

Procesos de cocina

Consulte nuestra página web: www.sintesis.com
En ella encontrará el catálogo completo y comentado



Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y sigs. Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Procesos de cocina

*Nuria Pérez Oreja
Gustavo Mayor Rivas
Víctor J. Navarro Tomás*



Diseño de cubierta: JV Diseño gráfico

© Nuria Pérez Oreja
Gustavo Mayor Rivas
Víctor José Navarro Tomás

© EDITORIAL SÍNTESIS, S. A.
Vallehermoso, 34. 28015 Madrid
Teléfono: 91 593 20 98
<http://www.sintesis.com>

Depósito legal: M. 28.604-2003
ISBN: 84-9756-070-1

Reservados todos los derechos. Está prohibido, bajo las sanciones penales y el resarcimiento civil previstos en las leyes, reproducir, registrar o transmitir esta publicación, íntegra o parcialmente, por cualquier sistema de recuperación y por cualquier medio, sea mecánico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o cualquier otro, sin la autorización previa por escrito de Editorial Síntesis, S. A.

Impreso en España - Printed in Spain

Índice

| | |
|---|-----------|
| 1. Conceptos básicos de inicio a la profesión | 11 |
| 1.1. Terminología culinaria | 12 |
| 1.2. Deontología profesional | 20 |
| | |
| 2. Maquinaria, equipos y utensilios para la producción culinaria | 23 |
| 2.1. Utillaje | 24 |
| 2.2. Maquinaria básica y equipos | 31 |
| 2.2.1. <i>Generadores de calor</i> | 32 |
| 2.2.2. <i>Instalaciones y aparatos frigoríficos</i> | 39 |
| 2.2.3. <i>Material electromecánico</i> | 41 |
| 2.2.4. <i>Material neutro</i> | 43 |
| 2.3. Definición de la norma “Gastro-Norm” (GN) | 43 |
| 2.4. Importancia de la higiene en el utillaje, la maquinaria y el material neutro | 44 |
| | |
| 3. Higiene, seguridad y prevención en las zonas de producción culinaria | 47 |
| 3.1. El manipulador. Higiene y hábitos del personal de trabajo | 48 |
| 3.2. Condiciones higiénico-sanitarias en instalaciones y equipamiento | 49 |
| 3.2.1. <i>Zona de recepción y almacenamiento de materias primas</i> | 50 |
| 3.2.2. <i>Zonas de producción</i> | 50 |
| 3.2.3. <i>Zonas de residuos</i> | 51 |
| 3.2.4. <i>Sistemas de limpieza para las diferentes zonas, la maquinaria y los equipos</i> | 51 |
| 3.3. Toxiinfecciones alimentarias de origen bacteriano | 51 |
| 3.3.1. <i>Agente causal</i> | 52 |
| 3.3.2. <i>Alimentos</i> | 54 |
| 3.3.3. <i>Personas</i> | 55 |

| | |
|---|------------|
| 3.3.4. Condiciones o factores esenciales | 55 |
| 3.3.5. Medidas preventivas | 57 |
| 3.4. Los alimentos y su manipulación | 57 |
| 3.4.1. Recepción de materias primas | 57 |
| 3.4.2. Conservación o almacenamiento | 57 |
| 3.4.3. Almacenamiento no refrigerado | 58 |
| 3.4.4. Almacenamiento en refrigeración o congelación | 58 |
| 3.5. Sistemas de análisis de riesgos y control de puntos críticos | 59 |
| | |
| 4. Gestión del economato | 63 |
| 4.1. Requisitos del economato | 63 |
| 4.2. Funciones del responsable del economato | 64 |
| 4.3. Relación interdepartamental | 64 |
| 4.4. Planificación del trabajo | 65 |
| 4.5. Control de la recepción de mercancía | 65 |
| 4.6. Valoración de stocks | 66 |
| 4.7. Almacenaje: entradas y salidas | 67 |
| | |
| 5. Técnicas culinarias de corte y de cocción | 69 |
| 5.1. Técnicas de corte | 69 |
| 5.1.1. Preparaciones preliminares | 69 |
| 5.1.2. Cortes aplicados a frutas y verduras | 70 |
| 5.1.3. Cortes aplicados a carnes y aves..... | 73 |
| 5.1.4. Cortes aplicados a pescados | 76 |
| 5.2. Técnicas de cocción | 79 |
| 5.2.1. Definición | 79 |
| 5.2.2. Medios de transferir calor | 79 |
| 5.2.3. Acción del calor sobre los alimentos | 80 |
| 5.2.4. Clasificación de los sistemas de cocción | 81 |
| 5.2.5. Temperaturas de cocción | 93 |
| | |
| 6. Elaboraciones básicas en cocina de múltiples aplicaciones | 105 |
| 6.1. Elementos de ligazón | 106 |
| 6.1.1. Definición | 106 |
| 6.1.2. Clasificación | 106 |
| 6.2. Análisis de las salsas y los fondos | 115 |
| 6.2.1. Definición de fondo | 115 |
| 6.2.2. Clasificación de los fondos | 115 |
| 6.2.3. Definición de salsa | 122 |
| 6.2.4. Clasificación de las salsas | 123 |
| | |
| 7. Materias primas (I): condimentos | 153 |
| 7.1. Hierbas aromáticas y plantas silvestres | 154 |
| 7.1.1. Clasificación, características y usos culinarios | 154 |

| | |
|---|-----|
| 7.1.2. Usos culinarios generales | 165 |
| 7.1.3. Flores comestibles | 165 |
| 7.1.4. Conservación de hierbas y flores | 168 |
| 7.2. Especias | 170 |
| 7.2.1. Clasificación, características y usos culinarios | 170 |
| 7.2.2. Mezcla de especias más comunes | 175 |

8. Materias primas (II): cereales, vegetales y hongos 177

| | |
|--|-----|
| 8.1. Hortalizas | 178 |
| 8.1.1. Elaboraciones previas a su consumo | 178 |
| 8.1.2. Utilización de las hortalizas frescas en la cocina | 179 |
| 8.1.3. Comercialización | 180 |
| 8.1.4. Conservación | 180 |
| 8.1.5. Clasificación | 181 |
| 8.1.6. Minihortalizas | 191 |
| 8.2. Legumbres | 191 |
| 8.2.1. Propiedades | 192 |
| 8.2.2. Criterios de calidad | 192 |
| 8.2.3. Elaboraciones previas al consumo de las legumbres secas | 192 |
| 8.2.4. Cocción de las legumbres secas | 193 |
| 8.2.5. Compra y conservación | 193 |
| 8.2.6. Clasificación | 194 |
| 8.3. Germinados | 197 |
| 8.3.1. Obtención | 197 |
| 8.3.2. Características | 198 |
| 8.3.3. Elaboraciones previas a su consumo | 198 |
| 8.3.4. Consumo | 198 |
| 8.3.5. Conservación | 198 |
| 8.3.6. Ejemplos | 199 |
| 8.4. Algas | 199 |
| 8.4.1. Compra | 199 |
| 8.4.2. Utilización | 199 |
| 8.4.3. Conservación | 200 |
| 8.4.4. Valor nutritivo | 200 |
| 8.4.5. Algas gelificantes | 200 |
| 8.4.6. Principales algas empleadas en la cocina | 201 |
| 8.4.7. Breve recetario | 202 |
| 8.5. Hongos | 203 |
| 8.5.1. Características | 203 |
| 8.5.2. Clasificación | 204 |
| 8.6. Cereales | 214 |
| 8.6.1. Utilización | 215 |
| 8.6.2. Preparación | 215 |
| 8.6.3. Cocción | 215 |
| 8.6.4. Valor nutritivo | 215 |
| 8.6.5. Clasificación | 216 |

| | |
|--|------------|
| 9. Materias primas (III): carnes, aves y caza | 221 |
| 9.1. Definición | 221 |
| 9.2. Generalidades sobre la manipulación y conservación de las carnes | 222 |
| 9.3. Criterios generales de calidad | 222 |
| 9.4. Categorías de las carnes | 223 |
| 9.5. Aves de corral domésticas | 226 |
| 9.5.1. <i>Preelaboración de las aves</i> | 226 |
| 9.5.2. <i>Clasificación de las aves</i> | 227 |
| 9.6. Caza | 236 |
| 9.6.1. <i>Aspectos del cocinado de la caza</i> | 236 |
| 9.6.2. <i>Clasificación de la caza</i> | 238 |
| 9.7. Ganado bovino | 245 |
| 9.7.1. <i>Despiece y características</i> | 245 |
| 9.7.2. <i>Usos culinarios de cada pieza</i> | 248 |
| 9.8. Ganado ovino | 249 |
| 9.8.1. <i>Despiece y características</i> | 249 |
| 9.8.2. <i>Usos culinarios de cada pieza</i> | 251 |
| 9.9. Ganado porcino | 253 |
| 9.9.1. <i>Despiece y características</i> | 253 |
| 9.9.2. <i>Usos culinarios de cada pieza</i> | 255 |
| 9.10. Productos de casquería | 258 |
| 9.10.1. <i>Clasificación general y características</i> | 258 |
| 9.10.2. <i>Limpieza y usos culinarios</i> | 262 |
| | |
| 10. Materias primas (IV): pescados | 265 |
| 10.1. Definición y generalidades | 266 |
| 10.2. Calidad y frescura | 266 |
| 10.3. La compra del pescado | 268 |
| 10.4. El pescado y la salud | 269 |
| 10.5. Preelaboración y conservación en la zona de cocina | 270 |
| 10.6. Técnicas de cocción | 270 |
| 10.7. Clasificaciones | 280 |
| 10.8. Descripción de las variedades más importantes en el ámbito gastronómico... | 281 |
| 10.8.1. <i>Pescados de mar blancos</i> | 281 |
| 10.8.2. <i>Pescados de mar azules</i> | 286 |
| 10.8.3. <i>Pescados de agua dulce</i> | 287 |
| 10.9. Métodos de conservación | 288 |
| 10.9.1. <i>Congelación</i> | 288 |
| 10.9.2. <i>Salazón</i> | 289 |
| 10.9.3. <i>Ahumado</i> | 289 |
| 10.9.4. <i>Autoclave o esterilización</i> | 289 |
| 10.9.5. <i>Conservación en la cocina</i> | 289 |
| 10.10. La cocción del pescado y su evolución | 290 |
| | |
| 11. Materias primas (V): mariscos | 295 |
| 11.1. Crustáceos | 296 |
| 11.1.1. <i>Precauciones en la compra de los crustáceos</i> | 297 |

| | | |
|---------------------|--|------------|
| 11.1.2. | <i>Clasificación de los principales crustáceos macruros utilizado en la cocina (decápodos)</i> | 298 |
| 11.1.3. | <i>Clasificación de los principales crustáceos branquiuros utilizados en la cocina (decápodos)</i> | 300 |
| 11.1.4. | <i>Clasificación de los principales cirrípidos utilizados en la cocina</i> | 301 |
| 11.1.5. | <i>Cocción de los crustáceos</i> | 302 |
| 11.1.6. | <i>Otros animales acuáticos: erizos de mar y ancas de rana</i> | 306 |
| 11.2. | <i>Moluscos</i> | 307 |
| 11.2.1. | <i>Compra de los moluscos</i> | 307 |
| 11.2.2. | <i>Intoxicaciones y problemas</i> | 308 |
| 11.2.3. | <i>Conservación</i> | 308 |
| 11.2.4. | <i>Lamelíbranquios o bivalvos</i> | 308 |
| 11.2.5. | <i>Gasterópodos</i> | 313 |
| 11.2.6. | <i>Cefalópodos</i> | 314 |
| 11.3. | <i>Presentación del marisco en el mercado</i> | 315 |
| 11.3.1. | <i>Vivo</i> | 315 |
| 11.3.2. | <i>Refrigerado</i> | 316 |
| 11.3.3. | <i>Congelado</i> | 316 |
| 11.3.4. | <i>Hervido</i> | 316 |
| 12. | Procesos de conservación de los alimentos | 319 |
| 12.1. | <i>Algunas nociones sobre los microbios</i> | 320 |
| 12.1.1. | <i>Mohos, levaduras y bacterias</i> | 321 |
| 12.1.2. | <i>Las esporas</i> | 321 |
| 12.2. | <i>Las sustancias antisépticas</i> | 322 |
| 12.3. | <i>Alteraciones de los alimentos</i> | 322 |
| 12.4. | <i>Métodos de conservación</i> | 322 |
| 12.4.1. | <i>Deshidratación</i> | 322 |
| 12.4.2. | <i>Refrigeración</i> | 324 |
| 12.4.3. | <i>Congelación</i> | 325 |
| 12.4.4. | <i>Esterilización</i> | 327 |
| 12.4.5. | <i>Ahumado</i> | 329 |
| 12.4.6. | <i>Encurtidos</i> | 331 |
| 12.4.7. | <i>Salazón</i> | 333 |
| 12.4.8. | <i>Escabeche</i> | 335 |
| 12.4.9. | <i>Pasteurización</i> | 338 |
| 12.4.10. | <i>Liofilización</i> | 340 |
| 12.4.11. | <i>Confitado</i> | 342 |
| 12.4.12. | <i>Marinado</i> | 343 |
| 12.4.13. | <i>Adobo</i> | 348 |
| 12.4.14. | <i>Envasado al vacío</i> | 349 |
| Solucionario | | 355 |
| Bibliografía | | 357 |