



Amasar

Unir ingredientes secos y agua (u otros líquidos) con las manos hasta obtener una mezcla homogénea.

Bañar

Cubrir la superficie de un alimento con una sustancia lo suficientemente líquida para que lo cubra o lo humedezca.

Batir

Movimiento rápido para incorporar aire.

Batir a nieve

Batir claras con tenedor, batidor de alambre o eléctrico hasta lograr que se formen picos.

La textura debe ser pareja y debe adherirse al bol pero sin perder el brillo.

Blanquear

Sumergir en agua hirviendo pequeñas cantidades de alimento para no interrumpir el hervor y cocinar por el tiempo indicado. Colar y sumergir en agua helada. Colar nuevamente. Este método es utilizado para detener la acción

enzimática antes de procesos de envasado o congelado, ablandar vegetales o suavizar el sabor.

Bridar.

Atar un ave con hilo para que mantenga su forma durante la cocción.

Cocinar a baño María.

Calentar lentamente una preparación.

Al fuego, colocar un recipiente con la preparación a calentar en una olla con agua hirviendo. El primer recipiente no debe tocar el agua.

Al horno, colocar en una asadera con agua caliente, un molde con la preparación a hornear.

Cocinar al horno

Cocinar en calor seco. Al hornear tortas es preferible que el horno esté controlado por un termostato, ya que estas recetas están calculadas con exactitud de ingredientes y temperatura para obtener un resultado óptimo. Si fuera necesario trabajar con un horno sin control termostático, se puede medir su temperatura de la

siguiente manera: colocar en el horno caliente una pequeña asadera o chapa con harina espolvoreada o un pedazo de papel blanco y después de 5 minutos, controlar el color.

Cocinar a la parrilla

Asar, tostar o dorar alimentos colocados sobre rejilla muy cerca de la fuente de calor.

Cocinar al vapor

Cocinar por contacto con vapor de agua hirviendo. Se coloca el alimento sobre rejilla y se lleva el agua a punto de hervor que se mantiene hasta completar la cocción.

Cortar en juliana

Cortar vegetales en tiras largas y finas.

Escaldar

Sumergir en agua hirviendo hasta que se afloja la piel de la fruta.

Esparcir

Distribuir parejo con las manos.

Espolvorear

Distribuir sobre la superficie en

forma de lluvia.

Espumar

Quitar con espumadera la espuma de la superficie de un líquido (caldo, manteca, salsa, etc.).

Empastar

Formar una masa con ingredientes secos y materia grasa.

Freír

Dorar y cocinar en grasa que cubra el alimento.

Hervir

Sumergir en agua hirviendo un alimento, llevar a ebullición nuevamente y cocinar el tiempo necesario.

Incorporar

Agregar con movimiento lento, circular y liviano para no perder el aire que ya contiene el batido.

Picar

Cortar con máquina o con cuchilla francesa de hoja ancha en trozos pequeños. Si es con cuchilla, apoyar la punta sobre una tabla y sujetar con una mano.

Tomar el mango de la cuchilla y



