

# FONDOS DE COCINA

La base de la cocina francesa se compone de las siguientes combinaciones:

## GLACES DE VIANDE-GLASAS DE CARNE:

Son los jugos desprendidos en el cocimiento de las distintas carnes, y que a fuerza de hervirlos y colarlos quedan reducidos a un líquido espeso y hasta sólido.

## ESSENCES-ESENCIAS:

Estas son las grasas saturadas de algún sabor especial, con esencias de jamón, legumbres, champignons, trufas u otra cosa.

## FUMETS:

Estas son las mismas grasas hechas a base de pescado o de aves de caza.

## APPAREILS:

Estas son combinaciones que como las grasas, los fumets y las esencias sirven para condimentar y darles consistencia a los diferentes guisos, pero en realidad no son del fondo del guiso mismo.

El más simple de los «appareils» es el «roux».

El «mirepoix» y el «uxel» son lo mismo, pero aromatizados.

## ROUX BLANC-ROUX BLANCO:

500 gramos mantequilla

600 gramos harina.

Se calientan bien 500 gramos de mantequilla, sin dejar que tome color. Se le echan a esta mantequilla 600 gramos de harina cernida. Se mezcla con una espátula y se cuece a fuego lento, revolviendo por algunos minutos.

Este roux se emplea en la preparación de la salsa Bechamel y de la Velouté.

## ROUX BLOND-«ROUX» RUBIO:

Se hace igual y en las mismas proporciones que el anterior. Se cuece más tiempo para que se dore y tenga el color deseado.

Este «roux» es el que se sirve con las aves, mollejas, etc.

## ROUX-BRUN-«ROUX» TOSTADO:

Se hace igual que los dos anteriores, pero se puede reemplazar la mantequilla por riñonada bien clarificada, lo que resulta más económico.

Se cuece por más tiempo y muy lentamente, lo que le permite oscurecer mucho más.

Este roux sirve para salsas oscuras y sobre todo para la salsa Española.

**FONDO DE TERNERA DORADO (para 5 litros)**

150 gramos corteza de tocino blanqueada	3 kilos carne y corvejón de ternera deshuesado	3 kilos huesos de ternera
250 gramos cebollas	300 gramos zanahorias	6½ litros caldo.

Se cubre el fondo de una cacerola con la corteza de tocino blanqueado, las zanahorias y las cebollas cortadas en rebanadas formando anillos.

Sobre este fondo se ponen los huesos de ternera, quebrados en pequeños pedazos y un poco dorados al horno, y la ternera (espaldilla y corvejón deshuesados) atada y también dorada en el horno.

Se hace «sudar» todo esto durante unos 25 minutos con la cacerola tapada. En seguida se cubre con dos tazas de caldo clarificado; se deja reducir este líquido a glasa. Se le vuelven a echar 6 litros de caldo clarificado.

Se hace hervir y se espuma durante una ebullición ligera pero sostenida que deberá durar alrededor de 5 horas.

Se retiran los trozos de ternera antes de que el fondo esté completamente terminado y así la carne podrá ser utilizada en picadillo o en la forma que se quiera.

Se cuele el fondo por una muselina. En seguida se reduce hasta una tercera parte.

**FUMET DE PESCADO**

1 cabeza, espinazo y cola de congrio o pescada.	¼ litro de vino blanco	1 cebolla trozada
	1 ramo de olores	sal y pimienta.
	¾ litro agua	

Se echan la cabeza, el espinazo y la cola de un congrio grande o pescada — o más pedazos si fuese pequeño — a una cacerola que contenga todos los ingredientes mencionados.

Se hierve por 20 minutos, y en seguida se cuele por un lienzo, con lo que quedará listo para usarlo.

**JUGO PARA LIGAR SALSAS, ETC.**

2 cebollas	1 diente ajo	sa y manteca
1 kilo restos de carnes y huesos	2 tazas agua caliente	50 gramos corteza de tocino
2 zanahorias partidas	2 cucharadas restos de grasa	1 ramo olores
		1 clavo de olor.

Se cubre de rebanadas de cebolla el fondo de una cacerola. Encima se echan restos de grasa y manteca y en seguida recortes de costillas, carne de vaca, interiores de ave, hueso redondo, pies de ternera y corteza de tocino, unas zanahorias partidas, un ramo de olores, un diente de ajo, un clavo y una taza de agua. Se tapa la olla y se pone al fuego «a sudar».

Cuando se juzgue que los restos de carne han rendido todo su jugo y que los ingredientes empiecen a pegarse unos con otros, se le disminuye el fuego para darle ocasión a dorarse con la cebolla. Cuando la grasa esté clara, se le quita completamente y se le vuelve a echar una taza de agua caliente. Al cabo de 5 minutos se le echa suficiente agua caliente para hacer el jugo que se necesite. No hay que revolver nada de la cacerola.

Se termina el cocimiento a fuego muy lento. Después se desgrasa y se pasa por un lienzo o servilleta colocado en un colador muy fino.

Deberá tardar de 2 a 3 horas la preparación de este jugo.

La *glace de viande* es el mismo jugo más reducido y que, por consiguiente, está más gelatinoso.

### JUGO SALADO (para las carnes asadas)

1 kilo posta negra con su gordura                      sal gruesa.

Se espolvorea generosamente la carne con sal gruesa de cocina y en seguida se fríe en la sartén en su propia gordura.

Cuando esté bien dorada y en partes aun quemada, se exprime la carne en la prensa y saldrá un jugo muy oscuro, gordo y sabroso.

### JUGO DE TERNERA

500 gramos hueso de ternera	70 gramos cebollas	ajo
100 » corteza de tocino	70 » zanahorias	1 litro agua
no	sal, pimienta, olores	cortezas de tocino.

Se dora el hueso de ternera en una cacerola con muy poca grasa. Cuando esté dorado se le agregan las zanahorias, las cebollas y la raspadura de ajo. Se sigue salteando, y cuando ya las cebollas estén doradas, se sazona bien, pero sin sal, se le añaden las cortezas de tocino y se le echa el agua. Se tapa la cacerola y se deja a fuego lento durante 6 horas.

Al cabo de este tiempo se cuele y, si es necesario, se clarifica con clara de huevo y se le echa la suficiente agua hirviendo para completar un litro.

Este jugo puede conservarse algunos días en el hielo, y si esto no fuera posible, bastaría con darle un hervor diario de 5 minutos para guardarlo indefinidamente.

### GLASA DE CARNE PARA LIGAR SALSAS Y GUIOS

750 gramos carne, sin hueso, de vaca y ternera	6 gramos sal	1 ramo de olores (perejil, apio, tomillo, <i>apenas</i> laurel)
60 gramos corteza de tocino	500 » huesos	
75 gramos cebolla	75 » zanahoria, suprimiendo el corazón amarillo	1½ litros agua.

Se cubre el fondo de la olla con la corteza de tocino. Encima se echan las zanahorias y cebollas trozadas. Sobre esto se colocan los huesos, el ramo de olores y la carne. Se cubre la olla y se pone al fuego a «sudar» por unos 20 minutos. Los jugos que se desprenden quedan «acaramelados». Entonces se le echa un vaso de agua; cuando éste se haya absorbido, se le echa otro más, y cuando ése también haya desaparecido, las carnes habrán tomado un tinte blanquecino.

En este estado se le echa el litro y medio de agua *caliente*. Se sala. Si hubiera pedazos de carne o de huesos de ave éste sería el momento de añadirselos. Se pone a hervir sobre fuego vivo. Se le quita la espuma a medida que se vaya formando. Después se cubre la olla por un momento para que se forme vapor. En seguida se retira a fuego lento y se deja apenas hirviendo por unas 4 o 5 horas.

Se cuele, y se puede guardar sin cubrirlo.

## DEMI-GLACE

La demi-glace no es sino una salsa Española a la cual se le habrá agregado mucho consommé lo que le dará más claridad. Se reduce así agregándole un poco de vino Madera.

Cuando la salsa esté en este grado conviene ponerla al baño-maría y con eso quedará lista para servirse de ella.

## MIREPOIX

200 gramos jamón picado o tocino flaco	clavo de olor (facultativo).	1 hoja laurel
2 cebollas	4 zanahorias trozadas	2 cucharaditas perejil picado
tomillo	2 chalotes	½ cucharadita sal y pimienta.
2 cucharadas mantequilla		

Se echan todos los ingredientes a una cacerola con mantequilla, se doran y se reducen hasta que queden a punto para aliñar las salsas o guisos que la necesitan.

## CARAMELO PARA OSCURECER EL CALDO O SALSAS

Se disuelve una taza de azúcar en una cacerola a fuego vivo. Se revuelve vigorosamente hasta que tenga un color dorado oscuro.

Cuando ya esté listo, se le echa una taza de agua hirviente y se sigue revolviendo hasta que quede bien liso.

No hay que asustarse con el vapor que produce el agua al caer al caramelo. Se enfría y se vacía a un tarro de cristal en que se guardará.

## ESENCIA DE APIO

Se cuecen en una cacerola tapada 200 gramos de apio picado fino en tres cuartos de taza de caldo claro. Cuando el apio ya esté bien cocido se le agregan otros  $\frac{3}{4}$  taza de consommé, y esto se dejará hervir a fuego muy lento durante unos 15 minutos. En seguida se pasa por una servilleta presionándola fuertemente para extraer todo el jugo del apio.

## ESENCIA DE CALLAMPAS

Se hace un cocimiento en un  $\frac{1}{2}$  litro de caldo claro, de 500 gramos de callampas con sus tallos. Se deja reducir el líquido hasta la mitad. Se pasa por una servilleta, haciendo presión a las callampas para extraerles todo su jugo.

Se puede hacer esta misma esencia con callampas secas, si no hubiera otras; pero habrá que remojarlas antes y echarles un poco de limón cuando se pongan a reducir en el caldo.

## ESENCIA DE ESTRAGON

Se hace idéntica a la de apio, picando las ramas de estragón no demasiado fino. Tanto en esta esencia como en la de apio se puede reemplazar la segunda porción de caldo por una igual de vino blanco seco.