



FONDOS DE COCCION

Paulo Gonzalez B

BOUQUET GARNI

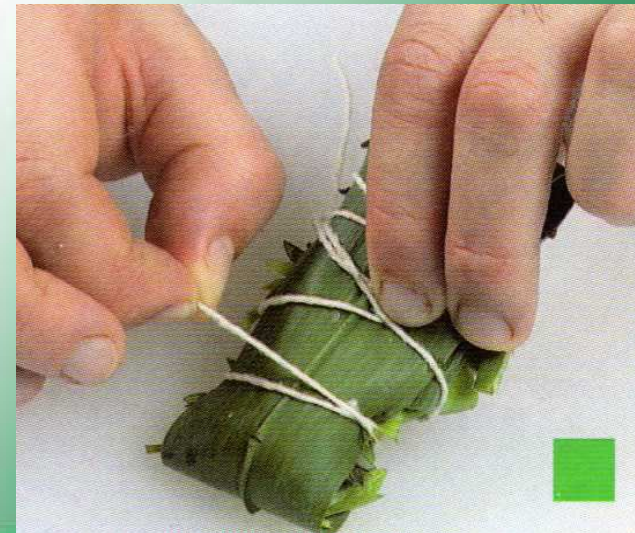
Es un pequeño atado de hierbas aromáticas, que se utiliza para saborizar distintas preparaciones. Generalmente esta compuesto por tallos y hojas de puerro, laurel, tomillo, perejil y apio.



Armar el bouquet garni, utilizando una hoja de puerro de base, colocar las hierbas en el interior y cubrir con otra hoja de puerro.



Sujetar bien atando con un hilo



Paulo González B

FONDO CLARO

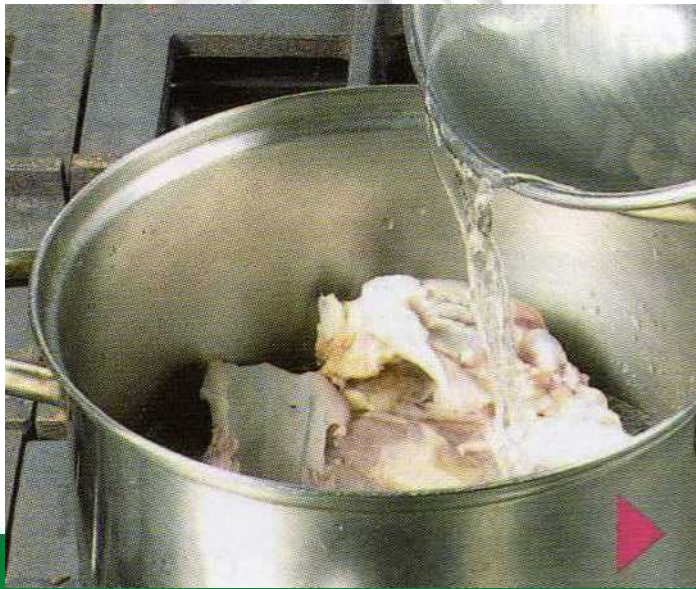
Los fondos claros sirven de base para diversas preparaciones, salsas, sopas, cocciones de carnes, guisados, preparaciones de arroz, por citar algunos ejemplos.

Se utilizan generalmente huesos bovinos o de ave, además de verduras para saborizar.

FORMULA BÁSICA PARA 1 LITRO DE FONDO CLARO

Huesos bovinos o de ave.	1 Kg.
Cebolla Cabezona	100 grs.
Puerro	100 grs.
Zanahoria	100 grs.
Ramas de apio	100 grs.
Bouquet garni	1 u
Agua fría	1,5 a 2 litros
Clavo de olor	2 u

Colocar los huesos en una olla. Cubrir con agua fría.



Llevar a ebullición, espumar las impurezas de la superficie



Incorporar todas las verduras limpias, el bouquet garni y los clavos de olor. Cocinar a fuego bajo por una hora si fuera fondo de ave y por tres en caso de ser fondo de carne



Colar el fondo de cocción con un chino, enfriar rápidamente.



Paulo Gonzalez B

FONDO OSCURO

Los fondos oscuros se pueden realizar con huesos bovinos, de ave o animales de caza. A diferencia del fondo claro los huesos y la guarnición aromática son cocidos previamente en el horno, para que tomen una coloración mas pronunciada y luego hervirlos. Los fondos oscuros se pueden utilizar en la realización de salsas oscuras, sopas, braseados, guisados por ejemplo

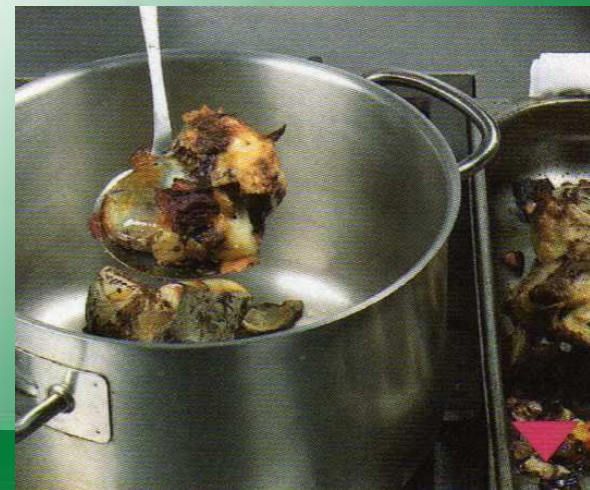
FORMULA BÁSICA PARA 1 LITRO DE FONDO OSCURO

Huesos bovinos o de ave.	1 Kg.
Cebolla Cabezona	100 grs.
Tomate	200 grs.
Zanahoria	100 grs.
Ramas de apio	100 grs.
Bouquet garni	1 u
Agua fría	1,5 a 2 litros
Pasta de tomate	200 grs.

Dorar los huesos y la
guarnición aromática
en el horno.



Colocar los huesos y
la guarnición en una
olla, agregar el
bouquet garni y cubrir
con agua.



Cocinar durante 3 a 4 horas espumando continuamente.



Colar el fondo oscuro con un chino y enfriar rápidamente.





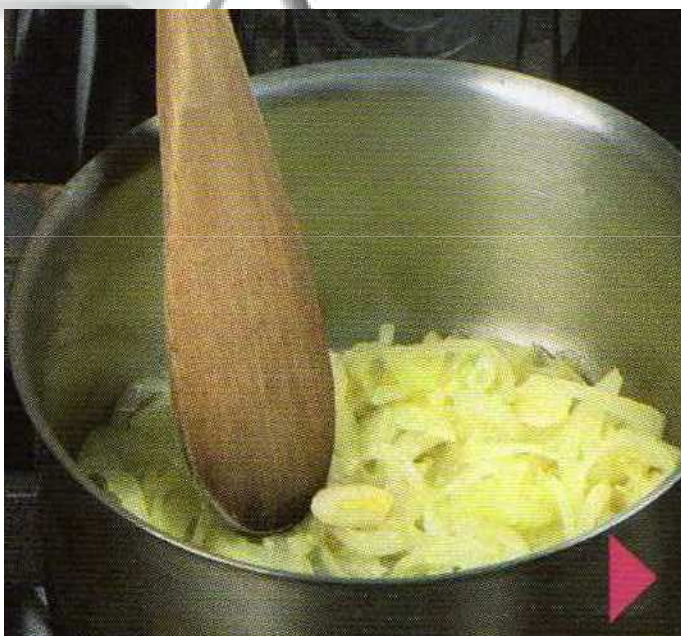
FUMET DE PESCADO

Se realiza con cabezas, con cabezas, colas y espinas de pescado, se utiliza en la elaboración de sopas, salsas y preparaciones que no requieran mucho tiempo de cocción

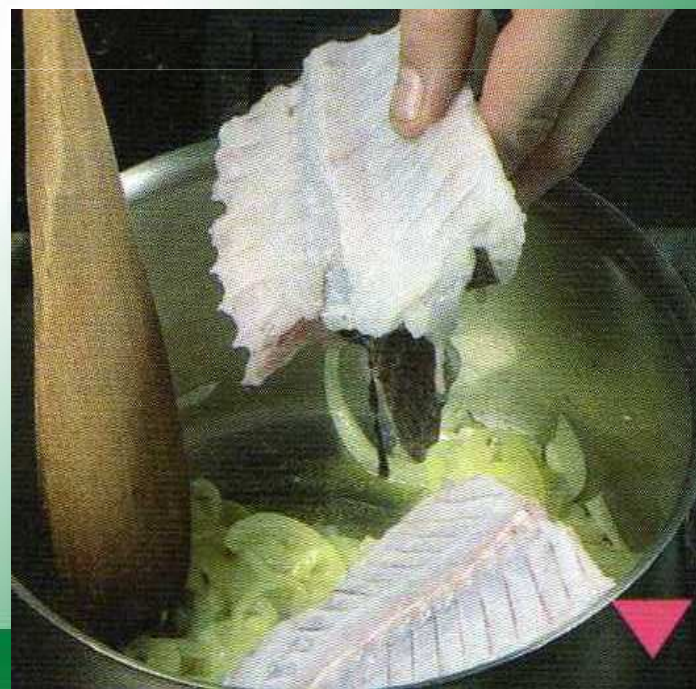
FORMULA BÁSICA PARA 1 LITRO DE FUMET DE PESCADO

Cabezas, espinas y colas de pescado	500 grs.
Margarina	30 grs.
Cebolla cabezona	100 grs.
Zanahoria	50 grs.
Recortes de champiñones (opcional)	50 grs.
Bouquet garni	1 u
Agua fria	1litro
Vino blanco	100 ml.

Rehogar la guarnición aromática con margarina.



Incorporar las cabezas, espinas y colas de pescado bien lavado y cocinar algunos minutos.

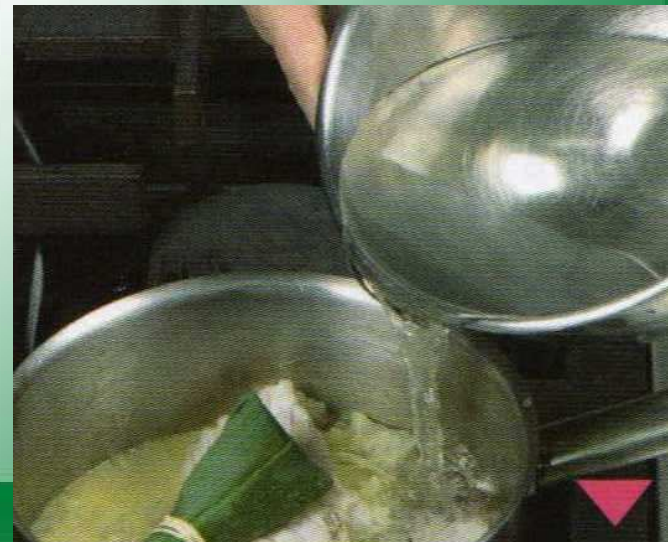


B

Verter el vino blanco



Agregar el agua y el bouquet garni.
Cocinar por 20 minutos a fuego bajo.



B



SENA
Espumar
continuamente las
impurezas de la
superficie

Pasar el fumet por un chino, este debe quedar translúcido, los motivos que pueden causar que se enturbie es una ebullición muy prolongada o demasiado rápida. Enfriar rápidamente.



CLARIFICACIÓN DE UN FONDO

Se realiza para poder obtener una gelatina o un consomé. A un fondo o fumet se le agrega una mezcla de carne picada (vacuna, de ave, de pescado, o la que corresponda al fondo), claras y verduras, para que sustraigan las impurezas contenidas en el líquido, con sus proteínas. El resultado es un producto con sabores muy concentrados y color translúcido.

FORMULA BÁSICA PARA 1 LITRO DE CONSOMÉ

Carne molida (dependiendo del fondo)	200 grs.
Clara de huevo	1 u
Zanahoria	50 grs.
Ramas de apio	50 grs.
Hojas verdes de puerro	100 grs.
Pasta de tomate (opcional)	10 grs.
Perejil	1 atado
Fondo o fumet	1,5 litros



Unir todos los ingredientes de una clarificación en un bowl y revolver bien.



Colocar el fondo en una cacerola junto con los ingredientes de la clarificación, revolver lentamente y cocinar a fuego bajo hasta que comience la coagulación.





Una vez que el liquido
entre en ebullición,
parar de revolver y
cocinar por una hora

Colocar el perejil y los
granos de pimienta dentro
de un paño fino. Disponerlo
dentro de un chino y pasar
el consomé clarificado con
mucho cuidado para que
no se enturbie.

