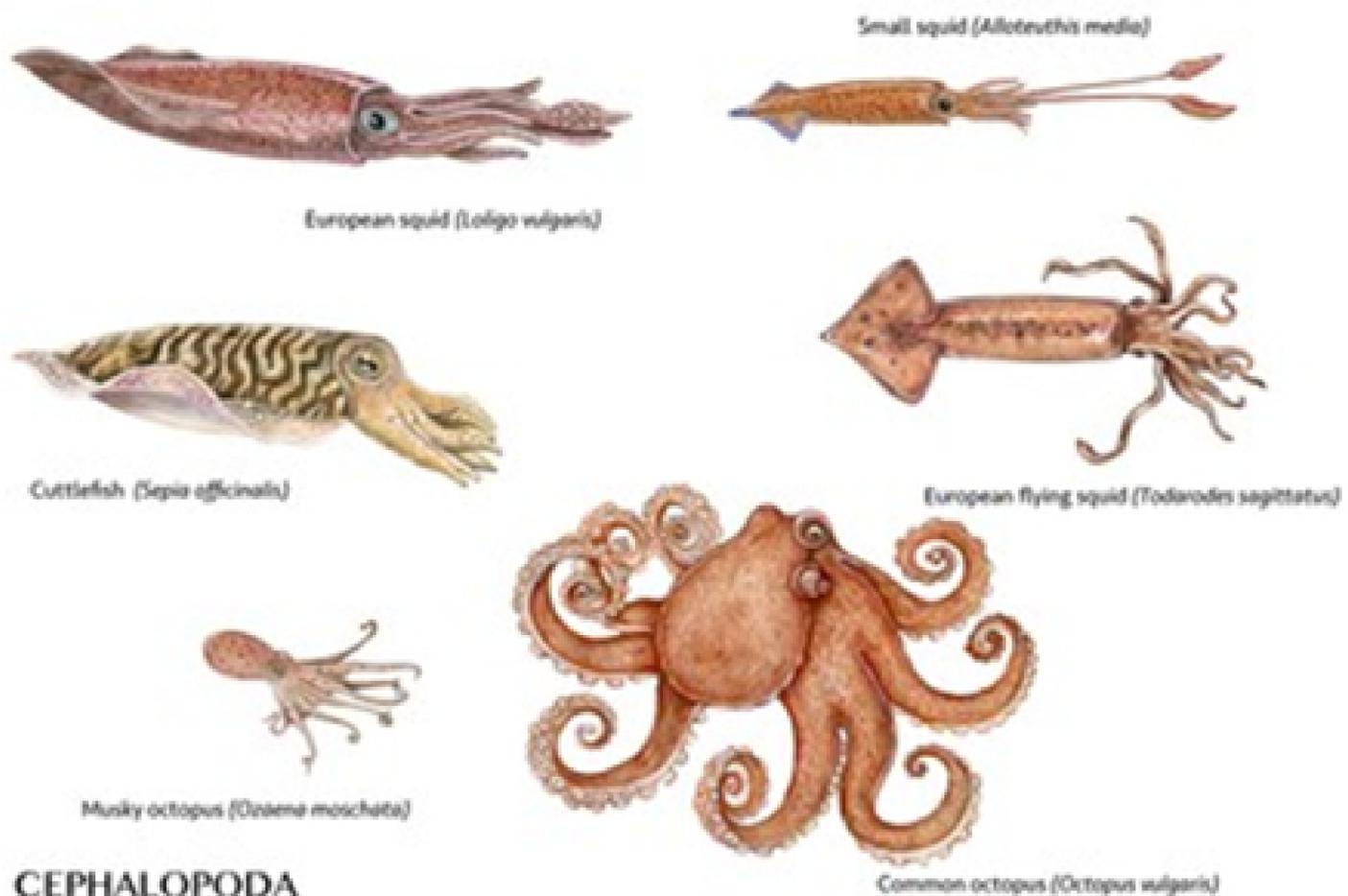
Scallops with roe or coral

Nota: la figura muestra univalvos.

Tomado: Gisslen W. (2017). Professional Cooking 8va. Edition
Operation Manager

- Cefalópodos como pulpos, calamares y sepias

Figura 57.
Cefalópodos



Nota: la figura muestra ejemplos de cefalópodos.

Tomado: Gisslen W. (2017). Professional Cooking 8va. Edition
Operation Manager

- Desde el punto de vista científico, también existen otros moluscos, pero no son de aplicación culinaria.

2. Los crustáceos son animales con caparazón segmentado y patas articuladas, compuestos principalmente por un exoesqueleto.

Se clasifican por su forma:

- Planos o redondos: Cangrejos, jaibas, etc.
- Largos: Camarones, gambas, langostinos, langostas.

Figura 58.
Crustáceos



Nota: la figura muestra los crustáceos más usados.

Tomado: Gisslen W. (2017). Professional Cooking 8va. Edition
Operation Manager

Autoevaluación

1. Responda las siguientes afirmaciones con “V” si es verdadera, o “F” si es falso:

Argumento	Respuesta
1. El tejido muscular consta de cuatro componentes principales: agua, proteínas, grasas y pequeño porcentaje de carbohidratos.	()
2. La carne de animales jóvenes es más tierna que la de animales viejos.	()
3. Existen tres propiedades fundamentales que determinan la calidad de la carne: altura, color y sabor.	()
4. El estrés No debe evitarse, ya que los músculos vivos consumen glucógeno, lo que puede llevar a la acumulación de ácido láctico y a la reducción de la actividad enzimática	()
5. Durante la maduración de la carne, se produce la transformación de macromoléculas en sus unidades estructurales: las proteínas se transforman en aminoácidos simples, el glucógeno en glucosa, el ATP en IMP, y la grasa en ácidos grasos aromáticos	()
6. Las calpaínas debilitan las proteínas que contraen las fibras musculares, mientras que las catepsinas debilitan las fibras de colágeno en el tejido conectivo, evitando la contracturación y haciendo que la carne pierda menos humedad al cocinarse.	()
7. La jugosidad de la carne está definida por el tejido conectivo interno, la solubilización del tejido conectivo y la coagulación de las proteínas miofibrilares.	()
8. La carne magra de las pechugas tiende a secarse si se cocina durante mucho tiempo	()
9. La carne molida deberá estar libre de huesos, cartílagos, cuero, tejido mamario granuloso, tendones gruesos expuestos y ganglios.	()
10. El lomo de falda de res se ubica en la parte trasera del animal, específicamente en la zona de la espalda y la nuca	()
11. Un pescado pasado puede ser la causa de trastornos digestivos o incluso intoxicaciones alimentarias.	()
12. Al cocinar bivalvos, las conchas deben abrirse durante el hervor. Cualquier concha que no se abra debe ser consumida sin problema	()



UNIDAD 3

CHARCUTERÍA

Unidad 3. Charcutería

Tema 1. Generalidades

Desde tiempos remotos, las personas han debido adaptarse y buscar nuevas formas de preservar los alimentos. Si retrocedemos varios siglos, encontramos que fueron los cazadores quienes idearon métodos para conservar la carne excedente, asegurando su disponibilidad en épocas de escasez.

Inicialmente, la preservación implicaba el secado al sol de tiras de carne; con el posterior descubrimiento del fuego y la sal, se mejoró significativamente la conservación de este alimento vital. La sal adquirió un papel fundamental en la preservación de alimentos, ya que deshidrata y actúa como agente inhibidor de bacterias, lo que dificulta la descomposición de los productos. En la actualidad, existen numerosas variedades de sal para cocinar, lo que amplía las posibilidades culinarias.

Se tiene constancia de que los embutidos empezaron a difundirse en el mundo cuando los egipcios implementaron el método de salazón. Estos embutidos consisten en carnes condimentadas con sal, hierbas aromáticas y especias diversas.

No obstante, la charcutería tiene sus raíces en la época romana, junto con la tradición de elaborar platos y embutidos a partir de la carne de cerdo.

Durante la Edad Media, la práctica de elaborar embutidos ganó mayor reconocimiento. Las familias comenzaron a criar cerdos para, en invierno, llevar a cabo la matanza de estos animales y

elaborar sus propios embutidos. Este proceso marcó el inicio de una tradición arraigada en la cultura culinaria europea.

Tema 2 Embutidos

La elaboración de embutidos de forma natural que tradicionalmente se ha venido realizando y que da lugar a productos muy apreciados por su gran calidad, está sujeta a las variaciones climáticas habituales, lo que determina cierta dificultad para garantizar las características del producto final. Esto resulta problemático, porque la sociedad actual demanda alimentos con una calidad definida y constante. Es por ello por lo que paulatinamente, a nivel industrial, se van desarrollando tecnologías que permiten sustituir etapas del procedimiento de elaboración que escapan al control del hombre por procesos en los que los parámetros de interés puedan ser regulados a voluntad.

Componentes que intervienen en la elaboración de embutidos
Los materiales que se emplean en la elaboración de embutidos son muy variables, pudiéndose englobar en dos grupos, como son: ingredientes y aditivos.

Ingredientes

Los ingredientes que constituyen los embutidos son, por una parte, las materias primas y, por otra, los condimentos y especias.

- **Materias primas:** Las características de las materias primas son fundamentales, ya que condicionan los procesos de elaboración y la calidad del producto final de los embutidos. La carne utilizada para la fabricación de embutidos puede provenir de una o varias especies, principalmente cerdo y vacuno, y debe ser de animales adultos, sanos y bien

nutridos. El pH de la carne es crucial, ya que influye en propiedades funcionales, color y susceptibilidad al ataque microbiano.

En los embutidos crudos, un pH de 5.4-5.8 es adecuado, mientras que niveles superiores a 6.2 no son apropiados. La consistencia de la carne y los niveles de humedad también son importantes, al igual que los materiales grasos empleados, como tocino y panceta, que contribuyen a las características sensoriales del embutido. En algunos embutidos se utilizan sangre y despojos, como pulmones, corazón y estómago, para crear variedades específicas de embutidos.

Figura 59.

Carne molida usada para elaborar embutidos



Nota: la figura muestra la carne molida ingrediente de los embutidos.

Tomado: Horcada A. Polvillo O. Conceptos Básicos Sobre La Carne Andalucía.

- Condimentos y especias Se emplean ingredientes no cárnicos para otorgar características sensoriales específicas a los embutidos. La sal común es el más utilizado y cumple diversas funciones: contribuye al sabor,

actúa como conservador al reducir la disponibilidad de agua para el desarrollo microbiano, y favorece la solubilización de proteínas, mejorando la consistencia y propiedades emulsionantes de la masa embutida.

Además, se utilizan mezclas de diversos componentes como pimentón, canela, pimienta, ajo, orégano, azúcar, entre otros, para sazonar los embutidos de acuerdo a la especificidad del producto.

Figura 60.

Condimentos usados para la elaboración de embutidos



Nota: la figura muestra algunos condimentos ingredientes de los embutidos.

Tomado: Horcada A. Polvillo O. Conceptos Básicos Sobre La Carne Andaluía.

Aditivos

Los aditivos son sustancias añadidas a los alimentos para modificar sus características técnicas, conservación y adaptación al uso, y no se consumen normalmente como alimentos ni se usan como ingredientes característicos.

Los aditivos y dosis autorizados están recogidos en listas positivas para productos cárnicos, clasificándose según su función en colorantes, reguladores del pH, antioxidantes, conservadores, reguladores de la maduración, y correctores y potenciadores del sabor. Ejemplos incluyen curcumina, ácido cítrico, ácido ascórbico, nitrito sódico, azúcares, ácido glutámico, entre otros.

Tripas y fundas

La masa cárnica se introduce en tripas, las cuales determinan el tamaño y la forma del producto, así como aspectos tecnológicos y procesos fisicoquímicos. Propiedades como la uniformidad de llenado, resistencia a la contracción o expansión, y permeabilidad son importantes. Las tripas pueden ser naturales (provenientes de intestinos de varias especies) o artificiales (de celulosa, colágeno comestible o no, y plástico).

Figura 61.

Tripas y fundas



Nota: la figura muestra tripas y fundas usados para elaboración de los embutidos.

Tomado: Horcada A. Polvillo O. Conceptos Básicos Sobre La Carne Andalucía.

Tema 3. Proceso De Elaboración De Embutidos

El proceso de elaboración de embutidos consta de varias fases.

- Preparación de las materias primas: La elección de la materia prima depende del producto a desarrollar, incluyendo carne principalmente de cerdo y vaca, vísceras, sangre, y porcentaje de grasa. Es importante que la materia prima provenga de animales sanos y bien nutridos, y que se someta a condiciones higiénicas adecuadas. El resto de los ingredientes también deben mantener condiciones higiénicas adecuadas.
- Picado: Se realiza en picadoras o trituradoras para obtener fragmentos de diferentes tamaños, lo que distingue embutidos groseramente picados, medianamente picados y finamente picados. El proceso de picado de la materia prima se realiza con la carne refrigerada o congelada a temperaturas inferiores a 7°C, y es importante que las cuchillas estén afiladas para evitar un sobrecalentamiento de la masa. Un picado deficiente debido a cuchillas sin filo puede ocasionar desgarramientos de la carne y excesivas pérdidas de exudado, lo que resulta en defectos en la posterior maduración y desecación del producto, dando lugar a superficies de corte poco definidas.
- Mezclado y amasado: El proceso de mezclado y amasado de embutidos crudos implica la combinación de la materia prima con condimentos, especias y aditivos. Puede realizarse inmediatamente después del picado (fabricación monofásica) o después de un precurado de uno o dos días (fabricación difásica), que proporciona mejor ligazón y consistencia al corte, así como un enrojecimiento más rápido y mayor estabilidad del color. Este proceso se lleva a cabo en máquinas mezcladoras-amasadoras con paletas

giratorias para lograr una masa uniforme, realizándose al vacío para evitar alteraciones posteriores en el producto y manteniendo la temperatura de la masa por debajo de 4°C para evitar que se "embarre".

- **Embutido:** El proceso de embutido de la masa en las tripas requiere el uso de embutidoras con boquillas lisas para evitar la presencia de aire, lo cual podría causar decoloraciones o enmohecimiento en el producto final. Se debe evitar que la masa entre en contacto con agua o zonas húmedas, ya que esto también podría causar coloraciones anormales. Antes de llenar las tripas, estas deben ser lavadas para retirar la sal y hacerlas más permeables. El lavado se realiza con soluciones acuosas de ácido láctico de bajo pH, lo que ayuda a abrir los poros de la tripa y la hace más elástica para adaptarse a la superficie del producto durante la maduración y/o ahumado.
- **Cocción y ahumado:** Algunos embutidos son sometidos a procesos de cocción, ahumado, o ambos. La cocción tiene como objetivo dar al embutido una consistencia firme, fijar su color y prolongar su vida útil debido a la pasterización. La cocción se realiza a temperaturas entre 75-80°C, durante períodos de tiempo variables y con humedades relativas altas. El ahumado confiere al producto un aspecto y aroma característicos, tiene un efecto bacteriostático y contribuye a inhibir el crecimiento bacteriano. El ahumado se puede realizar en frío o en caliente, con períodos de tiempo variables y con humedades relativas específicas. Este proceso puede realizarse de forma artesanal en ahumaderas o en cocinas caseras, utilizando el humo y calor procedente de leña de roble o carbón de encina durante períodos más o menos prolongados.

- **Maduración y desecación:** La etapa de maduración y desecación es crítica ya que la masa fresca es susceptible al deterioro debido a su alto potencial para el desarrollo microbiano, influenciado por el estado físico de las materias primas y los niveles de contaminación durante la manipulación. Durante la maduración, los embutidos experimentan transformaciones físicas, químicas, bioquímicas y microbiológicas que aumentan la estabilidad del producto y desarrollan propiedades organolépticas características. Se produce un enrojecimiento del producto debido a la formación de nitropigmento favorecido por la actividad de microorganismos reductores. Las bacterias acidolácticas contribuyen a la acidificación del producto, lo que modifica las propiedades funcionales de las proteínas, aumenta la consistencia del producto, facilita la desecación y protege el embutido de la acción de gérmenes proteolíticos sensibles a pH bajos, contribuyendo al olor y sabor característicos del producto.
- **Conservación** Los productos cocidos, sometidos a tratamientos térmicos suaves, como salchichas y mortadelas, deben conservarse en estado refrigerado. En los productos crudos curados, como salchichón y chorizo, el bajo pH, la presencia de conservadores y la desecación reducen la necesidad de tratamientos frigoríficos debido a la inhibición del desarrollo microbiano. Además de la temperatura, se deben considerar otros factores de conservación como la humedad relativa, la presencia de luz, las oscilaciones de temperatura, el período de conservación, entre otros, para evitar proliferaciones bacterianas, desecaciones excesivas, endurecimientos, arrugado de la tripa, enranciamiento, decoloración u otras alteraciones.

Embutidos Curados

Figura 62.

Embutidos Curados



Salami

Es un embutido hecho con carne de res y cerdo que se ahuma y cura posteriormente.



Patas de Jamón

Todos provienen de la pata del cerdo para posteriormente ser curados. Los ejemplos más populares de esta denominación son el **ibérico**, el **serrano** y el **prosciutto**.



Fuet

Este embutido catalán es elaborado con carne de cerdo picada condimentada con pimienta y sal, muchas veces también incluye tocino y tiene parecido con el salami.

Nota: la figura muestra algunos tipos de embutidos curados.

Elaborado por: Francisco Jiménez

Embutidos que pueden consumirse crudos

Figura 63.

Embutidos que pueden consumirse crudos



Jamón Cocido

Se muele carne de cerdo o de pavo de modo que queda una masa homogénea que se embute y cuece en baño maría o al vapor. El resultado es una pieza color rosa pálido que también tiene otro tipo de interpretaciones alrededor del mundo.



Salchichas

Se preparan con carne y vísceras de cerdo y llevan poco sazón. Se cocinan al vapor, de modo que, después de comprar se pueden comer perfectamente bien.



Paté

Es una pasta untible hecha a base de carne picada, grasa e hígado previamente cocidos o curados.

Nota: la figura muestra algunos tipos de embutidos que pueden consumirse crudos.

Elaborado por: Francisco Jiménez

Embutidos que necesitan ser cocinados

Figura 64.

Embutidos que necesitan ser cocinados.



Salchichas alemanas

Se trata de carne de ternera que se embute con diversas especias en tiras de tripa de cerdo. De acuerdo con la variedad, se sazona con especias diversas. La más popular se llama Bratwurst

Morcillas o Morongas

Este fiambre está hecho con sangre y grasa de cerdo cocida, se le suelen agregar ingredientes como cereales, migajas de pan o cebolla para engordarlo.



Chorizo, Chistorras, longanizas

Estos embutidos se elaboran con grasa y carne picada de cerdo que en muchas ocasiones va acompañado de pimentón -lo que le da el color rojo- y ajo.

Existen **formas de distinguirlos** pues, aunque son muy parecidos, tienen sus notas características.

Nota: la figura muestra algunos tipos de embutidos que deben cocinados para consumir.

Elaborado por: Francisco Jiménez

Autoevaluación

1. Responda las siguientes afirmaciones con “V” si es verdadera, o “F” si es falso:

Argumento	Respuesta
1. La preservación implicaba el secado al sol de tiras de carne; con el posterior descubrimiento del fuego y la sal, se mejoró significativamente la conservación de este alimento vital.	()
2. La charcutería tiene sus raíces en la época romana, junto con la tradición de elaborar platos y embutidos a partir de la carne de cerdo.	()
3. Los materiales que se emplean en la elaboración de embutidos son muy variables, pudiéndose englobar en dos grupos, como son: ingredientes y aditivos.	()
4. Las características de las materias primas no son fundamentales, ya que no condicionan los procesos de elaboración y la calidad del producto final de los embutidos.	()
5. La sal común contribuye a dar color al embutido.	()
6. Las tripas son sustancias añadidas a los alimentos para modificar sus características técnicas, conservación y adaptación al uso, y no se consumen normalmente como alimentos ni se usan como ingredientes característicos.	()
7. Las tripas pueden ser naturales (provenientes de intestinos de varias especies) o artificiales (de celulosa, colágeno comestible o no, y plástico).	()
8. Es importante que la materia prima provenga de animales sanos y bien nutridos, y que se someta a condiciones higiénicas adecuadas.	()
9. El proceso de picado de la materia prima se realiza con la carne refrigerada o congelada a temperaturas superiores a 7°C.	()
10. El proceso de mezclado y amasado de embutidos crudos implica la combinación de la materia prima con condimentos, especias y aditivos	()
11. Durante la maduración, los embutidos experimentan transformaciones físicas, químicas, bioquímicas y microbiológicas que aumentan la inestabilidad del producto	()
12. Los productos cocidos, sometidos a tratamientos térmicos suaves, como salchichas y mortadelas, deben conservarse en estado refrigerado	()

1.Solucionario de las Autoevaluación.

UNIDAD 1	
PREGUNTA	RESPUESTA
1	V
2	V
3	F
4	F
5	V
6	F
7	F
8	V
9	V
10	F
11	F
12	V

UNIDAD 2	
PREGUNTA	RESPUESTA
1	V
2	V
3	F
4	F
5	V
6	V
7	F
8	V
9	V
10	F
11	V
12	F

1.Solucionario de las Autoevaluación.

UNIDAD 3	
PREGUNTA	RESPUESTA
1	V
2	V
3	V
4	F
5	F
6	F
7	V
8	V
9	F
10	V
11	F
12	V



BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía

Bibliografía básica

- Cordova J. (2017), La Química y la Cocina Cfe.
- Requena P. (2015) Cocina Creativa ICB.
- Vertice. (2010). La cocina en Línea Fría, Vértice.

Bibliografía complementaria

- Gisslen W. (2017). Professional Cooking 8va. Edition Operation Manager
- Cursen S. (2018). The art and craft of the cold kitchen 4° Edition The Culinary Institute of America.
- Garlough R. Campbell A. (2019) Modern Gardemanger 2°Edition Delmar Cengage
- Varios Autores. (2011). Modernist Cuisine The cooking Lab
- Chavez J. Cortes del Cerdo, ASPE
- Horcada A. Polvillo O. Conceptos Básicos Sobre La Carne Andalucía.



Francisco Jiménez Cadena es un profesional de la cocina, Ingeniero en Gastronomía y Magíster en la Gestión del Turismo, catedrático universitario con experiencia desde el 2006 y en las cocinas desde el 2002, brindando sus conocimientos en ramas del turismo, el hotelería y la gastronomía y ejerciendo tareas de gestión, evaluación.

Su experiencia es relevante en la construcción de modelos educativos técnicos y creativos que desarrollan perfiles competentes de alta calidad.

El libro de la Cocina fría, es una obra imprescindible para todos aquellos interesados en la culinaria, ofrece un desglose de técnicas y procedimientos propios del área fría, productos crudos y cocidos que se sirven fríos, adaptados técnicamente a la culinaria en el entorno nacional.

Por otro lado, se abordará la carnicería y la charcutería como elementos complementarios en el desarrollo técnico de los cocineros, producción, faenamiento, procesamiento y sus aplicaciones culinarias. Cortes especiales y métodos de cocción aplicables para cada tipo.

La cocina Fría y Carnicería y Charcutería es una obra imprescindible para todos aquellos interesados en profundizar las técnicas de cocina fría como ensaladas, sánduches, aderezos, dips, ceviches, salsas picantes, lácteas y más preparaciones que se sirven frías, ya sea después de cocidas o solamente saborizadas con un elemento ácido, alcohólico o aromático.

Con una estructura clara y accesible, Cocina Fría, aborda temas clave como entradas, picadas, salsas, aderezos, cortes de carne, pescados mariscos, embutidos, chacinados, curados, secados junto con sus cortes, principales y procesos de cocción más recomendables.

Ya sea para uso académico o profesional, Cocina Fría es una adición valiosa a cualquier biblioteca y un recurso esencial para quienes buscan profundizar en la culinaria básica con un enfoque técnico y práctico adaptado al contexto nacional e internacional.



ISBN: 978-9942-675-05-7



 (+593) 99-565-5266

 consejo@yoleditorial.com

 www.yoleditorial.com

 Pedro Vicente Maldonado y Vicente Andrade, 2-18, Quito, Ecuador.

Esteban Francisco Jiménez Cadena



COCINA FRÍA