

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

RECURSO 7

A continuación se presentan unos apuntes de repaso sobre los fondos en cocina y los consomés. Además de la teoría, también cuentas con cuatro videos explicativos. Tu tarea es leer los apuntes y visualizar los videos. Cualquier duda o consulta que te surja durante su estudio no olvides mandármela a:

maria.garmun.1@educa.jcyl.es

¡Ánimo!

REPASO: FONDOS EN COCINA

- Comúnmente conocidos como “caldos”.
- Se emplean para reforzar o enriquecer elaboraciones de todo tipo.
- Se elaboran en función del producto principal del plato al que acompañan. Por ejemplo si realizamos un marmitako, para el fumet emplearemos espinas de bonito.

DENOMINACIÓN	COMPOSICIÓN	ELABORACIÓN	APLICACIONES
FONDO BLANCO	Huesos, nervios y restos de carne del género que le da nombre (Ejem. Caldo de ternera), hortalizas, condimentación, especias y agua.	Poner todos los ingredientes en frío y llevar a ebullición, desespumar y mantener en un hervor lento hasta 8 horas.	Mojar todo tipo de elaboraciones de carne o ave, elaboración de salsas, cremas y croquetas.
FONDO OSCURO	Huesos, nervios y restos de carne del género que le da nombre (Ejem. Caldo de ternera), hortalizas de condimentación tostados, especias, vino tinto y agua.	Tostar los huesos, restos de carne y hortalizas en el horno. Pasar a un recipiente con agua fría, desglasar la placa con el vino y añadir al fondo. Llevar a ebullición, desespumar y mantener en hervor lento hasta 10 horas.	Para la elaboración de salsas y mojar elaboraciones de carnes y caza, e incluso para pescados.
FUMET	Cabezas y espinas de pescado o mariscos, hortalizas de condimentación, especias y agua.	Poner en frío todos los ingredientes y llevar a ebullición, desespumar y mantener un hervor lento no más de ½ hora.	Para mojar sopas, cremas y reparaciones de pescado y/o mariscos.

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

FONDOS DE HORTALIZAS	Patatas, puerros, zanahorias, laurel y pimienta negra.	Poner en frío todos los ingredientes y llevar a ebullición. La patata mejor rallada para que suelte la fécula y dé consistencia al fondo. Dejar cocer ½ hora.	Para mojar todo tipo de elaboraciones. Puede aromatizarse además con huesos de jamón.
----------------------	--	---	---

Proporciones



Un kilo de huesos y/o carne por cada litro de fondo que queremos obtener



Para el fumet por cada litro basta con ½ kilo de espinas y/ restos de pescado

Para obtener un fondo de calidad

- ✓ La cocción debe partir de frío y sin sal.
- ✓ Retirar la espuma y grasa que va saliendo
- ✓ Es conveniente rejuvenecer el fondo. añadiendo hortalizas en los últimos momentos de la cocción.
- ✓ Una vez enfriado, se retira la grasa que ha solidificado en la superficie
- ✓ Se puede mantener 5 días en cámara, sino es conveniente congelarlo.
- ✓ Cuando pierde su consistencia gelatinosa y cambia de color, es claro síntoma de descomposición o fermentación (por un enfriamiento demasiado lento).

REPASO: CONSOMÉS

- Se diferencian de los fondos por su transparencia y aroma.
- Se toman sin elaboraciones adicionales.
- Para su elaboración se emplean elementos clarificantes y aromatizantes que les aportan transparencia y frescura.
- Los consomés pueden ser de ave, carnes, caza e incluso pescado.



¿Cómo se clarifica un consomé?

Utilizando ingredientes proteicos que, al coagular por acción del calor, arrastran todos los restos en suspensión que tuviera el fondo.

Los elementos integrantes de la "clariz" son:

- ✓ Clara de huevo
- ✓ Carnes magras recién picadas
- ✓ Hortalizas finamente picadas

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

Video explicativo fondo oscuro. *Pica sobre el link*



Video explicativo caldo de ave. *Pica sobre el link*



Video explicativo fumet. *Pica sobre el link*



Video explicativo clarificación de consomé. *Pica sobre el link*

