

UNIVERSIDAD DEL SURESTE



Lic. Gastronomía

Chef: Marlis Teco Ruiz

Alumno: Luis Antonio Solís Pérez

Materia: Cocina Argentina

Tema: Resumen De Términos

Grado: 8º cuatrimestre

Grupo: ``único``

Fecha: 11/02/2022

Villa flores, Chiapas

Para definir los términos de cocción, podemos decir que dependen de variables como la temperatura que es tomada al centro, el corte de la carne y su tamaño. Ahora veamos en qué consiste cada uno de estos términos:

Término blue o azul (vuelta y vuelta)

- Corte sellado por ambos lados a fuego alto
- La capa externa bien cocida, el centro crudo e inclusive frío
- Alcanza hasta 55 grados C

Término rojo inglés:

- Corte sellado por ambos lados a fuego alto
- La capa externa bien cocida, el centro crudo e inclusive frío
- Alcanza hasta 55 grados C

Término medio:

- Término ideal porque la carne no pierde su jugosidad
- Sellado o marcado en la plancha o parrilla dejando el centro rojo
- Alcanza la temperatura de 63 grados C

Término tres cuartos:

- La carne comienza a perder jugosidad y con ella el sabor
- El centro del corte se torna café claro, con las orillas perfectamente cocidas
- Alcanza la temperatura de 71 grados C

Término bien cocido o cocinado:

- Término menos recomendado, la carne pierde hasta un 70% de jugosidad quedando dura aunque sea un corte de calidad
- Todo el corte toma un color café – gris y prácticamente sin jugo
- Alcanza más de los 77 grados C

