

**UF0687: Gestión gastronómica en
alojamientos ubicados en entornos rurales
y/o naturales**

Elaborado por: Encarnación Garrido Fernández

Edición: 5.0

EDITORIAL ELEARNING S.L.

ISBN: 978-84-16424-73-3

No está permitida la reproducción total o parcial de esta obra bajo cualquiera de sus formas gráficas o audiovisuales sin la autorización previa y por escrito de los titulares del depósito legal.

Impreso en España - Printed in Spain

Presentación

Identificación de la Unidad Formativa

Bienvenido a la Unidad Formativa **UF0687: Gestión gastronómica en alojamientos ubicados en entornos rurales y/o naturales**. Esta Unidad Formativa pertenece al Módulo Formativo **MF1044_2: Restauración en alojamientos ubicados en entornos rurales y/o naturales**, del Certificado de Profesionalidad **HOTU0109: Alojamiento rural**, que pertenece a la familia profesional de Hostelería y Turismo.

Presentación de los contenidos

La finalidad de esta Unidad Formativa es enseñar al alumno a definir ofertas gastronómicas sencillas propias de entornos rurales y naturales y a elaborar y presentar desayunos, elaboraciones culinarias sencillas y platos significativos poco complejos del entorno rural y natural, que respondan a las características de la zona, aplicando la normativa higiénico sanitaria.

Para ello, se estudiarán en primer lugar las materias primas alimentarias, las ofertas gastronómicas propias de entornos rurales y/o naturales y las técnicas culinarias elementales. Seguidamente, se analizarán la presentación y decoración de comidas, la preparación de desayunos, los equipos, máquinas y útiles y la regeneración, conservación y presentación comercial de alimentos en alojamientos ubicados en entornos rurales y/o naturales.

Objetivos de la Unidad Formativa

Al finalizar esta Unidad Formativa aprenderás a:

- Definir ofertas gastronómicas sencillas propias de alojamientos situados en entornos rurales y/o naturales.
- Caracterizar las materias primas alimentarias de uso común, describiendo variedades, cualidades y peculiaridades e identificando los factores culinarios que se deben tener en cuenta en el proceso de elaboración o conservación.
- Utilizar equipos, máquinas y útiles que conforman la dotación básica para la preparación de elaboraciones culinarias sencillas, de acuerdo con sus aplicaciones y en función de un rendimiento óptimo.
- Preparar y presentar desayunos, elaboraciones culinarias sencillas y platos significativos de la zona de acuerdo con la definición del producto y aplicando las respectivas normas de elaboración.
- Aplicar métodos de regeneración, conservación y envasado de alimentos.
- Diseñar y realizar decoraciones simples con géneros y productos gastronómicos, aplicando técnicas sencillas gráficas y de decoración.

Índice

UD1. Materias primas alimentarias	11
1.1. Definición.....	13
1.2. Clases y tipos	14
1.2.1. Carnes. (Bovino, ovino-caprino, equino, de caza, conejo, cerdo, aves).....	15
1.2.2. Pescados. (De mar, de lagos y ríos, de piscifactorías)..	20
1.2.3. Mariscos (moluscos, crustáceos).....	21
1.2.4. Hortalizas (de invierno, de verano).....	22
1.2.5. Verduras (de invierno, de verano)	23
1.2.6. Frutas (de regadío, de secano)	24
1.2.7. Aceites (de oliva, de soja)	26
1.2.8. Vinagres (ácidos, balsámicos)	27
1.2.9. Sales (marinas, de manantiales salinos).....	30
1.2.10. Sazonadores de plantas aromáticas	31
1.2.11. Vinos (Tintos, blancos, rosados)	32

UD2. Ofertas gastronómicas propias de entornos rurales y/o naturales	41
2.1. Definición de los elementos y variables de las ofertas gastronómicas	43
2.2. Ofertas gastronómicas hoteleras y no hoteleras	55
2.3. Planificación y diseño de ofertas	62
2.3.1. El menú	63
2.3.2. La carta	82
2.3.3. Banquetes	94
2.3.4. Otros eventos	97
2.4. Cálculo de necesidades de aprovisionamiento para confección de ofertas	98
UD3. Técnicas culinarias elementales	127
3.1. Fondos, bases y preparaciones básicas de múltiples aplicaciones para hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos	131
3.2. Técnicas de cocinados de hortalizas	133
3.2.1. Asar al horno, a la parrilla, a la plancha	135
3.2.2. Freír en aceite	136
3.2.3. Saltear en aceite y en mantequilla	138
3.2.4. Hervir y cocer al vapor	138
3.2.5. Brasear	140
3.3. Técnicas de cocinado de legumbres secas	141
3.3.1. Operaciones previas a la cocción	142
3.3.2. Importancia del agua en la cocción de las legumbres	144
3.3.3. Otros factores a tener en cuenta según la variedad de legumbres	145
3.4. Técnicas de cocinados de pasta y arroz	146
3.4.1. Cocción de pasta. Punto de cocción. Duración en función del tipo de pasta y formato	147

Índice

3.4.2. Cocción de arroz. Distintos procedimientos. Punto de cocción. Idoneidad del tipo de arroz y método de cocción	150
3.4.3. Platos elementales a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos	152
3.4.4. Platos y guarniciones frías y calientes que se elaboran con hortalizas. Salsas más indicadas para su acompañamiento	153
3.4.5. Platos elementales de legumbres secas. Potajes, cremas y sopas de legumbres.....	154
3.4.6. Platos elementales de pasta y arroz más divulgados. Adecuación de pastas y salsas	156
3.4.7. Platos elementales con huevos.....	158
3.4.8. Preparaciones frías y ensaladas elementales a base de hortalizas, legumbres, pasta, arroz y huevos.....	159
3.4.9. Platos elementales con pescados, crustáceos y moluscos.....	160
3.4.10. Fondos, bases y preparaciones básicas elaboradas con pescados, crustáceos y moluscos.....	161
3.5. Técnicas de cocinado de pescado, crustáceo y moluscos ..	162
3.5.1. Platos elementales con carnes, aves, caza y despojos	163
3.6. Fondos, bases y preparaciones básicas confeccionadas con carnes, aves y caza.....	163
3.7. Técnicas de cocinado de carnes, aves, caza y despojos.....	165
3.8. Elaboraciones básicas de repostería y postres elementales .	166
3.8.1. Materias primas	167
3.8.2. Preparaciones básicas de múltiples operaciones propias de repostería	167
3.8.3. Técnicas de cocinado, empleadas en la elaboración de preparaciones de múltiples aplicaciones de repostería y postres elementales.....	169
3.8.4. Postres elementales	170

UD4. Presentación y decoración de comidas 181

4.1.	Platos a base de hortalizas, legumbres, pastas, arroces y huevos	183
4.1.1.	Factores a tener en cuenta.....	184
4.1.2.	Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes	185
4.1.3.	Adornos y acompañamientos más representativos en estos platos	190
4.2.	Platos a base de pescados, crustáceos y moluscos	193
4.2.1.	Factores a tener en cuenta.....	194
4.2.2.	Montaje en fuente y en plato. Otros recipientes	195
4.2.3.	Adornos y acompañamientos más representativos en estos platos	196
4.3.	Platos a base de carnes, aves, caza y despojos	197
4.3.1.	Montaje y presentación en fuente o plato	199
4.3.2.	El color del plato en función de su contenido	203
4.4.	Repostería y postres	204
4.4.1.	Técnicas de decoración y utensilios más adecuados.	205
4.4.2.	Cremas chocolates y otros productos.....	207
4.4.3.	Presentación de frutas.....	208

UD5. Preparación de desayunos 217

5.1.	Tipos de café y formas de preparación	219
5.2.	La leche y sus derivados	222
5.3.	Tipos de infusiones y formas de preparación.....	223
5.4.	Los edulcorantes	225
5.5.	Frutas. Forma de presentación	227
5.6.	Tipos de zumos	229
5.7.	Tipos de pan y formas de presentación	231
5.8.	La repostería.....	233
5.9.	Los aceites y mantequillas o margarinas	238

UD6. Equipos, máquinas y útiles	251
6.1. Utilizados en la preelaboración de vegetales y setas.....	253
6.1.1. Clasificación y descripción, según características, funciones y aplicaciones	254
6.1.2. Ubicación y distribución en las instalaciones de cocina	262
6.2. Utilizados en la preelaboración de pescados, crustáceos y moluscos	267
6.2.1. Clasificación y descripción, según características, funciones y aplicaciones	271
6.2.2. Ubicación y distribución en las instalaciones de cocina	278
6.3. Utilizados en la preelaboración de carnes, aves, caza y despojos	281
6.3.1. Clasificación y descripción, según características, funciones y aplicaciones	282
6.3.2. Ubicación y distribución en las instalaciones de cocina	284
6.4. Utilizados en las elaboraciones básicas y platos elementales con hortalizas, legumbres secas, pastas, arroces y huevos .	286
6.4.1. Clasificación y descripción según características, funciones y aplicaciones	287
6.4.2. Ubicación y distribución en las instalaciones de cocina	288
UD7. Regeneración, conservación y presentación comercial de alimentos en alojamientos ubicados en entornos ru- rales y/o naturales	297
7.1. Regeneración y conservación.....	299
7.1.1. Identificación de necesidades de regeneración y conservación	301
7.1.2. Sistemas y métodos básicos.....	303
7.1.3. Utilización de equipos de cocina adecuados para la regeneración y conservación de alimentos	316

7.2. Presentación comercial de productos gastronómicos artesanales	321
7.2.1. Identificación de necesidades de presentación comercial.....	321
7.2.2. Promoción de productos de la agricultura y/o la ganadería utilizados en platos de la gastronomía local	324
7.2.3. Promoción de Platos Típicos de la zona	326
7.2.4. Promoción de la cocina de un alojamiento concreto situado en entornos rurales y/o naturales	333
7.2.5. Promoción de productos de la zona con denominación de origen	337
7.3. Tipos de presentación.....	343
7.3.1. Degustación de un producto concreto	350
7.3.2. Degustación de varios productos.....	352
7.3.3. Jornadas y/o Semana de gastronomía (local o regional).....	355
7.3.4. Expositores para venta de los productos promocionados.....	362
Glosario	387
Soluciones	391

UD1

Materias primas
alimentarias

1.1. Definición

1.2. Clases y tipos

- 1.2.1. Carnes. (Bovino, ovino-caprino, equino, de caza, conejo, cerdo, aves)
- 1.2.2. Pescados. (De mar, de lagos y ríos, de piscifactorías)
- 1.2.3. Mariscos (moluscos, crustáceos)
- 1.2.4. Hortalizas (de invierno, de verano)
- 1.2.5. Verduras (de invierno, de verano)
- 1.2.6. Frutas (de regadío, de secano)
- 1.2.7. Aceites (de oliva, de soja)
- 1.2.8. Vinagres (ácidos, balsámicos)
- 1.2.9. Sales (marinas, de manantiales salinos)
- 1.2.10. Sazonadores de plantas aromáticas
- 1.2.11. Vinos (Tintos, blancos, rosados)

1.1. Definición

Las materias primas son aquellas que se extraen de forma directa de la naturaleza. Se pueden transformar por medio de la elaboración y así crear determinados bienes de consumo. Esto es lo que sucede con los alimentos. La carne nos la ofrece la naturaleza, pues bien es el ser humano el que aplicando determinadas energías consigue transformar dicha materia prima en productos aptos para la alimentación humana.

En el establecimiento de restauración ofreceremos distintas materias primas que por medio del trabajo del equipo de cocina, conseguirán transformarla en alimentos directamente consumibles.



Las materias primas son todos aquellos elementos que se usan para elaborar un producto. Siendo la materia prima el elemento que se transforma y se convierte en un producto final. Este último producto será consumido directamente sin tener que realizarle ninguna acción sobre él.

Las materias primas de origen alimentario, provienen de las actividades del sector primario, como pueden ser la agricultura, la ganadería y la pesca. Ofrećiéndonos estos sectores, verduras, frutas, pescados y carnes entre otras. Lo cual nos permitirá desarrollar las labores encomendadas de la mejor forma posible.

En definitiva las materias primas que se van a usar en este tipo de negocios son las que se exponen en las siguientes líneas, aunque se ha de tener en cuenta que la mayoría de ellas, ya ha sufrido algún proceso de transformación.

Por tanto, se ha de hablar de materias primas alimentarias usadas para ser transformadas y producir un producto final diferente.

Carnes. (bobino, ovino-caprino, equino, de caza, conejo, cerdo, aves)

Pescados. (de mar, de lagos y ríos, de piscifactorías)

Mariscos (moluscos, crustáceos)

Hortalizas (de invierno, de verano)

Verduras (de invierno, de verano)

Frutas (de regadío, de secano)

Sales (marinas, de manantiales salinos)

1.2. Clases y tipos

Tras definir las distintas materias primas que se usan en los establecimientos de restauración; en los siguientes párrafos vamos a estudiar, la forma de comprobar el estado de cada uno de los productos que usamos en nuestro establecimiento. Para ello, se analizará los componentes de cada uno de los productos y la calidad que estos nos mostrarán. Con este fin, vamos a estudiar los siguientes apartados:

Calidad de los alimentos	
Carne	Color rojo intenso
	Aspecto vivo
	Olor a carne fresca
	No puede oler a podrido
Pescado	Aspecto de vivo
	Color intenso
	Olor
	Brillo
Frutas y verduras	Color
	Textura
	Brillo
	Temporada

La materia prima ha de cumplir con ciertos requisitos de calidad para recibir los productos en el almacén:

Se ha de comprobar la etiqueta del producto para ver:

- Denominación de origen.
- El peso del producto.
- Registro sanitario del mismo.
- Fecha de envasado del producto.
- Caducidad del producto.
- Características de conservación.
- Modo de conservación.
- Calidad del producto, en caso de ser un producto fresco.



Importante

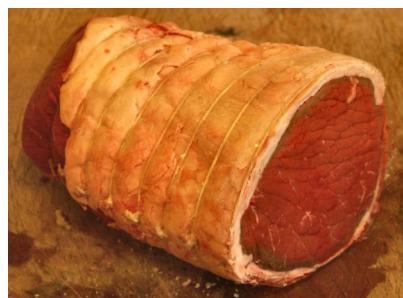
Todo esto debe ser comprobado antes de almacenar los productos, para evitar futuras sorpresas que nos puedan provocar una serie de daños o perjuicios. Se considera elemental que el encargado de almacén conozca de forma total como ha de actuar y que características ha de controlar de cada uno de los productos almacenados en su departamento.

1.2.1. Carnes. (Bovino, ovino-caprino, equino, de caza, conejo, cerdo, aves)

Las carnes usadas en los establecimientos de restauración suele ser en su mayoría procedentes de animales domésticos. Aunque también se puede usar animales salvajes, esto se produce cuando en el espacio se ofrece carne de caza. Por este motivo, en las siguientes líneas vamos a analizar las distintas carnes que se pueden usar en los distintos espacios de restauración.

- Carne de bobino

Para que la carne de bobino o vacuno, sea de plena calidad esta tiene que estar fresca, apretada y contar con bastante grasa blanca. Por regla general, esta carne tiene que ser muy roja, salvo que el vacuno sea de mayor edad y por tanto su color sea más oscuro. Otra forma de conocer la edad del animal, es por medio del color, cuando esta es de color blanco, nos está indicando que el animal es joven. Mientras que, si esta es más amarillenta, quiere decir que estamos ante una res de mayor edad.



Carne de vacuno de mayor edad, pues cuenta con grasa amarillenta



Carne de vacuno de res más joven

En cuanto a la conservación, este tipo de carne, puede aguantar en la cámara frigorífica hasta 14 días en perfecto estado. Se ha de tener en cuenta, que esta carne adquirirá una calidad mayor y se pondrá más blanda conforme vayan pasando los días después de haber sido sacrificada.



La carne de vacuno una vez cortada comienza a tomar un color más oscuro (se pone más marrón), es producto de la oxidación, pero esto no implica que la carne haya perdido calidad.

- Carne de ovino-caprino

La carne de cordero o de choto, es una de las carnes más atractiva para la mayoría de los clientes que acuden a espacios de restauración rurales o en entornos naturales.

Por regla general, el cordero suele ser un animal que ha sido sacrificado con menos de 300 días y por tanto su peso oscila entre los 6 y los 30 kilos. Dentro de la Unión Europea este tipo de productos deben de contar con el sello IGP, que indica que se encuentra dentro de la lista de productos agroalimentarios permitidos en el mercado europeo.

Esta carne se caracteriza por ser tierna y sabrosa. Lo principal para conseguir un cordero o un choto de máxima calidad, es que la grasa sea blanca, abundante y prieta. Además el olor del cordero fresco, es suave y agradable y tiene que contar con un color sonrojado y rojizo de la piel.



Carne de cordero

- Carne de equino

La carne de caballo es muy blanda y tiene un sabor dulzón, es rica en proteínas, y se suele aconsejar que los niños la tomen cuando empiezan a comer productos diferentes a la leche materna. Para comprobar si esta se encuentra en buen estado, esta tiene un color muy rojizo y un olor muy suave.



En los últimos meses la carne de caballo ha sufrido un gran des prestigio, por haberse encontrado enmascarada en hamburguesas, albóndigas y otros productos elaborados con carne y vendidos como carne de vacuno. El problema no es el hecho de usar carne de caballo, sino el haber engañado a los consumidores ocultando que ingredientes contiene el producto.



Cuando estemos ofreciendo un producto, no se puede engañar al comensal. Si estamos ofertando albóndigas de ternera, no podemos incluir en éstas, carne de caballo.

- Carne de caza

Estas carnes son muy atractivas para los clientes que acuden a espacios naturales o rurales, sobre todo al comienzo del otoño. Este tipo de productos cuentan con un contenido menor de grasas, pues estos animales llevan dietas y estilos de vida que les hacen quemar ese exceso de grasa que pueden tener otros animales. Entre los diferentes productos que se pueden ofertar, están los de caza mayor, como puede ser el jabalí y el venado. Así como la caza menor, como puede ser la liebre, el conejo, el pato salvaje, la codorniz, la perdiz y los pajaritos.

- Carne de conejo

La carne de conejo fresca suele ser blanca, es una carne baja en grasa y con un alto contenido proteico. Esta debe consumirse de forma rápida, pues cuando esta se encuentre demasiado oreada cogerá un color amarillento y poco atractivo, incluso llegará a ponerse pegajoso.

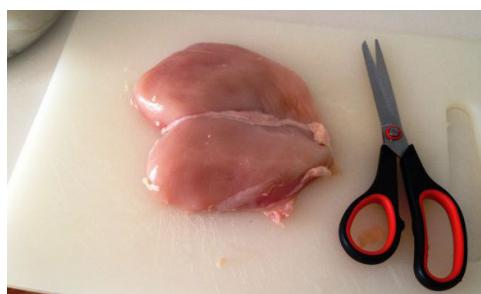
- Carne de cerdo

Sin lugar a duda la carne de cerdo es la más consumida de todas, en este tipo de espacios, el producto estrella suele ser el secreto ibérico y el solomillo. Esta muestra un olor muy suave, y su tono suele ser rosado. Se ha de evitar el comprar carnes que tengan un color verdón, pues esto indica que se encuentra en mal estado.



- Carne de aves

Al igual que la carne de cerdo, esta también es una de las más consumidas. Por regla general, estas carnes suelen ser blancas o amarillentas en el caso del pato, debido a la grasa que contiene. La forma de reconocer si esta se encuentra en buen estado, es por medio del olor que desprende, el cual tiene que ser suave. Además se ha de evitar adquirir éstas cuando tienen un tono más oscuro tirando a verde, pues se encontrarán deterioradas.



1.2.2. Pescados. (De mar, de lagos y ríos, de piscifactorías)

El pescado suele ser uno de los productos consumidos como plato estrella, sobretodo en entornos rurales y naturales ubicados en el litoral. Esto se debe a que el producto cuenta con un contenido graso muy bajo y es muy fácil digerirlo. Estos se pueden preparar de diferentes formas, resultando todas ellas atractivas para el paladar.

Los pescados se pueden clasificar en dos categorías básicamente:

Pescado blanco	La merluza
	El bacalao
	La lubina
	El gallo
	El besugo
	Cabracho
	Dorada
	Rape
	Rodaballo
Pescado azul	Anguila
	Angula
	Arenque
	Atún común
	Bonito
	Boquerón
	Caballa
	Chicharro
	Salmón
	Sardina



Importante

El pescado azul cuenta con un porcentaje de grasa mayor que el pescado blanco, además este último cuenta con menos raspas que el anterior.