

Elementos de coñecemento pertecentes ás unidades didácticas asociadas á programación do módulo de técnicas culinarias do ciclo medio de modular/nocturno, pendentas de impartir.

Sirva como proceso para a identificación e técnicas aplicables de cocción a cada unha das materias primas expostas.

Asimesmo, queda pendente de presentación/exposición o traballo programado relacionado coa unidade didáctica de mariscos, pendente, trála suspensión das actividades lectivas pola alerta do coronavirus (pódense enviar vía gmail a drive).

8.6. La carne

8.6.1. La carne de vacuno

Solomillo

Una vez fraccionada la pieza cilíndrica del solomillo en tres, su utilización culinaria es la siguiente:

a) Cabeza: se obtienen los Chateaubriand, que son filetes gruesos (2 unidades de 350 g) que deben ser elaborados y compartidos por dos comensales debido a su peso. Puede cocinarse entero y repartido entre cuatro comensales o dividido en dos piezas y repartido para los mismos comensales. Para su elaboración, se marca a la plancha a fuego fuerte por todos los lados y se termina en el horno o se realiza a la plancha directamente. Para finalizar, es trinchado en sala a la vista del cliente y acompañado por distintas salsas de carne.

b) Centro: una vez limpio, se obtienen tournedos, que son medallones de carne de 175 g aproximadamente que se elaboran emparrillados solos o acompañados con salsa. También puede asarse la pieza entera después de ser rellena con farsa y envuelta en hojaldre (solomillo Wellington) o asarse entera (a la broche).

c) Punta: se emplea fundamentalmente cortada en dados gruesos para elaborar brochetas, también para obtener filet mignon, es decir, tiras delgadas de carne o por último picada finamente a cuchillo para elaborar el steak tartare. Además puede utilizarse para estas elaboraciones tanto la oreja como el rosario (bien limpio).

beef, que es la pieza de lomo ellas asada hasta que el núcleo alcanza casi los 60 C, de-



Lomo alto

Se emplea gastronómicamente para realizar el *roast-beef*, que es la pieza de lomo entera con costillas o sin ellas asada hasta que el núcleo alcanza casi los 60 °C, de-

biendo resultar el centro de la pieza rosáceo y los extremos de color grisáceo. Se emplea frío, templado o caliente acompañado con distintas salsas y guarniciones y es trinchada delante del cliente en finas lonchas. El villagodio es otra de las elaboraciones que se realiza del lomo alto y son chuletones de carne de 1 kg o más de peso, ela-

borados para dos comensales, que se cocinan a la parrilla o al horno. Por último, otra de las piezas que se saca del lomo alto es el módico, medallón de carne obtenido en la zona central del lomo alto.

Lomo bajo

Se obtienen entrecôtes de distinto grosor y peso (150/400 g) que se preparan emparrillados y que se sirven en su propio jugo o acompañados de distintas salsas.

Para su utilización en cocina se suele dividir en dos partes. La mitad superior (la cercana a la cadera) se utiliza para obtener bistec o filetes y la mitad inferior para obtener escalopines o escalopes, o bien para estofar. Asimismo, se emplea entera para bresear.

Tapilla

Gastronómicamente se utiliza entera asada y cortada en escalopines y bistecs.

Espaldilla

Se utiliza para elaborar escalopines, bistec o filetes.

da para guisar, y fileteada para

Culinariamente se utiliza entera para bresear, trocea-

Cadera

Es ideal para elaborar con ella escalopines o bistec de gran calidad.





Pez

Se emplea entera y rellena o troceada para estofar o bresear.

Contra

Se utiliza troceada para estofados o breseada entera.



Morrillo

Se emplea picada y troceada para bresear, estofar o hervir.

Morcillo

Cuando se separa el hueso de la pieza, se utiliza troceada para estofados o cocida como carne de acompañamiento de los garbanzos en el cocido. Cuando va con el hueso, se corta en rodajas que se denominan ossobucco, que dan nombre a una elaboración italiana, donde la carne va estofada o breseada y se acompaña posteriormente con pasta italiana (ossobuco milanese).

Aleta

Se emplea generalmente rellena y breseada.

Llana

Se emplea generalmente fileteada a la parrilla o asada entera.

Pescuezo

Se emplea breseada, estofada o hervida.

Culata de contra

Se emplea entera breseada o cocida o también troceada y estofada.

Brazuelo

Se emplea hervido, estofado o breseado.

Falda

Se emplea troceada en estofados y breseada rellena o enrollada.

Pecho

Se utiliza estofado, breseado o en caldos.



Carrillada

Se utiliza principalmente estofada.

Rabo

Se emplea principalmente estofado o breseado.



8.6.2. La carne de porcino

Solomillo

Se utiliza principalmente asada albardada y salteada.



Cinta de lomo

Se utiliza asada como pieza entera o rellena y fileteada y emparrillada posteriormente tanto de forma adobada como fresca.

Jamón

Se suele asar entero o deshuesar y filetear.

Chuletas de riñonada y lomo

Se utilizan, tras filetearlas, a la parrilla.

Chuleta de aguja

Tiene los mismos usos gastronómicos que las chuletas de riñonada y de lomo.

Paleta

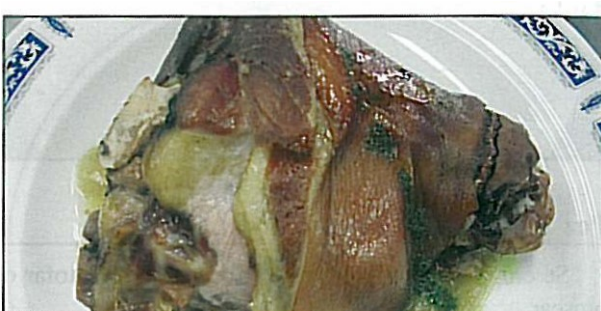
Se utiliza gastronómicamente igual que el jamón.

Panceta

Se utiliza fresca o adobada, fileteada y cocinada a la parrilla, en lardones como acompañamiento de guisos o estofados y en tiras para albardar otras piezas de carne.

Codillos

Gastronómicamente se utilizan después de una cocción prolongada asados o hervidos tal cual y acompañados o no con salsa.



Cabeza

Sirve principalmente para preparar aperitivos.

Manos

Se utilizan tras una cocción prolongada en salsa o deshuesadas y rellenas.

Tocino

Se emplea para albardar o para aderezar guisos.

8.6.3. La carne de ovino

Paletilla

Se utiliza asada entera y troceada en guisos y estofados.

Pierna

Se utiliza asada entera, asada rellena, fileteada a la parrilla o en trozos para guisos, calderetas y estofados.

Chuletas

Se emplean a la parrilla, fritas o a la «villaroy». El carré puede asarse también entero, sin separar las chuletas.



Patatas

Se utilizan cocidas y como acompañamiento de guisos.

Se utiliza principalmente para caldereta, navarín, guisos y estofados.



Pescuezo

Falda

Tiene las mismas aplicaciones culinarias que el pescuezo.

Barón

Pieza asada obtenida de las dos piernas con la riñonada.

Corona

Pieza asada que se obtiene con un carré entero, al cual, tras pelar las costillas y después de volver hacia atrás la carne y enrollarla, se da forma de corona.

Silla

Pieza de carne asada que comprende la riñonada y cinco costillas de cada lado peladas.

Noisettes

Son medallones obtenidos de la pierna deshuesada.

8.7. Casquería

Lengua

Se elabora escalfada o escarlata como fiambre. Además, se utiliza estofada, ahumada o en salmuera.

Sesos

Se utilizan como aperitivo, como farsa o relleno o como plato principal.

Corazón

El de ternera es recomendable por su sabor y por ser apropiado para asar y hacer a la parrilla.

Mollejas

Son un exquisito manjar y se utiliza principalmente salteadas como entrante.

Riñones

Se utilizan troceados salteados o asados.

Hígado

El de ternera se emplea sobre todo fileteado, enharinado, frito y posteriormente encebollado. El de cerdo se utiliza principalmente para hacer patés.

Pulmones

Se utilizan salteados o como parte de una asadurilla.

Callos

Es el plato confeccionado con morros, manos, patas y tripas de vacuno. Tras una cocción prolongada de dichos elementos, se le adiciona salsa de tomate, carnes como el chorizo y la morcilla y condimentos, todo lo cual, con la gelatina propia de los productos de casquería empleados, forma un plato típico dentro de la gastronomía regional española.



Grasa del estómago

Se utiliza para revestir moldes y alimentos.

8.8. Las aves

Pollo

Gastronómicamente admite todas las formas posibles de cocinado: asado, breseado, frito, a la parrilla, estofado, salteado, escalfado o cocido. Se emplea como plato principal y como acompañamiento de sopas, pastas, arroces, verduras, consomés, cremas, ensaladas, etc. También pueden elaborarse rellenos y cocinados como embutido.



Gallina

Se suele utilizar principalmente para transmitir sabor tanto en caldos como en sopas. Además se elabora en pepitoria, en gelatina o cocida.

Se cocina en salsa principalmente.

Pavo

El modo de preparación depende de si lo hemos comprado con vísceras o sin ellas:

▶Listo para asar sin vísceras.

▶ Despiezado y listo para distintas elaboraciones: estofado, pechugas cortadas en filetes para hacerlas a la parrilla, en embutidos, etc.

Avestruz

Debido a la catástrofe de las vacas locas, la carne de avestruz y canguro tuvo un gran auge. Ahora, una vez superada esta crisis, el consumo de carne se ha establecido después de la gran demanda. Toda la carne comestible, excepto el cuello y la espalda, se encuentra situada en los dos cuartos traseros. Puede utilizarse en patés, embutidos y fresca, debido a que posee una carne roja con un gran contenido en proteínas, baja en calorías y colesterol y un sabor agradable. Además, la carne es tierna, fibrosa y admite todas las formas de cocinado. Debido al bajo contenido en grasa, necesita unos periodos cortos de cocinado, ya que, con una cocción prolongada, se reseca en exceso. Tiene los mismos usos que la carne de ternera, como la parrilla, el asado, el estofado, etc.

Presenta un problema: debido a que tiene un alto contenido en pH, se hace complicada una óptima conservación, así como un control perfecto del envasado.

8.9. La caza de pelo y pluma

Corzo

El venado adulto se emplea principalmente para hacer estofados. Mediante este método de cocción, la carne toma color gracias al dorado y también ensalza posteriormente el sabor. Una vez cocinada, ésta resulta más blanda y jugosa.

Ciervo

Gastronómicamente se divide en cuello, costillar, espalda, paletilla, tapa, morcillo y contratapa. La tapa y la



contratapa pueden asarse o cortarse en filetes, el morcillo, después de deshuesado, sirve para estofados, al igual que el costillar. Por último, la paletilla, el cuello y la espalda son utilizados asados.

Gamo

Los gamos más jóvenes son los preferidos gastronómicamente. Se diferencian 5 partes utilizadas culinariamente: la pierna, la falda, la espalda, la paletilla y el cuello. El cuello está cubierto de muchos músculos, que son muy apropiados para estofar. La paletilla es una de las partes más tiernas del animal y se utiliza guisada, estofada o asada. La pierna se puede estofar o asar, al igual que la espalda y la falda.

Remo

Tiene una carne rojiza, muy sabrosa y muy tierna, lo que la convierte en una carne ideal para todo tipo de elaboraciones, además de poder ahumarse, que es la forma más consumida en los países nórdicos.

Jabalí

Las distintas partes que se pueden encontrar en el jabalí y que se emplean gastronómicamente son: el cuello, la paletilla, el costillar, la espalda, el carré, la tapa y la pierna. La paletilla y el costillar se utilizan para estofados y guisos, el carré y el cuello son partes delicadas y sabrosas que se utilizan asadas. De la espalda se sacan filetes muy jugosos que se suelen hacer a la parrilla, mientras que la tapa y la pierna se emplean para estofados o guisos, o bien asadas.



Se elabora, previa maceración, estofada, guisada y sin macerar asada, rellena o sin rellenar. También es una exquisitez como acompañamiento de arroces, legumbres, etc. Los despojos de la liebre son asimismo otro manjar que puede ser consumido directamente o formar parte de la elaboración del guiso, como en el caso del civet de liebre.

Liebre Conejo

Tiene un empleo culinario idéntico al de la liebre, siendo una carne excelente como acompañamiento de arroces, pastas, etc.



Faisán

El joven se consume asado y el adulto se consume estofado o como farsa.

Perdiz

Para su cocinado se utiliza entera y desviscerada, cociéndose previamente durante una hora para posteriormente seguirla cocinando en grasa o estofada. Se utiliza como ingrediente principal en ensaladas, legumbres, escabechadas o arroces.

> La perdiz joven: tiene alas puntiagudas y esternón blando y es adecuada para asar.

▸ La perdiz vieja: tiene alas redondeadas y esternón duro y es adecuada para estofar o hacer farsa.



Codorniz

Se suele cocer, asar y servir posteriormente como entremés, en ensalada, como plato principal o como guarnición de arroces o legumbres.



Becada

De carne muy sabrosa, suele asarse como forma principal de cocinado.

Paloma torcaz

Se cuece igual que la codorniz o la perdiz para posteriormente asarla y servirla como plato principal.

Paloma tórtola

Tiene el mismo periodo de caza que la paloma torcaz y los mismos usos gastronómicos.

Paloma zurita

Se utiliza culinariamente igual que las dos anteriores.

Pato

Los patos jóvenes son los más apreciados en cocina, asándose como forma principal de cocinado en su propia grasa, emparrillando las pechugas o confitando los muslos. Otra variedad culinaria muy conocida es la utilización del pato para elaborarlo a la naranja.



Ganso

Su forma de cocinado principal es el asado, aunque, como en el caso del pato y de las ocas, es también cebado con el fin de emplear su hígado para la elaboración del foie. La denominación de «ganso de san Martín» y de «ganso de Navidad» se refiere esencialmente a la época del año en que se consumen.

Cisne

Los cisnes jóvenes son de mayor calidad gastronómica que los cisnes adultos. En cuanto a sus formas de cocinado, tienen las mismas elaboraciones culinarias que el ganso.

Canguro



El solomillo y el lomo son las partes más sabrosas del canguro, ya que recuerdan al solomillo y lomo de ternera.

n
e
s