



El Restaurante *Digital*

TIPS DE COCINA

50 Trucos de cocina
que todo Chef debería conocer

Si te apasiona el mundo de la cocina y deseas **aprender a cocinar como un verdadero Chef profesional**, primero necesitarás conocer esos pequeños trucos y tips de cocina aparentemente tontos, pero que luego te permitirán cocinar mucho más rápido y mejor.

Por eso, desde nuestro Blog *“El Restaurante Digital”* queremos darte estos consejos y **trucos de cocina útiles que te harán la vida más fácil** y que podrás usar tanto si ya eres un experto, como si eres un principiante en la cocina que aún no sabe ni freír un huevo.

30 Tips de cocina útiles que te harán ser un mejor Chef

A continuación, te enseñamos todos los **trucos y consejos de cocina que utilizan los Chefs profesionales** y que te ayudarán a cocinar más rápido y a que tus platos queden mucho más sabrosos y saludables.

1. Pelar huevos duros fácilmente

Si quieres pelar fácilmente los huevos duros solo tienes que **añadir un buen chorro de vinagre al agua de cocción**, de esta manera, el ácido ablandará la cáscara y hará que los huevos se pelen con mayor facilidad.

2. Conservar las hierbas aromáticas siempre frescas

La mejor manera de tener las hierbas aromáticas siempre frescas en la cocina es cortarlas, ponerlas en una cubitera, cubrirlas con aceite de oliva y después congelarlas, ya que de esta manera **la humedad del aceite favorecerá una buena conservación** de las hierbas.



3. Hacer mayonesa en 1 minuto y sin cortarse

El truco para evitar que la elaboración de una mayonesa te salga perfecta y en un momento, sin tener que repetirla, es **que todos los alimentos estén a la misma temperatura**, así que si no quieres correr el riesgo de que se te corte la mahonesa, necesitarás que el huevo y el aceite estén a la misma temperatura.

4. Quitar la piel a las patatas hervidas de manera fácil

Primero al sacarlas del agua hirviendo tienes que **pasar las patatas por agua muy fría** durante unos 30 segundos, después les haces unos cortes superficiales y la piel saldrá prácticamente sola.

5. Quitar el olor de ajo de las manos

Seguro que siempre que pelas ajos se te queda el olor pegado en las manos. Pero si quieres resolver este problema, cuando termines con los ajos, **frótate las manos debajo del agua con una superficie de acero inoxidable** (como la hoja del cuchillo) durante 30 segundos y verás como desaparecerá el olor a ajo.

6. Sacar más zumo de los cítricos

Necesitas hacer zumo para añadirlo a una preparación, pero resulta que los limones o las limas están muy duros. ¡No te preocupes! Presiónalos **con la palma de la mano** haciéndolos rodar sobre una encimera y verás como le sacas el máximo jugo.

7. Pelar cebollas sin llorar

Para que no llores mientras que troceas las cebollas te aconsejamos **meter las cebollas antes en el congelador** unos 20 minutos, de esta manera conseguirás evitar ese lagrimeo al cortarlas que tanto nos molesta.



8. Quitar el olor a los tupper de plástico

Cuando un tupper de plástico ha cogido olor fuerte de algún alimento, solo **tiene** que **rellenarlo con papel de periódico arrugado**, luego lo cierras con la tapa un par de días y verás como el olor desaparece.

9. Quitar las manchas de los utensilios de madera

Seguramente te habrá pasado que has hecho salsa de tomate y la cuchara de madera que has utilizado ha cogido color. Pues un tip de cocina fácil para quitarle el color e incluso el olor a los instrumentos de madera es **hervirlos unos minutos en agua** y después dejarlos que se sequen al sol.

10. Tener al menos dos tablas diferentes para cortar

En la cocina es fundamental **utilizar varias tablas de corte**, una tabla para carnes y pescados crudos y al menos otra para verduras y frutas, y de este modo evitarás la contaminación cruzada. Además, te aconsejamos que, las compres de diferentes colores para poder usar cada una un producto determinado.



11. Mantequilla lista para untar

Si lo que necesitas es untar mantequilla, pero está hecha un bloque y tan fría que no puedes manipularla, ¡no te desespere! Un truco muy útil es **rallar la mantequilla encima del pan** en vez de intentar untarla o cortarla y la tendrás integrada en un momento.

12. Preparar las vinagretas con antelación

Uno de los tips de cocina gourmet más utilizado en la cocina de autor es **tener siempre las vinagretas que más te gusten listas en la nevera** para poder utilizarlas en el momento de emplatar una comida, de esta manera te despreocuparás de hacer en el momento los aliños de ensaladas, verdura cruda u hortalizas al vapor.

13. Hazte con un peso de cocina

Una balanza o un peso de cocina es un utensilio muy práctico e indispensable en la cocina y especialmente cuando haces repostería, ya que con él podrás **medir exactamente todos los ingredientes que vayas a usar** y así no tendrás que improvisar las medidas cuando vayas a seguir una receta.

14. Quitar el amargor de las berenjenas

Las berenjenas dependiendo del tamaño que tengan pueden estar más o menos amargas y para solucionarlo, **échales sal cuando las cortes y déjalas reposar al menos 5 minutos**, después retíralas la sal con papel de cocina y ya estarán listas para cocinarlas, verás que siempre te salen ricas.

15. Crear vapor en el horno

Si no tienes un horno con vapor, el mejor truco para hacer pan u otras masas en casa como un panadero profesional es **echar un vaso de agua en una bandeja de horno**, de esta manera se creará vapor y las masas no se resecarán, la corteza se quedará crujiente y el interior esponjoso

16. Apagar el horno antes de que termine de hacerse

El horno es un instrumento del equipo mayor de cocina muy útil para realizar muchas elaboraciones, sin embargo, cuando lo apagamos el calor se mantiene y sigue cocinando, así que **apágalo antes de tiempo y aprovecha el calor residual** para acabar de cocinar los alimentos.

17. Despejar el espacio de trabajo antes de cocinar

Para cocinar bien necesitas tener un espacio de trabajo despejado, así que **retira todo lo que no vayas a utilizar**, guárdalo y asegúrate de que solo tengas sobre la encimera los ingredientes y utensilios que utilizarás para preparar el plato.

18. Utiliza papel de hornear

Si quieres cocinar como un profesional tienes que utilizar los elementos adecuados y no usar sustitutos como el papel aluminio, porque **el papel de horno nunca se rompe** (a diferencia del de aluminio) y es más eficaz para evitar que los alimentos se peguen a los recipientes.

19. Retirar el exceso de grasa

Aquí tienes un truco de cocina muy práctico si lo que quieres es desgrasar un caldo o quitarle el exceso de grasa a una salsa, pero no tienes tiempo de enfriarlo. Coge unos cubitos de hielo envueltos en papel absorbente y pásalos por la superficie de la salsa o el caldo, ya verás como la grasa se solidificará y **podrás eliminarla fácilmente con una cuchara**.

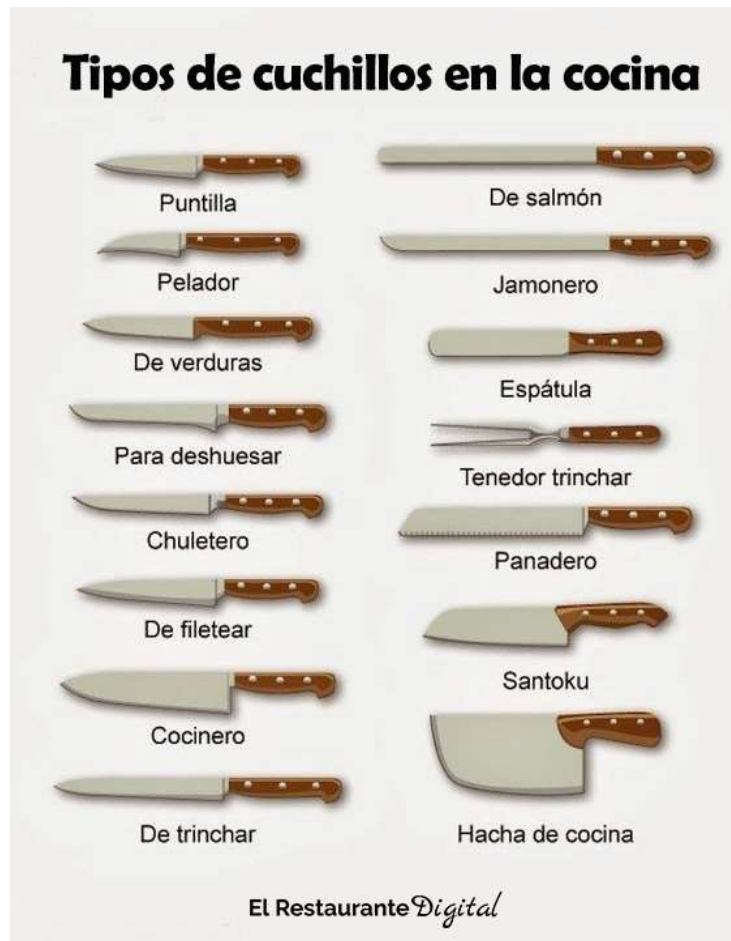
20. Congelar el queso para rallarlo

¿Te has quedado sin queso rallado, pero tienes en la nevera una cuña de un queso blando que es un poco difícil de manejar? Una manera fácil de rallarlo **es meterlo en el congelador media hora antes** para que sea más manejable y además evitarás perder una buena parte del queso en el interior del rallador.



21. Conservar los cuchillos afilados

Uno de los tips de cocina rápida es tener siempre los cuchillos bien afilados, para que puedas hacer tus preparaciones más rápido y realizar diferentes **tipos de cortes de verduras** para sorprender a tus comensales.



22. Emplear bolsas de zip herméticas para congelar

Las bolsas de zip son perfectas para guardar los alimentos en el congelador, ya que nos ayudan a ahorrar espacio y les podemos sacar el máximo de aire para conseguir lo más parecido al vacío y **conservar los alimentos durante más tiempo**.

23. Utilizar un temporizador

Según el tipo de ingredientes que vayamos a cocinar, unos necesitarán un tiempo de preparación y otros distintos tiempos. Por eso, si estás haciendo varias cosas a la vez, un temporizador **te ayudará a que siempre estés al tanto de cuánto tiempo falta** para que se cocine un alimento.

24. Usar sartenes antiadherentes

Antes de empezar a preparar tus platos, **asegúrate de que tus sartenes estén en perfecto estado**, porque con el tiempo tienden a deteriorarse y podrían quemar la comida o hacer que se peguen tus elaboraciones.

25. Tapar las ollas

Cuando estás cocinando un guiso o quieres hervir agua no te olvides nunca de **ponerle la tapa a la olla**, ya que de esta manera tardará menos tiempo en hacerse la comida y además ahorrarás dinero en electricidad o en gas.

26. Utilizar aceite de oliva virgen siempre

El aceite es un ingrediente muy utilizado en muchas recetas, por eso siempre debes tener aceite de oliva virgen para cocinar, pero eso sí, intenta utilizar el “aceite de oliva virgen extra” que es el más sano, ya que **aguanta mejor los cambios de temperatura** y resiste mejor el paso del tiempo, así no se rancia.

27. Templar los alimentos antes de guardarlos

Muchas recetas requieren que estén frías antes de servirse, como las ensaladas de pasta, sin embargo, **nunca debes meter comida caliente en la nevera**, ya que aumentará la temperatura y puede llegar incluso a calentar y estropear los alimentos que están cerca.

28. Congelar ajos, pimientos y cebollas troceados

Si tienes muchos ajos, cebollas o pimientos y se te van a poner malos, un tip de aprovechamiento es trocéalos, **meterlos en una bolsa hermética zip y al congelador**, así cuando los necesites para hacer algún sofrito ya los tendrás listos para usarlos y sin hacer nada.

29. No lavar la carne antes de cocinarla

Un error muy común que se comete en cocina es lavar las carnes cuando se van a cocinar, pero, ¿sabías que esta acción puede contaminarte la cocina? Lavar las aves o las carnes crudas antes de cocinarlas **puede propagar las bacterias sobre las superficies de la cocina**, los utensilios y otros alimentos que están cerca.

30. Elegir bien los condimentos y especias

Si eres de los que haces muchas verduras y hortalizas cocidas o al vapor aquí te dejo uno de los mejores tips de cocina saludable, y es que el secreto de un buen plato está **añadir algunos condimentos y especias**, que harán que cualquier preparación sosa e insípida realce en sus sabores.

20 Trucos más de cocina que no sabías

- 1. Alcachofas blancas:** Para evitar que las alcachofas se ennegrezcan después de cortarlas colócalas en un recipiente con agua y zumo de limón.
- 2. Descongelar alimentos:** Debes sacarlos el día de antes y meterlos en la nevera que se vayan descongelando poco a poco.
- 3. Tabla de cortar:** Coloca debajo de la tabla un trapo húmedo para evitar que se mueva de la encimera mientras trabajas sobre ella.
- 4. Pelar jengibre:** Solo tienes que rascar la raíz con una cuchara y sacarás la piel de forma sencilla, rápida y sin dejarte media pieza en el intento.
- 5. Arroz suelto:** Lávalo tres veces, y cada vez que lo laves frótalo con tus manos, a la tercera vez el agua ya estará transparente y sin almidón.
- 6. Montar claras a punto nieve:** Los huevos deben estar a temperatura ambiente y que no haya restos de yema, ya que esto impediría que las claras subieran.
- 7. Conservar las aceitunas:** Para conservar aceitunas debes guardarlas en frascos de cristal y cubrirlas con agua y con apenas una pizca de sal.
- 8. Carnes a la plancha:** No hay que echarle sal hasta después de hecha porque si no la sal hará que la carne pierda sus jugos y quede seca.
- 9. Aderezar las ensaladas:** Las ensaladas se aliñan en el momento de servir las, ya que si lo hechas antes la sal hará que se deterioren antes las hojas verdes.
- 10. Coliflor blanca:** Si quieres que la coliflor se mantenga blanca durante toda su cocción, añádale leche al agua donde la vas a hervir.
- 11. Guardar yemas sobrantes:** Solo tienes que colocarlas en un recipiente, cubrirlas con agua y guardarlas en el frigorífico.
- 12. Frituras:** Siempre que hagas frituras debes colocarlas en papel absorbente para quitarle el exceso de aceite.
- 13. Latas sin terminar:** Si abres una lata de conserva y no la acabas, no la dejes en el bote pues cogerá sabor metálico, cambia el contenido a un bote de cristal.
- 14. Huevos frescos:** Para comprobar la frescura de un huevo mételo en un vaso con agua. Si se hunde está fresco y si flota es que tiene mucho tiempo.
- 15. Guardar hojas verdes:** Los vegetales de hojas verdes para ensaladas debes guardarlos en un tupper y ponerle papel absorbente para quitarle la humedad.

16. Ahorrar aceite: Si no quieres comer con mucho aceite, compra un wok, que es una sartén cóncava que no necesita mucho aceite y cocina más rápido.

17. Cubitos de café: Si te sobra café no lo tires, puedes meterlo en una cubitera y hacer cubitos con él y así tendrás café con hielo.

18. Pelar uvas: Si lo que quieres es quitarles la piel a las uvas, el mejor truco de cocina que hay es meter el racimo 30 segundos en agua hirviendo.

19. Verduras coloridas: Para que las verduras mantengan un color natural cuando las cueces tienes que sumergirlas en agua helada inmediatamente después de cocerlas.

20. Pelar ajos: Si tienes que pelar muchos ajos, la manera más rápida de hacerlo es meterlos 30 segundos al microondas, verás cómo la piel sale sola.

¿Qué te han parecido nuestros tips de cocina? ¿Conocías alguno de los trucos que te hemos dado?

Son tips de cocina muy útiles y sencillos, pero que **te van a ayudar a cocinar más rápido y mejor**, así que, ¿a qué esperas para ponerlos en práctica? ¡A cocinar!

Visita nuestro Blog de Gestión de Restaurantes:

El Restaurante *Digital*
El Blog de Ingenieriademenu.com

 **Ingenieriademenu.com** *Plantillas Excel para mejorar la gestión de restaurantes*