

## Guía n°1

Módulo: Innovación y cocina internacional

Nivel : Cuarto Medio

Fecha : 1° de Abril 2021

Objetivo de Aprendizaje

Aplica técnicas de cortes en alimentos de origen vegetal y animal, aplicando las normas de higiene, haciendo uso eficiente de los insumos y disponiendo de los desechos de forma responsable, considerando la prevención de los riesgos propios de la especialidad.

Aprendizaje esperado

Indicadores/Criterios de evaluación

Contenidos

Cortes, técnicas y su aplicación.

### Técnicas de cocina: tipos cortes para verduras y frutas



En la cocina existen diferentes tipos de cortes que realizamos a las verduras y legumbre. Estos tipos de técnicas fueron creadas por el orden estético para diferenciar platos que lleven los mismos ingredientes, el otro es para mejorar la presentación de nuestro platillo y por último es para reducir el tiempo de su cocción.

Los cortes más utilizados para las verduras y algunas frutas son:

**Corte brunoise:** Sirve para cortar las verduras en pequeños dados de 1 a 2 milímetros. Los puedes hacer con las zanahorias, calabaza, cebolla, ajo, pimientos, etc. Se presentan regularmente en aderezos, salsas o rellenos.

**Corte chiffonade (chifonada):** Este tipo de corte es utilizado en grandes hojas. Consta de cortar en tiras alargadas y muy finas. Es utilizado para la lechuga, albahaca, espinacas, etc.

**Corte juliana o Julienne:** Consiste en cortar verduras en tiras alargadas y finas. Se puede cortar tanto con un cuchillo como una mandolina. Remotamente, este corte era llamado “cincelar”.

**Corte jardinera:** Es un corte en bastones de 4 cm de largo y 4 mm de espesor, es parecido a la juliana, pero varía en el tamaño. Es Utilizado en zanahorias, papas, calabazas, etc.



**Corte mirepoix:** Es utilizada para aromatizar salsas o sopas, y debido a esto se suele desechar al finalizar la preparación. Estos cortes es una combinación de verduras cortadas en dados de 1 cm y medio aproximadamente. Las verduras que se usan para estos cortes son las zanahorias, apio, cebolla, pimientos, y champiñones.

El corte **mirepoix** tiene 4 tipos:

**Mirepoix magro**, para verduras crudas

**Mirepoix salteado**, sirve para caramelizar las verduras antes de su cocción.

**Mirepoix graso**, se incorpora tocino.

**Matignon**, es cuando se usa jamón.

**Corte en bastones:** Son cortes de 6 o 7 cm por un ancho de 1 cm. Son utilizadas comúnmente para las papas fritas.

**Corte vichy:** Consta de cortar rodajas de 2 a 3 cm de grosor. Son para verduras alargadas o cilíndricas como por ejemplo la zanahoria.

**Corte torneado o tournee:** Es utilizado para presentar en el plato las papas y zanahorias. Su forma es casi ovalada.

**Corte paisana o paissane:** Es un corte en láminas planas de 5 mm x 2 cm x 2 mm de grosor.

**Corte concasse:** es utilizado únicamente para los jitomates crudos. Luego que se haya hervido, pelado y retirado las semillas se corta en pequeños cubos.

**Corte en ecrasse:** Es utilizado para el ajo. Es un corte aplastado o machacado, consta de golpear con el cuerpo de un cuchillo el ajo entero, ya estando pelado.

**Corte en pluma o Emince:** Es un corte fino y largo. Se usa generalmente para cebollas y algunas carnes.

**Corte noisete:** Es un corte en forma de pequeñas bolitas, para esto es utilizado un boleador. Es utilizado normalmente para frutas y verduras.

**Corte parisino o parissien:** Es un corte parecido al noissete pero estas bolitas con más grandes. Para esto se necesita una cucharilla parisién.

## **Técnicas de manejo del cuchillo**

**1.-Caida libre:** movimiento libre en donde se realizan cortes por su propio peso y la fuerza aplicada  
1.1 desplazamiento hacia adelante o hacia atrás

**2.-Pivote:** movimiento continuo en donde la punta del cuchillo queda pegada a la tabla de cortar, y se produce cortes de guillotina, el desplazamiento es también hacia los lados, manteniendo el eje en la punta del cuchillo

## Recomendaciones para aplicar una buena técnica en el manejo de cuchillos

Mejorar tus habilidades con el cuchillo en la cocina te permitirá utilizar algunas de las técnicas empleadas por buenos cocineros, con mayor eficiencia en el proceso de cortado

### **1: Escoge una buena superficie para cortar:**

**Escoge la tabla de corte más adecuada** para el tipo de alimento. Lo más recomendado es utilizar una tabla de plástico (polipropileno), vidrio o cerámica por sobre una de madera. La razón, es más difícil limpiar los microorganismos de una tabla de madera que de una de plástico u otro material, ya que la de madera conserva la humedad por mayor tiempo, absorbe olores, retiene productos químicos que se utilizan para desinfectar y desodorizar (ejemplo cloro) y de acuerdo al tipo de madera de la cual está elaborada, es menos resistente a los cortes lo que facilita la permanencia de restos de alimentos y por lo mismo el desarrollo microbiano.

### **2: Escoge el cuchillo correcto:**

Para cortar correctamente lo mejor es manejar un buen juego de cuchillos que incluya al menos un cuchillo de cocina (para pelar o mondar), un cuchillo de chef (medio golpe o “ francés”) y un cuchillo para el pan (de sierra). El cuchillo de cocina es un cuchillo pequeño y delgado utilizado para cortar pequeñas porciones. Un cuchillo de sierra, es ideal para cortar pan haciendo movimientos hacia adelante y hacia atrás para cortar el borde lo más recto posible. El cuchillo de chef es un cuchillo recto más grande que el de cocina, ideal para cortar carnes y verduras. Éste último es el más difícil de utilizar, pero es al mismo tiempo, el más útil para la mayoría de chefs.

### **3: Mantén la hoja bien afilada :**

Un cuchillo sin filo, no es sólo inútil, sino que además es peligroso. Si tienes que hacer demasiada fuerza para realizar el corte es que el cuchillo no está lo suficiente afilado. Haz que el cuchillo trabaje por ti. Aprende a utilizar una piedra de afilado o invierte en un afilador eléctrico, ambos elementos son una inversión al largo plazo que conviene realizar.

### **4: Sujeta el cuchillo correctamente:**

No aprietes el mango del cuchillo en forma rígida. Sujeta siempre el cuchillo de chef como si fueras a dar un apretón de manos, con tu mano dominante y deja la muñeca suelta pero firme.

### **5: Mantén la otra mano segura con la técnica de la garra:**

El nudillo de la mano no hábil con su dedo medio será el final de la garra y la parte más cercano con el filo del cuchillo. Coloca la uña (recortada) en la parte superior de los alimentos a cortar. La mayoría

de gente utiliza los dedos como tope sin embargo esa técnica es más propensa a accidente, en cambio, la forma de la garra ayuda a no cortarse y es mucho más segura.

**6: Mantén la punta del cuchillo siempre en contacto con la tabla de corte (Esto dependerá de la técnica de corte) :**

Con la punta del cuchillo sobre la tabla sube y baja la hoja sobre el mismo eje como si se tratase de una guillotina (técnica pivote). Avanza de forma lateral a través de la pieza que estás troceando. Práctica primero lentamente sin ningún alimento y cuando te sientas cómoda prueba con algún tipo de vegetal (zanahoria, cebolla, ...) aumentando la velocidad de forma progresiva.

**7: Limpia tus cuchillos:**

Con jabón o detergente para loza y agua templada secándolo inmediatamente después del lavado. Si dejas que se seque al aire asegúrate de colocar la punta hacia abajo, así evitaras además accidentes.

**8: Guárdalos en un lugar seguro:**

Al término de la jornada laboral, debes guardar tus cuchillos de trabajo, en forma individual, en un estuche que evite el contacto de las hojas de los cuchillos entre sí, esto permite prolongar la vida útil de los filos y a su vez la ocurrencia de accidentes. –

**Actividad**

1.-Indique paso a paso las medidas higiénicas a considerar, previo a realizar las técnicas de cortes en alimentos

2.-De los cortes señalados, en cada uno de ellos indique en que alimentos de origen animal o de origen vegetal, se pueden aplicar. Incorporar cinco alimentos en cada caso independiente a los señalados.

3.- ¿Que importancia tienen los cortes de los alimentos en las preparaciones de cocina fría, cocina caliente y repostería?

4.-Señale las técnicas de uso de cuchillo en los cortes señalados

5.-Ademas de los cortes en frutas y verduras que se señalan, ¿existen otros cortes? Si es afirmativo, indique, cuáles y en que productos se aplican.(investigue)

6.-¿Cual(es) es (son) la(s) razón(es) de la elección de un buen cuchillo de cocina?

7.-¿Por qué un cuchillo debe estar bien afilado para realizar un corte? O bien ¿es peligroso porque puede provocar un accidente?

8.-Indique los cuidados que se le debe administrar a los cuchillos que usted ocupa en la labor diaria de cortes en alimentos

9.- ¿Todos los cuchillos son iguales o su forma, tamaño y tipo de filo determinan su uso? Explique brevemente. De ejemplos

10.- ¿Por qué se le da tanta importancia al buen manejo del cuchillo, con una buena técnica, para realizar cortes en frutas, verduras y otros productos de la gastronomía nacional e internacional? .Fundamente su respuesta.