



NOMBRE: _____

CURSO: _____ FECHA: _____

OBJETIVO DE APRENDIZAJE:

OA 5: Elaborar alimentos de baja complejidad considerando productos o técnicas 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.

CONTENIDO:

Manipulación de cuchillos / Ensaladas / Acompañamientos

PESCADOS Y MARISCOS

PESCADOS

Definición: Son animales vertebrados, es decir, poseen una espina dorsal, viven en el agua, respiran por medio de branquias, poseen un cuerpo generalmente escamoso, nadan y se mueven en diversas direcciones utilizando sus aletas.

Historia

Los pescados constituyen una parte importante en la alimentación del hombre desde épocas prehistóricas.

En Egipto el pescado era abundante y barato, incluso más que el pan.

Hay más de 20.000 especies en el mundo, siendo el más valioso el arenque, aunque en Europa la captura se inclina por el bacalao y el atún.

El caviar.

Se obtiene de los huevos del esturión, que se pesca en aguas de Rusia, Irán. Principalmente la elaboración del caviar es muy minuciosa, pasa por diferentes fases frotando las membranas de los esturiones, cayendo los huevos sobre recipientes. Los de mejor calidad se salan un poco, en cambio los de inferior calidad se curan con sal y se envasan previa selección del color. Debido a esta preparación especial los huevos se

pueden conservar por más tiempo y en mejores condiciones, siempre y cuando sean acompañados de bajas temperaturas.

El caviar se usa principalmente en variedades de canapés finos, como en entradas especiales y delicadas.

Características organolépticas del pescado:

- Deben poseer ojos claros, transparentes, brillantes y con pupilas negras.
- Escamas firmemente adheridas a la piel, la cual debe estar brillante y debe poseer destellos metálicos.
- Branquias o agallas húmedas y brillantes de color rojo intenso.
- Las espinas deben estar fuertemente adheridas a la carne.

Clasificación de los pescados

Según grasas:

- Magra: es decir contiene el mínimo de grasas.
- Semi grasas: contiene un porcentaje medio en grasas.
- Graso: contiene gran cantidad de ésta, como por ejemplo el salmón.

Según agua:

- Salada: merluza, congrio y bacalao
- Dulce: trucha y anguila

Según anatomía:

- Planos: lenguado y reineta.
- Redondos: congrio y merluza.

Composición

La parte comestible consiste en agua, proteínas (que es lo que más poseen), grasas, pequeñas cantidades de minerales, vitaminas y otros elementos.

La diferencia de la carne de pescado y la de res es que la primera contiene poco tejido conectivo, lo que permite que:

1. La carne de pescado sea blanda.
2. El pescado se cocina rápido aún a bajas temperaturas.
3. Debemos tener cuidado en la cocción para que no se deshaga.

Métodos básicos de cocción

- Hornear
- Freír
- Al vapor
- Estofar

La diferencia de grasa se incrementa en verano cuando la alimentación es fácil y disminuye en época de frío. La fluctuación en la tasa de grasa va desde un 3 a un 5% en invierno y de 12 a un 30% en verano en pescados grasos, de 1 a 3,5% en invierno hasta un 6 a 8% en verano en pescados semi grasos y de 0 a 3 ó 4% en pescados magros.

MARISCOS.

Se refiere a organismos invertebrados comestibles que se clasifican en:

- Moluscos.
- Crustáceos.
- Equinodermos.

Moluscos: animal invertebrado, de cuerpo blando encerrado en una concha o valva, y se clasifican en:

- a) Moluscos de una concha, gasterópodos o univalvos: locos, caracol.
- b) Moluscos de dos conchas o bivalvos: almejas, choritos, machas, etc.
- c) Moluscos sin concha o cefalópodos: pulpo, calamar, etc.

Crustáceos: son animales con el cuerpo cubierto con un caparazón, anatómicamente se dividen en cabeza y cola.

La parte comestible se encuentra generalmente en la cola o cuerpo.

Ejs: langosta, camarones, cangrejos, etc.

Equinodermos: este grupo está formado por erizos, piures y picorocos.

Deben estar enteros, con el caparazón íntegra y brillante, húmedos y las púas rectas y en movimiento además de estar firmemente adheridas.

LAS CARNES.

Es la parte comestible de los animales de abasto, que son aptos para el consumo humano. Comprende todos los tejidos blandos que rodean el esqueleto y eso incluye cobertura grasa, tendones, vasos y nervios.

Las carnes se clasifican en vegetal y animal.

- Vegetal: la carne de soya es un sustituto de la de vacuno.
- Animal: según su especie se dividen en bovino, ovino, porcino, caprino y avícola.

Según color: Blanca aves, peces.

Roja: mamíferos.

Negra: pato.

Naranja: salmón.

Los productos carneos están compuestos por la siguiente estructura:

- Tejido muscular formado por un conjunto de células llamadas fibras (actina y miocina que son proteínas).
- Tejido conectivo-conjuntivo formado por colágeno y elastina.
- Tejido graso.
- Tejido óseo.

La composición química depende de muchos factores como la edad, sexo, grasa, corte, alimentación del animal y dentro de su composición se puede destacar:

Músculo 75% Agua.

20% Proteínas.

3% Lípidos.

1 a 2% Hidratos de carbono.

0,1% Sales minerales (hierro).

1.- BOVINOS.

Es el principal proveedor de carne para la cocina. La carne del ganado vacuno es la más importante y de mayor consumo.

A parte de la carne estos animales proporcionan productos culinarios tales como la leche, huesos, grasas, vísceras etc. La carne de vacuno es un alimento casi universal y se utiliza generalmente procesado como base de una gran variedad de platos calientes y fríos.

* Clasificación de la carne de vacuno.

- **Ternero nonato:** ternero no nacido.
- **Ternero neonato:** ternero recién nacido que muere dentro de las 48 hrs.
- **Ternero lechón:** ternero que se alimenta de leche.
- **Vaquilla:** hembra vírgen hasta los tres años.
- **Vaca:** hembra después del primer parto.
- **Novillo:** macho castrado y no sometido a trabajo.
- **Buey:** macho viejo y castrado sometido a trabajo.
- **Toro:** macho adulto y en reproducción.

* **Cortes.**

Van a variar de acuerdo al país según su reglamento vigente, los más practicados son:

- Corte Americano: en este corte la división de la carne se hace a través de huesos y músculos sin respetar la formación natural o calidad de ellos.
- Corte Tradicional: en este corte se respeta la unión natural de los músculos hasta la menor división obteniendo así una separación precisa de las clases de carne. La división se realiza entre los tejidos de los músculos y coyunturas de huesos.

Con respecto a los cortes se han definido 32 cortes básicos, 16 corresponden a la paleta y 16 de la pierna o extremidad posterior.

* Tipificación.

Establece 6 categorías, para ello se consideran diversas características de los animales una vez faenados estos son edad, sexo, cobertura de grasa.

CATEGORÍA	CLASE	EDAD	CRONOMETRÍA DENTARIA
V	Novillito, vaquilla, torito	1 a 2.5 años	Dientes de leche 2
A	Novillo y vacas jóvenes	2.5 a 3.5 años	4 dientes
C	Novillo y vacas	3.5 a 4.5 años	6 dientes
U	Vacas, toro y buey adulto	4.5 a 8 años	8 dientes
N	Vaca, toro y buey viejo	Más de 8 años	Todos los dientes
O	Ternero y ternera	Menos de un año	Dientes de leche

* Faenamiento.

Es el sacrificio de las reses de abasto, debe realizarse en un matadero autorizado por seguridad higiénica.

* Etapas.

- Transporte: puede ser a pie, en camión, ferrocarril, barco, etc. sea cual sea el tipo de traslado este provoca agotamiento, heridas, contusiones, fracturas, asfixia, facilidad en el desarrollo de enfermedades.
- Recolección y reposo: aquí se envían los animales al corral de recepción donde se pesan y se envían a los corrales de espera donde permanecerán 72 hrs. Como mínimo, si el reposo es mayor a 48 hrs. el corral deberá contar con comedores y bebederas.
- Aturdimiento: se realiza por fines humanitarios, económicos y por seguridad.
- Sangrado: una vez insensibilizado debe ser transportado a la zona de sangría donde se le hará una incisión en la entrada del pecho, este debe ser completo e higienizado, en el caso que la sangre sea comercializada debe ser mezclada con un coagulante. Aquí el animal muere de anemia.
- Cortes de patas y cabeza: Aquí se deja en suspensión el resto del cuerpo para luego ser dividido.
- Descuerado: todos los animales a excepción de los cerdos deben ser descuerados después de la sangría.
- Eviscerado: donde se obtiene el canal dividido de dos partes. La canal consiste en una pieza limpia la cual no contiene vísceras muy poca materia grasa y a través de ella podemos conocer la calidad de la carne.

Luego se traslada a cámaras especiales en las cuales se espera el rigor mortis (maduración de la carne).

Diferentes puntos de cocción.	Consistencia.	Color interno.	Temperatura interna.
A la inglesa (Bleau).	Blanda y flácida.	Rojo.	35 a 40° C (justo tibia)
Sangrante (saignant).	Un poco más firme y ligeramente resistente en la superficie	Rojo-rosado.	50 a 55° C.
A punto (au point).	Resistente en la superficie.	Rosado con algunas gotas de sangre.	60 a 65° C.
Bien cocido (bien cuit).	Firme.	Blanca – gris.	70 a 80° C.

ACTIVIDAD:

RESPONDA CON LA ALTERNATIVA CORRECTA

- Existen muchos tipos de pescados, en el mundo hay más de:
 - 10000 especies.
 - 15000 especies.
 - 20000 especies.
 - 25000 especies.
 - 30000 especies.
- El caviar se obtiene de los huevos del:
 - Bacalao.
 - Esturión.
 - Arenque.
 - Merluza.
 - Salmón.

3. Un ejemplo de pescado graso es:
 - a) Reineta.
 - b) Lenguado.
 - c) Corvina.
 - d) Salmón.
 - e) Corvinilla.

4. La trucha es un pescado de aguas:
 - a) Saladas.
 - b) Dulces.
 - c) Turbias.
 - d) Mezcladas.
 - e) Ácidas.

5. La diferencia de grasa en pescados magros en la época de invierno es de entre:
 - a) 0 a 2%
 - b) 0 a 5%
 - c) 0 a 3%
 - d) 0 a 6%
 - e) 0 a 7%

6. Dentro del mar hay variados seres, uno de ellos son los locos y pertenecen a los:
 - a) Pescados.
 - b) Crustáceos.
 - c) Equinodermos.
 - d) Algas.
 - e) Moluscos.

7. Dentro de los bivalvos se encuentran:
 - a) Locos.
 - b) Pulpos.
 - c) Almejas.
 - d) Centolla.
 - e) Langosta.

8. Un cefalópodo es un:

- Chorito.
- Pulpo.
- Langostino.
- Loco.
- Choro malton.

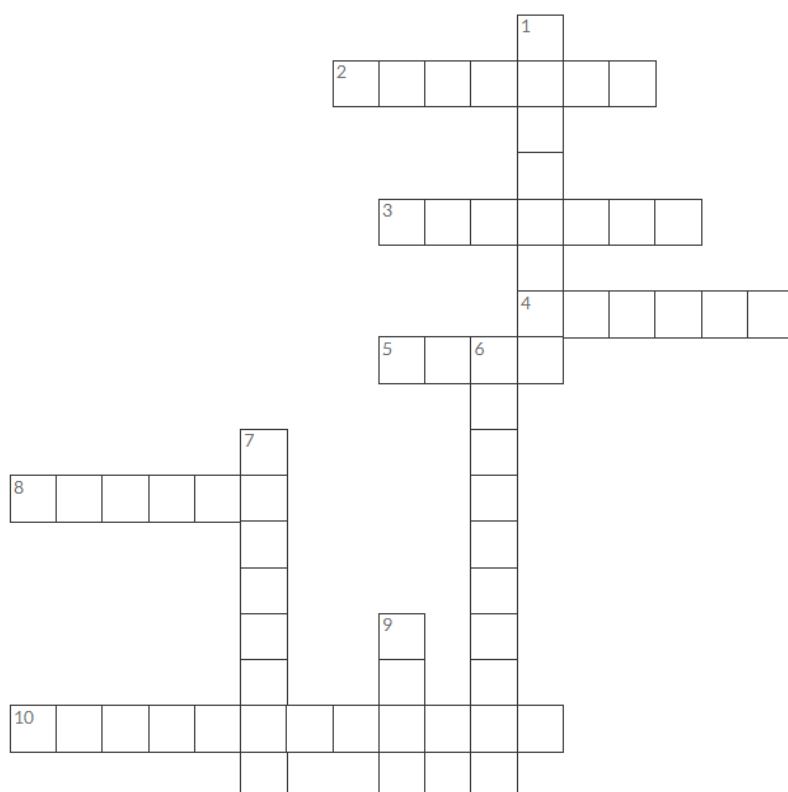
9. El pato corresponde a las carnes:

- Rojas.
- Blancas.
- Negras.
- Naranjas.
- Rosadas.

10. Una carne de la categoría "C" tiene una cronometría dentaria de:

- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

CRUCIGRAMA: LLENA LAS CASILLAS SIGUIENDO LAS PISTAS.



Verticales

- hembra virgen hasta los tres años.
- son animales con el cuerpo cubierto con un caparazón, anatómicamente se dividen en cabeza y cola.
- animal invertebrado, de cuerpo blando encerrado en una concha o valva
- macho adulto y en reproducción.

Horizontales

- ternero recién nacido que muere dentro de las 48 hrs.
- macho castrado y no sometido a trabajo.
- ternero que se alimenta de leche.
- hembra después del primer parto.
- ternero no nacido.
- este grupo está formado por erizos, piures y picorocos.

RESPUESTAS

SELECCIÓN ÚNICA

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
C	B	D	B	C	E	C	B	C	E

CRUCIGRAMA

