

A

2-DCB:

Alquil ciclobutanona.

3R:

Regla que tiene por objeto reducir la llegada de residuos al medio ambiente. Se trata de las iniciales de Reducir, Reutilizar, Reciclar. Estas palabras significan respectivamente: consumir menos; prolongar la vida útil de los productos dándoles nuevos usos, para finalmente, someterlos a un proceso industrial en el que los materiales que ya no son reutilizables, se convierten en materias primas. Artículos relacionados: Sostenible. Kilómetro 0. Kilométrico.

4 especias:

1. Quatre-épices. Condimento típico de la cocina francesa y utilizado en otras cocinas a base de 4 especias: pimienta, clavo, nuez moscada y jengibre.
2. Pimienta de Jamaica (Ver bajo: Pimienta, 6).

5 especias:

1. Cinco especias de la cocina china: Condimento de la cocina china basado en el equilibrio del ying y el yang y consiste en una mezcla de especias, que, aunque tiene varias versiones, normalmente se basa en las siguientes especias: canela china, clavo, jengibre, pimienta de Sichuan, hinojo, anís.
2. Panch phoron (*cinco especias*). Condimento de la cocina bengalí y bangladeshí que se compone de alholva, comino, hinojo, mostaza y ajenuz.

5S:

Herramienta de gestión de calidad, creada por Toyota en los años 60 del siglo pasado. Se trata de las iniciales de: Seiri (整理), Seiton (整頓), Seiso (清掃), Seiketsu (清掃) y Shitsuke (躰), cuyo significado es: Clasificación, asegurando todo lo necesario y eliminando lo no necesario del área de trabajo; Orden, organizando el espacio de trabajo de forma racional y eficiente; Limpieza, eliminando suciedad y facilitando el control visual; Estandarización, señalizando de forma universal para facilitar el orden y que el desorden sea fácilmente reconocible por todos; Disciplina y hábitos, para la mejora permanente. Se trata de una herramienta especialmente útil en la industria alimentaria, consiguiendo un trabajo más eficiente, disminuyendo

los tiempos perdidos y reduciendo la posibilidad de accidentes y contaminaciones. Artículos relacionados: Calidad. EFQM. ISO. SCTE. Michelin. Repsol. Seguridad. Señalización. Accesibilidad. Triángulo de trabajo bajo: Triángulo. Ergonomía. FIFO. FEFO.

7 especias:

Baharat.

A banda:

Plato de arroz con pescados y mariscos, típico del litoral levantino; se sirve en primer lugar el arroz cocido en el caldo del pescado y opcionalmente los pescados y mariscos que le han dado sabor. Suele acompañarse de all i oli.

A l'ast:

Al espeto. Ver bajo: Espeto.

Abacaxi:

Piña.

Abacería:

Tienda o puesto en los que se vendían productos poco perecederos. Artículos relacionados: Abarrotes. Abasto (3). Bodega. Grosería. Kiosco. Pulpería. Ultramarinos.

Abadejada:

Comida, normalmente entre amigos o conocidos, o en fiestas populares, consistente en un guiso de bacalao.

Abadejo:

1. *Pollachius pollachius*. Abad. Pescado de agua salada, procedente en su mayor parte del Atlántico Norte; pescado blanco, poco graso, similar al bacalao a cuya familia (gadiformes) pertenece.
2. Abadejo de Alaska. *Gadus chalcogrammus*. Pescado blanco de agua salada, que suele capturarse en el mar de Bering. Tiene un crecimiento rápido y puede llegar a cerca de un metro. Su sabor es más suave que el abadejo común, al igual que tiene aún menos grasa. Se utiliza en la industria alimentaria para elaboración de surimi (véase) y para preparados congelados rebozados; también en cadenas de comida rápida.

Abaisse:

Porción de masa que se estira con un rodillo para hacerla más fina.

Abaleo:

Operación de separar el grano de cereal de la paja.

Abalone:

Abulón.

Abanico:

1. Pieza delgada que envuelve las costillas por su parte exterior, especialmente valorada la del cerdo ibérico. Es un corte marmoleado muy rico en grasa y que por lo tanto se adapta muy bien a la parrilla, consiguiendo una textura crujiente pero jugosa.
2. En abanico. Ver bajo: Panoja (3).

Abañar:

Seleccionar el grano, mediante la criba o el cedazo.

Abarquillarse:

Curvarse un género plano por distintos motivos. Puede pasar a rebanadas de pan o bizcocho al secarse o a los filetes de carne o pescado al someterlos a cocción. En este caso se debe a que tienen piel o tejido conectivo que se contrae por la acción del calor, por lo que para que no ocurra, debe quitarse o al menos cortarse.

Abarrotes:

Término marítimo, que viene de *barrotes*, travesaños que se ponían en los barcos para poder llenarlos (*abarrotarlos*) de todo tipo de productos, especialmente alimenticios para cruzar mares y océanos, tanto como alimento de la tripulación durante la travesía, como para abastecer a los puertos de destino de productos de ultramar (*ultramarinos*). Además, en las labores de la estiba y con el mismo origen etimológico (*barrotes*), se llamaba *abarrotes* a los sacos o bultos diversos, llenos de productos más o menos flexibles, que permitían el ajuste, para aprovechar el espacio y rellenar los huecos que quedaban entre los barriles y grandes bultos, y que, al mismo tiempo, servían para impedir el desplazamiento de la carga. Por ello, estos productos se conocían como *abarrotes* y dieron nombre a los establecimientos donde se vendían y las personas que los vendían (*abarroteros*).

1. Artículos para el abasto de las casas o establecimientos, especialmente los de alimentación.
2. En México, Colombia, Ecuador, Perú y otros países de Centroamérica, tienda en la que se venden comestibles, bebidas y otros productos para el hogar. Artículos relacionados: Abacería. Abasto (3). Bodega. Grosería. Kiosco. Pulpería. Ultramarinos.

Abasto:

1. Provisión de artículos alimenticios.
2. Mercado de abasto. Ver bajo: Mercado (3)
3. Bodega. En Venezuela y otros países de Iberoamérica, tienda de venta productos para el hogar, especialmente alimentos. Artículos relacionados: Abacería. Abarrotes. Bodega. Grosería. Kiosco. Pulpería. Ultramarinos.

Abate:

Espalmadera.

Abati:

1. Maíz, en guaraní.
2. Chicha.

Abatidor de temperatura:

Equipo de cocina, capaz de bajar la temperatura de los alimentos en muy poco tiempo, para reducir la exposición a temperaturas templadas y consiguiendo el riesgo de desarrollo de microorganismos patógenos.

Abatir:

Bajar rápidamente la temperatura de un género o elaboración, con objeto de impedir la proliferación de microorganismos patógenos, cortar la cocción o endurecer su estructura. Puede realizarse, según los casos, mediante un abatidor de temperaturas, inmersión en agua con hielo, nitrógeno líquido u otro procedimiento.

Abedul:

Betula pendula sin. *B. verrucosa* sin. *B. alba*. Planta arbórea de gran porte, cuyas hojas se utilizan en infusión por sus propiedades diuréticas. De su corteza se extrae una pomada para el tratamiento de la piel con propiedades antiinflamatorias y antisépticas.

Abeja:

Las abejas son insectos himenópteros pertenecientes a los antófilos (que aman las flores). Se conocen más de veinte mil especies. Son muy útiles en la agricultura ya que se encargan de la polinización. Hay especies solitarias que no son sociables y no tienen división del trabajo, ya que todas las hembras son fértiles, como las cortadoras de hojas. Sin embargo, algunas especies han sido utilizadas tradicionalmente como ganado para la producción de miel y cera. Artículos relacionados: Miel. Apicultura.

Abierto:

Adjetivo que se aplica al vino con poco color.

Ablactar:

Aligerar una salsa o crema mediante la adición de leche.

Ablandador:

1. Ablandador de masas. Utensilio compuesto por varias cuchillas curvas y paralelas, unidas a un mango, que se utiliza para facilitar la preparación de diferentes masas; especialmente si intervienen grasas sólidas como la mantequilla.
2. Ablandador de carne. Tenderizador.

Ablandar:

1. Cocer muy lentamente frutas hasta que queden blandas, sin que adquieran color dorado.
2. Añadir un líquido a una masa para que, tras amasarlo con ella, la vuelva más tierna y suave.

Abocado:

Embocado.

Abocarte:

Boquerón, en Cantabria.

Abomaso:

Cuajar.

Aborrajado:

Elaboración típica de Colombia, a base de láminas de plátano macho muy maduro (la piel debe estar negra), rellenas de queso blanco y normalmente bocadillo (véase bajo: Bocadillo, 2) de guayaba, todo rebozado en harina y huevo, y frito, a lo que se suele añadir sal y azúcar.

Abreboca:

Aperitivo.

Abrebotellas:

Utensilio para quitar las chapas a las botellas.

Abrefácil:

Conjunto de sistemas de apertura de latas, botes, briks y otros envases industriales, que facilitan la apertura con las manos, sin necesidad de ningún instrumento especial.

Abrelatas:

Utensilio para abrir latas. Los hay de muy diversas formas y sistemas de accionamiento, manuales o eléctricos.

Abrestras:

Utensilio que se utiliza para abrir ostras, del que existen muchos modelos. Puede consistir en un pequeño cuchillo, de hoja muy corta y ancha, a la par que robusta, y acabada en punta, para introducirla entre las dos valvas del molusco y hacer palanca. Puede ser una tabla que suele tener una concavidad en la que colocar la ostra u otro mecanismo para sujetarla, y una palanca con una punta para introducirla entre las dos valvas.

Abridor:

1. Abrebotellas.
2. Abrelatas (más raramente).

Abrillantar:

Lustrar. Dar brillo a una preparación con grasa, huevo, almíbar, jalea, gelatina, etc.

Abrótano:

Artemisia abrotanum, sin. *A. herbacea*. Planta herbácea de la familia de las asteráceas (véase), como la manzanilla, la estevia o el estragón. Tiene un aroma y amargor parecido al ajeno con matices que recuerdan al limón. Se utiliza en infusión como tónico digestivo; también se utiliza en algunos lugares para aromatizar carnes de caza y pescados azules. Se debe limitar su uso, ya que contiene componentes con una cierta toxicidad.

Absenta:

Ajenjo. Bebida anisada, de origen suizo, pero que alcanzó su popularidad en Francia, elaborada con ajeno, hinojo, anís y otras hierbas. Tiene un fondo amargo procedente sobre todo del ajeno y posee una muy alta graduación alcohólica, que puede ir desde 45 % o 50 %, hasta de 80 % vol. o más. Ha sido una bebida muy controvertida por sus efectos sobre el cerebro conociéndose como *diablo verde*. Comenzó siendo una pócima medicinal hasta llegar a alcanzar gran popularidad durante todo el siglo XIX estando ligada a grandes artistas como Van Gogh, Hemingway, Picasso o Pessoa, hasta que fue prohibida en Francia en 1915, como también lo fue en otros países; en España, en cambio, nunca ha estado prohibida y algunos países han levantado sus prohibiciones poniendo límite al contenido en ciertos compuestos como la tujona.

Abstemia/-o:

Dícese de la persona que no ingiere bebidas alcohólicas.

Abulón:

Abalone. Oreja de mar. *Haliotis* spp. Reciben este nombre distintas especies de moluscos gasterópodos del género *Haliotis*. Su única concha tiene una forma ovalada terrosa por el exterior, pero con variados colores nacarados en el interior. Su tamaño varía con las especies, pudiendo ser desde unos 3 cm a veinte o más. En la Macaronesia (Azores, Canarias, islas Salvajes, Madeira y Cabo Verde) se encuentra la *Haliotis tuberculata coccinea*, de unos 10 cm, también conocida como almeja canaria, cuyo cultivo se está experimentando en la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. La carne del abulón, firme y sabrosa, es muy apreciada en los mercados de Extremo Oriente, así como en Chile, México y actualmente en EE. UU., alcanzando un alto valor económico. Se comercializan frescos, congelados, enlatados o secos. Se suelen someter a cocciones prolongadas a baja temperatura. Artículos relacionados: Loco.

Acaballar:

Emplatar colocando un género acostado o a caballo sobre otro. Artículos relacionados: Caballo (2).

Acahual:

En México, hierba alta que puebla los barbechos.

Acai:

Azai.

Acajú:

Anacardo.

Acanalador:

Utensilio que consiste en una media caña con un mango que se utiliza para realizar canales en un producto.

Acanalar:

Realizar canales o estrías en un producto para decorarlo.

Acaramelar:

Bañar un género o un molde con caramelo.

Accesibilidad:

En restauración, es la condición que tienen los espacios, máquinas, utensilios y productos relacionados con el sector, por la que pueden ser universalmente accesibles, y por tanto utilizados por todas las personas, sean particulares, profesionales o clientes, independientemente de sus capacidades físicas, cognitivas o técnicas. Estas condiciones de accesibilidad, van desde el diseño de los espacios arquitectónicos y elementos a utilizar, como herrajes y accionadores de las distintas instalaciones, utilización de tecnologías digitales para facilitar la comunicación con el equipamiento, hasta el marcaje en braille de los productos envasados. Muchas de las condiciones de accesibilidad son útiles no solo para que puedan ser utilizados todos los espacios y elementos por todas las personas que pudieran tener algún tipo de discapacidad, sino que vienen a facilitar el trabajo todas las personas, que puedan tener una discapacidad transitoria, o que aun no teniendo estas discapacidades, puedan tener por el ejercicio de su actividad las manos ocupadas, o que no deban tocar con ellas ciertos elementos para garantizar las condiciones de seguridad alimentaria; además, el diseño con criterios de accesibilidad universal siempre aumenta las condiciones de seguridad laboral o simplemente doméstica de cualquier persona. Artículos relacionados: Braille. Señalización. Seguridad. Cocinar a ciegas. Ergonomía. 5S.

Acebuche:

Olivo silvestre.

Acecinar:

Conservar carnes curándolas al aire con ayuda de sal y humo.

Acedera:

Vinagrera. *Rumex acetosa*. Planta herbácea, muy rica en vitamina C y con propiedades aperitivas y diuréticas. Tiene una cierta acidez. Sus hojas se utilizan crudas o cocidas, como condimento en ensaladas y otras elaboraciones como potajes y sopas.

Acederilla:

Papa oca. (ver bajo: Oca)

Acedía:

Dicologlossa cuneata. Pescado blanco de agua salada, pleuronectiforme parecido al lenguado (véase) (*Solea solea*). Su cuerpo es plano, ovalado y alargado, con un tamaño algo superior a un palmo. A diferencia del lenguado tiene las aletas dorsal y anal, separadas de la caudal y el cuerpo más estrecho. Tiene los ojos en el lado derecho, que es más oscuro de un color castaño y es el que queda en la parte superior cuando se entierra en los fondos arenosos; mientras que el lado ciego es blanquecino. Es muy consumido en Andalucía, normalmente frito.

Aceitar:

Impregnar un género o un molde, plancha o sartén de una capa fina de aceite, para dar sabor, jugosidad, brillo o impedir que se adhiera el género a la superficie o facilitar el desmoldado.

Aceite:

Lípido que permanece en estado líquido a temperatura ambiente (20 °C). Los lípidos que a esa temperatura están en estado sólido se denominan grasas. Sin embargo, en cocina bajo la denominación de grasas se incluyen los aceites. El aceite alimentario se suele obtener de semillas, como el de girasol, soja, maíz, colza, ricino, avellana, nuez, cáñamo, lino, pepita de uva, etc., o incluso frutos como la aceituna, el aguacate, el coco o la palma. También se obtiene de animales como el espermaceti de los cetáceos o el aceite de hígado de bacalao, o de insectos. Algunos de estos aceites se describen bajo la entrada del género del que se obtienen. Artículos relacionados: Lípido. Colesterol. Grasa. Aceite de oliva (bajo: Oliva). Aceite de palma (bajo: Palma). Aceite de Coco (bajo: Coco).

Aceite cansado:

Aceite agotado. Aceite que ha sido sometido a temperaturas de fritura durante más tiempo del adecuado. Esto genera un exceso de componentes

polares dañinos para la salud. Existen aparatos medidores de compuestos polares y otros cromáticos a base de reactivos; de manera visual suele detectarse por la aparición de espuma. Artículos relacionados: Polares, Componentes. Aceite quemado.

Aceite quemado:

Aceite cocido. Aceite que ha sido sometido a temperatura más alta de la adecuada, por haberse superado el punto de humeo. Esto genera un exceso de componentes polares dañinos para la salud. Dependiendo del origen del aceite y de su tratamiento y grado de refinado, el punto de humeo puede ser más alto o más bajo. Uno de los aceites que mejor soporta el calentamiento es el de oliva. Artículos relacionados: Polares, Componentes. Aceite cansado.

Aceitera:

Recipiente de metal, vidrio, plástico, etc. para contener y dispensar el aceite. Hay de muchos tipos y suelen constar de un pitorro por el que sale el aceite. Uno de los problemas de estos recipientes es que suelen permitir que escurran gotas desde el pitorro por el exterior. Algunos diseños evitan este problema permitiendo que las gotas vuelvan al interior del recipiente, escurriendo desde el pitorro hasta un pequeño embudo que las canaliza hacia el interior nuevamente.

Aceitoso:

1. Dícese de una elaboración que resulta con demasiado aceite.
2. Sustancia que resulta untuosa o crasa al tacto
3. Ahilado. Referido a un vino, que deja una lágrima densa.

Aceituna:

Oliva. *Olea europaea*. Fruto del olivo, árbol procedente del Oriente Próximo. El vocablo viene del árabe *as-seitun* (نوت زيتون). Los frutos son ovoides y en algún caso esféricos desde menos de 1 cm a más de tres; de color verde cuando están inmaduras, y marrón o rojo, según variedades, hasta ponerse negras o casi, cuando van madurando. Cerca del 90 % de los frutos se emplean en la producción de aceite de oliva (ver bajo: Oliva). También se utiliza el fruto como aceituna de mesa, bien maduro o inmaduro, que sirve de aperitivo o para algunas elaboraciones. Las aceitunas tienen oleuropeína, un glucósido que, sin ser dañino para el organismo, produce un sabor muy amargo. Para quitar o reducir, según los casos, ese amargor, se someten a un proceso de *endulzado*, *curado* o *cocido* con sustancias alcalinas. El endulzado más sencillo y tradicional se produce por un lavado durante días con agua o agua con sal, en muchos

casos tras rajarlas o machacarlas; proceso que no suele quitar todo el amargor, dejando parte en el fruto, lo que le proporciona unas características organolépticas especiales. En Aragón existe un procedimiento tradicional de curado (utilizado con la variedad de aceitunas *empeltre*), que consiste en someter a las aceitunas negras a los fríos invernales con algo de sal para facilitar la pérdida de líquido, lo que da como resultado un tipo de aceituna arrugada que se conserva bañada en aceite. Aparte de estos procedimientos, el más utilizado es el de *cocido* con un producto alcalinizante, es decir someter los frutos a la acción de una solución alcalina, normalmente de sosa cáustica al 15 %, un tiempo entre 8-24 h; aunque industrialmente se utilizan concentraciones más altas para acortar los tiempos y aumentar la productividad. El tiempo depende de la variedad de aceituna y el grado de maduración; si la recolección es muy temprana como en las típicas aceitunas de Campo Real, el tratamiento es más intenso. El sistema del tratamiento en medio alcalino se utiliza desde tiempos remotos (los romanos ya lo hacían) utilizando cenizas como agente alcalinizante. Después de eliminar el amargor o reducir su intensidad con los distintos métodos, suelen conservarse en salmuera, vinagre con algún tipo de aliño o *guiso*, a base de diferentes ingredientes como limón, ajo, especias y hierbas aromáticas. Algunas de las variedades utilizadas en España son gordal sevillana, manzanilla sevillana, blanqueta, cornicabra, hojiblanca, arbequina, cornezuelo, empeltre, picual, etc.

Acelga:

Bleda. *Beta vulgaris* var. *cicla*. Planta de la familia de las amarantáceas, como las espinacas, la remolacha o la quinua, de la que se comen sus hojas enteras, tanto la parte verde, como las pencas. Se consume de muchas formas: cocidas, rehogadas o incluso en ensalada las hojas más tiernas.

Acemite:

Azemite. Asemita. Acenite. Vocablo que viene del árabe *as-samid* (ديسمس) que significa *la sémola*, aunque en algunos lugares lo traduce como *flor de harina*.

1. Mezcla de afrecho (ver bajo: Salvado) y un poco de harina de trigo, que se utilizaba antiguamente para hacer pan.
2. Pan hecho con la mezcla anteriormente descrita.
3. Acemita o acema tocuyana. Pan dulce esponjoso en forma de rosca ovalada, que se elabora en el occidente venezolano y debe su nombre a la localidad larense de El Tocuyo. Se elabora con una masa de harina, levadura, leche, huevos, mantequilla, papelón (véase), canela, nuez moscada y queso criollo rallado.

4. Diversos panes dulces que se hacen en algunos países centroamericanos y caribeños, en incluso en Norteamérica (México)

Artículos relacionados: Semita.

Acerbo:

Ágrio, picante, amargo, acre.

Acerarse:

Encallarse.

Acero:

Ver bajo: Metal.

Acerola:

Cerecita. Manzanita. Cereza de lndias. *Malpighia emarginata*. Arbusto originario de México de frutos comestibles de tamaño y forma exterior se asemeja a una cereza de color rojo o amarillo, con un interior en el que hay gajos jugosos de sabor agridulce. Los frutos son muy ricos en vitamina C, pero también A y varias del grupo B, así como flavonoides, calcio, potasio y magnesio entre otros minerales. Se utiliza para hacer dulces y mermeladas, aunque se puede comer como fruta cuando está muy madura.

Acesulfamo potásico:

Ver bajo Edulcorante.

Acética, Fermentación:

La fermentación acética es proceso aeróbico, por el que gracias a bacterias de la familia *acetobacteraceae*, se convierte el alcohol etílico en ácido acético. En realidad, es un proceso de oxidación y se diferencia de la acidoláctica y la alcohólica precisamente en que se realiza con la contribución del oxígeno. El principal producto de esta transformación es el vinagre, que se utiliza, tanto para dar sabor y aroma a los alimentos, como para contribuir a conservarlos, evitando la proliferación de bacterias como la *salmonella* o el *Clostridium botulinum*, ya que estas bacterias precisan de un pH alto para desarrollarse.

Acético, Ácido:

E-260. Es un ácido orgánico (carboxílico) soluble en agua que se encuentra presente en el vinagre. En la industria alimentaria se utiliza como acidulante y conservante en mahonesas, salsas y conservas de productos vegetales o cárnicos. También se emplea en la elaboración por *cocción en frío* de algunos géneros, como los boquerones en vinagre.

Acetificarse:

Avinagrarse.

Aceto:

Vinagre.

Acetre:

Sítula. Pequeño caldero que se utiliza para sacar agua de los pozos, aljibes o recipientes profundos como tinajas. Artículos relacionados: Caldero. Vasija. Tinaja.

Achía:

Brotos tiernos de bambú.

Achicharrar:

Freír, asar, tostar o cocer un género en exceso.

Achicoria:

Radiquio (*Radicchio*). *Cichorium intybus*. Planta herbácea perenne de la familia de las asteráceas, como la escarola y la endivia. Sus hojas y raíces son amargas. Las hojas, crudas o cocidas, se consumen en ensalada, y su raíz, secada y tostada, se utiliza como sucedáneo del café. Hay distintas variedades con colores que van desde el verde al rojo, como es el caso del radicchio o de la conocida como lechuga de hoja de roble. Son muy ricas en minerales esenciales como el fósforo, magnesio, calcio, potasio y sodio, así como en ácido fólico y flavonoides.

Achiote:

Onoto. Bija. Axiote. Achote. Annatto. Rocou. Urucú. *Bixa Orellana*. Arbusto de las regiones tropicales y subtropicales americanas con unos frutos cuyas semillas proporcionan un intenso color rojo, y se utilizan como colorante y condimento, aportando sabor picante y a frutos secos. Rico en flavonoides, con propiedades para el buen funcionamiento del sistema genito-urinario. Es muy utilizado en la gastronomía mexicana y uno de los componentes esenciales del recado rojo (véase bajo: Chilmole). También se utiliza en la gastronomía andina.

Achura:

Asadura.

Acidez:

1. Condición de ser ácido.

2. Acidez estomacal. Exceso de producción de ácido clorhídrico en el estómago que a veces sube por el esófago, produciendo una sensación de quemazón. Las grasas aumentan considerablemente la producción de ácido. Por otro lado, una disfunción en el hiato (hernia de hiato) favorece el ascenso de los ácidos. Cuando esta ascensión se produce de forma continua, puede crear una transformación en las células esofágicas (esófago de Barrett).

Acidificar:

Acidular. Añadir una sustancia ácida (ácido cítrico, zumo de frutas, vino, etc.) a un género o elaboración con objeto de bajar su pH.

Acidificación:

Proceso que se produce por la acción de añadir una sustancia ácida a un género o elaboración, o por acción metabólica de las propias bacterias internas, añadidas o sembradas, como ocurre en la fermentación ácido-láctica (véase) y en especial en la elaboración de derivados de la leche, como el queso o el yogur.

Ácido:

1. Sustancia ácida (ver: bajo pH).
2. Sabor ácido (ver: bajo Sabor).

Ácido algínico:

E-400. Polisacárido que se obtiene principalmente de algas pardas marinas pertenecientes a las laminarias como *Laminaria hyperborea* y *Laminaria digitata*, pero también de otras *phaeophyceae* como *Macrocystis pyryfera*, o *Oscophyllum nodosum*. Se utiliza como espesante y gelificante natural, y también como espumante. Es ampliamente utilizado en la industria alimentaria en la elaboración de vinos espumosos y cervezas, también en mahonesas, salsas, conservas, papillas, etc. Tanto él como sus derivados son muy utilizados en la cocina molecular. De él se obtienen diversos alginatos: E-401 a 405. Artículos relacionados: Alginato de sodio. Esferificación.

Ácido graso:

Compuesto químico orgánico con biomoléculas formadas por átomos de carbono (C), hidrógeno (H) y oxígeno (O), que forma parte de los lípidos saponizables. Ver: Lípido.

Acido-láctica:

La fermentación ácido-láctica es un proceso metabólico anaeróbico, en el que los azúcares (lactosa) se convierten en ácido láctico y dióxido de carbono, gracias a la acción de bacterias y hongos que se alimentan de dichos azúcares. Algunas de las bacterias son *Leuconostoc mesenteroides*, *Pediococcus cerevisiae*, *Streptococo lactis*, *Lactobacillus bulgaricus*, *Streptococo thermophilus* o *Bifidobacterium bifidus*, estas últimas responsables de la formación de los yogures y los yogures bio. Se trata de un método de conservación que impide el deterioro y putrefacción de los alimentos, a la vez que, en la mayor parte de los casos mejora sus propiedades nutricionales y los hace más digeribles,

a la vez que enriquece el abanico organoléptico con nuevos sabores y aromas. Se trata de una técnica ancestral que sigue utilizándose hoy en día de forma cotidiana abarcando todo tipo de alimentos. Aparte de los lácteos, experimentan fermentaciones lácticas embutidos como el chorizo o salchichón, el chucrut, el maqds sirio y el kimchi coreano, encurtidos como los pepinillos o los jalapeños mexicanos, las aceitunas en salmuera, la salsa de soja, el miso, el sumbala mandinga y hasta pescados muy típicos en Extremo Oriente. Artículos relacionados: Acidificación, pH, Malo-láctica. Conservación.

Ácido tartárico:

E-334. Es un acidulante que suele obtenerse de forma natural por fermentación de algunas frutas, en particular del vino o de los residuos de la vinificación. A menudo se confunde con el cremor tártaro o bitartrato de potasio (E-336), que es un acidulante sintético que proviene de él, sustituyendo uno de sus hidrógenos por un potasio. El ácido tartárico suele formar parte de los impulsores químicos comerciales en combinación con bicarbonato de sodio; también se utiliza en refrescos, zumos, vinos, golosinas, etc. Del ácido tartárico también se obtienen otros aditivos: tartrato de sodio (E-335), tartrato de sodio-potasio (E-337), tartrato de calcio (E-354), tartrato de estearilo (E-483) y tartrato de colina (E-1001v). Artículos relacionados: Cremor tártaro.

Acidular:

Acidificar.

Ácimo, Pan:

Ver: Pan ácimo.

Acitrón:

Tallo de un tipo de cactus mexicano descortezado y confitado. Este cactus, la biznaga (*Echinocactus platyacanthus*), que se utiliza como adorno de la rosca de reyes o en la preparación del plato nacional mexicano, los chiles en nogada, se encuentra en peligro de extinción, por lo que debe sustituirse por algún tipo de fruta confitada o escarchada. Artículos relacionados: Biznaga. Chiles en nogada.

ACK:

Acesulfamo potásico. Ver bajo Edulcorante.

Ackee:

Aki.

Acobijar:

Aporcar.

Acocil:

Chacal. Langosta de río. *Cambarellus*. Género de crustáceos que se encuentran en los ríos mexicanos, parecidos al camarón.

Acocote:

Mate. Júcaro. Calabaza del peregrino. *Lagenaria siceraria*. Planta trepadora de la familia de las cucurbitáceas. Se puede comer, pero se utiliza sobre todo como recipiente donde tomar el aguamiel y el pulque.

Acodar:

Cubrir de tierra una parte de un tallo, con objeto que enraíce, y posteriormente separarla de la planta madre y obtener una nueva planta. Suele hacerse enterrando parte del tallo, pero también puede hacerse cubriendo el tallo de tierra u otra sustancia capaz de almacenar la humedad, y cubriéndolo posteriormente con algún envoltorio que la sujete.

Acogollar:

Aporcar.

Acompañamiento:

Guarnición.

Acondicionamiento:

Conjunto de acciones que se aplican a un género, preelaboración o elaboración, destinadas a asegurar las condiciones de seguridad alimentaria, así como preservar sus características organolépticas, durante su transporte, distribución o almacenamiento, antes de su consumo o en espera de una posterior elaboración o acabado. Los alimentos deben envasarse en los recipientes alimentarios adecuados, dependiendo del destino que vayan a tener: táperes, barquetas, cubetas, contenedores o bandejas gastronorm, blísteres, bolsas de vacío, papel film o de aluminio, etc.

Acorcharse:

Se dice de los frutos que pierden parte del jugo o se secan, con una textura menos fresca que recuerda al corcho.

Açorda de bacalao:

Açorda alentejana. Elaboración típica de Portugal consistente en una especie de puré a base de pan duro, cilantro y bacalao, donde se suelen escalfar unos huevos.

Acortezarse:

Se dice de una masa o crema cuya superficie se reseca formando una costra, por estar en contacto con el aire.

Acre:

Áspero, amargo, picante.

Acrilamida:

Sustancia química que se forma en los alimentos, sometidos a altas temperaturas (más de 120 °C), a partir de azúcares reductores (especialmente glucosa y fructosa) y aminoácidos (especialmente la aspargina), mediante la reacción de Maillard (véase). Ciertas dosis de acrilamida son potencialmente cancerígenas. La acrilamida se produce en procesos de fritura y cocción, especialmente en alimentos como el pan (sobre todo el pan de molde por la adición de azúcares), las patatas o el café. El color es un indicador de la presencia de acrilamida. Cuanto más oscuro el color, es probable que exista una mayor presencia de esta sustancia. Las altas temperaturas, el tiempo prolongado y la baja humedad contribuyen a su incremento. En general la fritura es la mayor generadora de acrilamida. En cocina se puede reducir la exposición a la acrilamida prefiriendo los colores dorados a los tostados, hidratando las patatas, antes de la fritura y en general priorizando los procesos de horneado a los de fritura.

Actinidia:

Kiwi.

Acuicultura:

Acuicultura.

1. Cría de especies de peces, crustáceos moluscos y otros animales acuáticos, así como cultivo de algas y otras especies vegetales acuáticas.

2. Conjunto de técnicas y conocimientos relativos a la cría y cultivo de especies acuáticas.

Artículos relacionados: Piscicultura.

Acuyo:

Hoja santa.

Adafina:

Cocido de garbanzos, hortalizas y carne de cordero que solían tomar los sefardíes durante el shabat, ya que se dejaba desde la noche del viernes en olla de barro.

Adámame:

Soja.

Adelgazar:

Reducir el espesor de una masa con ayuda de un rodillo.

Aderezar:

Condimentar un preparado con diversos ingredientes como aceite, vinagre, sal o especias.

Aditivo:

Sustancia añadida a los alimentos con objeto de conservarlos, colorearlos, modificar su textura, aromatizarlos, potenciar su sabor, etc. En la Unión Europea se establece una nomenclatura para su identificación: colorantes (E-1xx); conservantes (E-2xx); antioxidantes (E-3xx); reguladores pH (E-3xx y E-5xx); espesantes, estabilizantes y emulsionantes (E-4xx); saborizantes (E-6xx); edulcorantes y varios (E-9xx); otros productos sin clasificar (E-1xxx). El segundo dígito hace referencia al subgrupo a que pertenece, por ejemplo, en los colorantes se refiere al color.

Adobar:

Técnica de conservación consistente en introducir un género (generalmente carne o pescado) en un preparado (adobo) con objeto de aumentar su duración a la vez que darle sabor, aromatizarlo o ablandarlo. Se trata de una técnica ancestral, que de uno u otro modo han desarrollado pueblos antiguos.

Adobo:

1. Preparación que suele hacerse con aceite, vino, vinagre, pimentón, ajo, sal, especias y hierbas aromáticas. Se puede considerar adobo a la maceración, la marinada, el escabeche, etc. Artículos relacionados: Marinar. Macerar. Escabeche.

2. Adobo peruano es un plato picante típico de la ciudad de Arequipa (Perú). Se trata de carne de cerdo adobada con vinagre, chicha, rocoto (véanse), ajo, cilantro y otras especias, que se suele cocer en la propia olla de barro en la que se ha dejado adobar. Es un plato muy popular que incluso se come para desayunar, especialmente los domingos.

3. Bienmesabe.

4. Adobo filipino es un plato a base de carne de cerdo o pollo, normalmente, pero también pescados, mariscos u hortalizas, que se dejan adobar en una salsa de vinagre de arroz, salsa de soja, ajo, pimienta negra y laurel, tras lo cual se saltean en aceite y se cuecen en la propia salsa del adobo.

Adornar:

Conjunto de acciones destinadas a mejorar la apariencia y presentación de los géneros y elaboraciones, para potenciar el disfrute de todos los sentidos. Estas acciones pueden consistir en recortar, dar forma, tallar, pintar, organizar, combinar, tornejar, etc. los distintos géneros alimenticios y elaboraciones o añadir otros elementos auxiliares de ayuda. Artículos relacionados: Hermosear. Tornejar. Emplatar.

Adraganto:

Tragacanto.

1. *Astracantha gummifer* sin. *Astragalus gummifer*. Arbusto perennifolio de pequeño porte, perteneciente a la familia de las leguminosas y originario de Anatolia y Oriente Próximo, del que se obtiene una goma que fluye de manera natural por su tronco.

2. Goma de dragón. Goma tragacanto. E-413. Polisacárido natural, con aspecto de goma blanquecina, que se obtiene de las secreciones resinosas del arbusto del mismo nombre. Se ha venido utilizando en repostería, en especial en la de Oriente Próximo, donde todavía es un aditivo corriente, por sus propiedades espesantes y estabilizantes. Artículos relacionados: Goma arábiga.

Adrià, Ferrán:

Ferrán Adrià Acosta (L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona, 1962-) es un cocinero español que revolucionó la cocina entre los últimos años del siglo pasado y los primeros de este, desde su restaurante *El Bulli*. Con varias estrellas Michelin y ocupando el puesto de mejor cocinero del mundo, otorgado por prestigiosas publicaciones, durante varios años consecutivos, ha destacado por su continua investigación e innovación en la gastronomía, en continua combinación con ciencia y tecnología. Artículos relacionados: Molecular, Gastronomía. Ver anexo Gastronomía de película: *El Bulli: historia de un sueño* (2009). *El Bulli: Cooking in progress* (2010). *Menú degustación* (2013).

Adrià, Albert:

Albert Adrià Acosta (L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona, 1969-) es un cocinero y repostero español, hermano de Ferrán Adrià (véase), con quien trabajó en *El Bulli*, además de abrir diversos locales, entre ellos un gastrobar, y publicar distintos libros de cocina y repostería. Su principal formación fue en este último campo, habiendo tenido como maestros a Paco Torreblanca y Antoni Escrivà (véanse).

Adulterar:

Quitar o añadir sustancias, de forma fraudulenta, a un alimento para variar su composición, o falsear su volumen o peso.

Aduriz, Andoni Luis:

Andoni Luis Aduriz (San Sebastián, 1971-). Joven cocinero que en 1998 dirigió su propio restaurante, el Mugaritz, que llegó a ser considerado el tercer mejor restaurante del mundo.

Advocaat:

Combinado elaborado con alguna bebida alcohólica de alta graduación, azúcar, huevo, leche en polvo o nata, vainilla, etc.

AECOSAN:

Agencia Española de Consumo Seguridad Alimentaria y Nutrición, es un organismo autónomo creado en 2014, como fusión entre la Agencia Española de Seguridad Alimentaria (AESAN) y el Instituto Nacional de Consumo.

Aerógrafo:

Pequeño pulverizador, a modo de pequeña pistola de pintar, que se utiliza para decorar elaboraciones.

Afagia:

Trastorno digestivo que se caracteriza por la incapacidad para deglutir por causas orgánicas o psicológicas.

Afeitar:

Araser. Rasurar. Quitar con un cuchillo la parte reseca de un artículo o alunas partes de la carne, como ternillas, tendones o grasa. Se emplea para distintos géneros, como un bizcocho o una carne. Artículos relacionados: Hermosear.

Afilador/-a:

1. Persona que tiene por oficio afilar cuchillos, tijeras y otros instrumentos de corte.

2. Instrumento para afilar. Hay de muy variados tipos. En primer lugar, podríamos distinguir entre eléctricos y manuales. Ambos pueden ser de inclinación determinada por el propio instrumento (automáticos), que no requieren destreza, o de inclinación controlada por el usuario, que exigen una cierta destreza. Los materiales son muy variados, desde aceros especiales, piedras naturales o artificiales a aceros diamantados. Destacan las piedras japonesas, que suelen tener grano muy fino y requieren paciencia y destreza, pero cuyos resultados son incomparables. Los hay más abrasivos, de grano más grueso, que se utilizan para hacer el filo, propiamente dicho o vaciar. Los que tienen una numeración más alta son más finos y son los que valen en realidad para afilar. La chaira (véase), no es un verdadero instrumento de afilado ya que su función es enderezar el filo o afinarlo; su función es la de mantener el filo.

Afilar:

Hacer que el filo resultante del vaciado, en un cuchillo u otro instrumento de corte, sea eficaz para cortar adecuadamente, lo que se consigue mediante el desgaste ligero de las dos caras del filo, o en el caso de una cara plana, de la opuesta. La operación se realiza por roce con un material abrasivo, como una piedra de afilar o un afilador manual o eléctrico. Una chaira no es propiamente un instrumento de afilar, ya que su función se limita a asentar el filo. Artículos relacionados: Afinar. Vaciar. Chaira.

Afinadora:

Laminadora.

Afinar:

1. Trabajar una masa con fuerza para conseguir que sea más suave. Se suelen hacer pliegues sucesivos sobre sí misma para pasarle después el rodillo con presión, o una afinadora. Artículos relacionados: Bregado. Laminar.
2. Asentar. Alinear. Enderezar el filo de un cuchillo, tijera, etc. para recuperar el corte. Esta operación suele hacerse con una chaira. Artículos relacionados: Afilar. Vaciar. Chaira.

Aflojar:

Dícese de una masa que se ablanda por exceso de trabajo en el amasado.

Afogarse:

Agarrarse.

Afrecho:

Ver bajo: Salvado.

Afrodisiaca/-o:

Afrodisiaca/-o. Que estimula el apetito sexual.

Afrutado:

1. Se dice del vino que evoca el aroma de las frutas maduras (melocotón, frambuesa...). Los expertos prefieren hablar de vinos frutales.
2. Calidad del aceite de oliva que tiene aroma de fruta fresca.

After eight:

Pequeña chocolatina cuadrada consistente en una lámina de chocolate negro que recubre un relleno de una crema dulce de menta, ligeramente picante. Fue creada en los años 60 por la empresa británica Rowntree, para ser consumido después de la cena: *after eight* (después de las ocho). Posteriormente la empresa fue absorbida por Nestlé, que es el actual fabricante del producto.

Agalla:

1. Branquias de los peces.
2. Protuberancia rugosa que sale en algunas hortalizas como consecuencia de ataques de insectos u hongos.

Ágape:

1. Comida fraternal en comunión, de carácter religioso que celebraban las primeras comunidades cristianas, con objeto de fortalecer sus lazos y el amor de Dios; hay múltiples citas bíblicas que ayudan a entenderlo (Jn 3,16; Mt 5,44). El término tiene por origen el la palabra

griega agápēy (ἀγάπη), que era utilizada por filósofos como Platón para referirse al amor incondicional en el que el amante solo tiene en cuenta el bien amado, en general la verdad o la humanidad.

2. Celebración que puede consistir en un banquete formal o un simple cóctel o vino español, que se hace para agasajar a alguien, conmemorar algún acontecimiento, clausura o bienvenida a los participantes en algún evento, etc. Artículos relacionados: Cóctel. Banquete. Vino español (bajo Vino, 2).

Agar agar:

E-406. Kanten. Gelosa. Polisacárido que forma una sustancia gelatinosa, obtenido de la pared celular de algunas algas, como las de los géneros *Gelidium* y *Gracilaria*; aunque el producto obtenido de ambos géneros presenta algunas diferencias. Se trata de un aditivo muy utilizado en alimentación como espesante, tanto industrialmente, como en cocina, dado que no aporta sabor ni color. Es muy rico en hierro. Algunos lo consideran como gelatina vegetal, pero en realidad son sustancias que actúan de forma muy diferente; tiene un poder gelificante muy superior y a diferencia de las gelatinas, para que actúe, es necesario calentarlo por encima de los 90 °C, aunque para utilizarlo como espesante no debe hervir. Con respecto a otros gelificantes tiene la ventaja de que puede llegar a los 75 °C sin fundirse. También se utiliza como alternativa vegana a la gelatina. Artículos relacionados: Algas. Gelatina. *Gelidium*. *Gracilaria*. Carragenano.

Agarrador:

Elemento de silicona u otro material térmicamente aislante que se utiliza para poder asir marmitas, rondones, etc. y otros recipientes o utensilios, sin quemarse.

Agarrarse:

Pegarse. Afogarse. Se dice de un preparado que se pega a la marmita, cazuela, sartén, etc, por acción del calor y falta de jugo o humedad, de manera que se altera su sabor y olor.

Agasajo:

1. Merienda.
2. Comida que se ofrece para halagar a alguien.

Agave:

Magüey. Pita. Cabuya. Mezcal. Planta de hojas carnosas, que se encuentra principalmente en México y el sur de Estados Unidos, de la que se obtiene el aguamiel, que sometida a fermentación se convierte en pulque, del que se destilan diversas bebidas, como el mezcal,

el tequila, la raicilla y otras. Hay varias especies entre las que destacan el *Agave salmiana*, el *A. atrovirens* y el *A. tequiliana*, del que se obtiene el tequila. Artículos relacionados: Aguamiel. Pulque. Mezcal. Tequila. Bacanora. Raicilla. Comiteco. Sotol. Tepache.

Agitar:

Acción de remover una mezcla (salsa, crema, bebida, etc.) con un batidor u otro utensilio, para evitar que se forme costra en la superficie o recuperar su homogeneidad.

Agracejo:

Bérbero.

Agraz:

1. Mosto agrio obtenido de la uva sin madurar.
2. Verjus. Vertjus. Verjuice. Berjús. Salsa medieval elaborada con dicho mosto (a veces otras frutas ácidas) y a menudo aromatizada con flores (rosas...) o hierbas aromáticas. Ya era conocido en la antigüedad clásica como medicamento y es citado como condimento o salsa en varios textos gastronómicos medievales, como el *Llibre de Sent Soví*, *Le Viandier*, o el de Mestre Robert (véanse), también en otras disciplinas como en textos de medicina andalusíes, de Arnau de Vilanova o de Maimónides. Actualmente se comercializa por distintas bodegas en España y otras zonas vinícolas en el mundo; es muy utilizado en Australia, donde pueden encontrarse muchas variedades. Tiene un sabor agrio y se usa en marinados, vinagretas o como simple condimento de diferentes géneros, en lugar de vinagre o zumo de limón. El nombre *verjus* es un galicismo que viene de *jus vert* (*zumo verde*).
3. Agras. Ver: Bejuco blanco.

Agrazada:

Bebida refrescante elaborada con agraz, agua y azúcar.

Agricultura:

1. Cultivo de las plantas destinadas a la obtención de productos agrícolas para su venta.
2. Conjunto de técnicas y conocimientos relativos al cultivo de las plantas y labranza de la tierra.

Agridulce, Salsa:

Reciben este nombre muchas salsas, normalmente relacionadas con la gastronomía china, pero sobre todo con los restaurantes chinos en occidente. En las cocinas orientales es común mezclar sabores picantes, agrios y dulces, a base de mezclar guindillas, vinagre de arroz y miel o azúcar, y así hay multitud de salsas tradicionales, como la *nuoc cham* vietnamita (véase), la salsa cantonesa del cerdo agridulce o la shanghainesa.

Los cocineros en Extremo Oriente o en los restaurantes reputados que existen en occidente elaboran sus propias salsas de calidad, que tienen ingredientes muy variados, entre los que suele estar el jengibre, clavo, sake, vinagre de arroz, salsa de soja, de ostras, algo de azúcar que ayude a la caramelización, etc. Pero normalmente las salsas agrídulces comerciales más conocidas en occidente suelen tener una baja calidad organoléptica y nutricional; suelen elaborarse a base de almidón, azúcar, vinagre, ketchup o colorante y glutamato.

Agricultor/-a:

Persona que tiene o arrienda tierras y las cultiva por cuenta propia, que puede vivir o no en el medio rural.

Agrio:

1. Que produce una sensación de acidez sobre el gusto u olfato. Artículos relacionados: Sabor.

2. Condición de un alimento en mal estado que adquiere una cierta acidez, debido a una fermentación no deseada.

3. Agrio ecuatoriano es una salsa que se utiliza especialmente para acompañar asados de cerdo. Consiste en una especie de vinagreta con cebolla, ají, tomate, cilantro, perejil; todo picado, y zumo de cítricos o vinagre.

4. Cítrico.

Agrónoma/-o:

Especialista en el cultivo de la tierra.

Agrumarse:

Formarse grumos en una salsa o crema.

Agua:

El agua es una sustancia incolora, inodora e insípida, cuya fórmula química es H₂O. Es un elemento indispensable para la vida; el cuerpo humano está compuesto por agua en un 50 %-70 %. El agua pura tiene un pH neutro (7), pero en la práctica tiene distintas sustancias disueltas; así el agua para consumo humano tiene un pH entre neutro y ligeramente alcalino (6.5-9). Las aguas pueden ser duras o blandas. Las primeras tienen una alta concentración de iones de sales (principalmente magnesio y calcio) y las aguas blandas tienen una baja concentración, (el agua más blanda es el agua destilada); si son demasiado blandas no son aptas para el consumo humano. Las aguas demasiado duras dan diferentes problemas que van desde la cocción de los alimentos; el lavado, ya que les cuesta hacer espuma con el jabón, y además, producen daños en las conducciones y los electrodomésticos.

• Agua potable es el agua apta para el consumo humano. Es un agua sometida a múltiples controles,

tanto en el lugar de captación, como estaciones de tratamiento y red de distribución, para asegurar que cumple los parámetros admisibles de pH, amonio, cloro, microorganismos y parásitos patógenos, arsénico, cadmio y otros metales pesados. En los países desarrollados el agua del grifo es agua potable, pero en muchos lugares esta agua no llega a la mayoría de los hogares, o incluso llegando no se trata de agua potable. Las condiciones que marca la OMS para considerar el acceso a agua potable, es que esta esté a una distancia máxima de 1 km y en una cantidad mínima de 20 litros diarios por habitante. En el mundo hay 800 millones de personas que carecen de los servicios básicos del agua y dos mil millones para los que es necesario mejorar la accesibilidad y seguridad de estos servicios.

Las aguas embotelladas en España pueden tener tres denominaciones:

• AMN. Agua mineral natural. Procedente de aguas potables del subsuelo, que tienen una composición constante.

• AM. Agua de manantial. Procedente de aguas potables del subsuelo, cuya composición química puede sufrir ciertas variaciones.

• APP. Agua potable preparada. Agua de distintas procedencias que es potabilizada por los distintos sistemas que admite la normativa.

Artículos relacionados: Sifón. Soda. Vichy. Carbonatada, Agua.

Agua de cebada:

Refresco típico de algunos países de Iberoamérica como México o Perú; En España fue muy típica en Madrid y hoy en día se consume en Alicante y Murcia. Se elabora cocinando cebada malteada o simplemente tostada, a la que se añade azúcar, sirviéndose muy fría; a veces se hace partiendo de machica (véase). Artículos relacionados: Malta. Machica. Horchata.

Agua de Azahar:

Ver bajo Azahar (2).

Agua de Jamaica:

Bebida que se hace en México con una infusión de flor de Jamaica (véase) (*Hibiscus sabdariffa*).

Agua de mar:

Se comercializa en algunos lugares para cocer el marisco.

Agua de rosas:

Ver bajo Rosa (3).

Agua de Valencia:

Cóctel elaborado con zumo de naranja, cava, vodka y ginebra.

Agua oxigenada:

Peróxido de hidrógeno.

Agua tónica:

Tónica, Agua.

Aguacate:

Palta. Avocado. *Persea americana*. Planta arbórea originaria de la región de México, siendo este país su principal productor mundial, aunque hoy en día se cultiva en zonas tropicales e incluso templadas de todo el mundo. Tiene un alto contenido en ácidos grasos poliinsaturados, vitamina E y otras, lo que hace que se haya convertido en un producto de moda muy demandado. Se utiliza en ensaladas, relleno en su propia cáscara, como guarnición, en sopas, etc. Es la base del guacamole (véase) y se utiliza en muchas elaboraciones de países iberoamericanos, como la arepa (véase) *reina pepiada* de Venezuela o la *causa* (véase) de Perú.

Aguachile:

Platillo de la costa occidental de México, consistente en una especie de ceviche de camarones, chiles, cebolla, pepino, pimienta y jugo de limón (lima en España). También se hace con otros mariscos y especialmente con callo de hacha (véase). Artículos relacionados: Ceviche. Poke.

Aguachirle:

1. Referido a una bebida, como café, zumos, vino o caldo, que es insípido o está aguado; también se puede emplear para la miel.

2. Jarro que se utilizaba para echar agua sobre la jofaina. También se utilizaba para refirirse a un depósito, normalmente cerámico, adosado a la pared con un pequeño grifo sobre la pila para lavarse las manos.

Aguada/-o:

1. Dícese de un alimento desabrido.

2. Bebida a la que se ha añadido agua, especialmente si se trata de vino.

Aguadito:

Sopa peruana, contundente y más bien espesa, hecha con un ingrediente principal (gallina, pavo, pescado, moluscos...) diversas hortalizas, arroz y bastante cilantro que le da el característico color verde.

Agumiel:

1. Mosto que se obtiene del corazón del agave y que fermentado da lugar al pulque y destilado al mezcal o al tequila. Es necesario esperar ocho años a la maduración de la planta para poder extraer el mucílago. Debe consumirse en seguida o someterlo a un proceso de

conservación, pues fermenta en poco tiempo. Artículos relacionados: Agave. Pulque. Tequila. Mezcal. Tepache.

2. Hidromiel. Bebida fermentada de unos 12 % de grado alcohólico, que se obtiene al someter a fermentación una mezcla de agua y miel. Se piensa que es la primera bebida alcohólica que preparó el ser humano.

Aguar:

1. Añadir agua a un líquido u otra elaboración.

2. Añadir a una elaboración excesiva cantidad de agua.

Aguardiente:

1. Bebida con alto grado alcohólico obtenida por destilación de fermentados de uva u otros vegetales ricos en sacarosa, como manzanas, higos, remolacha, cereales o caña de azúcar.

2. Aguardiente de hierbas. Ver bajo: Hierbas, Licor de. Artículos relacionados: Espirituosa. Orujo (2). Licor. Hierbas, Licor de. Alcohol. Alambique. Alquitara.

Aguaturma:

Tupinambo. Patata. Alcachofa de Jerusalén. *Helianthus tuberosus*. Planta herbácea americana de la familia de las asteráceas, como la alcachofa, que produce unos tubérculos comestibles. Se consumen los tubérculos y se utilizan en la industria para la obtención de fructosa. Se le atribuyen propiedades prebióticas (véase), y anti-diabéticas, por lo que algunos lo consideran un superalimento (véase).

Aguay:

Aguái. Nombre con que se conoce a una o más especies de plantas arbóreas de gran porte del género *Pouteria*, familia de las sapoáceas originarias de la cuenca hidrográfica del Río de la Plata, fundamentalmente en Paraguay, Argentina y Uruguay. La *Enciclopedia argentina de agricultura y ganadería* (AA. VV., Op. cita) distingue entre dos especies: *Pouteria gardneriana* y *P. suavis*. Sin embargo, *The Plant List* (AA. VV., Op. cita) los considera sinónimos. Proporcionan un fruto comestible de unos 4-5 cm, muy dulce y textura que recuerda al higo, con una o más semillas en su interior, se utiliza para hacer confituras. El nombre viene del guaraní *agua'i* diminutivo de *agua* (achatao). Artículos relacionados: Caimito.

Aguaymanto:

Fisalis.

Aguja:

1. Burbujas de bebidas alcohólicas producidas por una segunda fermentación en botella o por la introducción artificial de gas carbónico.

2. Burbujas de cualquier bebida
3. Pieza de carne de ternera situada entre el lomo alto y el cuello, entre las dos espaldillas. Carne de primera B, tierna y jugosa, para guisar o sacar filetes.
4. Chuletas delanteras del cerdo. Con más grasa que las posteriores y por tanto más jugosas.
5. Piezas de carne delgadas situadas a ambos lados del esternón en los patos grasos u ocas.
6. *Belone belone*. Pescado muy alargado de carne de excelente sabor, pero con muchos huesos pequeños.
7. Aguja pala. Pez espada.
8. Elaboración de pastelería, típica de Madrid, consistente en un hojaldre alargado, con relleno de algún preparado dulce o salado, comúnmente carne picada de vacuno (*aguja de ternera*).
9. Aguja de mechar. Utensilio que se utiliza para introducir mechas de tocino, trufa u otro género en piezas de carne y otros productos.
10. Aguja por la que se pasa un bramante o similar para coser determinadas piezas en cocina, como un pollo cuando se ha rellenado.

Ahíta/-o:

Dícese de una persona saciada o empachada.

Ahogada, Torta:

Antojito mexicano, típico de Guadalajara, consistente en una torta (bocadillo), hecha con birote (véase) relleno de carnitas, y sumergido en una salsa picante bastante líquida, hecha con jitomate, cebolla, chile, ajo, comino y vinagre. Artículos relacionados: Bifana. Brascada. Cassecroût. Campero (2). Chivito. Chola, Sándwich de. Club, Sándwich. Croque-monsieur/madame. Francesinha. Guajolota. Katsu sando. Lomito (1). Mixto. Pambazos. Pepito (1, 3). Perrito caliente. Sarnita. Semita (2). Serranito. Sincronizada. Sloppy joe. Arepa. Bocado. Bocata. Emparedado. Miga, Sándwich de. Montado. Pulga. Taco. Torta (2).

Ahuautli:

Caviar mexicano. Huevas de un insecto comestible mexicano llamado Axayácatl (véase).

Ahuecarse:

Problema que ocurre a algunos embutidos sometidos a curación, como los chorizos, consistente en que no ligan los trozos de carne y quedan huecos entre ellos que hacen que se oxiden y estropeen. Suele pasar en lugares con nieblas, por lo que en esos lugares tradicionalmente se ahúman. Artículos relacionados: Ligar. Ahumar.

Ahuevar:

Clarificar (véase) un vino con claras de huevo.

Ahumador:

1. Horno ahumador. Equipamiento para ahumar distintos géneros. Suele ser una especie de armario vertical, en cuya parte inferior se prenden astillas de madera (de maderas no resinosas), en una combustión sin fuego, de forma que el humo asciende para ahumar los géneros colgados o colocados más arriba. Artículos relacionados: Ahumar.

2. Utensilio portátil que se utiliza en apicultura para tranquilizar a las abejas mientras se manipulan los panales.

Ahumar:

Exposición de un género a la acción del humo de maderas o hierbas, con objeto de conservarlo, aromatizarlo o darle textura. Actualmente existen hornos ahumadores que se alimentan con serrín de maderas no resinosas, que no deben utilizarse. Artículos relacionados: Ahumador.

AIBG:

Academia Iberoamericana de Gastronomía. Es la entidad que agrupa las distintas academias nacionales de gastronomía. Fue fundada en 2009 con la misión de investigar, divulgar y proteger las cocinas y actividades gastronómicas propias de las distintas regiones y pueblos iberoamericanos, así como cuidar de la pureza de sus tradiciones, apoyar su modernización e impulsar actuaciones integrales en materia de cooperación internacional y solidaridad.

Aiguillettes:

Término de la cocina francesa para referirse a cortes de carne alargados (*aiguillette* significa *cordón*). El más conocido es el de ave que coincide con lo que se suele llamar actualmente solomillo de ave, pero a veces se trata de piezas alargadas que se sacan de la pechuga.

Airac (Airag):

Kumis.

Airán:

Ayrán.

Aireador:

Utensilio que se coloca en la boca de una botella de vino, para que al servirlo se oxigene. Artículos relacionados: Decantador. Escanciador.

Ajada:

1. Aliño consistente en un sofrito de ajos y pimentón, al que se añade frecuentemente vinagre, cebollas y a veces pan para convertirlo en una salsa.

2. Aliño con ajo machacado en mortero y aceite, al que también se suele añadir vinagre y a veces perejil.

Ajado:

Marchito.

Ajedrea:

Satureja. Sajolida. *Satureja* spp. Se refiere a diversas plantas herbáceas aromáticas del género *Satureja*, pertenecientes a la familia de las labiadas (actuales lamiáceas), a la que pertenecen otras hierbas aromáticas como la salvia, las mentas, el poleo, el orégano, etc. Se encuentra en toda la Península, desde Aragón y Cataluña a Andalucía, excepto el norte y la mitad occidental. Tiene diferentes variedades según las zonas, cambiando morfológicamente, sobre todo en la anchura de las hojas. Tiene un sabor intenso, ligeramente picante y se utiliza para aliñar aceitunas o condimentar legumbres, especialmente la especie *Satureja hortensis*; de hecho, en Cataluña se conoce como *herba de les olives*. También se utiliza para elaborar infusiones digestivas.

Ajenabe:

Mostaza negra (ver bajo Mostaza).

Ajenjo:

1. Planta. Ver bajo Artemisa.
2. Absenta.

Ajenuz:

Negrilla. Arañuela. Kalonji. Comino negro. *Nigella sativa*. Planta euroasiática, que se cultiva especialmente en la India. Sus semillas son pequeñas y negras, de sabor picante y, donde se utilizan, a menudo sustituyen a la pimienta en platos de verduras, legumbres o aves. En Oriente Próximo se añade a algunos panes como al *jubs fatirah* (قريظ زبائح) (*pan torta*).

Ajete:

Ajos tiernos. *Allium sativum*. Son ajos inmaduros o sin desarrollar completamente el bulbo. La forma más tradicional de consumirlos es en revuelto, pero pueden consumirse al horno, crudos o de muy diversas formas. Artículos relacionados: Ajo.

Ají:

Pimiento en varios países de Sudamérica. Aunque depende de los lugares, el término suele estar reservado a los pimientos picantes. También da nombre a distintos platos de la cocina tradicional de distintos países, como el ají de gallina peruano o el ají de choclo boliviano. Artículos relacionados: Capsicina. Scoville, Escala. Pimiento.

Ají de fideos:

Elaboración típica de la gastronomía boliviana hecha con fideos gruesos y un guiso de carne molida o en

trozos pequeños, habas, arvejas, papas, tomate, cebolla, ají orégano y comino. Artículos relacionados: Fideuá.

Ají de gallina:

Elaboración peruana a base de gallina, cebolla, ajo, leche, pan duro, nueces, ají amarillo y especias (comino, pimienta y azafrán). Suele servirse acompañada de arroz blanco.

Ajiaceite:

All i oli.

Ajiaco:

1. Potaje de la cocina de varios países sudamericanos, que varía según las regiones, a base de tubérculos como papas, ollucos, camote, yuca, etc., y a veces se le añaden legumbres, queso, pollo o aguacate. Es un cocido muy parecido al sancocho (véase) y en algunos lugares se le llama indistintamente. Artículos relacionados: Cocido.
2. Salsa de ajíes amarillos de consistencia pastosa, que se hace en Perú, a la que a veces se añade patata.

Ajicera:

1. En varios países de Iberoamérica, recipiente de servicio de mesa, parecido a un azucarero, que suele constar de tapa y una pequeña cucharilla, para el ají molido.
2. Ajicera/-o. En Perú y Bolivia, persona que vende ají.

Ajilimójili:

Ajilimoje. Pebre o salsa para añadir a algún guiso o vianda.

Ajillo, (Al):

Preparación que consiste en freír o rehogar un alimento (gambas, champiñones, conejo, pollo, etc.) en aceite, con bastantes ajos y a veces también guindilla.

Ajinomoto:

1. Marca comercial japonesa de condimentos, muy extendida en Iberoamérica, que produce un tercio del glutamato monosódico del mundo.
2. Glutamato monosódico (véase), por lexicalización de la marca.

Ajipuerro:

Puerro silvestre.

Ajiseco:

Ají secado al sol.

Ajo:

1. *Allium sativum*. Planta herbácea de la familia de las aliáceas, originaria de Asia. La planta forma un