

Pastelería y Repostería

02

CURSO DE CAPACITACIÓN CON SALIDA LABORAL



TÉCNICAS BÁSICAS

aqui

PALABRA MAYOR



Escuela Integral Gastronómica
CÓRDOBA



Escuela Integral Gastronómica
CÓRDOBA



Celia de Degiovanni

CÓMO SEGUIR EL CURSO

Este nuevo curso coleccionable que publica **Aquí Palabra Mayor** a partir de marzo y hasta diciembre incluido, está orientado a jóvenes y adultos que quieran seguir incorporando conocimientos teóricos relacionados con la pastelería y repostería. Organizado en diez entregas mensuales, cuenta con el asesoramiento y aval de CELIA Escuela Integral Gastronómica.

La orientación del mismo apunta a conocer los detalles necesarios para organizar microemprendimientos, además de aprender la manipulación de materiales, condiciones de higiene y el valor nutricional de los productos de repostería.

Para aprovecharlo al máximo, hay que seguir las indicaciones de cada entrega para que, una vez concluida la publicación de las diez unidades temáticas, los interesados puedan acceder a una evaluación final a cargo del grupo de profesores designados por CELIA Escuela Integral Gastronómica.

Aprobado dicho examen final teórico, los interesados se harán acreedores a un Certificado de Conocimientos Básicos en Pastelería y Repostería y continuar la carrera de Pastelero Profesional en la nombrada institución académica que otorga títulos con el respaldo académico.

TEMARIO

UNIDAD 1. (MARZO) Pascua: rosas y huevos	01
UNIDAD 2. (ABRIL) Técnicas básicas en pastelería (primera parte)	02
UNIDAD 3. (MAYO) Técnicas básicas en pastelería (segunda parte)	03
UNIDAD 4. (JUNIO) Pastelería argentina. Postres regionales	04
UNIDAD 5. (JULIO) Postres tibios: flambeado. Postres fríos: mousse	05
UNIDAD 6. (AGOSTO) Mesa dulce: postres y petite tours	06
UNIDAD 7. (SEPTIEMBRE) Pastelería infantil	07
UNIDAD 8. (OCTUBRE) Decoración de tortas	08
UNIDAD 9. (NOVIEMBRE) Postres helados	09
UNIDAD 10. (DICIEMBRE) Postres festivos de Navidad y Año Nuevo	10

INTRODUCCIÓN

Podría decirse que el postre es el sello de una sociedad civilizada. Cuando nuestros ancestros se reunían en torno al fuego, luego de un duro día de caza, seguro que no se les ocurría pensar en qué comerían de postre. Al postre, por lo general, no se lo considera como un alimento para saciar el hambre, sino para acabar la comida con un toque dulce, con un broche de oro. Es decir, sirve de deleite, no de sustento.

Al igual que en la panadería existe una pastelería artesanal, de sabores puros y muy cuidados, ingredientes de primera calidad, sin conservantes y producciones más pequeñas que una pastelería estilo industrial, donde se trabaja con volúmenes mucho más amplios, conservantes y una tecnología acorde a la cantidad de producción.

INGREDIENTES BÁSICOS

El conocimiento de la materia prima es un tema amplio y delicado. Es necesario tener conocimientos sobre su composición y estructura para obtener excelentes resultados en la elaboración de diversos productos.

Leche: de acuerdo con las ordenanzas, cuando se habla de leche entera, refiere a leche de vacas sanas sin alteración de su contenido. La leche de otros animales (cabra, oveja) debe ser designada específicamente.

Tipos de leche: entera pasteurizada



Valor nutricional

100 ml de leche entera contienen aproximadamente:

- ▶ 3.2 g de proteínas
- ▶ 4.9 g de lactosa
- ▶ 3.7 g de grasa láctea
- ▶ 0.8 g de vitaminas, sales minerales, oligoelementos.
- ▶ 87.4 g de agua

zada, semidescremada, descremada, condensada, en polvo.

Crema de leche: materia grasa de la leche que asciende a la superficie durante la primera fase de la elaboración de la manteca. La crema de leche debe someterse a estrictos controles de temperatura, ya que contiene más bacterias que la leche de la cual proviene.

La crema de leche batida, decora y enriquece los productos de pastelería, como también los platos de comida, proporcionando mucha energía, pues es rica en materia grasa.

Manteca: para producir un kilo de manteca se necesitan 25 litros de leche fresca, cuya pureza y calidad hayan sido comprobadas, ó 2.5 litros de crema de leche.

La manteca es un producto completo y no necesita ningún tipo de complemento. Es ingrediente básico de la pastelería de muchos países y los productos son más sabrosos y se conservan mucho más tiempo.

Huevos: es un alimento universal, constituye un alimento sano y completo, de primera necesidad.

Los huevos se almacenan en lugar seco y fresco protegidos del sol y del calor. Nunca deben usarse huevos viejos o en mal estado, deben lavarse bien para eliminar todo resto de materia fecal adherida a la cáscara, porque estos restos pueden producir intoxicaciones graves.

El color de la cáscara es de acuerdo con la raza de la gallina, es decir, un factor genético que no afecta el valor nutritivo o el sabor.

Peso de un huevo aproximadamente.

- ▶ Huevo entero 60 g
- ▶ Cáscara 10 g
- ▶ Clara 30 g
- ▶ Yema 20 g

Azúcar: es un producto obtenido de la caña de azúcar, de la remolacha azucarera, de la palma, del arce y del sorgo. El azúcar es sacarosa, un hidrato de carbono puro que aporta dulzor a los alimentos. Es un conservante natural, se carameliza por el calor y sirve para estabilizar las claras de huevo en la preparación del merengue.

Variedades: azúcar común, impalpable, rubia, negra, en terrón, granulada.

Harina: es el resultado de la molienda de uno o varios cereales. Generalmente, este término siempre se asocia al trigo ya que si se trata de otro cereal, debe especificarse su naturaleza.

El trigo se somete a diferentes procesos antes de transformarse en harina. La harina de trigos tiernos es la recomendada para pastelería. Se suele enriquecer con diversas vi-

taminas (tiamina, riboflavina, niacina), minerales (hierro), ya que en el proceso de molienda se pierden los elementos nutritivos.

Chocolate: es una pasta homogénea que se obtiene mezclando, batiendo, calentando y enfriando la pasta de cacao con azúcar y manteca de cacao. El chocolate de calidad es brillante por fuera y en su interior es color mate, sin burbujas ni puntos blancos; cuando el chocolate no es fresco tiene un color grisáceo, blanquecino o cristalizado.

Cobertura de chocolate es el que contiene un alto porcentaje de manteca de cacao. Para ser usado se debe templar, si se desea conseguir un buen brillo, consistencia y sabor. También existen los baños de chocolate que contienen un alto contenido de aceites hidrogenados y su uso está, destinado a productos de menor calidad. Sólo se necesita fundirlos a baño de María y ya está listo para ser usado.

Cacao: se obtiene de la vaina del árbol del mismo nombre y constituye el ingrediente principal del chocolate. Se lo comercializa como cacao amargo y si es dulce se le adiciona azúcar impalpable.

Los ingredientes básicos de la pastelería pueden ocupar una lista interminable en la que aparecen, entre otros, la gelatina sin sabor y de frutas, frutas frescas, disecadas, futas secas, miel, esencias naturales y artificiales, especias, bebidas, etc.

BIZCOCHUELO



El término que lo define es **esponjoso**, su técnica específica de trabajo es el **batido**, además de la correcta incorporación de los diferentes ingredientes y un buen proceso de cocción.

Su volumen depende de la cantidad de aire que se incorpore cuando se baten los huevos y el azúcar. Se les puede añadir manteca derretida para enriquecerlos.

Un bizcochuelo se puede servir en capas intercaladas con la más amplia variedad de rellenos y ser decorado solo con azúcar impalpable o con sofisticadas decoraciones de azúcar.

Ingredientes

6 huevos.

200 g de azúcar.

200 g de harina común.

esencia de vainilla o
ralladura de limón a
gusto.

PREPARACIÓN:

Colocar en un bol los huevos a temperatura ambiente y el azúcar, batir ligeramente, luego colocar el bol a baño de María y batir hasta que la mezcla haya blanqueado y espesado, punto que se denomina “letra”, retirar del fuego y seguir batiendo hasta que se enfríe. Colocar la esencia.



Incorporar la harina tamizada en dos o tres tandas con movimientos envolventes, de abajo hacia arriba, para evitar que se pierda todo el aire del batido.

**03**

Verter la mezcla en un molde previamente enmantecado y enharinado, dejando la mezcla caer y sin golpear. Hornear a 170° C los primeros 10 minutos y luego disminuir la temperatura al mínimo para terminar la cocción, hasta que al introducir un palillo éste salga limpio.

**IMPORTANTE**

Para enfriar, colocar el bizcochuelo sobre una rejilla.

**04****ARMADO:**

Cortar capas de bizcochuelo del mismo grosor, utilizando un cuchillo largo y dentado para lograr un mejor resultado. Colocar dos cucharas de madera a ambos lados del

bizcochuelo en forma paralela para que sirvan de guía y así poder realizar un corte parejo y preciso. Embeber con un almíbar ligero cada capa y rellenar con la crema elegida.

Quién inventó las tortas

Las primeras tortas se preparaban con ingredientes simples como símbolos de las supersticiones míticas y mágicas presentes en las religiones antiguas.

Las primitivas rutas comerciales permitieron trasladar al norte de Europa, distintas especias exóticas provenientes del Lejano Oriente como las nueces, las esencias perfumadas, frutas cítricas, dátiles e higos originarios de Medio Oriente; también la caña de azúcar emigró desde el oriente y el sur del viejo continente.

En Europa, durante la Edad Media el acceso a estos codiciados ingredientes se limitaba a los monjes y a la aristocracia, quienes crearon tortas, denominando con ese término a los panes de jengibre y miel y los bizcochos horneados, delgados y duros. Con el tiempo, la expansión del comercio produjo una transformación completa en los hábitos de comida del mundo occidental. Los comerciantes y los soldados árabes que regresaban de las Cruzadas extendieron el uso de las especias y las recetas del Medio Oriente y en las principales ciudades de Europa se formaron asociaciones de pasteleros especialistas.

A medida que las nueces y el azúcar cobraban popularidad, ocurría lo mismo con el mazapán, utilizado frecuentemente para hacer figuras religiosas. Las tortas más importantes y lujosas se preparaban para las festividades eclesiásticas y en ellas se combinaban ingredientes y productos lácteos propios del lugar con productos costosos importados, como eran en ese momento histórico las nueces y especias.

Las tortas predilectas eran las que se preparaban a finales del otoño, ya que por las características de su elaboración se las podía conservar durante los meses del invierno. Con el paso de los años, esas preparaciones se convirtieron en las tortas tradicionales que hoy disfrutamos hasta el último bocado y conservan casi intactas las preparaciones originales de aquella época.

ARROLLADO DE CHOCOLATE MERENGADO



Con la misma preparación del bizcochuelo se pueden realizar diversas recetas como este arrollado de chocolate, en el que se reemplazan 2 cucharadas de harina por cacao amargo y se le adiciona una cucharada de miel que dará elasticidad al arrollado.

Relleno

250 g de crema de leche.

2 cdas de azúcar.

1 cda de cacao dulce.

1 cdita de esencia de vainilla.

4 cdas de amarettis triturados.

Cubierta

3 claras de huevo.

180 g de azúcar común.



01

Para hornear se coloca en una placa para pionono, papel manteca enmantecado y enharinado. Colocar la preparación bien pareja y hornear unos 10 minutos. Al sacar del horno enrollar automáticamente para darle la forma y no se quiebre luego. Reservar hasta enfriar.



PREPARACIÓN:

Batir la crema con el azúcar, el cacao y la esencia de vainilla hasta lograr el punto chantilly.



03

Retirar el papel del arrollado, cubrir con la crema, espolvorear con los amarettis molidos y arrollar. Llevar a la heladera.

CUBIERTA:

Realizar un merengue suizo: colocar las claras junto con el azúcar en un bol a baño de María y mantenerlo hasta que se disuelva totalmente el azúcar (es decir, cuando al frotar entre las ye-

mas de los dedos el azúcar no se sienta). Luego batir hasta sostener y enfriar. Decorar con copetes bien parejos el arrollado, espolvorear con azúcar impalpable y gratinar.

04



GLOSARIO

Baño de María:

“baño de agua” que se prepara colocando una cacerola o bol con alimentos sobre un recipiente más grande de agua hirviendo. Se puede hacer en el horno o hirviendo.

Batir:

incorporar aire a los ingredientes; por ejemplo a la crema de leche o a los huevos, al batirlos con batidor de mano o batidora eléctrica.



Embeber:

humedecer o empapar con líquidos aromatizados (licores, almíbares) distintos productos de pastelería, como el bizcochuelo.

Tamizar:

pasar ingredientes a través de un tamiz para aligerar su consistencia o para retirar los grumos de una mezcla. Se tamiza también harina o algún elemento seco para aportar aire y sacar impurezas.

