

PLANIFICACIÓN DE LA PRODUCCIÓN GASTRONÓMICA
ACTIVIDAD 9 CLASSROOM FINAL 23/11 al 04/12/20

OBJETIVO DE APRENDIZAJE:

OA 5: Elaborar alimentos de baja complejidad considerando productos o técnicas de base de acuerdo a lo indicado en la ficha técnica y/o en las instrucciones de la jefatura de cocina, aplicando técnicas de corte y cocción, utilizando equipos y utensilios, controlando los parámetros de temperatura y humedad mediante instrumentos apropiados.

OA 6: Monitorear el estado de materias primas, insumos y productos intermedios y finales, apoyándose en análisis físico-químicos, microbiológicos y sensoriales básicos de los mismos y aplicando técnicas y procedimientos de aseguramiento de calidad que permitan cumplir con los estándares de calidad e inocuidad establecidos, conforme a la normativa vigente.

FECHA DE ENTREGA: 04/12/20

LA PAPA

El lugar de origen de la patata silvestre son los **Andes Sudamericanos**, donde probablemente hace ya 7000 años los Incas empezaron a cultivarlas. Uno de los conquistadores de la compañía de Pizarro la introdujo en España en el siglo XVI donde no se reconocieron sus cualidades culinarias, si bien se creyó que poseía propiedades curativas. Así el rey Felipe II ordenó que se le enviaran al Papa Pío IV como remedio eficaz contra el reumatismo en 1565.

Un papel esencial para la difusión de la patata en Europa Central y del Norte lo tuvo el botánico flamenco Charles de Lescluse, que era conocido bajo el nombre latino de Clusius. Primero la introdujo en Viena en 1588 y, cuando se fue a vivir a Frankfurt en 1589, también allí abogaría en pro de su difusión. Si bien se plantó en los jardines del palacio como planta de ornato, también convenció al landgrave Guillermo IV de Hessenkassel de las extraordinarias propiedades culinarias que posee.

Habría que transcurrir aun otros 150 años para que la papa se convirtiera en un alimento básico, especialmente en Irlanda. Ya a principios del siglo XVI, Sir Walter Raleigh, almirante a las órdenes de Isabel I, la había introducido trayéndola de una de las incursiones por América.

En Irlanda la patata encontró un clima adecuadamente húmedo, suave y próspero, incluso en los terrenos más pobres. Allí se coció con cáscara, conservando así toda su riqueza en vitaminas y minerales, de modo que no solo llenó los estómagos, sino que también contribuyó decisivamente a mejorar la salud pública. En 1845 la peste de la papa arrasó la cosecha, obteniendo también en los años siguientes cosechas desastrosas, Irlanda vivió la mayor catástrofe de su historia: la población quedó diezmada a casi la mitad por el hambre y la emigración. Todavía hoy, este desastre está presente en la memoria de los irlandeses.

Algunos gobernantes reconocieron, ya en el siglo XVIII, la posibilidad de combatir el hambre del pueblo con ayuda de las papas. Uno de sus más reconocidos propagadores sería Federico el Grande de Prusia, que en 1756 les dio la orden a los campesinos de cultivarlas. Para vencer el escepticismo de la población rural, usó una artimaña: mandó a poner guardias alrededor de sembrado de papas, para demostrar el gran valor del cultivo e inducir a sus súbditos de forma indirecta a robar este preciado bien.

Cuando el botánico francés Parmentier cayó prisionero de los prusianos durante la Guerra de los Siete Años (1756-1763), descubrió en Prusia las nutritivas papas. En los decenios siguientes, Parmentier se esforzaría por difundirla en Francia.

Él mismo las cultivaría en un terreno en Neuilly en las proximidades de París. Durante el reinado de Luís XVI (1774-1792) logró convencer a la corte de sus cualidades. Pero solo entrado en siglo XIX se difundiría el cultivo de la papa en el resto de los países europeos. Hoy día, solamente en Europa se conocen alrededor de 470 especies registradas.

En las últimas dos o tres décadas, su cultivo ha retrocedido fuertemente. Una de las razones es la muy variada oferta de alimentos, otra es que la papa se ha desprestigiado, atribuyéndosele que engorda, precisamente por haberla cultivado mucho tiempo para saciar el hambre. Entre tanto, se sabe que las papas cocidas con piel no tienen más calorías que la leche entera, el lenguado u otros productos alimenticios, pero mucho menos que la misma cantidad de pan, fideos, arroz o carne. Muy por el contrario, las patatas son un alimento de especial valor biológico, porque contienen los ocho aminoácidos esenciales, vitaminas tan importantes como la A, B1, B2 Y B6, además de ácido fólico, ácido pantoténico, niacina y mucha vitamina C.

Aparte de ello, le aportan oligoelementos al organismo y todos los minerales esenciales. Sus hidratos de carbono en forma de almidón son fácilmente digeribles, por lo que solo pocos alimentos contribuyen a la alimentación de forma tan equilibrada y sana.

En los mercados y ferias de nuestro país, el consumidor escucha a los vendedores de productos vegetales ofrecer papa Cardenal (Cardinal), Desire (Desirée), Ultima (Ultimus); Pimpinela (Pimpernel), Corahila o bien papas coloradas o blancas. Todas estas papas, a excepción de las Corahilas, han sido introducidas al país provenientes de América del norte, para ser producidas y consumidas en Chile, de Cañete al sur y concentrándose en la isla de Chiloé en las huertas de los agricultores pequeños y grandes, se cultivan por desgracia cada vez menos papas de variadas formas y colores que conservan de tiempos inmemorables su agradable gusto. Tales variedades antiguas se las puede degustar solamente cuando se visita a estos agricultores y se llega a la hora de comer algo.

Pocos saben que estas formas de papas dieron origen a la antigua papa europea, y los cultivos que se encuentran en los mercados son descendientes de papas chilenas.

Al adquirir este producto en el mercado o en ferias se deben tener en cuenta las siguientes características:

- a) Bien formadas
- b) Color característico
- c) Firmes
- d) Libres de manchas o golpes.

La conservación debe ser con suficiente ventilación y la temperatura no debe ser inferior a los 0 grados ya que por su alto contenido de agua se congelan con mucha facilidad.

Las papas deben lavarse, pelarse y mantener sumergidas en agua, sin embargo, no es recomendable dejarlas mucho tiempo en agua antes de la cocción ya que pierden sabor y valor nutritivo.

La papa se puede clasificar gastronómicamente como acompañamiento y según su cocción estas pueden ser:

- ~ **Papa Puré**
- ~ **Masa Duquesa**
- ~ **Papas Naturales**
- ~ **Papas Fritas**
- ~ **Papas Doradas o Salteadas**

| | |
|---|---|
| <p>PURÉ Mezcla de papas hervidas en agua sin piel y cortadas con leche, mantequilla, sal pimienta y nuez moscada.</p> <p>INGREDIENTES 1000 grs de papa. 50-80 grs de mantequilla. 250-300 cc de leche. 1 gr de pimienta blanca molida. 3-5 grs de sal.</p> | <p>MASA DUQUESA La masa duquesa es una mezcla de papa cocida y molida más otros ingredientes que aportan poca humedad, y dependiendo de la forma, relleno y en algunos casos la terminación (apanado) que se les dé cambia de nombre.</p> <p>INGREDIENTES 1000 grs de papa. 50-80 grs de mantequilla. 2-3 cc de yema de huevo. 1 gr de pimienta blanca. 3-5 grs de sal.</p> |
| <p>DERIVADOS DE PAPA PURÉ: LYONESA: Puré base + cebolla pluma estofada. PIAMONTESA: Puré base + puré de pimentón rojo. MOUSSELIN: Puré base + crema batida. YORK: Puré base + jamón en juliana. PICANTE: Puré base + ají en pasta. BINARD: Puré base + juliana de pimenton rojo y verde. ESPAÑOL: Puré base+ pimentón, tocino en brunoise y ciboulette picado fino.</p> | <p>DERIVADOS DE MASA DUQUESA: DUQUESA: Una roseta de masa, dorada al horno (dora). CROQUETA: Masa en pequeñas bolitas o cilindros, apanados a la inglesa y fritas WILLIAMS: Masa en forma de pera apanada a la inglesa y frita SAN FLORENTÍN: Masa en forma de bolitas rellenas con jamón en brunoise, apanadas con cabellos de ángel y frita BERNA: Masa en forma de bolita apanada con almendras efiladas y tostadas DELFIN: 2/3 de masa duquesa y 1/3 de masa choux, con forma de delfín dada con dos cucharas y se cocinan en aceite hondo LORETO: Masa delfín en forma de anillo y frita MARQUESA: Masa duquesa atomatada, en roseta y dorada al horno (dora)</p> |

| | |
|--|---|
| <p>DERIVADAS DE PAPAS NATURALES</p> <p>INGLESA: Papa cocida pasada por mantequilla al momento de servir</p> <p>AL PEREJIL: Papa cocida pasada por mantequilla y perejil picado fino</p> <p>NATURALES: Papa torneada en forma de barril y cocida a la inglesa</p> | <p>DERIVADAS DE PAPAS FRITAS</p> <p>PAPA BASTÓN: Cortada en forma de bastón</p> <p>PAPA FÓSFORO: Cortada del grosor de un fósforo de chimenea</p> <p>PAPA HILO: Cortada más delgada que el fósforo (juliana)</p> <p>PAPA CHIPS: Cortada en tajadas muy finas</p> <p>PAPA GAUFRETTES: Cortada muy delgada con forma de rejilla</p> <p>PAPAS SOUFFLÉ: Cortar papas en rectángulos sin puntas, del grosor del rondelle, dar una primera cocción a 170 grados C, revolviendo constantemente, luego terminar su cocción a 200 grados C. (el cambio de temperatura provoca que se inflen quedando huecas en su interior y crocantes)</p> |
| <p>DERIVADAS DE PAPAS SALTEADAS O DORADAS</p> <p>PAPAS TORNEADAS: Torneadas en forma de barril cocidas y doradas</p> <p>PAPAS BERICHONNE: Torneadas, salteadas en mantequilla con cebolla y tocino</p> <p>PAPAS LYONESAS: Cortadas en tajadas y salteadas con cebolla pluma</p> <p>PAPAS NOISETTES: Cortadas con sacabocado pequeño y doradas en mantequilla</p> <p>PAPAS PARISIENNE: Cortadas más grandes que las noisettes preparadas de igual forma</p> <p>PAPAS RISOLÉ: Papas cortadas con sacabocados o torneadas, sancochadas y doradas</p> <p>PAPAS FONDANTES: Papas torneadas, doradas crudas y su cocción se realiza por intermedio de fondo blanco</p> | |

EL ARROZ

Aún existen dudas si es originario de China o India, desde ahí se extendió primero al resto de los países orientales y luego a los occidentales, encuentran su zona ideal de cultivo en regiones que lleguen a saturarse de humedad. Necesitan abundante agua en todo momento, y las llanuras cercanas a los deltas y a los ríos en regiones de clima tropical o subtropical son las más indicadas. El arroz es considerado como el pan de los asiáticos y algunos países de Latinoamérica, pero no solo el pan, muchas veces puede convertirse en el plato único por lo que se le complementa con carne, vegetales y especias, para elevar su valor nutritivo y gastronómico.

El arroz es una planta herbácea, pertenece a la familia de las gramíneas (*Oryza sativa*). Es un cereal que constituye el alimento básico de la mitad de la población del mundo, ya que el 95% de la cosecha mundial se obtiene de países asiáticos, donde el consumo anual por persona es de más de 120 kg.

Su cultivo es antiquísimo (hace más de 10.000 años) se le considera originario de India meridional, también en China e Indochina por el este, luego Persia y Egipto por el oeste. Se cultiva en países cálidos y húmedos, generalmente en zonas bajas, pero también puede ser montañosa mediante un sistema de terrazas.

Aunque hoy en día parece estar reducido el arroz largo y el arroz corto en cuanto a variedades, la realidad es que los países orientales han conocido más de 2000 variedades de arroz a lo largo de su historia.

Las variedades de arroz que se cultivan en Europa, Asia, América, son tantas que pasan las 200 variedades, todos las cultivan en grandes escalas, hasta ahora proceden de dos especies únicamente, el arroz común y el sin aristas.

Composición del grano

Tanto el trigo como el arroz tienen una estructura similar, aunque el contenido proteico del primero es mayor, por lo que es un cereal muy nutritivo. No obstante, no es posible hacer con el tanto platillo como con el arroz, tampoco se cultiva bajo las mismas condiciones. El trigo necesita un clima seco y una temperatura mucho más baja, el arroz necesita de condiciones de inundación y una atmósfera húmeda.

Componentes

- **Corteza o cáscara:** es la cubierta exterior, no excesivamente pequeña pegada al grano, es leñoso, no puede ser digerida por los humanos, y prácticamente resulta inútil como alimento para el ganado. Forma el 20% del grano y es utilizado como combustible.
- **Pericarpio:** se compone de 2 a 4 capas según sea el tipo de arroz, contiene algunos elementos nutritivos.
- **Testa**
- **Aleurona:** es una célula profunda y rica en elementos nutritivos, pero se elimina al refinar el arroz.
- **Germen:** está situado en el extremo inferior del grano, del que constituye aproximadamente el 2% y es la parte más nutritiva.
- **Endospermo:** constituye la reserva de almidón y posee algunas vitaminas y proteínas.

ALGUNAS CATEGORIAS DEL ARROZ

Arroz de grano largo, que puede tener entre cuatro y cinco veces la longitud de su grosor. Posee una cantidad elevada de amilosa y por ello requiere una proporción relativamente alta de agua para cocinarse. Es muy empleado en la cocina china e india.

Arroz de grano medio, que posee una longitud entre dos y tres veces su grosor. Contiene menos amilosa que los arroces de grano largo. Es el más empleado en la cocina española (es el «*arroz bomba*» empleado en la paella. Es ampliamente utilizado en América Latina en donde los mayores productores y consumidores en su orden son Brasil, Colombia, Perú, Ecuador, Argentina y Chile; Además se utiliza en la cocina de Cuba, Puerto Rico y República Dominicana, donde es un alimento de consumo diario.

Arroz de grano corto, de apariencia casi esférica, que se suele encontrar en Japón, en el Norte de China y en Corea. Es ideal para la elaboración del sushi debido a que los granos permanecen unidos incluso a temperatura ambiente.

Arroz silvestre, proveniente del género *Zizania*, que se emplea en alimentación y procede tanto de recolección silvestre como de cultivo. Posee un grano largo que puede llegar a casi 2 cm de longitud.

*En Chile, en el mercado se encuentran arroces grado 1, 2 y 3. El primero posee como máximo 5% de granos partidos; el segundo, 20% y el tercero, 35%.

El grado del arroz no significa que sea de mejor calidad o sabor, pero es un índice de sus posibilidades como base de diferentes preparaciones. Así, regularmente, con el grano más partido se preparan sopas o consomés, en tanto se prefiere el más entero para plato principal o acompañamiento.

Categorías por color/aroma/tacto

Arroz glutinoso, denominado también arroz dulce o arroz pegajoso. Es, como su nombre indica, pegajoso después de cocerse y los granos permanecen unidos. Necesita poca cantidad de agua y tiende a desintegrarse si se cocina demasiado. Se emplea en la elaboración de platos dulces a base de arroz en Asia. El grado de 'pegajosidad' que posee un grano de arroz se mide por su contenido de amilosa.

Arroz aromático, es un grupo de arroces de grano largo/medio que se caracteriza por poseer aroma debido a la concentración de compuestos volátiles.⁶ Abarca la mayoría de los arroces de la India y Pakistán denominados basmati (*fragante*, en idioma urdú), los arroces jazmín.

Arroz pigmentado, arroces cuyo salvado posee pigmentos en forma de antocianinas que le confieren colores tales como púrpura o rojo. En este tipo de arroces, cuando el salvado se elimina del grano, el color desaparece.

Categorías según el tratamiento industrial

Antes de ser comercializado, el arroz puede recibir ciertos tratamientos.

Arroz vaporizado, al que se le ha quitado el salvado mediante agua en una ligera cocción. Este tipo de arroz tiene algunas ventajas debido a que las vitaminas del salvado se difunden en el endosperma, por lo que es nutricionalmente más completo. El precocinado endurece el grano y hace que no se rompa al ser cocinado. El almidón del arroz precocinado se ha gelatinizado. Este tratamiento es tradicional en India y Pakistán.

Arroz precocido, cocido y fisurado previamente para facilitar la cocción definitiva, que pasa de unos veinte minutos a unos cinco.

Arroz tratado, en este caso distintas empresas saborizan y dan color al arroz para asociarlo a una preparación (paella, risotto, etc).

Estas son algunas de las técnicas más utilizadas en la gastronomía para la utilización del arroz.

Pilaf, pilaw o pilau, conocido como arroz turco también, en esta técnica se suda cebolla (opcionalmente ajo) en materia grasa hasta transparentar (sudar), luego se agrega el arroz y se marca (sellar), luego de esto se condimenta y agrega caldo, fondo o agua, se tapa y cocina alrededor de 15 minutos, muy similar al que uno hace en casa.

Arroz Creole, en esta técnica se lava el arroz en agua hasta retirar el máximo de almidón que contenga, luego de esto se cocina en abundante agua con sal por algunos minutos, después se termina su cocción en el horno en un contenedor tapado, se debe condimentar y agregar trozos de mantequilla antes de su cocción final.

Arroz risotto, es una forma tradicional de preparar el arroz en Italia, se prepara en una sartén y en ella se suda cebolla y ajo, luego se agrega el arroz (tipo arborio o carnaroli) hasta marcar y luego se apaga con vino blanco y después de esto se agrega fondo, se revuelve durante la cocción para que el arroz aporte su almidón a la textura de la preparación, se agrega fondo cuantas veces sea necesario, este arroz debe quedar firme pero cocido (al dente), se condimenta y termina con mantequilla y queso parmesano rallado.

Arroz sushi o gohan, muy usado en la cocina japonesa, china y tailandesa, arroz grano corto y glutinoso, se debe lavar hasta retirar el almidón, se cocina en olla con agua fría casi en partes iguales de arroz y agua (+10% agua), tapar y cocinar a fuego medio por alrededor de 10 minutos, sin destapar retirar del fuego y reposar por 7 a 8 minutos más, luego de esto entibiar y agregar mezcla de vinagre de arroz, azúcar y sal (sushizu) esto le dará al arroz una textura, aroma y sabor distinto.

ACTIVIDAD:

1. ¿DE DONDE SON ORIGINALMENTE LAS PAPAS Y QUIEN LO INTRODUJO A ESPAÑA?
2. ¿POR QUÉ LA PAPA TIENE VALOR BIOLÓGICO?
3. EXPLIQUE LA MASA DUQUESA.
4. RELATE BREVEMENTE EL ORIGEN DEL ARROZ.
5. EXPLIQUE LOS COMPONENTES DEL ARROZ.
6. EXPLIQUE 3 TÉCNICAS UTILIZADAS EN LA GASTRONOMÍA.