

Vocabulario de Cocina

JOSÉ MANUEL MÓJICA LEGARRE

Ningún libro de cocina está completo sin un vocabulario, glosario dirán algunos, para que puedan entenderse bien las recetas. Mucha gente opina que los cocineros y gastrónomos utilizamos un lenguaje muy personal que no siempre se puede comprender, pero a nadie se le ocurre pensar que es un lenguaje profesional tal y como lo utilizan todos los que se dedican a una actividad especial. En el caso de la cocina, como en muchos otros, si tuviésemos que repetir en todas las recetas las operaciones a realizar, sería una locura; imaginen por un momento en la cocina de un restaurante, a la hora del servicio, si el Chef tuviese que “cantar” todas las operaciones a realizar detallando los pasos de cada especialidad... ¡Sería una locura! Por esta razón es por la que, como en todas las profesiones, se utilizan expresiones particulares para facilitar las labores. Quizás, ¿para qué negarlo?, nos hemos acostumbrado a cifrar las recetas como lo hacían los cocineros de la Edad Media y del Renacimiento; pero ellos lo hacían para que nadie entendiera sus técnicas innovadoras. Confeccionar un vocabulario que merezca la pena es difícil porque hay muchos en el mercado, sin contar con las expresiones propias de cada cocina, cada receta o cada lugar geográfico. He intentado hacer un trabajo lo más extenso posible, lo que me permitía el espacio del que dispongo, y creo que, en general, es bastante completo. No caben en estas páginas todas las personas que me han ayudado ni todos los textos consultados. Unas veces he copiado literalmente la definición; pero en general, he modificado detalles o las he completado basándome en mi experiencia personal. Espero que todo el trabajo realizado sirva para que, a partir de ahora, cuando lean una receta en cualquier publicación, sean capaces de interpretarlas perfectamente con ayuda de este vocabulario y, por ende, tengan muchas más facilidades a la hora de ponerse frente a los fogones y cocinar los platos que más les hayan impresionado. A partir de ahora ya no habrá más excusas para negarse a meterse en harina y elaborar una preparación. Sólo falta que echen mano del delantal y empiecen a cocinar esperando que, el tráfico de los fogones les sea tan agradable como a mí teniendo en cuenta que, para cocinar, es mejor en compañía. Cocinar en pareja o con amigos es una forma diferente de relacionarse con los seres más queridos, un modo de pasar una mañana de domingo disfrutando de la experiencia, siempre sorprendente, de elaborar recetas diferentes para consumirlas y llegar a una sobremesa agradable. Recuerden que no siempre las cosas salen como uno planea pero, en el peor de los casos, los resultados, de la interpretación de las recetas, serán comestibles aunque lo peor será aguantar las burlas, cariñosas por supuesto, de los invitados a la mesa; pero lo más normal es que, si todos han participado, el resultado final sea un éxito.

ABACERÍA: Antiguamente tienda de comestibles. Lugar donde se vendían al por menor aceite, vinagre, legumbres secas, bacalao y, en general, productos no perecederos y conservas.

ABADEJO: Pez comestible, que abunda en el Atlántico, parecido al bacalao. Es un acantopterigio de la familia de los serránidos, que puede tratarse muy bien con salsas profundas y perfumadas.

ABAISSÉ: Se llama así a una hoja de masa, del espesor que se quiera; se consigue extendiéndola con el rodillo, y puede presentarse de diferentes formas.

ABALEAR: Separar del trigo, cebada, etc., con escoba a propósito para ello después de aventados, los granzones y la paja gruesa.

ABAÑAR: Seleccionar la simiente sometiendo a un cribado especial, con un cedazo, o arel, hecho a propósito para ese menester, para separarla.

ABARQUILLAR: Suele suceder en las carnes cuando se fríen, asan o se someten a la acción del calor, bien sea en medio seco o líquido. Se debe, casi siempre, a la existencia de un tejido nervioso que rodea totalmente o en parte la porción de carne. Para evitar que se abarquille debe cortarse ese tejido, o bien se le elimina, y a continuación, golpear la carne con un mazo para estirla según las necesidades de elaboración de la receta.

ABATÍ: Es el nombre que recibe el maíz en ciertos lugares de Argentina.

ABEJA: Es un insecto himenóptero, productor de miel y cera. Dependiendo de las flores en las que liba, se clasifica la miel como “de romero”, “de azahar”, “de tomillo” etc.

ABIERTO: Se dice del vino que tiene poco color y muy poco equilibrio en el paladar.

ABLACTAR: Es la operación de cocina que consiste en agregar leche a una salsa o crema, para aligerarla.



ABOCADO: Este término hace referencia a un vino con sabor ligeramente dulzón al paladar.

ABOTONAR: Es adornar un plato con guarniciones o alimentos con forma de botón. Adornar una tarta con botones de dulce.

ABRASAR: Quemar un alimento a fuego vivo. Se suele utilizar esta técnica para sellar las carnes y evitar que se pierdan los jugos.

ABREBOCA: Aperitivo en ciertas regiones de Venezuela. También se llama Pasapalos.

ABRILLANTAR: Pintar una pieza con yema de huevo, miel, jalea o mermelada. Esta técnica se usa para dar brillo, sobre todo a preparadas con masa u hojaldre, antes de someterlos a la acción del calor directo, bien sea en cocción abierta o cerrada.

ABSENTA: Licor de mucha graduación fabricado a base de ajeno, semillas de hinojo y anís, entre otros ingredientes. Estaba muy mal visto e incluso prohibido en algunos países. Entre los personajes más famosos que lo consumían, se puede citar a Ernest Hemingway.

ABUÑOLAR: Freír los alimentos, generalmente rebozados, para que aparezcan huecos y dorados.

ABURBUJAR: Operación de cocina que consiste en preparar una receta en la que el resultado final tenga apariencia de burbujas.

ACAHUAL: Es el nombre genérico que se da al girasol y a otras plantas, de tallo grueso, que suelen crecer espontáneamente en los barbechos.

ACANALAR: Marcar con el cuchillo haciendo canales o estrías en el exterior de un alimento crudo. Un acanalado frecuente es el que se hace al Magret de pato antes de someterlo al calor.

ACARAMELADO: Napeado de azúcar a punto de caramelo, que se dispone sobre ciertos alimentos antes de servirlos. Color parecido al caramelo. Dícese del alimento que se ha sometido al acaramelado.



ACARAMELAR: Caramelizar. Bañar un alimento con caramelo líquido. Se pueden acaramelar los moldes para hacer flanes y otras preparaciones, generalmente dulces. También se puede acaramelar cubriendo directamente los alimentos con azúcar a punto de caramelo, o con azúcar para someterlo después a la acción del calor como es el caso de la Crema Catalana.

ACEBUCHE: Es el nombre que se da en ciertos lugares de España a los olivos silvestres.

ACEBUCHINA: Dícese del fruto del acebuche.

ACECINAR: Secar, salar o ahumar las carnes para poder alargar su conservación en las mejores condiciones. Es uno de los métodos más antiguo que se conoce para la preservación de los alimentos, ya que se utiliza desde la Edad de Piedra.

ACEDAR: Agriar o acidular un preparado por medio de la adición de un cítrico o ácido.

ACEDERA: Hortaliza de hojas comestibles. Familia de las poligonáceas, cuyo sabor ácido se debe a la presencia de ácido axálico. Se puede utilizar en ensaladas y otras recetas. Se llama sal de acederas al oxalato de potasio.

ACEDIA: Pescado muy parecido al lenguado, aunque de menor tamaño, rico y abundante en los esteros de Cádiz. Es un elemento imprescindible en lo que se llama pescaíto frito, aperitivo muy popular en el sur de España.

ACEITAR: Acción y efecto de untar con aceite un alimento. También se dice cuando se exagera en el uso de aceite en la preparación de una receta.

ACEITE DE OLIVA: Es el zumo de la aceituna que se obtiene prensando estos frutos. Se puede decir que es la única grasa que se obtiene por medios simplemente mecánicos, sin someter el producto a la acción del calor que destruye los nutrientes y sin la utilización de solventes que suelen dejar residuos. Su composición en ácidos grasos mono insaturados, hacen de ella la grasa más indicada en la alimentación humana. Sus acciones positivas contra la aparición de cáncer, prevención del infarto y algunas enfermedades de tipo cardiovascular, convierten a esta grasa vegetal en un componente esencial de la dieta Mediterránea.



ACEITE: Se llama así al producto de origen mineral, animal o vegetal, fluido a temperatura ordinaria, y constituido, en el caso de los vegetales y animales, por una mezcla de diferentes glicerinas. Es tan imprescindible en la cocina como el azúcar y la sal. Puede ser refinado o virgen. Este último es el procedente de una sola variedad vegetal, que se obtiene a partir de frutos sanos y bien conservados, exclusivamente por medios mecánicos. Las principales fuentes del aceite comestibles son: oliva, soja, girasol, cacahuete, colza, coco, maíz, copra y palma.

ACEITERA: Recipiente fabricado en diversos materiales que se usa tanto en las cocinas como en el comedor, para contener y servir aceite. Dícese del recipiente que sirve para conservar el aceite en buenas condiciones.

ACEITUNA: Fruto del olivo. Aceituna negra: oliva recolectada madura y conservada en aceite o salmuera. Aceituna sevillana: nombre genérico de un aderezo especial de las aceitunas destinadas al consumo directo que se aplica a diversas variedades elaboradas en las provincias de Sevilla, Huelva, Badajoz, Cádiz y Córdoba.



ACELGA: Es una planta hortense cultivada como verdura por sus hojas y sus pecíolos aplanados. Verdura habitual e injustamente despreciada.

ACEROLLA ACEROLLO OMACEROLO: Árbol o arbusto espinoso cultivado por sus frutos (familia de las rosáceas). Fruto del acerolo, parecido a una pequeña cereza amarilla.

ACÉTICO: Dícese del ácido $\text{CH}_3\text{CO}_2\text{H}$, que da al vinagre su sabor característico, y de los derivados de él. La fermentación acética es la fermentación bacteriana que transforma el alcohol en ácido acético. La fermentación acética del vino proporciona el vinagre.

ACETIFICAR: Avinagrar.

ACETILCOENZIMA: Coenzima que desempeña una función capital en el metabolismo de los alimentos y las reservas en los animales y en el hombre.

ACIDEZ: Índice que mide la cantidad de ácidos grasos libres que contiene el aceite de oliva expresada en grados. Los grados no tienen relación con la intensidad del sabor. Las aceitunas sanas y maduras producen un aceite de una acidez muy baja.

ACIDO: Un sabor muy especial y que está muy próximo al del vinagre.

ACIDULAR: Poner jugo de limón o vinagre al agua para cocinar los huevos (pochés) o cocinar fondos de alcachofas o champiñones. Dar un sabor ácido a los alimentos.

ACITRONAR: Sofreír la cebolla hasta que queda transparente y blanda.

ACONDICIONAR: Realizar una serie de operaciones que tienen por objeto poner los alimentos en las mejores condiciones para su conservación.

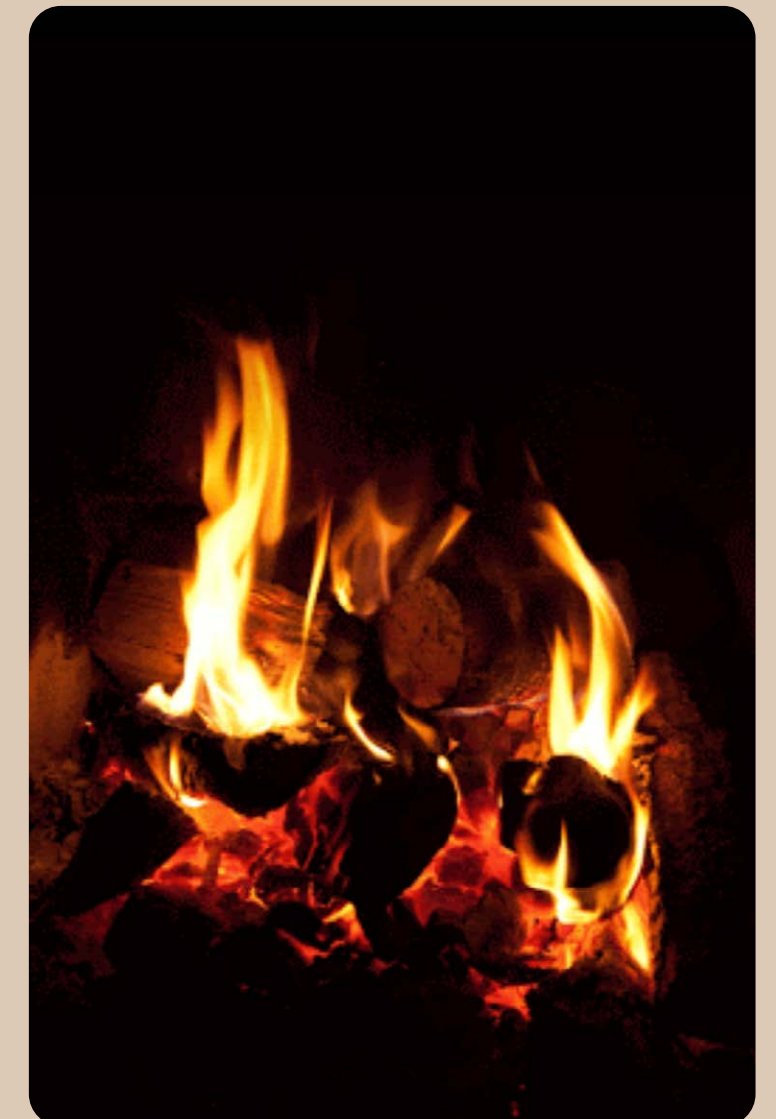
ACUICULTURA: Arte de la cría de animales y plantas acuáticos. La acuicultura tiene como finalidad el control de la totalidad o de parte del ciclo de los animales o de los vegetales acuáticos. Este control se ejerce tanto sobre las especies como sobre los medios de cría o de cultivo. Los esfuerzos dedicados al desarrollo de la acuicultura se orientan hacia un mejor conocimiento de los ecosistemas acuáticos y de las diferentes especies; obtención, en condiciones reproducibles, de estadios jóvenes, larvas o alevines.

ACHICORIA: Planta herbácea de la familia de las compuestas, cuyas hojas se consumen como ensalada. Raíz torrefacta de una variedad de achicoria que se mezcla con el café.

ACHICHARRAR: Freír, asar o tostar un manjar hasta que tome sabor a quemado.

ACHIOTE: Condimento de color rojo, que procede de la planta del mismo nombre. Antiguamente los indios se pintaban la cara con achiote, que es muy común en México, Venezuela, Colombia y Perú.

ADEREZAR: Es la acción de condimentar cualquier alimento con sal, aceite, vinagre, pimienta, hierbas aromáticas. Agregar sal, aceite, Sazonar. vinagre, especias, etc., a ensaladas y demás preparados fríos. También dar su justo sabor a una comida con sal u otras especias.





ADEREZO: Véase guarnición.

ADITIVO: Estos químicos productos alimentarios, cuyo empleo está autorizado para preparados bien definidos, se someten a valoraciones toxicológicas; su inclusión en un producto debe ponerse en conocimiento del consumidor, haciéndose constar en el envase. Se trata de colorantes, conservantes, antioxidantes y potenciadores de sabor, aromatización o textura.

ADOBAR: Poner o echar en adobo las carnes u otras cosas para sazonarlas y conservarlas. Mejorar los vinos. Aliñar carnes y pescados crudos con vinagre, orégano, sal y pimentón para posteriormente asar o freír. Colocar un género crudo o troceado dentro de un preparado llamado adobo con objeto de darle un aroma especial, ablandarlo o simplemente conservarlo. Macerar carnes y pescados crudos con un aliño, compuesto de sal, aceite, vinagre, hierbas aromáticas..., para ablandarlos y mejorar su sabor antes de asarlos o freírlos. La técnica de adobar es parecida a la de marinar, consiste en untar un ingrediente normalmente carne o ave con una mezcla de hierbas y especias ligadas con un poco de líquido.



ADOBO: Acción o efecto de adobar. Salsa o caldo para sazonar otros manjares. Aliño, salsa o caldo que sirve para condimentar o para conservar carnes y otros alimentos. Líquido en el que se maceran verduras, carnes o pescados durante un tiempo determinado para que hacerlos más sabrosos.

ADULTERAR: Falsear un alimento añadiendo o quitando alguna sustancia.

AFILADORA: Máquina para afilar herramientas. (Cuchillos, cuchillas, tijeras, etc.)

AFOGAR: Quemar los guisos en el mismo recipiente por falta de jugo o humedad.

AFRODISIACO: Dícese de ciertas sustancias (alimentos) que excitan el apetito sexual. Platos y alimentos afrodisiacos.





AFRUTADO: Es el sabor de un vino cuando recuerda el sabor de las frutas. Se suele dar en los vinos más jóvenes.

AFRUTADO: Vino que tiene un sabor o aroma que recuerda a la fruta. Es un adjetivo que denota una buena uva.

AFRUTAMIENTO: Característica del aceite de oliva que evidencia el olor y gusto del fruto fresco, no alterado durante el almacenamiento de las aceitunas, ni durante el proceso de la elaboración. Según sea el grado de madurez de la aceituna será, mayor o menor, el grado de afrutamiento. Las aceitunas maduras tienen un afrutado bastante suave, mientras que las verdes presentan un afrutado fuerte.

