

RECORDANDO GLOSARIO DE TÉRMINOS (VOCABULARIO ESPECÍFICO) DE CADA PROFESIÓN

1. TÉRMINOS BAR/CAFETERÍA – RESTAURANTE

Albarán: Documento que sirve como prueba documental de la entrega de los bienes como lo indica su nombre en árabe albará que significa la prueba o el justificante.

Almacén: Lugar donde se guarda una provisión de géneros para poder desarrollar la actividad del establecimiento.

Aprovisionar: Abastecer, proveer de géneros.

Aptitud profesional: Capacidad para operar competentemente en una determinada actividad.

Bebida espirituosa: Líquido apto para el consumo elaborado a partir de alcohol de uso alimentario y con una alta graduación alcohólica.

Bebidas aromatizadas: Bebidas no alcohólicas, carbonatadas o no, elaboradas con esencias naturales, agentes aromatizantes y edulcorantes naturales (agua tónica, Ginger-ale, bitter,...).

Bodega: Almacén de todo tipo de bebidas.

Cantar la comanda: Leer en voz alta los platos que han pedido los clientes para que el resto de cocineros lo sepan. Lo suele hacer el jefe de cocina.

Carta: Relación de platos, bebidas, vinos o preparaciones, agrupados por afinidades y que, con sus correspondientes precios, el establecimiento ofrece al público.

Cata: Operación que consiste en apreciar las cualidades organolépticas, visuales y olfato-gustativas de un producto para describirlo, valorarlo y/o calificarlo.

Comanda: Es un vale que permite conocer la petición del cliente. Con estos datos se hace la factura.

Decantar: Eliminar las impurezas de un líquido trasvasando de un recipiente a otro. Restaurante vino, cocina un caldo.

Desbarasar: Acto de retirar los platos o vajilla ya utilizada.

Economato: Almacén de alimentos no perecederos.

Existencia: Mercancías destinadas a la venta y guardadas en un almacén.

Ficha técnica: Son fichas en las que figuran los ingredientes, utensilios y proceso de elaboración de múltiples elaboraciones, son utilizadas para el desarrollo y posterior servicio de comidas y bebidas.

Inventario: Recuento físico de todos los artículos existentes en el almacén u otro departamento, para confrontar las existencias reales.

Materias primas: Materiales extraídos de la naturaleza y que se transforman para elaborar bienes de consumo.

Menaje: Conjunto de material (vajilla, cristalería, cubertería) y utensilios que se utiliza en el servicio de restauración.

Mise en place: Conjunto de operaciones de puesta a punto del servicio de bar- cafetería.

Normas de servicio: Reglas establecidas para la ejecución correcta del servicio de bar-cafetería.

Normas de protocolo: Conjunto de conductas, reglas y normas sociales a conocer, respetar y cumplir, no sólo en el medio oficial ya establecido, sino también en el medio social, laboral, académico, político, cultural, deportivo, policial y militar.

Oferta gastronómica: Diferentes servicios de bebidas y comidas ofertados por un establecimiento de restauración.

Office: Área del bar-cafetería interior anexa a la barra destinada a la limpieza de platos y cubiertos, además de poderse ubicar la cocina, plancha, freidoras y frigoríficos.

Orden de servicio: Instrucciones detalladas del desarrollo y ejecución del servicio del establecimiento según la oferta gastronómica diseñada y las normas operativas del establecimiento.

Pedido: Encargo de productos o materiales hechos al almacén o a los proveedores.

Preservicio: Operaciones que se realizan antes del servicio (mise en place).

Proveedores: Cada una de las empresas exteriores que abastecen a otra, en materias primas, materiales de consumo, servicios, etc.

Sugerencia: Idea que se sugiere o se propone a un cliente para que la tenga en consideración o piense en ella a la hora de pedir un plato o bebida.

Técnicas de servicio: Diferentes procedimientos manuales o saberes prácticos empleados para el servicio de las ofertas gastronómicas del establecimiento de restauración.

Técnicas de venta: Métodos usados en la profesión de ventas o atención al cliente, también llamada a menudo simplemente "ventas". Todas las técnicas necesitan algo de experiencia y se mezclan un poco con la adivinación psicológica de conocer qué motiva a otros a comprar algo ofrecido por uno.

Tipos de servicio: Modalidades de servicio de las ofertas gastronómicas de un establecimiento de restauración.

Trazabilidad: Aquellos procedimientos preestablecidos y autosuficientes que permiten conocer el histórico, la ubicación y la trayectoria de un producto o lote de productos a lo largo de la cadena de suministros en un momento dado, a través de unas herramientas determinadas.

Vale de aprovisionamiento/vale de pedido: Impreso o formulario utilizado para hacer el pedido de aprovisionamiento de género, del departamento de bar-cafetería a almacén o bodega.

Zeste: Piel fina de la naranja o del limón. Se utiliza sobre todo en cocktelería y pastelería.

2. TÉRMINOS CULINARIOS (De Cocina)

Abrillantar: Dar brillo con alguna grasa o jalea para que el acabado quede más reluciente y esté más protegido. Por ejemplo, cuando se abrillanta una tarta, no sólo queda más apetecible, también esa película de jalea hace que se estropee menos.

Acanalar: Hacer canales, surcos o estrías a un género normalmente crudo.

Aderezar: Añadir sal, aceite, vinagre, especias o una mezcla de todo ello a un plato.

Adobar: Colocar un alimento dentro de una mezcla (normalmente de especias y aceite) para darle un sabor o aroma especial, ablandarlo o conservarlo mejor.

Agarrarse: Una elaboración se está quemando en el fondo olla y está quedando pegado.

Aliñar: Sazonar, condimentar. Ver aderezar.

almíbar: Mezcla de azúcar disuelto en agua y cocinado. Hay diferentes puntos del almíbar dependiendo de la cantidad de agua y el tiempo de cocción. Sinónimo Jarabe

Amasar: Trabajar una masa o bien con las manos o con una máquina para que quede homogénea.

aove (o AOVE): Es un término bastante nuevo que significa «Aceite de Oliva Virgen Extra». Se suele escribir en mayúsculas.

Asar: Cocinar un alimento mediante calor usando poca grasa, haciendo que quede dorado por fuera y jugoso por dentro. Se hace en horno, plancha y parrilla aunque hay asados especiales como “a la teja” o “a la piedra”. Al horno sinónimo Rustir .

Asustar: Añadir un líquido frío o helado a un preparado que esté cocinando para que deje de cocer.

Al dente: Expresión típica italiana para referirse al grado de cocción de pastas, arroces u hortalizas. Al dente queda ligeramente duro para los que no estamos acostumbrados a tomarlo así.

Bañar: Cubrir algo con un líquido lo suficientemente denso y espeso como para que se quede impregnado.

baño maría: Recipiente con agua caliente que sirve para cocinar otro recipiente dentro.

Batir: Agitar con energía con la ayuda de varillas una mezcla hasta que se quede con cierta textura o consistencia.

Blanquear: Cocinar un producto en agua hirviendo durante muy poco tiempo. Sirve para quitar impurezas o hacer un ligero precocido.

Bouquet garni: Significa «ramillete guarnecido» Es un atado normalmente hecho de laurel, perejil, tomillo, apio, verde de puerro u otras plantas aromáticas. Sirve para dar un ligero sabor y aroma a un caldo y se suele añadir casi al final de la cocción.

Brasear: Cocinar alimentos después de haberlos asado en el horno con muy poco líquido y el recipiente tapado.

Brunoise: Corte muy fino en daditos de 1 a 3 milímetros.

Clarificar: Hacer que un caldo sea prácticamente transparente haciendo un *clariz/clarif*. También se dice clarificar cuando se calienta la mantequilla y, a fuego lento, se separa del suero la grasa.

Clariz: Una mezcla de varios ingredientes (carne magra, clara de huevos y verduras) para echársela a un caldo y que esta mezcla vaya cogiendo las impurezas del líquido y dándole también un poco más de sabor, así el caldo queda transparente.

Cocer al Vapor: Cocinar con vapor de agua.

Cocer en Blanco: Cocer en el horno una masa o pasta poniendo legumbres secas encima para que no suba ni se infle.

Confitar: Cocinar muy lentamente y durante mucho tiempo un alimento (máximo a 100°C), sumergido en aceite, grasa y a veces almíbar. Sirve además como técnica de conservación.

Coulis: Jugo o puré que se cocina hasta reducirlo y concentrar su sabor y textura. Se usa a modo de salsa tanto para platos de comida como de postre.

Cuajar: Coagular y hacer más compacta una elaboración.

Desalar: Introducir un género salado en agua (normalmente fría) para que pierda la sal.

Desespumar: Quitar la espuma que sale de la cocción de un caldo(impurezas). Se suele hacer con una espumadera o una herramienta con algún tipo de rejilla.

Desglasar: Echar un líquido (normalmente alcohólico como vino, aguardiente, etc) al recipiente donde se haya cocinado previamente, para recuperar la grasa o el jugo caramelizado.

Desgrasar: Quitar la grasa de una elaboración.

Desleír/diluir: Disolver.

Dorar: Untar con huevo batido una masa para que coja color dorado durante su cocción. Un alimento adquiere ese color mediante la fritura, el asado o el horneado.

Emborrachar: Empapar o impregnar con licor, almíbar o vino un postre.

Empanar: Pasar un alimento por harina, huevo batido y pan rallado en ese orden, y freír.

Emplatar: Sinónimo Montar. Poner una elaboración terminada en el plato.

Emulsionar: Hacer que dos fluídos que normalmente no se pueden mezclar, se mezclen de forma homogénea. Por ejemplo vinagre y aceite o huevo y aceite.

Encolar: Añadir gelatina a una elaboración líquida para que tome cuerpo y brillo al enfriarse.

Engrasar: Untar con una grasa o mantequilla la parte interna de un recipiente o de un molde.

Enharinar: Cubrir de harina, así de simple.

Escaldar: Sumergir un género en agua hirviendo durante muy poco tiempo.

Escalfar: Mantener un género en agua casi hirviendo, sumergiéndolo durante unos minutos.

Espalmar: Darle golpes y dejar más fino un género usando una paleta gruesa de hierro (espalmadora). Normalmente se aplica a carnes.

Estofar: Cocinar un guiso tapado. En general todos los ingredientes se añaden a la misma vez.

Estufar: Poner una masa que tenga levadura cerca del horno o un radiador para que aumente su volumen y crezca.

Escudillar: Meter en una escudilla o molde. Una palabra muy en desuso.

Flambear: Salpicar un plato con licor y prenderle fuego. Este tipo de platos se sirven en llamas.

Flamear: Chamuscar los restos de plumas o pelo de algunas carnes.

Freír: Introducir en una grasa caliente un género para cocinarlo, debe resultar dorado y costra

Glasear: Recubrir alimentos con una sustancia casi siempre dulce (donuts de azúcar).

Gratinar: Tostar la capa superior mediante el horno o un gratinador.

Guarnecer: Acompañar la elaboración principal con elementos cocinados menos importantes.

Guisar: Cocinar alimentos mediante el calor directo de grasa, caldo o agua junto a otros condimentos.

Hervir: Cocer un alimento sumergiéndolo en un líquido en ebullición.

Infusionar: Consiste en añadir al agua cerca del punto de ebullición un ingrediente (plantas aromáticas, especias, etc) para extraer su aroma, sabor, color y propiedades.

Insípido: Que no tiene sabor.

Jalea: Extracto de frutas que se consigue mediante reducción al fuego.

Juliana: Tipo de corte. Consiste en cortar en tiras más o menos gruesas y se suele hacer en hortalizas y verduras.

Levantar: Volver a poner en ebullición una elaboración. Sirve para eliminar posibles bacterias de salsas y caldos que se hayan preparado antes.

Ligar: Espesar una elaboración utilizando un elemento de ligazón.

Macerar: Remojar alimentos en una mezcla líquida para que cojan el sabor y aroma.

Majar /majado: Machacar mezcla ingredientes en un mortero hasta hacer una pasta.

Marchar: Poner en marcha un plato. Se usa esta expresión para ir preparando el siguiente plato y tenerlo listo en cuanto el comensal termine el anterior.

Marinar: Es una técnica en la que se pone a remojar en un líquido aromático un alimento durante cierto tiempo para que se ponga más tierno y se impregne del aroma.

Mirepoix: Palabra francesa para referirse a una preparación troceada de varias hortalizas. A veces se designa así a un tipo de corte grueso.

Montar: Incrementar el volumen de un ingrediente graso mediante el batido y la incorporación de aire.

Napar: Cubrir un alimento con un líquido espeso con el objetivo de que se quede tapado total o parcialmente por esa salsa.

Papillote: Plato cocinado envuelto en papel vegetal o aluminio y horneado.

Pasado: Género que no está fresco y empieza a descomponerse. Alimento excesivamente cocinado.

Prensar: Comprimir una elaboración o bien poniéndole algo encima o pasándolo por una prensa.

Rallar: Desmenuzar en trocitos pequeños un alimento utilizando un rallador.

Rebozar: Pasar un alimento por harina y huevo batido para después freírlo.

Rectificar: Poner a punto de sal o de color una elaboración.

Reducir: En un caldo, guiso o elaboración con líquido evaporarlo para que quede más concentrado, con más sabor o más espeso.

Refrescar: Poner en hielo o agua fría un alimento justo después de haberlo cocinado.

Rehogar: Cocer un ingrediente a fuego lento con poco aceite o mantequilla hasta que quede blando sin que tome color. Un ejemplo de rehogar sería cuando cocinamos la cebolla en una sartén hasta que quede blandita.

Remojar: Rehidratar un alimento dentro de un líquido normalmente frío.

Salar: Además de poner sal, consiste en poner en salmuera un género para poder conservarlo mejor.

Salpimentar: Añadir sal y pimienta.

Salsear: Añadir salsa a un plato normalmente al ser servido.

Saltear: Cocinar a fuego muy fuerte y con muy poco aceite o grasa, haciendo que los ingredientes «salten» en la sartén. De esta forma se quedan hechos por fuera y muy tiernos por dentro.

Soasar: Asar ligeramente o medio asar un alimento.

Sudar: Cocinar lentamente un alimento con algún tipo de grasa sin líquido para que desprenda el agua.

Tamizar: Separar el polvo de harina o similar con la ayuda de un tamiz para que no queden grumos, separándola y colando también así los residuos o partes más gruesas.

Tornear: Darle cierta forma a una hortaliza redondeando los bordes para embellecerla, generalmente utilizando un cuchillo pequeño o puntilla.

Trinchar: Trocear un alimento para servirlo.

Trocear: Cortar o partir en trozos.

ACTIVIDADES REPASO

1. Pon el nombre a los siguientes utensilios de cocina;

- a) Cazo
- b) Barilla/Batidor
- c) Mandolina
- d) Espátula
- e) Espumadera
- f) Colador Chino
- g) Ecurridor
- h) Pelador
- i) Espátula Pastelería
- j) Cortafiambre/ Fiambra
- k) Colador
- l) Cuchillo Cebollero
- m) Puntilla
- n) Cuchillo Sierra
- o) Chaira
- p) Lengua / espátula plástica
- q) Cucharon sopero
- r) Sartén
- s) Rodillo
- t) Tijeras



1



2



3.....



4



5



6.....



7.....



8.....



9.....



10.....



11.....



12.....



13.....



14.....



15



16



17



18.....



19



20.....

2. Busca los nombres de pescados

G	A	L	L	O	A	S	D	A	S	W	E	F	A
D	S	E	V	F	W	E	F	W	E	S	C	U	B
M	W	I	P	U	L	P	O	E	A	J	A	Y	A
A	W	F	D	Y	U	Q	F	D	Y	U	M	R	D
U	F	Q	I	O	C	A	B	A	L	L	A	A	E
G	Q	W	A	B	A	D	E	J	O	O	R	Y	J
A	F	W	D	Y	U	Q	W	F	D	Y	O	A	O
M	E	R	L	U	Z	A	Y	U	Q	F	N	D	A
B	B	Q	P	L	A	T	I	J	A	V	X	J	H
A	A	W	E	R	U	H	H	S	R	A	P	E	H
L	L	B	C	B	W	M	A	R	U	C	A	L	E
B	L	P	O	T	A	B	C	I	U	E	B	W	I
B	E	S	U	G	O	B	E	I	J	U	R	E	L
W	B	C	A	L	A	M	A	R	W	J	A	P	J
K	H	V	C	I	G	A	L	A	X	A	W	Z	X

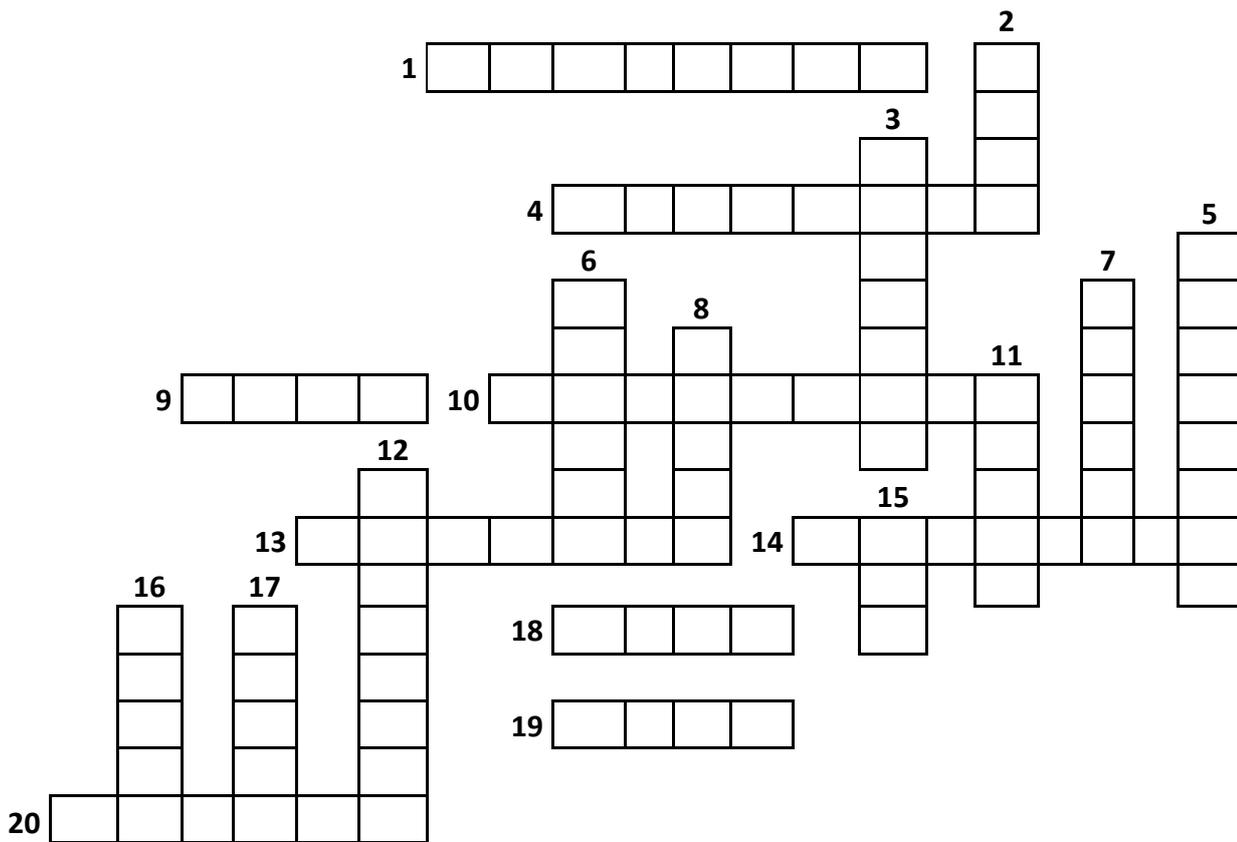
GALLO
RAPE.
MERLUZA
PULPO

RAYA
POTA
PLATIJA
JUREL

CABALLA
CIGALA
ABADEJO
CALAMAR

MARUCA
BESUGO
CAMARÓN
GAMBA

3. Cubrir según las definiciones indicadas abajo:



HORIZONTAL

- 1. Una comida que contiene hojas verdes
- 4. Comida que comes en la mañana
- 9. Preparación culinaria que consiste en un líquido con sustancia y sabor
- 10. El brócoli, la coliflor, el maíz
- 13. Una fruta, amarillo y largo
- 14. Se utiliza para cortar
- 18. Conjunto cerrado de platos que un establecimiento ofrece al cliente por un precio fijo
- 19. Comida que comes por la noche
- 20. Elaboración con leche o zumo que puede ser de distintos sabores y congelada

VERTICAL

- 2. Líquido obtenido de fruta o frutas y se bebe
- 3. Se come sopa con esto
- 5. Son las cigalas, los langostinos, gambas
- 6. Llega después de hacer una consumición
- 7. Comido en las fiestas de cumpleaños
- 8. Blanco y amarillo, con cáscara
- 11. Elaboración japonesa pescado crudo
- 12. Comida del mediodía
- 15. Una fruta redonda y morada o verde
- 16. Líquido blanco que es bueno para los huesos
- 17. La fresa, la pera, la frambues

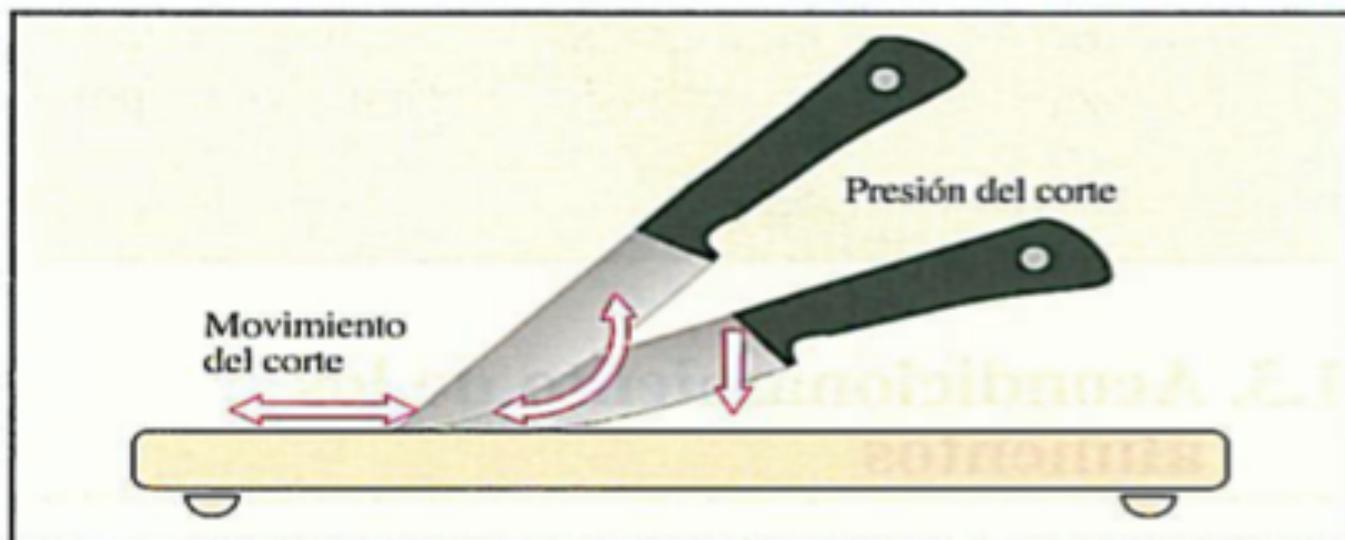
4. Completa con el término culinario según la definición y búscalo en la sopa de letras.

- Cocer un ingrediente a fuego lento con poca grasa hasta que quede blando sin que tome color;
- Cocinar un producto en agua hirviendo durante muy poco tiempo. Sirve para quitar impurezas o hacer un ligero precocido;
- Retirar la espuma o impurezas que se forman en un caldo o salsa;
- Acompañar elaboración principal con ingredientes menos importantes;
- Son elementos que se encargan de ligar (unir), espesar una elaboración;
- Colocar los alimentos después de preparados en un plato. Aumentar el volumen de unas claras batiendo con energía;
- Pequeña cantidad de especias o sazónadores que se ponen a una preparación o alimento;
- Añadir una salsa, sopa o similar a un preparado que intensifique su sabor o color natural;
- Cubrir un alimento con un líquido espeso con el objetivo de que se quede tapado total o parcialmente por esa salsa;
- Pasar cualquier polvo por un tamiz o colador para hacerlo más fino y ligero;
- Recuento físico de todos los artículos existentes;
- Operación que consiste en apreciar las cualidades organolépticas, visuales y olfato-gustativas de un producto para describirlo, valorarlo y/o calificarlo;
- Condimentar con sal y pimienta;
- Acto de retirar los platos o vajilla ya utilizada

A	C	I	D	E	S	B	A	R	A	S	A	R	A	D	A	L	T	E	A
R	V	N	E	S	R	P	D	A	U	R	R	E	A	E	T	T	R	E	A
G	U	A	R	N	E	C	E	R	E	S	A	I	C	S	M	E	B	T	O
S	Q	T	U	E	I	R	T	I	A	O	R	N	A	E	P	E	O	T	S
S	A	L	P	I	M	E	N	T	A	R	I	V	M	S	R	L	D	A	C
O	N	M	O	P	L	A	R	N	E	A	S	E	A	P	S	M	E	E	N
R	A	S	B	P	I	Z	C	A	C	Z	A	N	L	U	T	F	G	G	A
A	R	L	A	C	G	E	B	A	L	I	L	T	A	M	I	Z	A	R	O
E	S	P	R	M	A	R	C	M	T	M	L	A	K	A	L	I	Q	H	R
U	I	N	E	N	Z	R	O	V	P	A	E	R	R	R	D	S	U	T	A
Q	A	E	N	M	O	N	T	A	R	T	U	I	V	R	W	U	R	D	G
N	O	E	N	G	N	R	A	S	A	C	A	O	I	E	N	A	Z	E	O
A	M	R	E	F	O	R	Z	A	R	O	V	E	R	H	P	S	T	A	H
L	U	E	E	S	T	W	E	T	R	A	N	S	P	A	R	E	N	T	E
B	S	S	A	Z	O	N	A	R	S	A	L	P	N	M	E	N	T	A	R

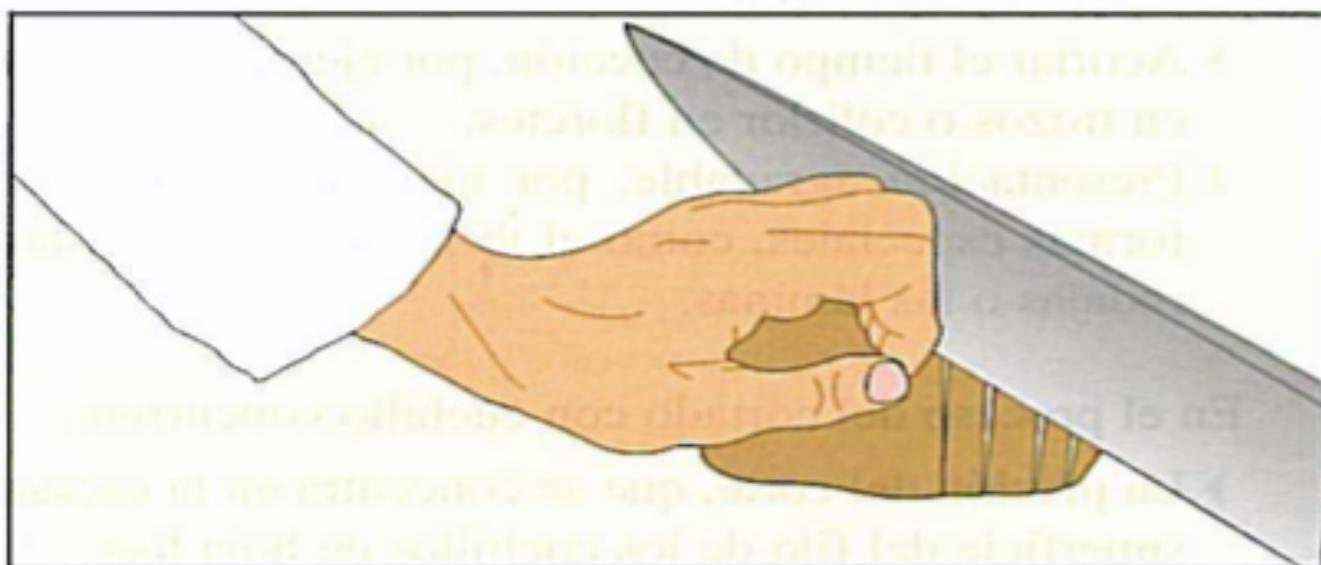
MANEJO DE CUCHILLO

- ▶ El efecto de corte con cuchillo de sierra se produce realizándose la presión y el movimiento simultáneamente mediante un movimiento de balanceo.



Corte con movimiento de balanceo.

- ▶ La mano que sujeta el alimento le sirve al cuchillo de guía. La hoja del cuchillo se desliza a lo largo de los nudillos de los dedos doblados y los dedos que retroceden marcan la distancia del siguiente corte.

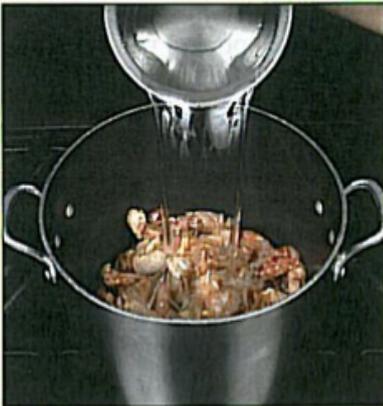


Posición correcta de dedos y mano.

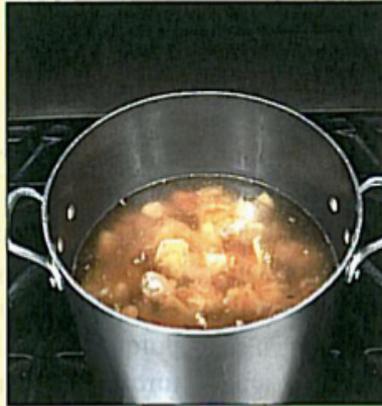
ELABORACION DE CALDOS

(Para elaboración de salsas, añadir a carnes para cocinar, sopas, etc.)

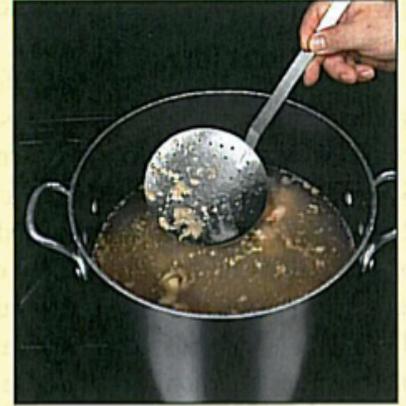
- Los de pescado se hacen con espinas de pescado y se cuece como mucho 30 min.



Se ponen los huesos blanqueados o las espinas de pescado con agua fría.



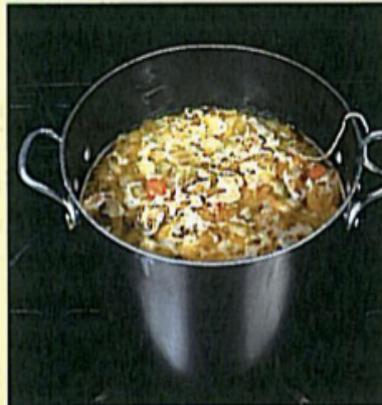
Se añade el doble de agua.



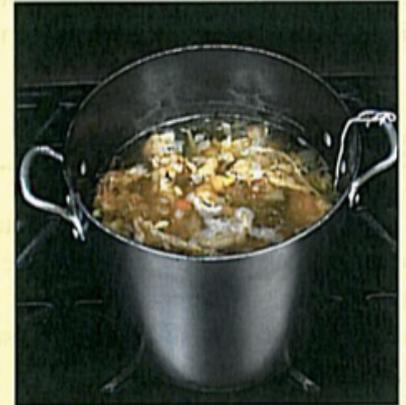
Se espuma la superficie.



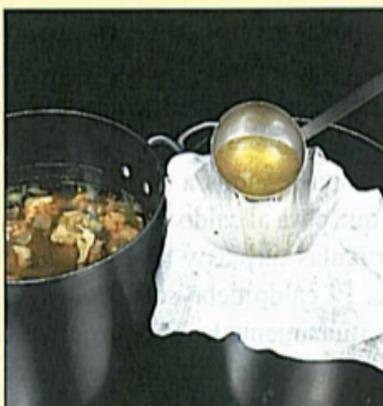
Se añaden las verduras picadas y los ramilletes de hierbas aromáticas.



Se deja hervir a fuego lento.



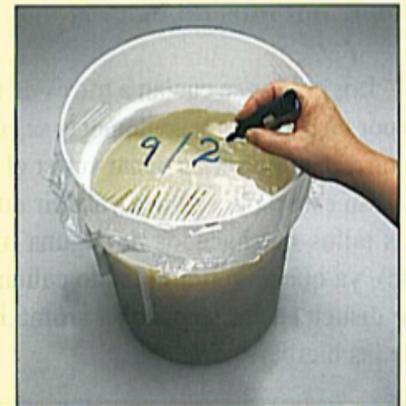
Mediante cocción se reduce el líquido.



Se filtra a través de un paño.



Se enfría el caldo en agua fría.



Se traspasa a un recipiente que se marca con la descripción del contenido y la fecha.

CALDOS BÁSICOS

Caldos claros

Para elaborar un caldo claro se cuecen los ingredientes en agua y se escurren.

Las materias primas principales determinan el tipo de caldo.

- Ingredientes principales: huesos de vaca o ternera, carcasas de ave, espinas de pescado blanco, caparazones de marisco y despojos de carne y pescado.
- Otros ingredientes que también aportan sabor: hortalizas, hierbas aromáticas y especias.

Caldos oscuros

Se elaboran con huesos, despojos de carne o ave, carcasas de ave, espinas de pescado (todo bien tostado), hortalizas (tostadas o rehogadas), elementos de condimentación y vino tinto añadido después de desglasar la placa.

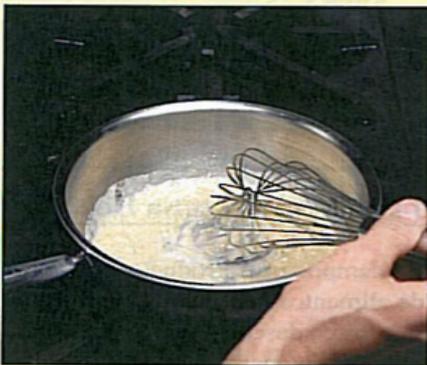
Los ingredientes empleados determinan el tipo de caldo.

- Ingredientes: huesos y despojos de carne de matadero, aves o caza, espinas de pescado blanco, verdura picada a base de apio, zanahorias, cebollas, tomates, puerros y elementos de condimentación.

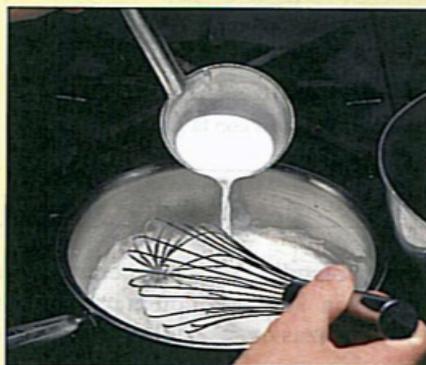
BECHAMEL

Una elaboración que variando la cantidad de harina y mantequilla por litro de líquido, vale para hacer especie de salsa para gratinar (verduras, pastas, huevos, ...) con más harina y mantequilla queda más espesa y vale para croquetas, empanados, etc...

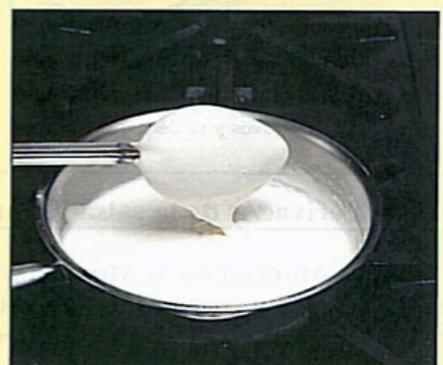
ELABORACIÓN DE UNA BECHAMEL



Elaboración del roux.



Añadido de la leche.



Comprobación de la textura y consistencia.

- BECHAMEL PARA LASAÑA/CANELONES

- Leche 1litro. (También puede llevar mitad de caldo)
- Mantequilla 80 gr.
- Harina 80 gr.

- BECHAMEL PARA CROQUETAS

- Leche 1 litro
- Mantequilla. 180 gr.
- Harina 180 gr.
- El ingrediente que se quieran las croquetas (jamón, pollo, queso, ...)

Sal y nuez moscada para sazonar en ambas recetas.

PREPARACIÓN Y ELABORACIÓN SENCILLAS DE BEBIDAS NO ALCOHÓLICAS

BEBIDAS NO ALCOHÓLICAS

De siempre la bebida básica, fundamental y vital ingerida por el ser humano ha sido el agua. Con el paso del tiempo, se ha querido mezclar el agua con otros componentes para darle sabor, color y olor, y distintas propiedades a nuestro organismo para poder estimular todos los sentidos.

A partir de esto, dividimos las bebidas en cinco grupos (aunque algunas podrían estar en uno o más grupos);

- a) **BEBIDAS RECONFORTANTES:** cítricas/agua con gas, isotónicas, etc.
- b) **BEBIDAS RELAJANTES;** poleo, tila, manzanilla, etc.
- c) **BEBIDAS REFRESCANTES;** refresco de fruta, de cola, helados, batidos, etc.
- d) **BEBIDAS ESTIMULANTES;** cola, café, té, chocolate, guaraná, ginseng, etc.
- e) **BEBIDAS ENERGÉTICAS;** zumos, batidos, chocolates, lácteos, vitaminadas, etc.

BEBIDAS CALIENTES

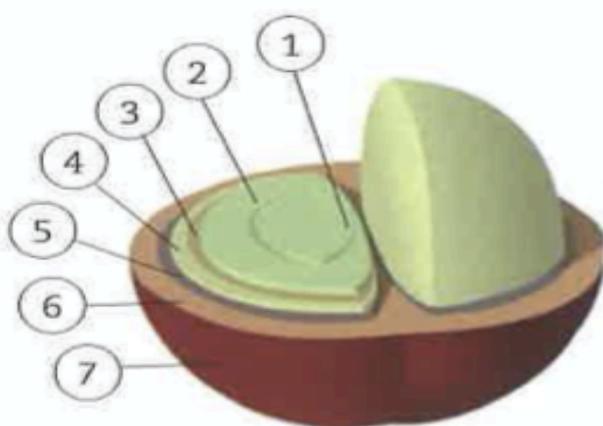
Se nombrarán las más populares y consumidas;

a) CAFÉ:

Proviene de la planta del cafeto y es originario de África. El cafeto es una planta que puede alcanzar una altura de 6-8 metros. Tiene una floración muy corta y de ella se obtienen frutos dos veces al año.

El café sale de la semilla del fruto de la planta, y para que se pueda consumir se pasa por dos procesos,

- Proceso de lavado o cribado (separar la cáscara del grano, que sale verde)
- Tueste (Se pone el café verde en hornos especiales a 180-200 °C removiendo. Mediante este proceso, pierde peso, aumenta volumen y cambia de color de verde a marrón oscuro)



Estructura del fruto y del grano de un cafeto:

1. Corte central.
2. Grano de café (endosperma).
3. Piel plateada (tegumento).
4. Pergamino (endocarpio) o membrana.
5. Capa de pectina.
6. Pulpa (mesocarpio).
7. Piel exterior (pericarpio) o cáscara.

Figura 3.2. Partes del grano de un cafeto.

Variedades de Café

Existen más de 60 variedades de café en todo el mundo, pero vamos a mencionar las dos más importantes que son;

1. **ARÁBICA**; La especie más antigua. Su grano es plano, alargado y de color verdoso pálido. Produce cafés delicados y de gran calidad. Tiene bajo contenido de cafeína.
2. **ROBUSTA**; Especie más moderna que la anterior. Es una especie más resistente y fuerte que la anterior. Su grano es más pequeño y grueso, y tiene un color más oscuro. Alto contenido en cafeína, doble que el anterior.

Existen otras clases de café, pero en España los cafés más consumidos, una vez importados son;

- 1- El café torrefacto (al que se le añade azúcar al tostar)
- 2- Derivados, café soluble (que se disuelve en agua o leche) y café descafeinado

b) TÉ:

Es una infusión que está dentro del grupo de las bebidas estimulantes y relajantes debido a sus componentes digestivos y a la teína (molécula como la cafeína que estimula el sistema nervioso), además tiene muchas más propiedades según la variedad.

Según el tratamiento que le damos a las hojas una vez recolectadas, podemos conseguir distintas variedades;

1. **Té Blanco** (Se cortan las hojas jóvenes, siendo brotes)
2. **Té Azul** (Plantas marinas mezcladas con té verde)
3. **Té Verde** (Las hojas se lavan, se enrollan y secan sin fermentar)
4. **Té Rojo** (Las hojas se semi-fermentan)
5. **Té Negro** (Se dejan fermentar totalmente las hojas)

Para su elaboración, se consigue mezclando agua caliente (67°) con un 7-8% de té. Pasados 2 a 5 minutos, según la variedad. Se retiran los posos con un filtro o una bolsita.

El servicio del té se realiza en tetera con tapa sobre un plato de moka o café con leche, según su tamaño, acompañado para su servicio por una taza, un plato y una cucharilla.

Además de las distintas variedades, **existen distintas elaboraciones del té:**

- 1-** Té con limón (se acompaña la tetera con una rodaja de limón)
- 2-** Té shalimar (igual que el anterior, pero con naranja)
- 3-** Té con leche (se acompaña con una jarrita de leche fría aparte)
- 4-** Té americano (se sustituye el agua de la infusión por leche)
- 5-** Té con menta y canela (se añade unas hojitas de menta y una ramita de canela)
- 6-** Té aromatizados (a los que se haya mezclado algún aroma, fruta, flores, etc.)
- 7-** Tewhi (Al que se le añaden unas gotitas de whisky en la infusión. También se puede sustituir el whisky por otros aguardientes, como ron, anís, etc.)

c) CACAO/CHOCOLATE:

Es originario de América, es una bebida estimulante por la teobromina (como la cafeína). Su consumo suele darse en la hora del desayuno u de la merienda para recuperar fuerzas.

El cacao es una vaina alargada, de color dorado y rojizo. Este fruto tiene en su interior una pulpa blanca cremosa y unas semillas de color oscuro. Con estas semillas se hace el cacao.

Variedades de Cacao

Existen tres variedades de cacao principalmente;

1. Criollo; De mejor calidad y mayor suavidad
2. Forastero; Más fuerte y duradero
3. Trinitario; Mezcla de los dos anteriores

Fabricación del Cacao;

El cacao es el elemento base para la elaboración del chocolate. Para conseguirlo el proceso de la semilla, es el siguiente.

- RECOLECCIÓN; Se recogen las vainas arrancándolas de la planta
- EXTRACCIÓN; Se abre la vaina y se sacan la pulpa blanca que tiene dentro las semillas. Se lavan y secan
- FERMENTACIÓN; Las semillas se dejan fermentar en grandes cubetas durante siete días.
- SECADO; Las semillas se secan al sol o por procesos mecánicos.
- TOSTADO; En hornos especiales se tuestan a 120°C durante 30 min. para conseguir aroma y sabor.
- TRITURADO Y FUNDIDO; Se calienta mientras se tritura hasta que se convierte en una pasta blanca, donde la parte de arriba es grasa, es la manteca de cacao que se utiliza después para la fabricación de chocolate.
- PRENSADO Y REFINADO; La pasta resultante, se prensa para dividir la manteca de la pasta de cacao.

CACAO EN POLVO; Es el resultado de triturar las semillas del cacao. Su calor es caoba y su sabor muy amargo.

CHOCOLATE; Es el resultado de mezclar cacao en polvo, un poco de manteca de cacao, azúcar y harina.

CHOCOLATE BLANCO; Es la mezcla de manteca de cacao con harina y azúcar.

Elaboración y servicio del Chocolate;

Hay varias formas de prepararlo;

- CHOCOLATE A LA ESPAÑOLA; Es chocolate preparado en agua caliente
- CHOCOLATE A LA FANCESA; Es chocolate preparado en leche caliente
- ESTILO ITALIANO; Es igual que el francés pero añadiéndole un dedo de nata.

d) **LECHE**

Principalmente la leche que se consume es la de vaca.

Según el contenido en grasa que posea, se puede clasificar en;

- a) LECHE ENTERA tiene toda la grasa
- b) LECHE SEMIDESNATADA tiene mitad de la grasa
- c) LECHE DESNATADA casi no contiene grasa.

La NATA es lo que se obtiene de la parte grasa de la leche cuando esta se hierva.

Para preparar la leche para su servicio, se calienta en jarras de acero inoxidable con el vaporizador de la cafetera y se reserva para la elaboración de los cafés. Si se sirve leche caliente, se hace en vaso de agua con plato y cucharilla; también se le pone azúcar y pajero.

La nata se utiliza para decorar cafés u otras elaboraciones de bebidas calientes.

Principalmente se utiliza semi-montada.

La leche y la nata se conservan en frío. Para conservar la leche, hay que esperar a que se enfríe, se tapa con film en una jarra y se conserva refrigerada hasta el día siguiente.

BEBIDAS FRÍAS

a) **AGUA**

Es la bebida más consumida, además se debe consumir entre 2-3 litros por día.

Existen diversos tipos de agua y de diferentes orígenes, de manantial, preparadas, carbonatadas, ...

Se presentan en diferentes envases (plástico, cristal, etc.) con diferentes diseños y tamaños.

b) **REFRESCOS;**

Su objetivo, como su nombre indica, es refrescar el cuerpo. La base es agua carbonatada o no, con azúcares y saborizantes añadidos, ya sean zumos, plantas o extractos.

Servicio de los Refrescos;

Los refrescos se sirven fríos; por tanto, además de refrigerados se sirven en un vaso de tubo con dos o tres hielos y su elemento decorativo correspondiente (rodaja limón, de naranja o pomelo, trozos o pieles de frutas, especias, etc.).

Se abre la botella delante del cliente, se pone como la mitad en el vaso y se deja de lado la botella.

c) **ZUMOS;**

Son las bebidas obtenidas del jugo de frutas o de vegetales sanos y limpios. Se dividen en dos tipos, *CÍTRICOS* (naranja, limón, mandarina, ...) y de *PULPA* (las demás frutas que no tienen gajo como plátano, melón, sandía, ... y también pueden utilizarse vegetales y hortalizas como nabo, zanahoria, tomate,...)

d) **BATIDOS;**

Son bebidas refrescantes y energéticas por su alto contenido en leche y elementos como fruta, chocolate o azúcares.

Se sirven fríos y existen dos tipos, los que se elaboran con *BASE DE HELADO* y los que se elaboran en base *FRUTA NATURAL*.

TÉCNICAS CULINARIAS ELEMENTALES EN LA PREPARACIÓN DE COMIDAS RÁPIDAS.

En el bar hay diversos preparados de alimentos que sirven como tapa, ración o aperitivo, ya sean frías o calientes.

Las elaboraciones frías se colocarán en expositores refrigerados y los calientes en vitrinas con calor.

Existen muchos tipos de cocinado y cada vez más vanguardistas, sin embargo, en se nombrarán los tipos de cocinado básicos con un grado de dificultad bajo como cocer, Baño María, freír, asar, tostar, gratinar y calentar al microondas.

Para saber cual es el mejor indicado y tener conocimiento de que método utilizar para cada elaboración, ingredientes, cortes, etc. se recoge en los documentos relacionados con la producción de cocina, como son las RECETAS.

Hay una lista muy diversa para aperitivos, platos, etc. sencillos para cafetería/bar como puede ser;

- Albóndigas
- Croquetas
- Diferentes tipos sándwiches y bocadillos
- Ensaladas
- Platos simples pollo (alitas, guisado, muslitos, ...)
- Pimientos Rellenos
- Tostadas
- Tortillas

REALIZACIÓN DEL SERVICIO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS EN EL BAR

El servicio en el bar es el conjunto de tareas que hay que realizar desde que entran los clientes en el local hasta que se marchan de él.

TIPOS DE SERVICIO

Los clientes pueden ser atendidos y servidos de diversas maneras;

- En la barra
- De pie o sentados en taburetes
- Sentados en mesas, tanto altas como bajas

CARACTERÍSTICAS

- Saludar al cliente al entrar en el local o aproximarse a la barra.
- Llamar al cliente por su nombre, si lo conocemos.
- Recordar sus gustos, es un detalle que siempre se agradece.
- Se debe actuar siempre con naturalidad y tener don de palabra.
- Para atender a los clientes se sigue el turno de llegada.
- Las consumiciones se abren y sirven delante del cliente.

- Las bebidas si se van a servir en mesa, se transportan en bandeja, se realiza el servicio con la mano derecha, la bandeja se transporta con la mano izquierda.
- Tener siempre la barra limpia.
- Nada más levantarse el cliente, se recoge y se limpia la mesa.
- Estar pendiente para que al cliente no le falte de nada (servilletas, palillos, bebidas, etc.)
- Despedir al cliente con un cordial saludo.

NORMAS GENERALES DEL SERVICIO Y TÉCNICAS BÁSICAS DE ATENCIÓN AL CLIENTE

Un buen profesional debe desarrollar y potenciar una serie de cualificaciones necesarias que desempeñe correctamente sus funciones. Algunas serían;

- Cordialidad en el trato.
- Mantener un aspecto cuidado y aseado.
- Ofrecer una acogida cordial, con una sonrisa.
- Memoria para poder recordar o anotar bien en la comanda.
- La discreción, sin escuchar o hacer como no escuchar conversaciones, sin comentarlas.
- Ser servicial, mostrar predisposición para complacer al cliente.
- Coordinación entre el personal, teniendo en cuenta las funciones de cada uno, siendo también buen compañero.

PÁGINAS VISUALIZACIÓN

- Servicio de infusión ----- <https://youtu.be/O-MKpx8AWol>
- Cocktelería ----- <https://sites.google.com/site/cockteleria-metodos-de-preparacion>
- Elaboración del chocolate ----- <https://youtu.be/ABFg5gleWoU>
- Despiece del pollo ----- <https://youtu.be/FbrAprZWMow>
- Cocinado de los huevos ----- <https://youtu.be/Sb2MfivmS5A>
- Limpieza pescado ----- <https://youtu.be/OLlq09g6dSq>

ACTIVIDADES REPASO

1. Anota las diferentes variedades de;

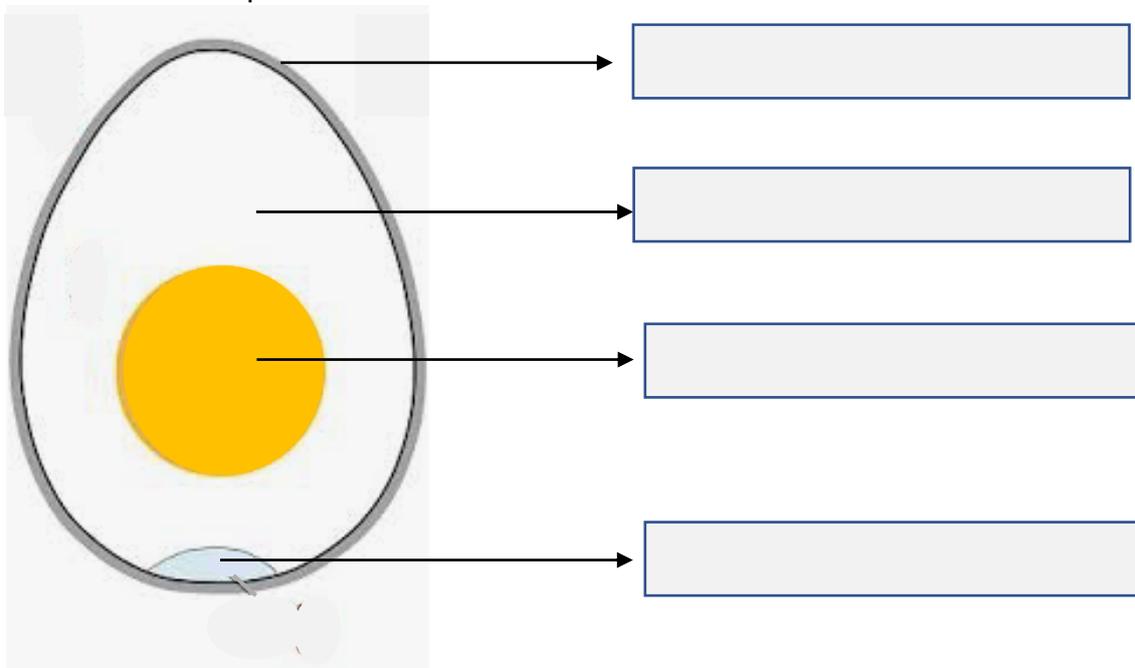
- CAFÉ:

.....

- CACAO:

.....

2. Anota las diferentes partes del huevo



3. Busca en internet y anota una elaboración con huevo que se pide a continuación:

- Elaboración con huevo crudo:
.....

- Elaboración con huevo cocido:
.....

- Elaboración con huevo Batido.
.....

- Elaboración con huevo en un dulce:
.....

4. Coloca las hortalizas y verduras de la lista en los cuadros correspondientes;

Cebolla
Judías
Tomate
Lechuga

Acelga
Perejil
Patatas
Pimientos

Ajos
Coliflor
Repollo

Guisantes
Zanahoria
Calabacín

VAINAS
•
•

FLORES
•
•

FRUTOS
•
•
•

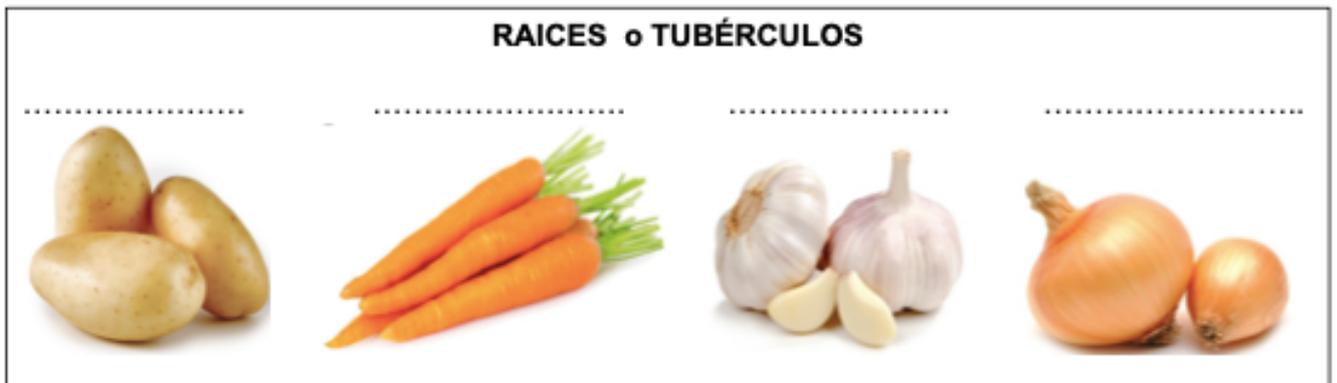
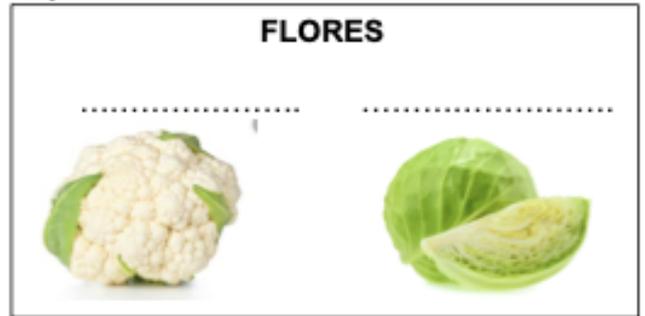
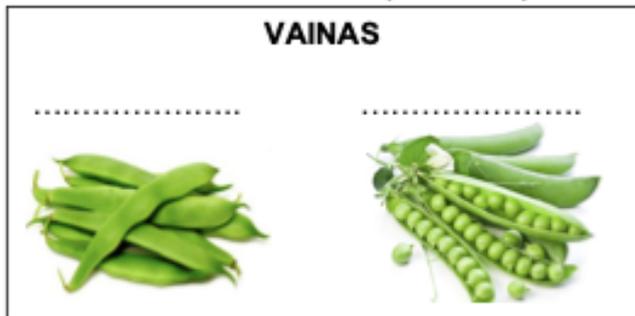
HOJAS
•
•
•

RAICES o TUBÉRCULOS
•
•
•
•
-

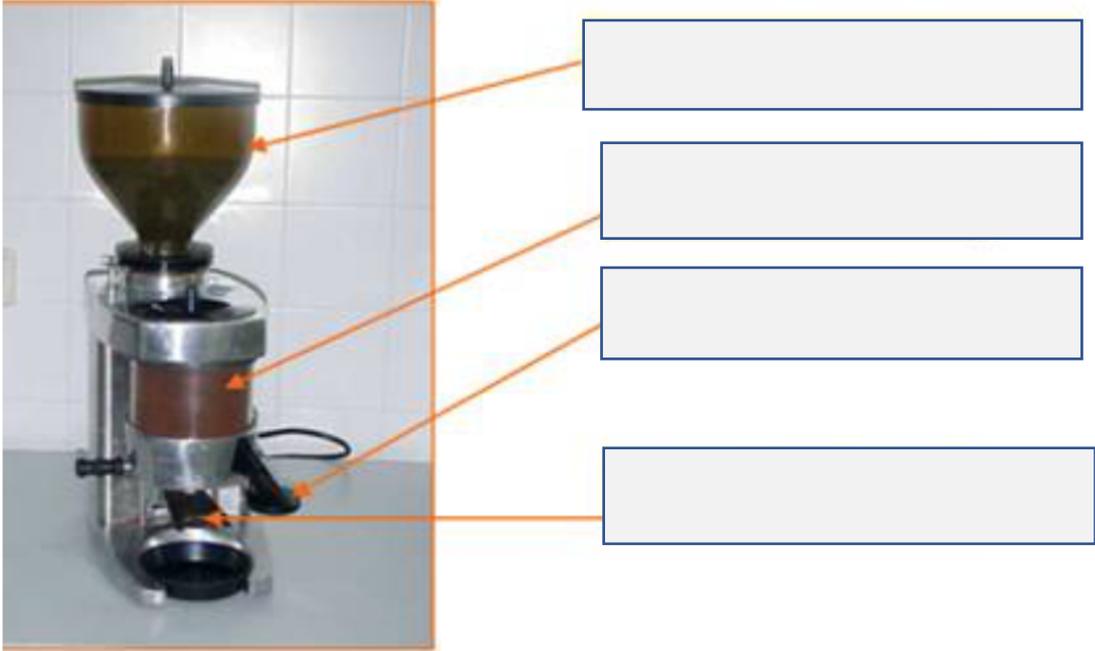
5. Pon los nombres que corresponden a los dibujos:

Judías
Repollo
Patata
Calabacín
Guisantes
Cebolla
Acelga
Coliflor

Pimientos
Tomate
Zanahoria
Berenjena
Lechuga
Perejil
Lombarda
Ajo



6. Pon el nombre a las partes del molinillo. Puedes ayudarte buscando en internet.



7. Pon el nombre a las partes de la cafetera.

- Portacacillos
- Vaporizador/lanceta vapor
- Salida agua caliente
- Bandeja de posos
- Bandeja caliente tazas
- Mando Vaporizador
- Mandos para café
- Grupos
- Mando salida agua caliente

