

MÓDULO: ELABORACIÓN DE ALIMENTOS DE BAJA COMPLEJIDAD

GUÍA: 2

Objetivo de Aprendizaje: Organizar equipos y utensilios, considerando uso, volumen de producción y normas de higiene y prevención de riesgos.

Conocer utensilios y equipos de cocina pequeño, mediano y grande.

UTENSILIOS DE COCINA

El utensilio de cocina es una herramienta que se utiliza en el ámbito culinario para la presentación de los platos, tanto en contacto directo con la comida, como una batidora o indirecta (como un minuterero)

El término latino *utensilia* llegó a nuestro idioma como utensilio. El concepto alude a un elemento que se utiliza de modo manual para desarrollar alguna clase de actividad.

Los utensilios de cocina son los más populares, ya que están presentes en todas las viviendas. Sin estos instrumentos, resulta imposible cocinar e ingerir los alimentos, pueden ser operados de manera manual o eléctricamente.

Los primeros utensilios de cocina eran fabricados con piedra. Con los años comenzaron a desarrollarse utensilios de madera, de metal y de plástico. En la actualidad, en la mayoría de las cocinas hay utensilios de distintos materiales (fierro, cerámica, teflón, aluminio, vidrio), que se emplean según la ocasión.

Entre los materiales usados hoy en día para la fabricación de utensilios de cocina destacan varios tipos de metales, y en algunos casos se combinan dos o más en un mismo producto. Esto da lugar a uno de los problemas que más a menudo pasan desapercibidos: la contaminación de la comida en el hogar. Es muy importante conocer las características de los utensilios que se usan para cocinar, ya que algunos materiales resultan especialmente nocivos para la salud, aunque sus efectos solamente puedan apreciarse a largo plazo. Entre los materiales cuya toxicidad ha sido reconocida se encuentran los productos sintéticos y los metales pesados, y muchas personas contaminan sus alimentos sin saberlo al usar utensilios con ellos. Esto se vuelve especialmente absurdo para los consumidores que compran productos ecológicos, ya que todas las precauciones tomadas durante el cultivo o la elaboración de los alimentos se desvanecen cuando se cuecen en sartenes u ollas de aluminio o materiales antiadherentes con sustancias y elementos perjudiciales para la salud.

El cuerpo humano no cuenta con un sistema para eliminar los metales pesados, y por esa razón tiene lugar la intoxicación: se acumulan de forma inevitable y generan una toxicidad oculta y lenta. Después de un tiempo de ingerir metales pesados a través de la comida, las consecuencias pueden llegar a ser graves; el plomo, por ejemplo, presente en ollas de cerámica o barro y en los esmaltes y barnices, puede causar ansiedad, fatiga, trastornos del sueño, problemas gastrointestinales e insomnio, entre otros trastornos. En algunos casos, el material principal de un utensilio no es nocivo a menos que se utilice de forma incorrecta; por ejemplo, las capas antiadherentes de ollas y sartenes que se fabrican a base del compuesto denominado teflón, no posee un nivel preocupante de toxicidad, aunque sí comienzan a liberar sustancias dañinas cuando son sometidas a temperaturas mayores a los 270°C. En pocas palabras, cocinar es una tarea que acarrea una gran responsabilidad, especialmente cuando se realiza para alimentar a terceros: es necesario adquirir las herramientas adecuadas y usarlas con precaución.

Los utensilios es un conjunto de objetos que permiten con su uso, la realización de un trabajo determinado.

Estos se pueden clasificar en:

1.- Utensilios de preparación: Son aquellos que se utilizan para mezclar, batir, montar, lavar o guardar un producto. Los utensilios de preparación son los recipientes de acero inoxidable de forma cilíndrica o cuadrada de todo tamaño llamado baño maria, bowl, bandejas, placas, rejillas.

2.- Utensilios de manipulación: Es a través del manejo de ellos que se puede:

- Batir o mover
- Colocar o retirar líquidos
- Espumar o retirar impurezas
- Colar o filtrar un preparado
- Escurrir producto
- Mezclar producto
- Tamizar producto
- Medir producto
- Pesar producto
- Destapar producto
- Sumergir producto en líquido

3.- Utensilios de cocción.: Son los utensilios en los que se cocinan los productos, pueden ser de aluminio, acero inoxidable, cobre, hierro, teflón, refractarios, tales como: ollas, asadera, sartenes, tapas, paellera, entre otras.

HERRAMIENTAS

Son instrumentos que permiten cortar, punzar, rallar, trinchar, formar diferentes productos de acuerdo a su uso. El equipo de herramientas suele ser propiedad del cocinero para su uso personal, él debe cuidarlo, limpiarlo y mantenerlo en buenas condiciones. Este equipo de herramientas está constituido por:

- Cuchillos
- Mortero
- Rallador
- Astil o afilador de cuchillo
- Machete

Otras:

- Abrelatas
- Cortadores lisos y rizados
- Cortadores decorativos
- Cucharas para moldear
- Cucharas para Porcionar
- Espátulas
- Mangas y boquillas
- Batidores de varilla
- Termómetro
- Descorazador

Cuestionario

1. ¿Por qué es importante conocer el tipo de material que está elaborado un utensilio?
2. Clasifique los utensilios que tiene en su cocina (según guía) y nombre el material que están elaborados.
3. Revise el video siguiente y realice un listado de los utensilios de preparación, manipulación y cocción y herramientas que usa el chef en la preparación.
4. https://www.youtube.com/watch?v=j7ifJzB_IsE