

# CLASE 16 / Cocina



## TEMA

Leche: sus usos en gastronomía. Parte 2.

## OBJETIVOS

- ✓ Conocer algunas de las distintas cremas a base de leche en la pastelería.
- ✓ Analizar los usos de la crema de leche en pastelería y cocina, sus características y su clasificación.



## DESARROLLO DE LA CLASE

En la clase anterior empezamos a abordar el tema de la leche y sus usos en gastronomía. Hoy vamos a seguir trabajando con este componente tan importante para nosotros pero nos enfocaremos en el uso de la leche en la pastelería y la crema de leche.

### **\*Leche**

Como hemos visto, con la leche podemos lograr distintas preparaciones. En pastelería, a través de diferentes procesos de elaboración, obtenemos, por ejemplo, variedad de cremas. *La denominación crema se refiere a un conjunto variado de preparaciones realizadas a partir de productos lácteos, huevos, azúcares y aromas.*



### **Las cremas a base de leche son:**

- Flan.
- Crema pastelera.
- Crema de limón (crema pastelera de limón).
- Crema inglesa.



### **Crema Inglesa**

Es una preparación realizada con leche, azúcar y yemas. El punto es de 80-82°C, cuando napa la cuchara.

Napar significa que la crema debe cubrir la cuchara, y luego pasamos el dedo y debe quedar la huella.



Es la base de los helados y de los bavaroise clásicos.



## **Crema Pastelera**

Es una **crema madre** a base de leche, azúcar, almidón, yemas y esencia de vainilla.

Se utiliza para rellenar profiteroles, hojaldre, tartas, facturas.

Cuando a una crema pastelera le agregamos chocolate, dulce de leche, cítricos, café se convierte en cremas pastelera saborizada. Y cuando lo incorporamos otra preparación obtenemos una derivada de la crema pastelera.



### **Derivadas:**

- **chiboust:** 1 parte de crema pastelera,  $\frac{1}{2}$  de merengue italiano
- **diplomata:** 1 parte de pastelera,  $\frac{1}{2}$  de crema batida
- **frangipane:** 1 parte de pastelera, 2 de crema de almendras
- **mousseline:** 1 parte de pastelera,  $\frac{1}{3}$  de crema de manteca

### **Tips para la crema pastelera**

- Puede utilizarse chaucha de vainilla en este caso se incorpora con la leche, o esencia, pero esta debe agregarse una vez que la crema es retirada del calor, ya que las esencias tienen base alcohólica y se evaporan.
- Las yemas podrán sustituirse por huevos. En este caso, la crema no quedará tan suave y será ligeramente más ligada.

- La pastelera puede confeccionarse con almidones, féculas y harina, pero como la consistencia en cada caso es distinta, hay que ajustar la proporción a añadir. Con almidón se obtiene mejor textura pero no resiste cocciones posteriores, se desliga.

La receta de pastelera para panadería que se lleva al horno además de almidón lleva harina para que en la cocción en el horno no se agriete, y además lleva más cantidad de azúcar para poder conservarla a temperatura ambiente.

- Si se tiene crema pastelera sobrante que ya ha pasado las 48 horas de elaboración, se debe utilizar en preparaciones que se horneen, como facturas, roscas y hojaldres.
- Esta crema no puede congelarse, pues al volver a la temperatura de consumo, pierde su textura y se transforma en una preparación con grumos y con abundante agua separada. Por el contrario, todas sus cremas derivadas soportan muy bien la congelación.
- Si se va a usar para rellenar una tarta mixear una vez lista, va a quedar más líquida pero cuando enfría queda bien firme. Cubrir con film en contacto.

### **Crema pastelera o *crème pâtissière***

#### **Ingredientes**

- Esencia de vainilla
- 500 cc de leche
- 125 g de azúcar
- 40 g de almidón de maíz
- 120 g de yemas (6 u)



## Preparación

Calentar y agregar la mitad del azúcar. Llevar a primer hervor.

Luego, tamizar juntos el almidón de maíz y el azúcar restante para evitar grumos. Añadir las yemas y unir sin batir.

Verter la mitad de la leche sobre el batido de yemas, mezclando bien.

Llevar el resto de la leche al fuego. Cuando rompa el hervor, verter la preparación de yemas, mezclando con **batidor** para evitar la formación de grumos. Tener en cuenta que no se debe batir, sino mezclar con un batidor de alambre.

La crema se espesará al llegar al hervor por coagulación del almidón y las yemas. Cocinar durante 1 minuto, removiendo bien para que no se pegue. Pasar de inmediato a un recipiente amplio y poco profundo, agregar la esencia. Cubrir con papel film en contacto con la crema para evitar que se forme una costra (al igual que vimos con la salsa bechamel).

Refrigerar de inmediato hasta utilizar. Esta crema se conserva 2 días y no se puede congelar.





## **Crema de leche**

Es un producto rico en materia grasa que se extrae de la leche por reposo o centrifugación. Para que no transmita sabor graso a las preparaciones, debe ser muy fresca. De acuerdo con su tenor graso, se distinguen la crema liviana (18 %), la crema de leche (30 %) y la crema doble (50 %).

### **Características**

- \*como la leche, la crema aporta un sabor dulce o acidulado
- \*es una agente de textura, aporta untuosidad, es homogénea
- \*es una agente de masa
- \*es una agente aireante en su incorporación de mousses
- \*es estable en la cocción, aunque sensible a alta temperatura
- \*fijador y potenciador de aromas

Según su tratamiento se conservación puede ser:

Crema pasteurizada, se conserva a una temperatura inferior o igual a 5°C

Crema esterilizada

Crema U.H.T. o larga vida

Las dos últimas se conservan a temperatura ambiente, pero una vez abiertas se conservan en la heladera.

La crema pasteurizada se recomienda para todas las elaboraciones de pastelería en general que van a ser conservadas en heladera. Esta crema al no haber sufrido un tratamiento excesivo, guardan características de sabor y frescor diferentes a las cremas esterilizadas.

La crema esterilizada o U.H.T. es recomendable para la elaboración de bombones en los que la conservación juega un papel importante.

La crema en pastelería se utiliza batida con y sin el agregado de azúcar.



### **\*Crema batida**

Es la crema de leche batida sin azúcar

### **\*Crema Chantilly**

Es la crema de leche azucarada en un 20%( en países europeos al 10%)

Cuando se va a utilizar chantilly batir solo lo que se necesita, ya que se vuelve amarillenta porque se empieza a separar la materia grasa.



### **Puntos de la crema de leche batida**

A diferencia de la leche, la crema, dado su contenido graso, forma espumas estables y finas. Es decir, la crema se espesa cuando incorpora aire al ser batida y forma una estructura rígida que está sostenida por glóbulos de grasa dispuestos alrededor de las burbujas. La capa acuosa alrededor de las burbujas de aire sostiene las microgotas de grasa con su capa de emulsionante que flotan en ella. A medida que el batido avanza, los glóbulos de grasa se acercan y agrupan, endureciendo el producto. En la crema existen, de manera natural, enzimas que ayudan a este proceso.



Por el proceso de pasteurización, estas enzimas se destruyen, por tal motivo, las cremas pasteurizadas tienen menor poder espesante.

Tener en cuenta al batir crema:

- La crema es una emulsión de agua en grasa. Cuando batimos en exceso rompemos esa emulsión y quedan por separado el agua y la grasa.

-la crema se bate mejor cuando está entre los 7 a 10°C debido a q esto las hace más viscosas. A 21°C o más la crema no se espesa lo suficiente para retener las

burbujas de aire. La crema que se encuentre caliente cuando se bate se separa la manteca y suero de la leche sin llegar a formarse jamás una espuma estable.

-colocar la crema en el bol de acero junto con el batidor en la heladera para que mantenga el frío

-en caso de hacer crema chantilly con azúcar común dejar también la crema con el azúcar para que el azúcar se funda más fácilmente

-si hace calor batir a baño maría invertido

### Puntos

**Batida a medio punto:** cuando comienza a formar dibujos que rápidamente se pierden

**Batida a tres cuartos:** cuando la crema comienza a formar dibujos con relieve pero bajos

**Batida a punto:** se alcanza cuando hace picos firmes y se puede decorar con ella



### ¿Qué podemos hacer si se corta?

Debemos derretir la crema cortada a baño María mientras agitamos con un batidor para recuperar la emulsión y luego le damos frío.

Cuando la calentamos no es necesario que llegue a hervor. Con que se derrita la grasa y se vuelva a unir con el agua es suficiente.

Una vez fría la podemos batir nuevamente.





### \*Ganache

Es una crema preparada en caliente a base de chocolate y crema.

- Es una emulsión de la grasa del chocolate en el agua de la crema (la grasa de la crema ya está correctamente mezclada en la crema)
- Para lograrla correctamente se debe integrar de a poco la grasa a la crema.
- Se puede hacer a mano con un batidor de mano
- Se logran mejores texturas al hacerla con procesadora o mixer

Puede hacerse a partir de

- chocolate picado y crema caliente o
- chocolate fundido y crema tibia

#### Proporción

- 1 parte chocolate + 2 partes crema: Falsas mousses
- 1 parte chocolate + 2 partes crema: Rellenos y coberturas de tortas/tartas
- 2 partes chocolate + 1 parte crema: Bombones, trufas

En cocina se utiliza la crema para salsa, como espesante, para darle más cremosidad al puré.

**Liaison/ligue:** espesante formado por crema mas yema. Cada 100cc de crema se usa una yema. Se utilizan las yemas mezcladas con crema para que las salsas espesadas con la liaison soporten sin separarse una temperatura de 82°C

Esta mezcla es utilizada para realzar sabores y cambiar texturas en las salsas, su poder espesante es muy bajo por lo que se usa como técnica de terminación.

Cuando realizamos una quiche (tarta salada sin tapa) lleva un **aparato de cocina** formado por crema y huevo.



Antes de pasar a las recetas, les compartimos los videos de la clase de hoy, no dejen de mirarlos!!!

- Lemon Pie, crema de limón:

<https://youtu.be/xV1Ajf7J924>

- Milhojas de papas:

<https://youtu.be/DhmBBZh5XE4>

- Ganache y presentaciones:

<https://youtu.be/PomP4wAS008>

## **RECETAS LEMON PIE**

### **Masa brisée**

#### **Ingredientes**

100grs manteca

30grs azúcar

1u huevo

250grs harina 0000

Ralladura de limón





## **Procedimiento**

Realizar por el método de arenado. Dar frío.

Estirar de 3 o 4mm.

Para un molde de 24cm se necesita 300grs de masa.

Fonzar (colocar la masa en el molde) una tartera de 24 cm de diámetro con la masa y picar/pinchar con un tenedor.

Enfriar, tiene que ir fría al horno para que no se deforme en la cocción. Colocar una hoja de papel aluminio con material de carga: papel aluminio/manteca con porotos. Esto hace que mantenga la masa en su lugar, que no se caigan los bordes.

Hornear por 10 minutos a 180° C.

Retirar la carga y hornear a 180° c por 10 minutos más para cocinar por completo. Enfriar.

No se puede cocinar todo el tiempo con la carga (porotos) arriba porque queda cruda.

### **Crema de limón**

#### **Ingredientes**

4 yemas

500 cc de agua o leche

200grs azúcar

60 g almidón de maíz

120 cc jugo de limón

Ralladura de 1 limón

50 g manteca



## Procedimiento

Calentar la leche junto con la mitad del azúcar. Por otro lado colocar en un bol el azúcar restante con el almidón de maíz, mezclar. Agregar el jugo de limón, ralladura de limón y las yemas. Cuando la leche rompa hervor volcar la mitad sobre la mezcla de yemas. Mantener en el fuego la otra mitad hasta q rompa hervor. Agregar la mezcla de yemas sobre la leche y batir hasta que tome consistencia. Cocinar 1 minuto más. Entibiar y agregar la manteca fría y vamos mezclando del centro hacia los bordes.

### Importante:

La crema tiene que estar tibia cuando la colocamos en la masa y luego colocamos el merengue.

Si esta fría después cuando cortamos el lemon pie el merengue se separa de la crema



## Merengue suizo

### Ingredientes

140grs claras (utilizar las 4 claras que separamos de la crema de limón)

280grs azúcar

Realizar un merengue suizo utilizando las claras que sobran de la crema de limón y el doble de azúcar. Se puede hacer también sobre el fuego directo, en este caso hay que mezclar rápido para evitar que se cocine la clara. Recordar que todo el azúcar debe quedar disuelto. Decorar con el merengue. Opcionalmente espolvorear con azúcar impalpable y quemar con un soplete.





## MILHOJAS DE PAPAS

### **Ingredientes**

1 kilo papas

300cc crema, también se puede usar 200cc de crema y 100cc de leche

2u huevos

100grs queso rallado

Sal, pimienta

50grs manteca

Se puede enriquecer con puerro, o verdeo y panceta.



### **Procedimiento:**

Lave y pele las papas. Manténgalas sumergidas en agua para que no se oxiden. Mezcle la crema con la leche y los huevos hasta ligar. Incorpórelos junto con la mitad del queso rallado. Mezcle, condimente con sal, pimienta. Precaliente el horno a 160°C. Enmantecar una fuente. Corte las papas con una mandolina o un cuchillo en láminas delgadas.

Acomode las papas prolijamente por capas, en mitad de la preparación vierta la mitad de la mezcla de huevos, continúe acomodando las papas hasta terminar. Vierta el resto de la preparación de huevos, tape con papel de aluminio en mantecado (la superficie que va a tener contacto con las papas) y lleve al horno durante 45 minutos hasta que este tierna. Luego, retire el papel y espolvoree con la otra mitad del queso rallado. Continúe la cocción hasta que la superficie esté bien gratinada. Retire del horno, deje enfriar para poder cortar las porciones y volver a calentar en el horno o microondas.

Es conveniente preparar la milhojas con un día de anticipación para que tenga un buen reposo en la heladera y facilite el corte. Es ideal como guarnición para carnes o pescados.

# Actividad



Para la clase de hoy, vamos a proponerles las siguientes actividades:

## 1. Encontrar los 5 errores en la siguiente elaboración:

### TARTA FRUTAL CON CREMA DIPMATA

Para esta tarta frutal vamos a necesitar elaborar:

-una masa quebrada

-1 parte de crema inglesa

-1 parte de crema

-1 parte de crema pastelera

-1 parte de merengue

-fruta

### **Procedimiento**

Lo primero que debemos hacer es, realizar una crema pastelera tres días antes.

Pasados los tres días de la primera elaboración, hacer la masa quebrada. Una vez lista, colocar la crema pastelera y encima la crema chantilly. Por último las frutas fileteadas.



## 2. Completar.

### **SALSA MORNAY**

A continuación vamos a desarrollar una derivada de la salsa bechamel: salsa mornay.

Esta salsa lleva preparaciones que vimos en el transcurso del año en el curso de cocina.

### **Ingredientes**

1 litro de salsa bechamel

2 yemas

200cc de crema

150grs queso gruyere

### **Procedimiento**

Elaborar la \_\_\_\_\_: colocar la crema y las yemas y mezclar bien.

La liaison es un espesante con mucho menos poder espesante que el \_\_\_\_\_, generalmente se utiliza en salsas para gratinar, por el alto contenido de grasa de la \_\_\_\_\_ y las yemas.

Le aporta untuosidad a las salsas, si hierve en una salsa muy ligera (con poco roux) se corre el riesgo de que se corte.

Siempre se utiliza para finalizar la elaboración de una \_\_\_\_\_.

Calentar la salsa bechamel, formada por leche, \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_ y agregarle  $\frac{3}{4}$  partes

Retirar la salsa del fuego procurando que no esté hirviendo a borbotones, incorporar la liaison y llevar nuevamente al fuego hasta espesar.

Reservar el  $\frac{1}{4}$  restante del queso para espolvorear y gratinar.

Opciones: Liaison, roux, crema, salsa, manteca, harina.



## 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 aprendimos:

- Las cremas en la pastelería: procedimiento, usos y durabilidad.
- Elaboración de preparaciones a base de crema como la ganache, el aparato de cocina y liaison. Cuidados necesarios para trabajar en frío o en caliente.

*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>

***¡Nos leemos en el celu!***