

COOKING CLASSES
AT SUR LA TABLE

TECNICAS DE CORTE CON CUCHILLO

CON CHEF DE SUR LA TABLE



Follow @surlatable to share your cooking class photos with us! #surlatablecookingclass

Lista de ingredientes

Compras por persona.

Productos Frescos

- ☐ 1-2 tallos de apio
- ☐ 3 cebollitas
- ☐ 1 pimiento, de cualquier color
- ☐ 1 jalapeño
- ☐ 1 naranja pequeña
- ☐ 1 tomate Roma
- ☐ 3 dientes de ajo
- ☐ 1/4 de manojo de perejil de hoja plana
- ☐ 1 cebolla pequeña
- ☐ 1 zanahoria grande

Equipo necesario

Cubiertos

- ☐ Cuchillo de Chef
- ☐ Tabla de cortar

Utensilios de repostería

- ☐ Tazones para mezclar, de varios tamaños

Mise en Place y notas previas a la clase

- Por favor, reúne todos los ingredientes antes de clase si vas a cocinar con ellos.

Técnicas de corte con cuchillo

1. Lavar y secar todos los vegetales.

SEGURIDAD CON CUCHILLOS

La seguridad al usar cuchillos es importante en cualquier cocina, desde la profesional hasta la de casa. A continuación, algunas pautas sencillas para usar cuchillos de forma segura:

Un cuchillo afilado es un cuchillo seguro. Al intentar forzar un cuchillo sin filo a través de un trozo de comida, el cuchillo es mucho más probable que resbale y cause una lesión.

Nunca, jamás agarres un cuchillo que se cae. Asegúrate siempre de que tu cuchillo esté bien colocado sobre la superficie de trabajo en todo momento. Si un cuchillo se cae, resiste el impulso natural de agarrarlo.

Siempre corta en una tabla de cortar. Las tablas de cortar hechas de productos de madera y plástico ayudan a reducir el desgaste en el filo de un cuchillo. Nunca cortes sobre superficies de vidrio, mármol o metal, que causan que los cuchillos se dañen o desafilan.

Asegura tu tabla de cortar. Si tu tabla de cortar no tiene agarres de goma, coloca una toalla de papel húmeda debajo para evitar que se deslice o se mueva durante el corte.

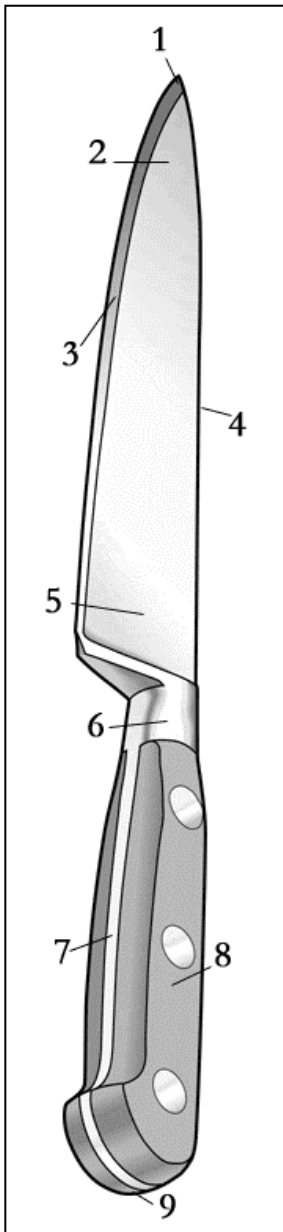
Siempre corta hacia afuera—nunca hacia ti. Coloca las manos y el cuchillo de modo que lo alejes de ti mientras cortas.

Mantén la vista en el cuchillo mientras lo usas. A menudo, las lesiones ocurren cuando levantas la vista de la tarea de corte. Mantente centrado en el cuchillo respecto a tus manos durante todas las tareas de corte.

Lleva el cuchillo con seguridad. Si vas con un cuchillo, llévalo apuntando hacia abajo, pegado a tu muslo.

Nunca metas un cuchillo en un fregadero lleno de agua. Colocar un cuchillo en un fregadero lleno de agua es un peligro potencial para ti y para otros, además de que puede dañar los mangos de madera de los cuchillos. Lava siempre los cuchillos de cocina a mano, sécalos y guárdalos de forma segura. Los cuchillos de cocina de buena calidad nunca deben limpiarse en el lavavajillas, ya que las altas temperaturas y los limpiadores abrasivos pueden dañar tanto el mango como la hoja.

LAS PARTES DE UN CUCHILLO



1. y 2. PUNTA: la herramienta perforadora de la hoja; usada para comenzar el corte y cuarto delantero de la hoja, usada para muchas tareas de corte; usada para cortar alimentos pequeños y hacer cortes pequeños.

3. FILO CORTANTE: la parte de trabajo de la hoja, desde la punta hasta el talón. La parte central del cuchillo corta prácticamente todos los alimentos usando movimientos largos, de mecedor o de corte.

4. LOMO: el filo opuesto al filo cortante.

5. DEFENSA: la parte trasera del filo cortante; usado para cortar alimentos más grandes y duros cuando se necesita peso y fuerza.

6. VIROLA: banda gruesa de acero presente en cuchillos forjados; ayuda a equilibrar el cuchillo y a protegerse de resbalones accidentales.

7. ESPIGA: la parte de la hoja que se extiende hacia el mango; diseñada para dar al cuchillo su equilibrio.

8. CACHA/MANGO – sección del mango que se sujeta; generalmente hecha de madera o plástico.

9. TALON: extremo final del cuchillo.

TIPOS Y ESTILOS DE CUCHILLOS DE COCINA

Aunque existen cientos de estilos, tamaños y diseños de cuchillos, la mayoría de las tareas de cocina pueden realizarse con tres cuchillos esenciales: un cuchillo de chef; un cuchillo de sierra; y un cuchillo de pelar o utilitario. Al comprar cualquier cuchillo, es importante tener en cuenta varios estilos, diseños de mango, longitudes y pesos. El mejor cuchillo para ti se sentirá como una extensión de tu mano, con un agarre natural, buen equilibrio y un peso cómodo. Prueba sujetando varios cuchillos y practica cortar con ellos antes de hacer cualquier compra.

En general, existen dos grandes categorías de cuchillos de chef: occidentales y japoneses. Los cuchillos occidentales suelen tener hojas más gruesas y pesadas, y sus filos están pulidos en forma de cuña con un ángulo de unos 20 grados a cada lado. Este tipo de cuchillos son adecuados para tareas de corte que requieren más fuerza, como verduras duras o fibrosas, o huesos. Los cuchillos japoneses suelen tener hojas más finas, que se forman de lado a lado en un ángulo de unos 15 grados. La hoja más fina y el ángulo más pronunciado hacen que los cuchillos japoneses sean adecuados para tareas de cortes más finos y delicados.

A continuación, se describen los diferentes tipos de cuchillos de cocina más comunes, así como lo que hay que tener en cuenta al comprar cuchillos:

Cuchillo de Chef - un cuchillo de cocina multiuso, utilizado para la mayoría de los tipos de cortes, cortado en dado, picado, y rebanado. Los cuchillos de chef suelen estar disponibles en longitudes de 6, 8, 10 y 12 pulgadas. La longitud que elijas dependerá del peso y tamaño del cuchillo que prefieras.

Cuchillo de sierra: un cuchillo con filo afilado y dientes parecidos a sierras. La hoja de un cuchillo de sierra mide normalmente entre 5 y 10 pulgadas de longitud. Debido a su filo irregular, las hojas de sierra suelen ser afiladas por un especialista. Se utiliza un cuchillo de sierra con hoja larga para cortar alimentos con superficie exterior dura e interior blando, como pan crujiente. Un cuchillo de sierra con una hoja corta y más fina se utiliza habitualmente para cortar frutas y verduras pequeñas.

Cuchillo de pelar: un cuchillo pequeño con una hoja de 3 a 4 pulgadas de largo. Funciona bien para tareas delicadas y para pelar y descorazonar alimentos, como las manzanas. La hoja suele ser fina y estrecha, hasta la punta del cuchillo.

Cuchillo utilitario: un cuchillo pequeño y ligero con una hoja de 4 a 7 pulgadas de largo. Se utiliza para muchas de las mismas tareas que un cuchillo de pelar, además de otras tareas ligeras de corte, como frutas y verduras, y cortar bocadillos.

Cuchillo de trinchar: un cuchillo con una hoja de 8 a 15 pulgadas, usado para cortar grandes asados, aves de corral y filetear peces grandes. El filo de la hoja de un cuchillo de trinchar es liso o, a veces, biselado. La hoja debe ser lo suficientemente grande para cortar carnes, aves o pescado en un solo corte. Las cuchillas varían en flexibilidad. Se utiliza un cuchillo de trinchar con hoja rígida para carnes de asados, mientras que para aves se emplean hojas más flexibles. Las hojas más finas y flexibles se utilizan para cortar pescado ahumado. Los cuchillos

de tallado se venden a menudo en juego con un tenedor de trinchar. El tenedor de trinchar está diseñado para mantener la carne estable mientras se corta.

Cuchillo deshuesador: un cuchillo con una hoja fina y corta, normalmente de 5 o 6 pulgadas de largo, que se utiliza para eliminar el hueso principal de un corte de carne, como un jamón o un asado de ternera. Un cuchillo deshuesador suele tener una hoja larga y estrecha para cortar la carne alrededor de los huesos.

Cuchillo para filetear: un cuchillo con una hoja fina y flexible, normalmente de 6 a 11 pulgadas de largo, usado para filetear pescado. La hoja estrecha permite que el cuchillo se mueva limpiamente por las espinas dorsales del pescado, y alrededor de las zonas adyacentes a las espinas, y corte uniformemente la piel, eliminándola fácilmente de la carne.

Cuchillo de carnicero - cuchillo con una hoja ancha y rígida de aproximadamente 6 pulgadas de longitud, que se estrecha hasta convertirse en un filo cortante. Se utiliza para picar, desmenuzar, machacar o triturar alimentos.

Cuchillo Santoku – en japonés, "santoku" significa "tres virtudes", refiriéndose a las características de este cuchillo de cocina multiuso, que se utiliza para cortado en dado, picado, y rebanado. La principal diferencia entre un santoku y un cuchillo de chef es el filo de la hoja. Mientras que un cuchillo de chef tiene un filo ligeramente curvado, un santoku tiene un filo recto. Desde el punto de vista del corte, un cuchillo de chef es adecuado para cortar con un movimiento de "balanceo", mientras que el santoku es más adecuado para cortar y picar de arriba abajo. Un santoku también tiene una hoja más corta, típicamente de 5 a 7 pulgadas de largo, en contraste con un cuchillo de chef más largo. Además, los cuchillos santoku se fabrican con hojas de filo estándar o filo de vaciado concavo, también conocido como filo granton. El propósito de la hoja tipo granton es ayudar a evitar que las partículas se adhieran al filo del cuchillo. Los cuchillos Santoku son una buena opción para personas con manos pequeñas que también prefieren un cuchillo más ligero.

CONSTRUCCIÓN DEL CUCHILLO

Los cuchillos de cocina se fabrican utilizando varios procesos y materiales diferentes. Los cuchillos de mejor calidad se forjan, lo que significa que el material del cuchillo se calienta y martillea. Un cuchillo de buena calidad también incluye una espiga que se extiende a lo largo de toda la longitud del mango, así como un travesaño que es parte integrada de la hoja.

Los cuchillos de menor calidad suelen estamparse o cortarse en láminas de metal usando un troquel o estampado. A menudo cuentan con mangos de plástico y son más económicos que los cuchillos forjados. Al elegir un cuchillo, ten en cuenta el tiempo que pasas en la cocina, los tipos de corte que realizas con mayor frecuencia y cuánto tiempo quieres dedicar a afilar y mantener el filo.

Las hojas de cuchillo están fabricadas con una variedad de aleaciones metálicas, o combinaciones, para lograr un equilibrio entre dureza, tenacidad, retención del filo, resistencia a la corrosión y afilado. A continuación, tenemos algunos materiales comunes de hojas de cuchillo que se encuentran en cuchillos de cocina:

Acero al carbono: el acero al carbono se ha utilizado durante muchos años en la fabricación de cuchillas. Las hojas de acero al carbono pueden afilarse hasta obtener un filo muy fino y pueden afilarse con relativa facilidad. Las hojas de acero al carbono se decoloran al entrar en contacto con alimentos ricos en ácido, como tomates y cítricos. Estas hojas deben tratarse con cuidado para evitar decoloraciones y oxidación. Lávala y seca muy bien después de cada uso.

Acero inoxidable: las cuchillas de acero inoxidable son fáciles de cuidar, ya que resisten el óxido y la decoloración. Debido a la dureza del material, mantienen un filo afilado durante más tiempo que el acero al carbono, pero son más difíciles de afilar.

Acero inoxidable de alto contenido de carbono: una combinación de las mejores características del acero al carbono y las cuchillas de acero inoxidable. Tienen la resistencia y la capacidad de sujetar un filo y no decolorar.

Titanio: Las hojas de titanio se fabrican a partir de un molde de titanio y carburos. En comparación con el acero, el titanio es más ligero, más resistente al desgaste y mantiene su filo durante más tiempo. Una hoja de titanio también es mucho más flexible que el acero y se utiliza para fabricar cuchillos para deshuesado y fileteado.

Cerámica: Las hojas de cerámicas están hechas de óxido de circonio y óxido de aluminio. Son mucho más delicados que los cuchillos de acero, pero tienden a mantener su filo hasta 10 veces más largo que un cuchillo de acero. Sin embargo, una vez que las hojas se han desfilado, solo un profesional debería afilarlas. Son excelentes para alimentos ácidos como tomates, hierbas o alimentos que se magullan o se oxidan, como la albahaca. Los cuchillos de cerámica no deben usarse para tallar, deshuesar o realizar tareas que requieran girar o flexionar el cuchillo. Los cuchillos de cerámica son frágiles y, una vez astillados o rotos, no pueden arreglarse.

Plástico: Las hojas de plástico se utilizan para evitar que las verduras se descoloren por la hoja de un cuchillo. Las cuchillas de plástico no son muy afiladas y requieren cierta fuerza al cortar. También son una buena opción para desmenuzar lechuga iceberg.



HERRAMIENTAS PARA AFILAR Y ASENTAR EL FILO EN CUCHILLOS

Para mantener correctamente un filo afilado, el filo de los cuchillos debe asentarse regularmente y afilarse periódicamente. Es importante señalar que asentar el filo y afilar cumplen funciones diferentes para mantener el filo de un cuchillo. Asentar el filo se refiere al uso de una varilla de acero, una varilla larga con mango, que se usa regularmente para enderezar microscópicamente el filo del cuchillo. El afilado se refiere a la eliminación de pequeñas cantidades de metal para restaurar el filo de un cuchillo. Se debe asentar el filo cada vez que se usa un cuchillo, ya sea antes de usarlo o justo antes de guardarlo después de usarlo. El afilado debe realizarse cuando el filo del cuchillo no pueda restaurarse solo con el asentado del filo.

Al comprar un cuchillo, pide una varilla de acero para asentar el filo para ese tipo de material de hoja o para la marca específica del cuchillo. Las varillas de acero pueden fabricarse de vidrio, cerámica o metal impregnado de diamantes.

Los implementos de afilado están disponibles en varios precios y requieren distintos niveles de experiencia para su uso adecuado.

Afiladores manuales: herramientas manuales fáciles de usar con discos de afilado colocados en ángulos específicos. Son relativamente baratos y no requieren habilidades especiales para usarlos.

Afiladores eléctricos: herramientas rápidas y efectivas de afilar impulsadas por un pequeño motor eléctrico. Tampoco requieren habilidades especiales y hacen que afilar cuchillos sea rápido y sencillo. Algunos cuentan con pares de discos de afilar de distintos grados de finura, y otros están diseñados para afilar cuchillos tanto europeos como japoneses.

Piedras de afilar - Una herramienta de acabado utilizada típicamente para afilar hojas de acero. La piedra de afilar suele tener forma rectangular, y puede tener entre 1/2 y varios centímetros de grosor. Normalmente se humedecen con agua o con aceite ligero, y el cuchillo se mantiene en el ángulo de afilado deseado mientras se desliza por la superficie de la piedra. Afilado con piedras requiere práctica para usarse correctamente, pero se puede lograr un filo extremadamente afilado y fino.

MANTENIMIENTO Y ALMACENAMIENTO DE CUCHILLOS

Para prolongar la vida útil de los cuchillos de cocina, siempre limpia los cuchillos con una toalla húmeda inmediatamente después de usarlos para evitar la decoloración de la hoja. Esto también ayudará a evitar que los alimentos se endurezcan en la hoja, facilitando la limpieza. Lava los cuchillos siempre a mano para preservar el cuchillo y por razones de seguridad.

Si están disponibles, guarda los cuchillos en un bloque o funda de cuchillo de madera o polietileno. Si no hay uno disponible, guarda los cuchillos en una funda de cuchillo o, como mínimo, guarda los cuchillos lejos de otros utensilios para evitar dañar los filos.

CÓMO SUJETAR Y USAR UN CUCHILLO

La forma correcta de sujetar un cuchillo de chef es sujetar firmemente la hoja entre la yema del pulgar y el nudillo del índice justo delante de la virola, enroscando los dedos restantes alrededor de la parte inferior del mango. Resiste la tentación de extender el dedo índice a lo largo del lomo del cuchillo, lo que hace que sea más difícil de controlar y fatiga tu mano.

Cuando se usa un cuchillo de chef, lo más efectivo y eficiente es usar un movimiento de "balanceo". Para ello, mantén la punta del cuchillo sobre la superficie de corte y mueve la parte trasera del cuchillo arriba y abajo mientras lo deslizas hacia adelante. Este movimiento permite un rango de movimiento más suave y mayor control al cortar y rebanar.

También es muy importante estar atento a la posición de tu mano "guía". **Mantén siempre el pulgar escondido detrás de los dedos suavemente curvados de tu mano guía.** Esto por sí solo evitará innumerables lesiones y también facilitará el uso de los nudillos para guiar el filo del cuchillo a su posición correcta para el siguiente corte.

CORTES COMUNES Y ESPECIALES CON CUCHILLO

Para usar eficazmente un cuchillo de cocina, basta con unos pocos cortes básicos para la mayoría de las tareas de preparación de alimentos. El tamaño del corte suele estar dictado por el método de cocción que se utiliza. A medida que adquieras más experiencia, puedes probar cortes especiales para fines de presentación.

LOS CORTES CON CUCHILLO MÁS UTILIZADOS INCLUYEN:

- Corte **dado**, o alimento cortado en cubos, es uno de los cortes más comunes que se usan para verduras y frutas. El objetivo de cortar en cubos es cortar la comida en piezas uniformes, lo que permite que se cocinen de forma uniforme. Los dados se especifican por tamaño en muchas recetas:
 - **Los dados grandes** son un cubo que mide 3/4 de pulgada por lado.
 - **Los dados medianos** son un cubo que mide 1/2 pulgada de lado.
 - **Los dados pequeños** son un cubo que mide 1/4 de pulgada por lado.
 - **Brunoise** es un cubo que mide 1/8 de pulgada por lado. A menudo se utiliza como guarnición fina.
- Corte **picado** es un corte muy pequeño, sin dimensiones específicas, salvo que debería ser más pequeña que una brunoise. Se utiliza con frecuencia para promover una rápida infusión de sabor en un plato. Para hacer un picado rápido, corta tu producto en rodajas o segmentos pequeños y manejables, luego mueve el filo del cuchillo hacia adelante y atrás sobre la superficie de corte mientras presionas hacia abajo el lomo del cuchillo con la palma de la mano guía. Asegúrate de arquear la palma de la mano para que las yemas de los dedos no estén en el camino de la hoja.
- Corte **batonnet** es un corte en forma de palo que mide de 1/4 por 1/4 por 2 a 2 pulgadas y media pulgadas, comúnmente utilizado para productos como las patatas fritas.
 - Corte en **juliana** es similar al batonnet pero más pequeña, midiendo 1/8 por 1/8 por 2 a 2 1/2 pulgadas. Este corte puede usarse para ensaladas y guarniciones.
 - Corte **juliana fina** mide 1/16 por 1/16 por 2 a 2 pulgadas y media de pulgada. Este corte también se utiliza para guarniciones.

ALGUNOS CORTES ESPECIALES CON CUCHILLO INCLUYEN:

- **Cítricos supremos/porcionados:** para producir secciones cítricas atractivas y sin piel, elimina la corteza y la medula del exterior de toda la fruta con el cuchillo con un trazo curvado. Corta los extremos, liberando las secciones de todas las partes salvo los paneles laterales de la membrana entre ellas. Luego haz un corte en "V" a cada lado de la sección, entre la carne y membrana. Finalmente, desliza la sección afloja hacia fuera. Estas secciones sin membrana quedan genial en ensaladas o como guarnición.

- Corte en **rondaja** es una rodaja en forma de moneda de una verdura cilíndrica. Se puede formar una **diagonal** simplemente girando el cuchillo en ángulo respecto al eje de la zanahoria. Ten en cuenta que muchas frutas, verduras y panes cilíndricos pueden cortarse en rodajas diagonales (calabaza, pepino, baguettes) para obtener esta forma atractiva.
- Corte **paysanne** es un corte decorativo relacionado con un dado medio, pero cortado en cuadrados de 1/8 de pulgada de grosor (1/2 por 1/2- por 1/8 de pulgada). Se utiliza más a menudo como guarnición.
- Corte **tourné** es un corte con forma de balón de fútbol, con punta roma y siete lados iguales. Requiere mucha práctica, pero resulta atractivo en el plato, especialmente para verduras densas como nabos y zanahorias. Sin embargo, practicar con una papa es buena idea, porque la textura más suave de la papa es mejor para aprender y practicar.

