

CUADERNILLO PLANIFICACION GASTRONOMICA

3º medio (Septiembre)

Nombre del alumno:

Nombre de profesor: Oscar Rojas/Carlos pouso

Oscar.rojas@colegiofernandodearagon.cl-

carlos.pouso@colegiofernandodearagon.cl

OBJETIVO DE APRENDIZAJE (OA 4):

Ordenar, organizar y disponer los productos intermedios, insumos, equipos y utensilios, de acuerdo con sus características organolépticas, al proceso de elaboración gastronómica y a las normativas de higiene e inocuidad.

APRENDIZAJE ESPERADO (AE1):

Selecciona insumos, utensilios y equipos, de acuerdo al tipo de producción a elaborar, considerando las normas de higiene necesarias para la inocuidad de los alimentos.

OBJETIVO DE LA CLASE:

Conocer sobre materias primas que se utilizan en la elaboración de alimentos y su inocuidad.

SALSAS MADRES CALIENTES

BECHAMEL

Se elabora mezclando un roux más leche. Es usada como base para salsas clásicas, derivadas, cremas, para gratinar y otras aplicaciones en cocina.

Ingredientes para 1000 cc aprox:

Ingredientes	Uni. de Medida	Cantidad
Harina	GR	50 a 80
Mantequilla	GR	50 a 80
Leche	CC	1000
Pimienta blca. molida	GR	2
Nuez moscada	GR	1
Sal	GR	15

PREPARACIÓN

1. Disponer la mantequilla en una olla o sartén al fuego.
2. Cuando esta derretida agregar de una vez la harina y mezclar con la ayuda de una cuchara de cocina o un batidor.
3. Una vez formado el roux (masa pastosa) agregar la leche en pequeñas cantidades (no agregarla de una vez, idealmente fría,) hasta incorporar toda la leche.
4. Dar cocción por 15 a 18 minutos a fuego medio/bajo y revolver de vez en cuando, condimentar.

DERIVADAS DE LA SALSA BECHAMEL

- Salsa Aurora: Salsa cremosa tomatada.
- Salsa Mousseline: Salsa Bechamel terminada con crema fresca.
- Salsa Mornay: Añadir a la Bechamel queso rallado maduro, mantequilla fresca y una pizca de pimienta cayena.
- Salsa Nantua: Salsa cremosa montada con mantequilla de cangrejos, con una garnitura de colas de cangrejos.
- Salsa Raifort: Salsa cremosa terminada con bastante raíz picante rallada.

SALSA POR REDUCCIÓN DE CREMA

Se prepara utilizando crema de leche como base y otros ingredientes, en ella, como su nombre lo dice, se concentra la grasa de la crema mientras se evapora el agua, esta característica proporciona consistencia, brillo y sabor lácteo.

Ingredientes para 500 cc aprox:

Ingredientes	Uni. de Medida	Cantidad
Aceite	CC	10
Chalota o cebolla	GR	30
Vino blanco	CC	100
Fondo	CC	200
Crema	CC	300
Pimienta blanca molida	GR	1
Sal	GR	5

PREPARACIÓN

1. En una olla o sartén sudar la chalota junto al aceite, transparentar.
 2. Apagar con vino blanco y dejar reducir a la mitad.
 3. Agregar fondo (que tenga relación al plato que acompañará) y dejar deducir a la mitad.
 4. Incorporar crema, condimentos y dejar reducir a fuego bajo hasta obtener consistencia deseada, incorporar garnitura que le dará el nombre, aroma y sabor.
 5. Filtrar, rectificar condimentos y servir.
- No olvidar reducir la salsa a fuego bajo, ya que puede cortarse al hervir profusamente.
 - Incorporal sal al final de la elaboración, la concentración de crema le dará sabor salado.

DERIVADAS DE SALSA POR REDUCCIÓN DE CREMA

- Salsa de mostaza: Agregar en la reducción mostaza dijon.
- Salsa de alcaparras: añadir a la reducción ya filtrada alcaparras picadas.
- Salsa de finas hierbas: incorporar dentro de la reducción finas hierbas frescas para saborizar y aromatizar la salsa, filtrar y al servir agregar finas hierbas frescas picadas.

SALSAS OSCURAS

Se utilizan en gran variedad de preparaciones, es el resultado de la cocción de carnes o huesos de animales como el vacuno, cordero o animales de caza más vegetales, finas hierbas y especias, vinos, fondos y opcionalmente agentes espesantes.

La caramelización y concentración de estos otorga a este tipo de salsas el color oscuro, sabor y aroma intensos.

SALSA ESPAÑOLA

Salsa madre clásica francesa (aunque su origen es español). Se usa para carnes oscuras, pero se utiliza mayormente como base de salsas que derivan de ella. Se caracteriza por tener un sabor y aroma pronunciado a huesos y vegetales dorados, especias y finas hierbas, vino tinto, tomate y tocino entre otros ingredientes.

Ingredientes para 1000 cc aprox:

Ingredientes	Uni. de Medida	Cantidad
Huesos de vacuno s/grasa	GR	500
Mirepoix graso	GR	300
Vino tinto	CC	100
Tomate o concentrado	GR	30-50
Fondo oscuro de vacuno	CC	2000
Bouquet garnie	UNI	1

PREPARACIÓN

1. Dorar huesos limpios (sin grasa o carne) y mirepoix en el horno o en una olla a alta temperatura, no es necesario agregar materia grasa.
2. Una vez dorados los huesos y el mirepoix agregar tomate o concentrado de tomate.
3. Si los huesos se doraron en el horno, desglasar la bandeja o lata metálica con vino tinto, si se hizo en una olla agregar el vino directamente.
4. Agregar fondo oscuro y bouquet garnie.
5. Dejar reducir a baja temperatura, limpiar la superficie de las impurezas que vaya dejando la cocción.
6. Filtrar y utilizar.

DERIVADOS DE SALSA ESPAÑOLA

- Salsa Diabla: española más ají en trozos o pasta de ají.
- Salsa Bourguignone: española más cebolla perla, champiñones, tocino y perejil picado.
- Salsa a las finas hierbas: española más romero, tomillo y orégano fresco picados.

ACTIVIDAD N°1

Mencione los pasos para realizar una Bechamel

Respuesta:

ACTIVIDAD N°2

Cuál es el origen de la salsa española

Respuesta:

RESPUESTA A LA ACTIVIDAD

1.

Ingredientes para 1000 cc aprox:

Ingredientes	Uni. de Medida	Cantidad
Harina	GR	50 a 80
Mantequilla	GR	50 a 80
Leche	CC	1000
Pimienta blca. molida	GR	2
Nuez moscada	GR	1
Sal	GR	15

PREPARACIÓN

1. Disponer la mantequilla en una olla o sartén al fuego.
2. Cuando esta derretida agregar de una vez la harina y mezclar con la ayuda de una cuchara de cocina o un batidor.
3. Una vez formado el roux (masa pastosa) agregar la leche en pequeñas cantidades (no agregarla de una vez, idealmente fría,) hasta incorporar toda la leche.
4. Dar cocción por 15 a 18 minutos a fuego medio/bajo y revolver de vez en cuando, condimentar.

2. Su origen se remonta a el país francés