



LICEO FRANCISCO TELLO GONZÁLEZ
Unidad Técnica Pedagógica 2021

Guía de Aprendizaje N° 4		
Asignatura: Oficio: Ayudante de cocina		Nivel: 3°
Docente: Sonia Soto Soto		
Nombre del / la estudiante:	Curso:	Fecha:
Objetivo de la Guía: Conocer el manejo del cuchillo y las técnicas de corte.		
Instrucciones: Lea comprensivamente los contenidos planteados y luego desarrolle las actividades.		

En las guías anteriores, se hace referencia a la importancia del orden, la limpieza y la higiene al cocinar los alimentos. En esta guía abordaremos un aspecto fundamental al momento de manipular los alimentos y se refiere al buen uso del cuchillo y su correcta mantención. Un factor importante a la hora de utilizar un cuchillo de cocina es la **seguridad**. Además de los cortes básicos de frutas, verduras, carnes, etc.

Manipulación de los cuchillos:

Normas de seguridad de los cuchillos de cocina.

- 1.-Siempre utilice un cuchillo afilado. Es más seguro que uno sin filo; porque exige menos presión para cortar. El cuchillo no se resbalará tan fácilmente y su mano no se cansará tan rápidamente.
- 2.-Utilice el tamaño y tipo correcto de cuchillo para el trabajo. Sujete el cuchillo firmemente en su mano y corte hacia afuera del cuerpo. Utilice una tabla de cortar preferentemente de plástico.
- 3.-Asegúrese de que los cuchillos estén sobre superficies planas y que no estén nunca cubiertos por toallas, servilletas y otros materiales. Después de utilizar un cuchillo, colóquelo en un lugar despejado con la hoja apuntando hacia el lado opuesto del cuerpo y lejos del borde de la mesa o del lugar para cortar.
- 4.-No tome un cuchillo sin mirar, busque deliberadamente el mango. Cuando pase el cuchillo a otra persona, apunte con el mango hacia él o ella.
- 5.-Nunca deje cuchillos en un lavaplatos en donde se encuentren otros utensilios por que al momento de remover éstos, se puede sufrir un severo corte.
- 6.-Es muy importantes mantener el cuchillo muy limpio, lavar con agua tibia y jabonosa, pasar por alguna solución sanitizante para evitar contaminación. Secar completamente antes de guardar.
- 7.-Siempre ocupe uno o más dedos guía para sentir la hoja del cuchillo y hacer mucho más seguro el corte.

Un cuchillo bien afilado permite hacer un trabajo en forma rápida y con un mínimo de esfuerzo. Por otra parte, un cuchillo sin filo puede ocasionar consecuencias graves como:

- A.-Causa de accidentes.
- B.-Mala presentación de los alimentos.
- C.-Falta de uniformidad.
- D.-Control deficiente de las porciones.
- E.-Pérdida de tiempo y energía.



A continuación se explica la técnica para cortar, rebanar y picar con un cuchillo **“francés o medio golpe”**.

Para manejarlo adecuadamente, es importante mantener una posición correcta:

- 1).-La persona debe pararse derecha pero relajada con el peso del cuerpo distribuido equitativamente sobre ambos pies y con los brazos caídos naturalmente a cada lado. Se debe poner lo más cerca posible de la mesa de trabajo, sin tocarla con el cuerpo.
- 2).-Los pies se deben colocar en un ángulo de 20° aproximadamente, con un espacio entre los tacones de unos 15 cms. De manera que quede en una posición confortable.

Se distinguen dos técnicas fundamentales: 1.-La técnica del punto "Pivote". Es una técnica aplicada al cuchillo de medio golpe, en el cual se usa como apoyo la punta del cuchillo que no se despega de la tabla, y se corta balanceando la hoja curva de la herramienta.

2.-La técnica de movimientos libres: Se distinguen tres movimientos básicos del cuchillo:

- a) De arriba hacia abajo.
- b) De abajo hacia atrás.
- c) De abajo hacia adelante.
- d) Caída libre: es un corte realizado con cuchillo de medio golpe y a veces con machete. En esta técnica se levanta el cuchillo a una corta altura de la tabla y se aprovecha el peso de la hoja para dejarlo caer sobre la materia prima a cortar. Estas técnicas se aplican a todo tipo de alimentos como: carnes, frutas y verduras. Los cortes sirven con fines estéticos, para uniformar preparaciones, o para reducir el volumen de una pieza y facilitar la cocción.

1.-Actividades a realizar.

Dibuja en tu cuaderno la forma de todos los cuchillos que tienes en tu hogar y escribe ¿cuál es la función que cumplen? (1 punto c/u)

2.-**Actividades a realizar.** Responde las siguientes preguntas. (1 punto c/u)

- A.- ¿Cuántas maneras de tomar un cuchillo acabas de conocer?
- B.- ¿Qué tipo de corte es el que aplica tu mamá cuando prepara papas fritas?
- C.- ¿Cuál de todos los cortes es el que más llamó tú atención, por qué?
- D.- ¿Por qué se recomienda usar un cuchillo afilado?
- E.- Nombra tres normas de seguridad para la utilización de los cuchillos.

Cortes básicos de verduras, carnes, frutas y otros:

La simpleza del cocinero parte desde la Mise en Place y los cortes son la estética y la dedicación que apuesta en sus platos. Algo muy importante a destacar dentro de la cocina moderna son los Cortes Básicos de Verduras y sus diferentes técnicas para el uso. Los cortes son procedimientos aplicados a las verduras, carnes, frutas y otros productos alimentarios; se usan con la finalidad de diferenciar preparaciones que llevan los mismos ingredientes, y para dar una mejor presentación al Menú y en algunos casos para reducir los tiempos de cocción.

En esta ficha técnica abordaremos los cortes con sus dimensiones y los nombres que mantienen su originalidad en las cocinas de todo el mundo.

Cortes cuadrados -Rectangulares:

- 1.- **Bastones:** Corte rectangular de 6 a 7 cm de largo por 1 cm de ancho aprox.
Utilización: En las papas para frituras y en otras verduras para acompañamientos.
- 2.- **Brunoise:** Cubos pequeños (petit) de aprox. 0,5 x 0,5 x 0,5 cm por lado, (o todos sus lados).
Utilización: Se emplea para cortar verduras y frutas.
- 3.- **Parmentier:** Cubos de aprox. 1 cm por lado, (o todos sus lados).
Utilización: Se utiliza para verduras, frutas y carnes.
- 4.- **Emince:** Tiras gruesas de 1 x 1 x 1 cm de ancho por 4 cm de largo aprox. y 0.3 cm de ancho aprox.
Utilización: Generalmente es un corte que se la aplica a las carnes de cerdo o vacuno, pero también se puede aplicar a verduras.
- 5.- **Paisano:** Tajadas cuadradas de aprox. 1 x 1 x 1 cm de largo por 0,5 cm de espesor.
Utilización: Todo tipo de verduras y frutas. Porotos verdes.

Cortes en tiras y Tajadas:

- 1.- **Fósforo:** Tiras finas y delgadas se aplican en papas fritas; similares al grosor de un fósforo.
Utilización: Generalmente se utiliza en las papas fritas.
- 2.- **Paja o Hilo:** Tiras más finas que el fósforo, en forma de viruta larga.
Utilización: Generalmente se utilizan para papas fritas.
- 3.- **Juliana:** Corte que generalmente se aplica a las verduras de hojas que son tiras finas de 4 cm de largo aprox., por ½ cm de grosor (ancho) aprox.
Utilización: Lechuga, repollo, acelga, espinaca, etc.

También se utiliza para verduras en general, zanahorias, papas, puerros, zapallo italiano, pimentón, etc.

4.- **Chiffonade:** Corte más fino que la juliana.

Utilización: Lechuga, repollo, acelga, espinaca, papas, zanahorias, etc.

5.- **Chips:** Son tajadas más delgadas que el rondelle que generalmente se aplica a vegetales para freírlos, este corte es obtenido generalmente con la ayuda de una mandolina o una laminadora.

Utilización: Se utiliza principalmente para papas fritas.

6.- **Vichy:** Corte exclusivo para verduras cónicas (alargadas). Son tajadas de Rondelle 3 a 5 mm (milímetros) de grosor. El Vichy es conocido en la zanahoria.

Utilización: En verduras y frutas como la zanahoria, zapallo italiano, papas, pepino de ensalada, plátano, etc.

7.- **Pluma:** Es un corte exclusivo para la cebolla y es similar al corte chiffonade. Es el corte en juliana que se aplica en la cebolla.

Utilización: Cebolla.

3.-**Actividades a realizar:** '(1 punto c/u)

Anote una preparación culinaria en cada uno de los cortes anteriormente mencionados.

Cortes o técnicas con sacabocados:

1.- **Parisien:** Son bolitas más grandes que el noisette y más grande que la avellana, del tamaño de una aceituna.

Utilización: Se utiliza para frutas y verduras glaseadas.

2.- **Noisettes:** Son pequeñas bolitas que se sacan de verduras y frutas con una cuchara especial llamada sacabocados, igual a las avellanas

Utilización: Se puede aplicar en verduras y frutas para adornar o como acompañamiento.

Cortes aplicados al tomate: Mondar - Concasse

1.-**Mondar y Concasse: Mondar:** Técnica utilizada para pelar tomates, limones y cebollas. Por medio de calor húmedo. En el caso de los tomates se realiza una incisión en la parte superior arriba del tomate para luego pasarlo por agua en ebullición por 10 a 20 seg. Aprox. Dependiendo de la madurez del mismo. Finalmente se corta la cocción introduciendo el tomate completamente en agua muy fría o en un Baño María invertido, es decir, agua con hielo.

Concasse: Técnica con la que se conoce al tomate pelado, cortado al ecuador y sin pepas o semillas.

Utilización: Pebre o salsa.

4.-**Actividades a realizar:** Realiza en tu cuaderno un listado con todas las palabras en francés que encuentres, busca su traducción: A lo menos 5

Pregunta del proyecto de comprensión lectora del establecimiento

Tipos de torneados: (Se utiliza un cuchillo torneador)

1.- **Chateau:** Torneado en forma de barril de 6 cm de largo aprox. que se aplica en vegetales teniendo 6 caras y puntas achatadas, es pequeño y pesa 60 gr. Se sirven como guarnición.

Utilización: Para las papas, zanahorias, zapallos italianos, etc.

2.- **Cocotte:** Torneado en forma de barril delgado de 4 cm de largo aprox. y con un peso de 20 gr.

Utilización: Para las papas, zanahorias, zapallos italianos, etc.

3.- **Anglaise:** Torneado en forma de barril que tiene 5 cm de largo aprox. y pesa de 40 gr.

Utilización: Para las papas, zanahorias, zapallos italianos, etc.

4.- **Olivette:** Torneado pequeñito de 2 cm de largo aprox. y pesa 8 a 10 gr. de forma de barril, su tamaño debe recordar una aceituna.

Utilización: Papas, zanahorias, zapallos italianos, etc.

Otros cortes y técnicas:

1.- **Gaufrettes:** Tiene forma de rejilla, se obtiene con la ayuda de un utensilio llamado mandolina.

Utilización: Generalmente se aplica en las papas, pero también se puede hacer en la zanahoria y betarraga.

2.- **Bouquet:** Pequeño ramillete de verduras que se utiliza para decorar ensaladas o entradas o usar en preparaciones diversas.

Utilización: Entradas, ensaladas, bouquet de brócoli, coliflor, bouquet garni para fondo o salsa, etc.

3.- **Diente y Pétalos:** Generalmente se aplica en algunas verduras.

Utilización: Como el tomate, pepino, palta, huevo duro, dando formas de decoraciones en forma de pétalos, rosas y dientes para adornar ensaladas o entradas.

Lee atentamente el texto anterior y responde las siguientes preguntas:(Habilidades; Identificar, Analizar y Reflexionar).

1.-Nombre 2 tipos de torneados que tienen forma de barril.

2.- ¿Cómo se logra la forma de rejilla en el corte **Gaufrettes**?

3.- ¿Cuál es la finalidad de aplicar los distintos tipos de torneados a las verduras?

4.- ¿Para qué se utiliza un pequeño ramillete de verduras denominado **Bouquet**?

En conclusión, has de saber la importancia que tienen los cortes de frutas, verduras y carnes en la gastronomía moderna, cumpliendo dos funciones claves:

-Acortar los tiempos de cocción de los alimentos, ayudándonos a que no pierdan gran parte de sus nutrientes en este proceso.

-Nos permiten decorar los platos con los mismos ingredientes que los componen.

Debes tener muy claro que los cortes deben ser todos iguales y cumplir con los tamaños que se especificaron en los textos anteriores.

Por otro lado estoy segura que cuando comiences a aplicarlos te quedarán muy bien hechos.

*Frente a alguna pregunta, escribe a la profesora de la asignatura a su correo electrónico: **Oficio ayudante de cocina** sonia.soto@liceo-franciscotello.cl en el horario correspondiente a tu clase. Una vez resuelta, la guía debe ser enviada al mismo correo de la docente. También se puede entregar impresa en dependencias del liceo.*

Link para información: Manual para el Manipulador de alimentos: alumno.

Manual para el Manipulador de alimentos: instructor.

INACAP: Manual de apoyo: Taller de técnicas básicas de cocina

Solucionario: Al igual que en las guías anteriores, en esta parte encontrarás la solución a una parte de los ejercicios, para poder determinar si vas bien o darte cuenta de los errores.

2- A.- ¿Cuántas maneras de tomar el cuchillo acabas de conocer?

I.-La técnica del punto pivote

II.-La técnica de movimientos libres.