COCINA I



|  |  |
| --- | --- |
| **Grupos: 41-A**  **CLASES: 19 – 20** | **Profra. Brenda Hernández González**    **Fecha: Martes 24 de Octubre de 2017** |

**OBJETIVO:** *Al término de la clase, el alumno será capaz de conocer los utensilios de cocina que son necesarios para la elaboración de diversos platillos.*

**INSTRUCCIONES:** Lee con atención el siguiente apunte, subraya con marca textos color amarillo lo más importante e ilustra cada utensilio visto en el apunte.

**TEMA:** ***UTENSILIOS BÁSICOS***  (PARTE 1)

Para obtener los mejores resultados en las recetas es imprescindible disponer de unos utensilios precisos de medida, sobre todo para las masas, y una serie de útiles básicos sin los cuales nos veremos muy limitados en nuestra actividad culinaria.

**Útiles para medir**

Se necesita una balanza, sobre todo para hacer masas, pues las proporciones correctas de los ingredientes son la base del éxito. Existen gran variedad de modelos, de plástico, resortes, para sobremesa, de pared, etc.

Las balanzas de cocina doméstica suelen alcanzar los 5 kg. Algunos pesos llevan un cuenco mezclador con marcas de medidas, en lugar del clásico platillo, lo que los hace muy prácticos para pesar mezclas de ingredientes o de líquidos (almíbar, miel...).

Otro utensilio práctico de medida es un cucharón de pesos, que cuelga de un gancho y lleva un peso de resorte. Es adecuado para pesar ingredientes secos en pequeñas cantidades.

Elija siempre pesos de graduación clara y con un tornillo de fácil acceso para regular la aguja en el cero. No utilice su peso para poner encima cualquier objeto de cocina, pues los desequilibra.

**Jarra medidora**

Elija una de plástico transparente y rígido, o de vidrio endurecido, con una hendidura que vierta bien. Con una jarra de 1 litro tendrá para la mayoría de las recetas. El material tendrá que resistir los líquidos hirviendo.

**Cucharas medidoras**

Elija las que puedan medir una gama completa de ingredientes, desde el yogur a las especias. Pueden ser de acero inoxidable o de plástico rígido, y vienen en juegos de 3 o 4 con las siguientes medidas: 15 ml (una cucharada), 5 ml (una cucharadita), 2,5 ml (media cucharadita) y 1,25 ml (cuarto de cucharadita). Son útiles imprescindibles en muchas recetas.

**Termómetros**

La clave de una buena cocina reside casi siempre en la temperatura exacta. Los siguientes termómetros son los más utilizados:

*Para el horno*

Nos permitirá comprobar si la temperatura que alcanza el termostato de nuestro horno es exacta. Ajústelo para que sus hornadas salgan bien.

*Para la carne*

Va fijado a la punta de una aguja que se introduce en una pieza de carne o ave 10 ó 15 minutos antes de que se acabe el tiempo de cocción. La aguja marca en el disco la temperatura exacta del interior de la carne y, por tanto, su grado de cocción. También existen termómetros digitales muy precisos, que nos permitirán comprobar el corazón de un alimento en crudo antes de cocinarlo o llevarlo a la cámara, y así saber si existe algún riesgo alimentario.

*Para la freiduría y el caramelo*

Estos termómetros alcanzan medidas de hasta 273º C, y son una valiosa ayuda en repostería y para freír correctamente.

**Útiles cortantes**

*Tijeras*

La tijera es una herramienta imprescindible para limpiar el pescado, recortar hierbas, quitar el centro de los riñones, etc. Elíjalas de cuchilla de acero inoxidable y de bordes de sierra.

*Diversos útiles cortantes*

*Cizalla para aves*

Son de gran ayuda para cortar huesos y cartílagos, sobre todo si hay que trocear muchas aves, o asar piezas grandes (capones, pavos...)

*Pelapatatas*

Para pelar patas, otros tubérculos (eficaz con las zanahorias) y fruta, que se pelan más finos que con un cuchillo corriente. El extremo en punta sirve también para quitar el corazón de las manzanas y otras frutas.

*Cuchillo para corteza*

Es un cuchillo chato, de cuchilla doble y dentada. Es lo mejor para quitar la corteza de naranjas y limones dejando la piel blanca, que amarga.

*Cucharilla sacabocados*

Es un cucharita cortante para sacar bolitas de la pulpa de melón principalmente, pero también sirve para pepino, patatas, etc.

*Cuchillo para pomelo*

Es largo, flexible y con el extremo curvo, y los más indicado para separar la pulpa de la piel de un pomelo partido por la mitad.

*Espátula metálica*

No es exactamente un utensilio cortante, pero es lo mejor para extender mezclas suaves, y para dar vueltas y levantar algunos alimentos. Tiene una hoja plana, ancha y muy flexible; el extremo es redondeado. Tenga dos espátulas, una larga y otra más corta, y será suficiente para todas sus preparaciones de cocina.

*Corta huevos*

Utensilio de presión muy práctico para cortar los huevos duros en rodajas regulares y enteras, para adornar.

*Varillas*

A pesar de la extensa gama de aparatos eléctricos que se encuentran en el mercado, lo más eficaz para incorporar aire en las claras de huevos o para hacer la mezcla para un bizcocho o un suflé es, sin duda alguna, hacerlo a mano con varillas redondeadas o giratorias.