
	C.E.P.A. EL TIEMBLO (ÁVILA)	CURSO 2019/20 
	CERTIFICADO DE PROFESIONALIDAD ECYL: OPERACIONES BÁSICAS DE COCINA	

## RECURSO 2

A continuación tienes un breve apunte en relación a la preelaboración y elaboración de la carne. Lee atentamente el contenido y cumplimenta los ejercicios que vienen en **ROJO**. Una vez hayas realizado los ejercicios, debes de enviarlos al correo electrónico: [maria.garmun.1@educa.jcyl.es](mailto:maria.garmun.1@educa.jcyl.es)

### CARNES



La carne se define como aquella sustancia fibrosa situada bajo la piel que constituye los músculos.

¿Cómo se clasifica?

- Depende del contenido de hemoglobina, colorante de la sangre: su abundancia o escasez determinará el color de la carne.
- También influye en esto la alimentación: los pastos verdes dan una coloración más roja y los piensos secos o salvados carnes más blancas.

Carnes rojas		buely, el toro, la vaca, el caballo y el carnero
Carnes blancas		ternera, el cordero, el conejo y las aves
Carnes negras		De caza
*Cerdo		La carne del cerdo podría considerarse aparte puesto que su color, ligeramente rosado, la hace parecer blanca, pero su alto contenido en grasa la hace más similar a las carnes rojas.



¿Cómo se conserva?

Carne fresca: debe conservarse a una temperatura de unos 2°C y con una humedad relativa del 85%. Es la de mejor calidad.

Actualmente muchas salas de despiece envasan la carne fresca de vacuno al vacío, por lo que se mantiene en buen estado hasta un mes.

Carne refrigerada: es la que se ha conservado a -6°C con la posibilidad de conservarla así durante 2-3 meses.

Carne congelada: se mantiene alrededor de -18°C y puede conservarse así durante un año.

	C.E.P.A. EL TIEMBLO (ÁVILA)	CURSO 2019/20 
	CERTIFICADO DE PROFESIONALIDAD ECYL: OPERACIONES BÁSICAS DE COCINA	

<b>Peso</b>	Se tomará de la canal entera, siempre que no haya transcurrido una hora desde el momento del sangrado.
<b>Edad</b>	Se apreciará por los caracteres externos del animal y el desarrollo de los huesos.
<b>Sexo</b>	Macho Hembra
<b>Conformación de la canal</b>	Se valorará según el perfil de la pierna siglas EUROPA
<b>Color de la carne</b>	Blanca nacarada Rosa pálido Rojo claro Rojo
<b>Color de la grasa</b>	Blanco Cremoso Amarillento
<b>Consistencia de la carne</b>	Firme y seca Ligeramente húmeda Húmeda

### Carne de vacuno

Categorías comerciales: **(COMPLETA LA SIGUIENTE TABLA)**


EXTRA	PRIMERA A	PRIMERA B	SEGUNDA	TERCERA

PEZ LLANA PESCUEZO SOLOMILLO TAPA CONTRA AGUJA BRAZUELO PECHO LOMO ALTO  
RABO LOMO BAJO REDONDO CULATA DE CONTRA ALETA FALDA BABILLA ESPALDILLA  
MORCILLO COSTILLAR CADERA MORRILLO RABILLO DE CADERA TAPILLA

### Carne de porcino

Clasificación comercial:

- ✓ Cerdos
- ✓ Cerdas
- ✓ Verracos castrados
- ✓ Lechones o cochinitillos

	<b>C.E.P.A. EL TIEMBLO (ÁVILA)</b>	<b>CURSO 2019/20</b>
	CERTIFICADO DE PROFESIONALIDAD ECYL: OPERACIONES BÁSICAS DE COCINA	

#### Razas de porcino:

- ✓ Cerdo blanco: mejor rendimiento comercial, su carne es más magra y tiene menor contenido en grasa.
- ✓ Cerdo ibérico: con pezuña negra, piel oscura y conformación más estilizada. Por su alimentación se distinguen:
  - De bellota
  - De recebo
  - De cebo de campo
  - De cebo

#### Categorías comerciales: (COMPLETA LA SIGUIENTE TABLA)

CLASES	PIEZAS
EXTRA	
PRIMERA	
SEGUNDA	
TERCERA	

PALETA    CINTA DE LOMO    JAMÓN    CHULETAS DE CENTRO    CHULETAS DE RIÑONADA  
 CHULETAS DE AGUJA    TOCINO    SOLOMILLO    PANCETA    COSTILLAR

#### Carne de ovino y de caprino

##### Clasificación comercial del ovino:

<b>LECHAL</b>	Animales alimentados solo de leche. De un máximo de mes y medio de edad y canales de nunca mas de 8 kilos.
<b>TERNASCO O RECENTAL</b>	De edad inferior a 4 meses y un peso inferior a 13 kilos.
<b>PASCUAL</b>	Animal de más de 4 meses de edad y menor de un año.
<b>OVINO MAYOR</b>	Animales de más de un año de edad.

##### Clasificación comercial del caprino:

<b>CABRITO</b>	Animal de alrededor de un mes de edad alimentado solo con leche.
<b>CHIVO</b>	Animal que ha mamado un mínimo de 8 semanas y ha probado suficientemente el pasto.

### Marcado de las carnes:

Deben ir marcadas a fuego o con tinta indeleble.

	EXTRA	PRIMERA	SEGUNDA	TERCERA
<b>LECHAL</b>	LE	L1	L2	
<b>TERNASCO</b>	TE	T1	T2	
<b>PASCUAL</b>	PE	P1	P2	
<b>OVINO MAYOR</b>		01	02	03

Los métodos habituales de cocinado de la carne son:

- Asado:
  - ✓ Parrilla: para piezas gruesas como el solomillo o el entrecote.
  - ✓ Plancha: para piezas más finas como filetes.

El tiempo de cocinado depende de: el grosor de la pieza, la temperatura y la grasa que contenga.

	PUNTO DE COCCIÓN	COLOR INTERNO	CONSISTENCIA	TEMPERATURA °C
	AZUL (BLUE)	ROJO	SUAVE Y BLANDA	35° - 45° 3 MINUTOS
	SANGRANTE (SAIGNANT)	ROJO ROSADO	LIGERAMENTE RESISTENTE	50° - 55° 6 MINUTOS
	MEDIO (A POINT)	ROSADO	RESISTENTE BLANDA AL CENTRO	60° - 65° 7 MINUTOS
	BIEN HECHA (BIEN CUIT)	BLANCO / GRIS	FIRME CONSISTENTE	70° - 75° 10 - 12 MINUTOS

- Breseado: Se aplica para carnes duras. Consiste en un dorado previo de la carne, se le añaden elementos de condimentación y se moja (agua, fondo, vino...) y se deja cocinar hasta que quede tierna.



- Frito: para piezas tiernas troceadas, normalmente filetes o escalopines. Principalmente a filetes de ternera, chuletas y filetes de cerdo y las chuletas de cordero.



- Salteado: para elaborar piezas tiernas cortadas en láminas o escalopines. Pueden terminarse o acompañarse con alguna salsa.



- Hervido: generalmente piezas duras empleadas en cocidos o potajes de legumbres. Morcillo de ternera y codillo, panceta y costillar de cerdo.

