

# LEZIONE 3

I METODI DI COTTURA | LE SALSE MADRI | I FONDI DI CUCINA | I ROUX



# LA COTTURA: CONCETTI GENERALI

La cottura è il processo con cui si riscaldano gli alimenti a temperatura più o meno elevata, allo scopo di:

- renderli più digeribili;
- migliorarne il sapore;
- renderli più sicuri dal punto di vista igienico (eliminando tutti o in parte i batteri contenuti).

**La trasmissione del calore** agli alimenti può avvenire in diversi modi:

- **per conduzione**
- **per convezione**
- **per irraggiamento**

A seconda delle modificazioni degli alimenti e degli scambi che questi possono avere con il mezzo di trasmissione del calore, possiamo ancora suddividere le cotture in tre gruppi:

- **Cotture per concentrazione**
- **Cotture per espansione**
- **Cotture miste**

## REGOLE FONDAMENTALI PER LA COTTURA

- Cuocere a fondo gli alimenti
- Consumare immediatamente i cibi cotti
- Conservare accuratamente i cibi cotti
- Riscaldare a fondo i cibi già cotti.

# LE TECNICHE DI COTTURA

- Bollire - Lessare
- Sobollire
- Sbianchire
- Sbollentare
- Stufare
- Imbiondire
- Sudare

- Brasare
- Soffriggere
- Friggere
- Grigliare
- Vapore
- Arrostitire

## Tabella riassuntiva dei fondi di cucina

- **Fondo vegetale:** Verdure in mirepoix + mazzetto guarnito + acqua fredda + sobbollitura.
- **Fumetto di pesce:** Lische di pesce + mirepoix + mazzetto guarnito + vino bianco + rosolatura + ghiaccio.
- **Fondo bianco comune:** Ossa + eventuali ritagli + mirepoix + mazzetto guarnito + sbianchitura + acqua.
- **Fondo bruno:** Ossa + eventuali ritagli + mirepoix + mazzetto guarnito + rosolatura al forno + ghiaccio.

# La classificazione

- Salse Madri
- Salse derivate dalle salse madri
- Salse non derivate dalle salse madri
- Salse composte
- Salse Emulsionate

## **Le salse madri derivate dai fondi bianchi: si ottengono dai fondi bianchi legati con il roux:**

- Vellutata di vitello
- Vellutata di pollo
- Vellutata di pesce



## **Le salse madri derivate dai fondi bruni: si ottengono dai fondi bruni legati con roux**

- Fondo bruno di manzo legato
  - Fondo bruno di vitello legato
  - Fondo di agnello legato
  - Fondo di selvaggina legato
- \* Cambiando il tipo di fondo si ottengono molteplici variazioni di salse.

**Salse madri non derivate** sono considerate salse madri, pur non derivando da nessun fondo ed essendo confezionate con gli ingredienti che le compongono ma da cui nascono numerose salse.

- Salsa pomodoro
- Salsa besciamella

**Salse derivate dalle salse madri** derivano dalle vellutate comuni di vitello, pollo, pesce.

*Salse bianche di base:*

- Salsa suprema
- Salsa allemande o parigina
- Salsa al vino bianco

**Salse derivate dalle salse madri:** derivano dal fondo bruno di manzo, vitello, selvaggina, agnello.

- Salsa demiglaces
- Salsa spagnola

**Salse brune composte:** vi appartengono le salse ottenute da fondi bruni e da salsa di pomodoro.

*Alcune delle più importanti:*

■ All'arancia, Bordolese, Borgognona, Cacciatora, Chaud – Froid bruna, Chevreuil, Colbert, Duxelles, Imperiale, Lionese, Perigueux, Poivrade, Robert, al Madeira, al Porto, Zingara.

## **Salse neutre per elezione:**

In questo insieme di preparazioni ne esistono alcune che spesso vengono scambiate per fondi, in virtù delle loro caratteristiche, ma in realtà sarebbe più corretto classificarle come salse:

- La bisque di crostacei
- La salsa Americana o salsa di astice

**Alcune salse composte** derivate dalla salsa di pomodoro per queste salse la sostanza grassa usata è quasi sempre l'olio d'oliva.

- Salsa all'amatriciana
- Salsa bolognese
- Salsa pizzaiola
- Salsa livornese
- Salsa portoghese

## Metodo 1 Sostanza grassa + elementi aromatici

- Fare imbiondire
- Aggiungere gli elementi caratteristici
- Fare rosolare (bagnare con sostanza alcolica e lasciare evaporare)
- Aggiungere la salsa madre
- Fare cuocere
- Completare a seconda della ricetta



## **Metodo 2 Sostanza grassa + elementi caratteristici**

- Fare rosolare
- Aggiungere la salsa madre
- Fare cuocere
- Completare a seconda della ricetta

## **Metodo 3 Salsa madre + elementi caratteristici**

- Completare a seconda della ricetta

## 50% Burro + 50% farina

- Roux bianco (cotto brevemente)
- Roux biondo (cotto un po di più)
- Roux bruno (cotto a lungo)

La coloritura si controlla con esame visivo.

I roux servono per rendere più densa una minestra o per legare meglio una salsa.

In entrambi i casi il cibo acquista più sapore.