

# CLASE13/ Cocina



## TEMA

Leudantes físicos: segunda parte.

## OBJETIVOS

- ✓ Reconocer cómo actúan los leudantes físicos en otras preparaciones.
- ✓ Elaboración de pâte á choux. Características de la masa.



## DESARROLLO DE LA CLASE

En esta clase continuaremos con los leudantes físicos. Veremos a través de la pâte á choux como se produce el crecimiento de la masa en el horno. También veremos **composición**, característica de la masa según el líquido utilizado, usos, armado, cocción y conservación.



### **\*Pâte á choux\***

También conocida como masa bomba. Es un roux enriquecido con huevos, que luego tiene otra cocción. Por eso pertenece al grupo de las masas llamadas de doble cocción. La primera cocción se realiza sobre la hornalla y la segunda, dependiendo del uso, se puede cocinar en el horno, hervida o frita.

En el mismo grupo figuran los *churros* que se hacen con una masa cocida en cacerola y luego se fríen.





Originalmente se llamaba pâte á chaud, masa caliente, por su forma de elaboración. Luego, como lo que predominaba eran los profiteroles, que parecen repollitos, pasó a denominarse pâte á choux, masa de repollitos.

### **Las principales características de esta elaboración, es que es una masa:**

- Neutra.
- De doble cocción.
- Hueca.

Con esta masa podemos realizar:

Profiteroles, con rellenos salados o dulces, podemos armar la croquembouche.

Profiteroles con craquelin: hecho a base de manteca, azúcar y harina, este sombrero que se coloca logra un crecimiento más parejo y un producto más vistoso.

**Chouquet**: pequeños profiteroles realizados con pico rizado espolvoreados con azúcar grana y horneados.

**Eclairs o palos de Jacob**: el “eclair” significa “relámpago” y nació en Francia a principios del Siglo XIX. Se cree que el nombre se debe a que brilla cuando se coloca el glaseado.

**París Brest**: Se trata de una rueda de pâte á choux rellena con crema de praliné y cubierta con almendras fileteadas y azúcar impalpable. Su forma y nombre son un homenaje a la carrera en bicicleta que se corre entre ambas ciudades.

Cuantos más dientes tenga el pico rizado mejor saldrán, mas parejos quedan.

**Saint Honoré**: una torta clásica que incluye profiteroles y crema batida.

**Ñoquis soufflé**: ñoquis livianos a partir de una masa bomba enriquecida.

**Papas dauphine**: masa bomba con puré de papa y frita.



### ***TECNICA DE ELABORACIÓN:***

*La técnica consiste en hacer un engrudo/roux con agua o leche, harina, sal, azúcar y manteca y cocinarlo. Luego fuera del fuego y ya fría la preparación, se agregan los huevos de uno integrándolos bien hasta obtener la consistencia apropiada. Se coloca la masa con manga sobre placas y se hornean para que aumenten de volumen, creando un espacio vacío en todo su interior.*



### **Calidad de los ingredientes.**

**\*Agua o leche:** las masas hechas con agua son más secas y más crujientes, si se utiliza sólo leche al tener grasas y azúcar tienden a ser un poco más pesadas pero obtienen colores más dorados. Se recomienda combinar partes iguales de ambas. En caso de utilizarlos para recetas saladas se puede utilizar caldo.

**\*Materia grasa:** la elección de la materia grasa (manteca, margarina o aceite) influye directamente sobre el sabor de la masa. Se usaran entre 400 y 500g de manteca por cada litro de líquido.

**\*Sal:** otorga sabor y contribuye al dorado de la masa en el horno. En masas destinadas a rellenos salados podemos aumentar un poco su proporción.

**\*Azúcar:** su función es la de dar coloración a la masa durante el horneado.

**\*Harina:** es preferible utilizar una harina pobre de gluten, tipo 0000. Debe estar tamizada. La proporción puede variar entre 500 y 800g por litro de líquido. A mayor cantidad de harina, la masa será mas seca y luego necesita incorporar mayor número de huevos.

**\*Huevos:** el rol desempeñado por los huevos es de hidratar la masa y de asegurar la coagulación de la corteza de las piezas. Fundamental en la tarea de aprisionar el vapor producido durante la cocción.

La **cantidad de huevos** a utilizar es variable y dependerá de varios factores:

- El tamaño de los mismos.
- Poder de absorción de la harina.
- Tiempo de secado sobre el fuego de la masa.
- Tiempo de ebullición de los líquidos antes de agregar la harina, debemos lograr que se funda la materia grasa al mismo tiempo que rompe hervor el líquido.
- Exactitud en la pesada de los ingredientes



### **Elaboración.**

\*Primera cocción:

Colocar el agua o leche y la manteca en cubos pequeños, la sal y el azúcar. Llevar a punto de hervor. La manteca debe estar fundida el momento de hervir.

Agregar de golpe la harina y revolver con fuerza afuera del fuego hasta formar una masa homogénea y lisa que se separa de las paredes y de la base de la cacerola.

Volver al fuego y cocinar a fuego suave un minuto.

Esta operación se realiza para retirar un posible exceso de humedad de la masa.

Retirar la masa de la cacerola y dejar enfriar a temperatura ambiente.

Incorporar los huevos a la masa ya fría. Agregar los huevos de a uno, o bien incorporar todos menos el último, ya que es el que no sé si voy a necesitar usarlo todo o no.

Inicialmente la masa tiene un aspecto disociado como si estuviera cortada pero a medida que se revuelve la masa absorbe la humedad del huevo.

El último huevo incorporarlo de a poco hasta llegar al punto.

\*Segunda cocción (estibado y horneado):

La placa debe estar enmantecada y enfriada esta es la mejor opción. Una vez cargada la manga realizar las formas deseadas.

Si al estibar quedaron con picos, hay que bajarlos con agua para que no se quemen.

También se utiliza pintarlos con manteca.

Las podemos pintar con huevo, pero si se van a glasear no se justifica.

Hornear.





### Temperatura de cocción.

1ro a 200°C por 10 min aproximadamente, el vapor de agua ayuda a que las piezas se inflen.

2do a 160°C por 10 min (para completar la cocción sin que se produzca pardeamiento ni deshidratación excesiva)



**IMPORTANTE:** Evitar abrir la puerta del horno durante la primera etapa de la cocción; una corriente de aire fría podría hacer que la masa se derrumbe de manera irreversible.





### **Cuidados durante la elaboración. (Algunos tips).**

- Si los líquidos no llegan al punto de ebullición, la harina no se incorporará de manera adecuada y la masa quedará blanda.
- Debemos lograr que al mismo tiempo que se funda la materia grasa rompa hervor el líquido.
- La masa no debe secarse mucho, pues esto provoca una ulterior deformación de las piezas.
- Antes de incorporar los huevos debemos esperar entibie la preparación.
- No abrir el horno durante la cocción, las piezas pueden quedar chatas.
- Las placas deben estar enmantecadas y frías para que la manteca solidifique y al colocar las piezas no se deslicen.
- Debemos colocar en la placa en forma espaciada ya que crecen mucho durante la cocción.
- Si nos pasamos de huevo la masa será muy blanda, no desarrollará bien, y luego con la cocción las piezas quedarán chatas.
- Si faltó huevo la masa se resecará y deformará.





## **Punto de la masa.**

Podremos saber de distintas maneras cual es la cantidad de huevo que necesita la masa.

### **Método 1**

Pasar el dedo por el centro de la masa hasta tocar el bol.

1. Si al pasar el dedo, el surco queda marcado, falta huevo.
2. Si al pasar el dedo, el surco se va cerrando lentamente detrás del mismo, esta lista.
3. Si al pasar el dedo, jamás forma el surco, nos pasamos de huevo.

### **Método 2**

Tomar una cuchara y hacer un pico de masa.

1. Si apenas se dobla, la masa esta lista.
2. Si no se dobla falta huevos.
3. Si se dobla completamente sobran huevos.

### **Método 3**

Levantamos con una cuchara, dejamos caer la mezcla, si cae forma de V esta lista.

Debemos obtener el llamado "punto de cinta", tomamos un poco de la masa con una espátula y que al dejarla caer no se rompa.

### **Método 4**

Tomar un poco de masa con el dedo índice y pulgar, abriendo los dedos de golpe y si la masa:

1. Se corta, significa que le falta humedad.
2. Si se cae de los dedos, significa que le sobra humedad.

3. Si se forma un puente elástico, significa que la masa esta en el punto justo, esta lista.

*Si utilizamos los huevos que nos pide la receta y se necesita más, podemos incorporar más huevo.*



### **¿Cómo solucionamos si nos pasamos de huevo?**

Debemos agregar un poco de roux hasta llegar al punto.



### **¿Qué ocurre durante la cocción? ¿Por qué crece la masa en el horno?**

Para comprender las transformaciones que ocurren en el horno es preciso recordar que al comienzo de la confección de la masa, el almidón de la harina gelifica y forma un roux espeso.

El agregado de huevos vuelve la textura más liviana.

La masa obtenida contiene entonces grandes cantidades de agua, leche y huevo.

En el horno el calor transforma los líquidos en **vapor de agua** y hace **crecer** la masa hacia arriba.

Al coagular primero el huevo forma una corteza impermeable que retiene el vapor. Este intenta escapar y la presión infla las piezas, por lo general triplican su volumen inicial

Al cabo de unos minutos el vapor perfora la masa y escapa. En ese momento los huevos ya han coagulado por completo y la masa queda fija, por eso en un profiterol se observan partes de corteza y otras con algunas grietas por donde escapó el vapor.

El descenso de la temperatura del horno al final de la cocción asegura que el vapor escape y la masa se seque de este modo se obtienen piezas huecas que no pierden su forma.



### **Conservación**

Este tipo de masas se pueden conservar:

#### **Cocidas:**

-Una vez horneadas las piezas se dejan enfriar y se mantienen en latas herméticas por un par de días. Esta masa es propensa a absorber humedad.

-La otra opción es congelar las piezas tibias, para que mantengan su humedad interior. Al momento de utilizar retirar del freezer y llevar directo a un horno 160° C por 7 minutos, retirar enfriar y utilizar.

#### **Crudas:**

La masa cruda se puede congelar ya modelada en la forma elegida y cuando se desee utilizarla debe descongelarse primero en la heladera y luego ser horneada.

Las piezas pequeñas pueden congelarse en placa sobre una superficie antiadherente y luego de congeladas se las despegan y guardan en bolsas para evitar tener las placas ocupadas en el freezer.

Las piezas se mantienen crujientes una vez rellenas aproximadamente por 5hs.





## Ñoquis soufflé

### Ingredientes

Leche	125cc
Agua	125cc
Manteca	70grs
Harina	150grs
Huevos	4u
Queso rallar	50grs
Espinaca	50grs



### Procedimiento

Llevar a ebullición el agua con la leche y la manteca. Incorporar la harina de una sola vez, volver a llevar al fuego hasta formar un roux que se despegue al mezclar. Luego, y de a uno, añadir los huevos. Mezclar bien. Rellenar una manga con la masa y reservar. Cocinar los gnocchi en abundante agua salada.

Mientras la masa va saliendo del pico de la manga ir cortando con la ayuda de una espátula, una vez que comiencen a flotar cocine durante 30 segundos más y retire.





## Salsa parisienne

### Ingredientes

Leche	150cc
Manteca	10grs
Harina	10grs
Suprema	1/3 u
Jamón	40grs
Hongos	50grs
Crema	100cc
Sal, pimienta	
Aceite	
Ajo	1



### Procedimiento

Preparar el roux claro, fundir la manteca y agregar la harina, cocinar por 2 minutos y dejarlo enfriar.

Agregarle batiendo en forma constante la leche caliente.

Llevar a hervor batiendo siempre. Condimentar.

Reducir el fuego.

Cocinar a fuego bajo aproximadamente de 3 a 4 minutos.

Condimentar con sal, pimienta y nuez moscada.

### **Opcional:**

Hacer una infusión de la leche con la cebolla, el laurel y el tomillo.-

Cortar la suprema en bastones, el jamón en juliana.

Cortan los hongos en cuartos.

Saltear la suprema sin coloración. Agregar el jamón, y por último se altear los hongos, el jamón y el ajo.

Incorporar la crema, y por último la bechamel.



## **Armado**

Una vez terminada la salsa parissienne coloque los ñoquis soufflé dentro de esta y a fuego lento cocine hasta que estén bien calientes.

**Les dejamos ahora, los videos de esta clase. No dejen de verlos!!!**

## **Pate a choux**

<https://youtu.be/QsAS4PEBuY>

## **Ñoquis souffle**

<https://youtu.be/C-LqdfAEIkk>



# Actividad



Una vez que hayan realizado la lectura de la ficha y hayan visto los videos, les pedimos que respondan las siguientes preguntas:

**1-**Si agregue todos los huevos que pedía la receta y no tengo más, ¿qué puedo utilizar para llegar al punto de la masa?

**2-**Nombra cuáles de las formas mencionadas no conocías. También contanos qué rellenos probaste y/o haces.

**3-**¿Qué característica tiene en común esta masa con el hojaldre y el strudel?

**4-**Dibujar cómo se cocinan los ñoquis en la olla.

**5-**¿Puedo usar aceite o margarina en esta receta?

**6-**¿Puedo abrir el horno a los 10 minutos de haber colocado la masa en el horno?

**7-**Una vez formada la masa, además de en el horno, ¿cómo puedo cocinar esta masa?





## Recomendaciones para la resolución de la actividad

- ✓ Lee el texto de la clase y tomá algunas notas aparte. Si estabas usando un cuaderno te recomendamos seguir con el mismo así tenés tus apuntes ordenados.
- ✓ Anotá las cosas que te parezcan más importantes y que creas que tenés que resaltar.
- ✓ Mira los videos atentamente, la profesora va explicando el paso a paso de cada una de las recetas que aparecen en las fichas.
- ✓ Acordate si vas a compartir una foto que sea de la mejor calidad posible así podemos apreciar bien tu trabajo.
- ✓ No dejes de escuchar o leer lo que responden tus compañeros y compañeras en el grupo, siempre aprendemos del intercambio de experiencias que vamos generando entre todos y todas.



## CIERRE DE LA CLASE

En esta clase de hoy aprendimos a elaborar un tipo de masa distinta, con diferentes procesos de elaboración, con tips claves para poder realizarla sin inconvenientes. Además analizamos las características específicas de esta masa según el líquido utilizado, usos, armado, cocción y conservación.

No te olvides que esta ficha, y todas las que venimos trabajando en el curso, puedes encontrarlas en la página de la Universidad. Navegar en el sitio y descargar los materiales es gratuito: no te consume datos.

<https://unlp.edu.ar/oficios/fichas-educativas-17882>





# AUTOEVALUACIÓN

Por último, y como todas las clases, les dejamos el link de la [autoevaluación](https://forms.gle/una5mzwyXSExMBq29) para seguir mejorando las fichas y aprovechar al máximo nuestros encuentros. La opinión de ustedes nos permite hacer los ajustes necesarios para ir perfeccionando el material teniendo en cuenta sus necesidades.

<https://forms.gle/una5mzwyXSExMBq29>

***¡Nos leemos en el celu!***