

Acidificación

La acidificación es un método basado en la reducción del pH del alimento para impedir el desarrollo bacteriano. Se lleva a cabo añadiendo al alimento sustancias ácidas como el vinagre (ácido acético) o el ácido cítrico de determinados cítricos como la lima o el limón. Para explicar la acidificación te vamos a enseñar los ejemplos de algunos tipos de acidificación con niveles de pH diferentes: perdiz en escabeche (ácido bajo), boquerones en vinagre (ácido medio) o un ceviche de lubina, con un nivel de ácido más elevado. Con ellas veremos que la acidificación tiene una doble función: por un lado, aumenta la conservación, y por otro, realiza una cocción. También te ofreceremos de una forma sencilla, la explicación para que puedas hacer encurtidos caseros con vegetales como la cebolla.

Preparación

Antes de acidificar podemos aplicar la técnica de salazón a los alimentos. Para hacer encurtidos caseros de vegetales: Para hacer las cebolletas en vinagre: primero las blanqueamos en un poco de agua con una cocción que nos permita mantenerlas enteras. Las sumergimos en vinagre (opcionalmente podemos añadir sal, azúcar y aromatizantes) dentro de envase hermético. Pasteurizamos y guardamos. Para hacer el escabeche de la perdiz: Sofreímos las verduras (zanahoria, cebollas, laurel, ajo, por ejemplo) previamente, añadiendo vino blanco y consomé de ave, antes de introducir vinagre y de agregar la carne de perdiz ya marcada anteriormente. Dejamos que reduzca hasta que la textura de la carne sea blanda. Para hacer los boquerones en vinagre: Limpiamos los boquerones (descongelados) y los introducimos en una solución con 300 ml de agua y 100 ml de vinagre (opcionalmente se puede aumentar la cantidad de vinagres), y 80 gr de sal. Con esta proporción, los boquerones deben reposar unas 4-5 horas, hasta que el pescado haya blanqueado al gusto. Para hacer el ceviche de lubina: Previamente envasamos al vacío las espaldas de la lubina junto al zumo de lima (o limón) y la cebolla morada troceada, y dejamos que macere unas 4 horas. Luego colocamos en un bol -enfriado en la nevera- el jugo macerado, añadimos cebolla cruda en julianas, ralladura de limón, una pizca de chile y removemos. En este jugo introducimos las láminas de lubina (descongelada) durante al menos 3 minutos. Podemos agregar especias o brotes, como cilantro, menta, albahaca o salicornia.

Ingredientes

En esta lección aparecen diferentes ingredientes inmersos en medios ácidos: pescados, cebollas, pepinillos, jengibre, zanahorias, alcaparras.

Te enseñamos algunos ingredientes sometidos a diversos tipos de acidificación: carne en escabeche, y pescado en vinagre o en ceviche.

Utensilios

Ollas "sauté"

Ollas

Cuchillos

Espumadera

Araña

Envases herméticos

Boles

Exprimidor

Colador

Pinzas

Rallador

Cucharas

Instructor destacado



Jordi Cruz

ARCOS

 **BOSCH**
Innovación para tu vida


SUPERMERCAD