

Nombre del alumno:

Nombre de profesor: Oscar Rojas

Oscar.rojas@colegiofernandodearagon.cl

Objetivos de aprendizaje

- ▶ OA 2, Preparar productos gastronómicos básicos de cocina internacional, de países como Perú, México, China, Francia, Italia, entre otros, cumpliendo especificaciones y estándares de calidad.
- ▶ OA 4, Introducir variaciones en las recetas de productos gastronómicos de la cocina básica y/o en la manera de servirlos, buscando mejorar sabores y texturas para adaptarlas al gusto de una demanda diversa.
- ▶ OA 5, Elaborar cartas y menús para servicios y establecimientos de consumo frecuente o masivo, que consideren la estación del año, el tipo de cliente y sus requerimientos nutricionales, la disponibilidad de los insumos.

CONDIMENTOS

Ingrediente o mezcla de estos que se emplea en poca cantidad para resaltar o modificar el gusto normal de los alimentos e incrementar el apetito, ya que por lo general tienen un sabor o aroma intensos. Existen distintos tipos de condimentos según su naturaleza, nos podemos encontrar con distintos sabores, como por ejemplo:

Los sabores salinos, dulces, ácidos, grasos, amargos, de hortalizas, de finas hierbas, especias, entre otros.

- **Sal:** Sustancia blanca, cristalina de sabor propio bien señalado y muy soluble en agua y se emplea en cocina para condimentar y conservar distintos tipos de alimentos. Se obtiene de las aguas del mar y en minas. En términos profesionales se distinguen tres tipos de sal gruesa, común y de mesa o extrafina. Las dos primeras se utilizan en cocina, mientras que la extrafina se emplea para llenar los saleros del comedor.
- **Sal común:** Es la sal piedra, marina o mineral, purificado por lavado o por disolución seguida de la cristalización.
- **Sal de fuente o mineral:** Es la procedente de la evaporación de las aguas minerales.
- **Sal marina:** es la procedente de la evaporación del agua de mar.
- **Sal piedra o gema:** Es la procedente de yacimientos naturales.
- **Pimienta:** Baya redonda, carnosa de unos cuatro milímetros de diámetro, constituye un condimento esencial de muchos platos.
- **Pimienta blanca:** pimienta negra y seca, tratada con agua de cal o salada para quitarle la corteza y dejarla de un color casi blanco.
- **Pimienta negra:** Grano del pimentero que, cuando se seca toma color pardo o negruzco y se arruga. Si se pela por algún procedimiento deja ver una semilla esférica blanca, aromática de gusto picante.
- **Pimienta verde:** Pimienta sin madurar, puesta en salmuera.
- **Pimienta rosa:** de sabor menos picante y aromática de forma y tamaño parecido a la auténtica pimienta aunque de color rosa.

- **Hierbas aromáticas:** Constituyen, al igual que las especias, un condimento fundamental en las distintas cocinas del mundo para realzar sabor y aromas de distintos alimentos. A lo largo del tiempo, ha habido etapas que se han utilizado en exceso, mientras que en otras apenas se han usado por considerar que desvirtuaban el sabor natural del alimento. Hay plantas cuya parte más apreciada son las hojas, con o sin tallos, en otras las semillas.

Existe una gran variedad, de las cuales son cultivadas como el perifollo, estragón, perejil menta, salvia, albahaca, y otras silvestres como el tomillo, romero, hinojo. Algunas se utilizan frescas mientras que la mayoría de ellas secas, ya sea en forma natural o triturada. Una planta aromática se puede utilizar de forma separada o mezclada con otras, como en el caso del bouquet garni, finas hierbas y otras combinaciones.

Recomendación de usos de algunas hierbas aromáticas

- **Albahaca:** Pastas, sopas, guisos, carnes, ensaladas, pescados, aves, crustáceos, salsas, mantequillas aceites.
- **Eneldo:** Pescados, sopas de mariscos y crustáceos, encurtidos, salsas.
- **Estragón:** Salsas, vinagres, encurtidos, carnes, aves, pescados.
- **Hinojo:** Pescados, crustáceos, marinadas.
- **Menta:** Cordero, ensaladas, infusiones, salsas, pastelería.
- **Orégano:** Marinadas de carnes, pescados, aceitunas, ensaladas, conejo, tomate, quesos, aceites.
- **Perejil:** Pastas, sopas, salsas, huevos, ensaladas, carnes, aves, pescados, crustáceos, aceites, mantequillas, apanados.
- **Salvia:** Sopas carne de cerdo, ensaladas, aves, encurtidos, pescados.
- **Tomillo:** Carnes, aves, pescados, mariscos, crustáceos, marinadas, guisos, sopas, aceites.
- **Romero:** Cordero, salsas, marinadas, carnes de caza.

Según Reglamento Sanitario de los Alimentos

Párrafo IV

De las hierbas aromáticas

ARTÍCULO 459.- La denominación de hierbas aromáticas comprende ciertas plantas o partes de ellas (raíces, rizomas, bulbos, hojas, cortezas, flores, frutos y semillas) que contienen sustancias aromáticas, y que por sus sabores característicos, se destinan a la preparación de infusiones de agrado. ¹

ARTÍCULO 460.- Las hierbas aromáticas deben ser genuinas, sanas, presentar las características macroscópicas y microscópicas que les son propias. No deben contener materias o cuerpos extraños a su naturaleza ni más de 20% de otras partes del vegetal exentas de valor como aromatizantes.

ARTÍCULO 461.- Las hierbas aromáticas deben contener la totalidad de sus principios activos y otros metabolitos secundarios de importancia para su caracterización química.

1 Artículo modificado, como se indica en el texto, por Dto. N° 475, de 1999, del Ministerio de Salud, publicado en el Diario Oficial de 13.01.00

ARTÍCULO 462.- Las hierbas aromáticas pueden expendirse enteras o molidas, ya sea solas o en mezclas.²

ARTÍCULO 463.- Las hierbas aromáticas no deberán tener materias o sustancias contaminantes en niveles nocivos para la salud, ni principios activos en concentraciones terapéuticas, asimismo las hierbas aromáticas/infusiones no deberán estar afectas a la ley N° 19.366, que sanciona el tráfico ilícito de estupefacientes y sustancias psicotrópicas.^{3 4}

ARTÍCULO 464.- Las hierbas aromáticas deben envasarse en materiales apropiados que permitan conservar en condiciones óptimas su sabor y aroma.

Especias: Condimento aromático que se obtiene de las raíces, cortezas frutos, semillas, cuyo fin principal es dar un sabor peculiar a los alimentos o preparaciones culinarias.

Según Reglamento Sanitario de los Alimentos

Párrafo I

De las especias

ARTÍCULO 430.- La denominación de "especias" comprende a plantas o partes de ellas (raíces, rizomas, bulbos, hojas, cortezas, flores, frutos y semillas) que contienen sustancias aromáticas, sápidas o excitantes, o sus principios activos suspendidos en un soporte alimenticio adecuado, empleadas para condimentar alimentos y bebidas. Se incluyen en esta denominación, entre otras, las siguientes especias:

- **ANÍS COMÚN O VERDE:** Frutos desecados del Pimpinela anisum L.
- **ANÍS ESTRELLADO:** Frutos del Illicium verum H.
- **AZAFRÁN:** Filamentos de color rojo-anaranjado provenientes de los estigmas desecado de la flor del Crocus sativus L.
- **CANELA DE CEYLAN:** Corteza desecada y privada en su mayor parte de la capa epidérmica, proveniente el Cinnamomum zeylanicum N. Toda canela que no corresponda a los caracteres macro y microscópicos de la de Ceylán, como la del Cinnamomum cassia, debe denominarse "canela común"
- **CARDAMOMO:** Semillas del Elettaria cardamomum L.
- **CLAVO DE OLOR:** Botones florales secos del Caryophyllus aromaticus L.o Eugenia Caryphyllata T.
- **COMINO:** Frutos del Cuminum cyminum L.
- **COMINO ALEMÁN O ALCARAVEA:** Frutos del Carum carvi L.
- **CÚRCUMA:** Rizoma del Curcuma longa L.

² Artículo modificado, como se indica en el texto, por Dto. N° 115/03, del Ministerio de Salud, publicado en el Diario Oficial de 25.11.03 (modif.. anterior: Dto. N° 855/98, Minsal)

³ Artículo modificado, como aparece en el texto, por Dto. 115/03, del Ministerio de Salud, publicado en el Diario Oficial de 25.11.03

⁴ Artículo modificado, como aparece en el texto, por Dto. 475/99, del Ministerio de Salud, publicado en el Diario Oficial de 13.01.00

- **CURRY:** Mezcla de especias de sabor picante, constituida por diversos ingredientes como pimientas, jengibre, cúrcuma y otros.
- **JENGIBRE:** Rizoma lavado y desecado de Zingiber officinale R.
- **MACIS:** Envoltura o arilo que recubre la semilla de la nuez moscada Myristica fragans H.
- **MEJORANA:** Hojas y partes aéreas floridas del Origanum mejorana L.
- **MENTA PIPERITA:** Hojas y partes aéreas floridas de la Mentha piperita L.
- **MOSTAZA BLANCA:** Semillas de la Sinapis alba
- **MOSTAZA NEGRA:** Semillas de la Brassica nigra L.
- **NUEZ MOSCADA:** Semilla desecada de Myristica fragans H., desprovista totalmente de su envoltura (macis)
- **PIMIENTA BLANCA:** Fruto maduro y seco, privado de la parte exterior de su pericarpio, proveniente del Piper nigrum L.
- **PIMIENTA NEGRA:** Fruto incompletamente maduro y seco, proveniente del Piper nigrum L.
- **PIMIENTA DE JAMAICA:** Fruto de Pimenta officinalis B. o Allspice
- **PIMIENTA DE CAYENA:** Frutos especialmente picantes del Capsicum frutescens
- **VAINILLA:** Fruto inmaduro, fermentado y desecado de vainilla planifolia A.

ARTÍCULO 431.- Las especias deben ser sanas, limpias, genuinas y presentar las características que les son propias. Deben contener la totalidad de sus principios activos y estar privadas de otras partes del vegetal exentas de valor como condimento.

ARTÍCULO 432.- Las especias no deben estar agotadas, alteradas, contaminadas con insectos o parásitos, ni en mal estado de conservación o higiene. Queda prohibido adicionarles sustancias inertes, amiláceas o cualquier otra materia extraña.

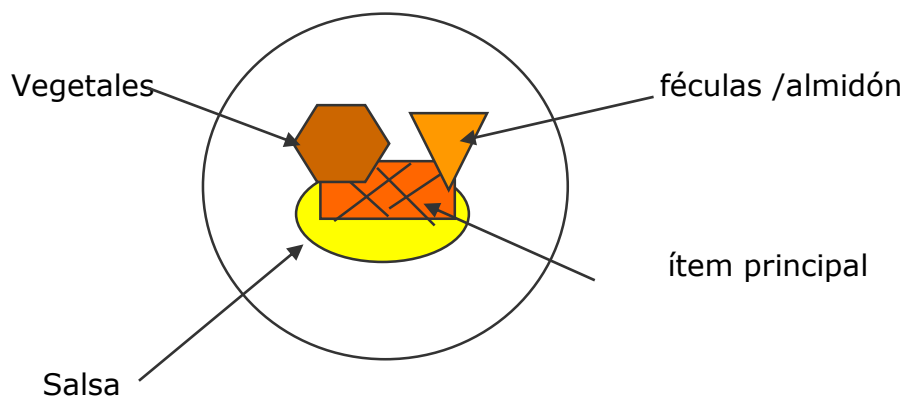
CUESTIONARIO/ AUTOEVALUACION

- 1.- ¿Qué es un condimento?**
- 2.- ¿Cómo se clasifican los condimentos?**
- 3.- ¿Cuál es la diferencia entre la pimienta blanca y la negra?**
- 4.- ¿Qué son las especias?**
- 5.- ¿Para que utilizamos las hierbas aromáticas?**
- 6.- Mencione la diferencia entre la pimienta verde y la blanca?**
- 7.- Realice un cuadro resumen con 20 hierbas aromáticas y 20 especias, señalando sus características y usos culinarios.**

PRESENTACIÓN DE LOS PLATOS

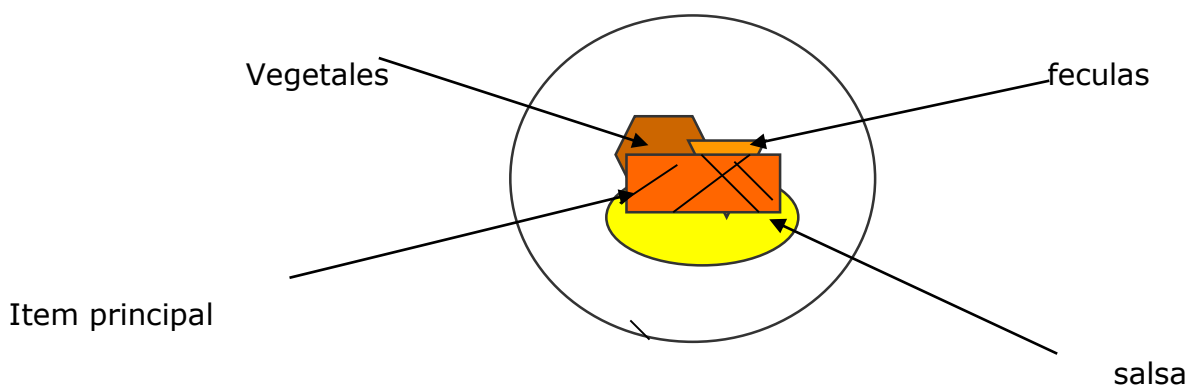
Existen dos estilos de montaje de platos:

Montaje tradicional, es donde el ítem principal y la salsa se ubican en la mitad inferior del plato, las féculas en la parte superior derecha y los vegetales en la superior izquierda, o ejemplificando como si fuese un reloj, la carne y la salsa a las 6⁰⁰, las féculas a las 2⁰⁰ y los vegetales a las 10⁰⁰.

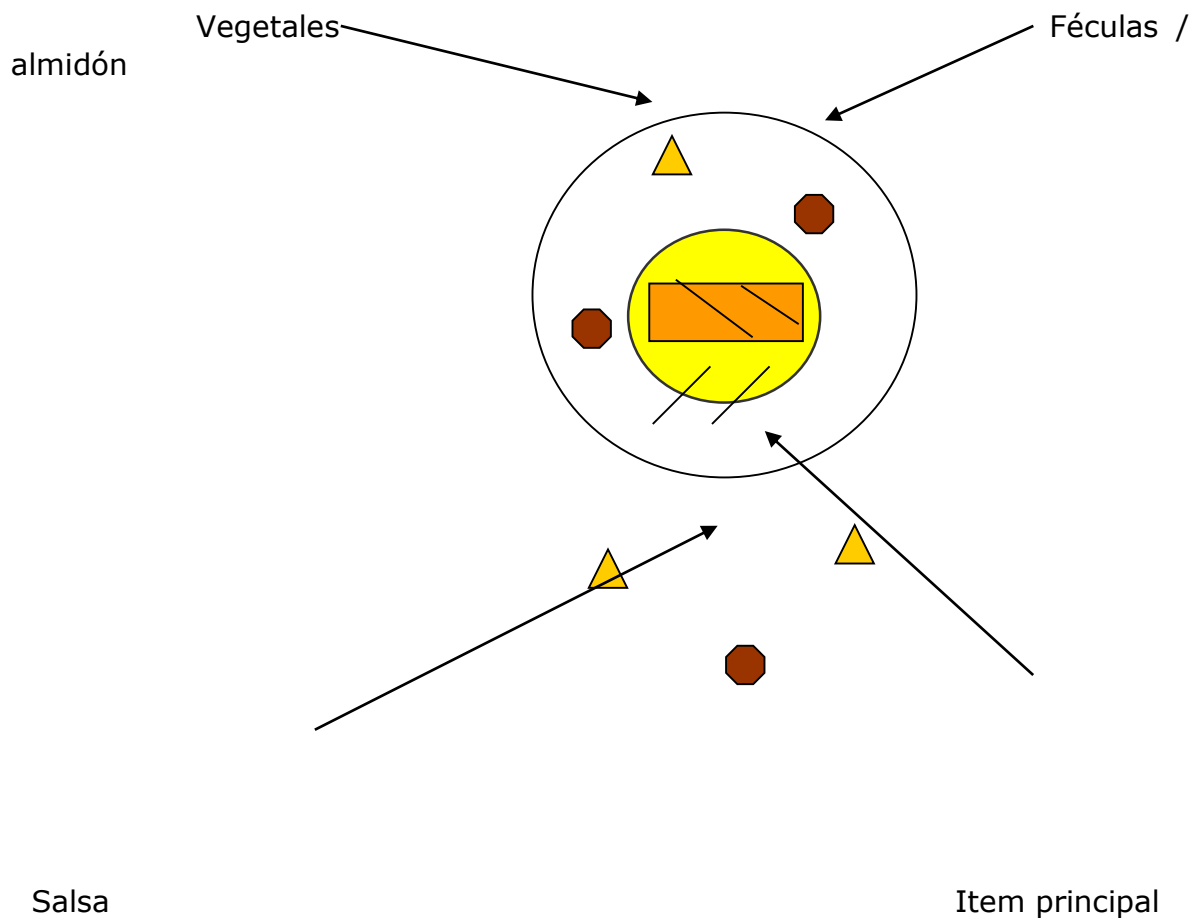


Montaje no tradicional permite una mayor creatividad en la presentación, es más artística y por lo mismo requiere de mayor conocimiento de la combinación de colores, sabores, cocciones y texturas, y se divide en dos: estructurado y disperso.

- **Estructurado:** una base de verduras, la fécula y la salsa se centran en el plato y se dispone el ítem principal sobre esta, o alrededor del centro. Se debe tener en consideración la compatibilidad de los elementos del plato.



- **Disperso:** el ítem principal se centra en el plato y todos los acompañamientos se disponen alrededor y también se debe tener en cuenta la compatibilidad de los elementos del plato.



Ambos métodos acentúan la compatibilidad y combinación de los alimentos. Mediante el método no tradicional el chef podrá ofrecer más que sabor.

ACTIVIDAD Nº2

1. CREE UN CUADRO RESUMEN SOBRE LOS DISTINTOS MONTAJES DE PLATOS.

LINK MONTAJE DE PLATOS

<https://www.youtube.com/watch?v=5CtPowNYts8>