

C A R N E



ingrediente importante en la gastronomía

recetas tradicionales y modernas

La carne en la cocina profesional:

clasificación, procesamiento y uso culinario

La carne es una de las materias primas más importantes de la gastronomía mundial. Para un cocinero profesional representa no solo la base de numerosas recetas tradicionales y modernas, sino también un ingrediente cuyo correcto tratamiento requiere profundos conocimientos, precisión técnica y respeto tanto hacia el producto como hacia el cliente.

Clasificación de la carne

En la cocina profesional clasificamos la carne según varios criterios:

Según el tipo de animal

- ***Carne de vacuno*** – vaca, toro, ternera
- ***Carne de cerdo*** – cerdo doméstico
- ***Aves de corral*** – pollo, pavo, pato, ganso
- ***Carne de cordero y ovino*** – oveja, corderos
- ***Caza*** – corzo, ciervo, jabalí, faisán, liebre
- ***Carne de ternera*** – carne de terneros jóvenes de hasta aprox. 8 meses

Según la parte del cuerpo (ejemplo: carne de vacuno)

Parte delantera

- espaldilla, pescuezo, pecho (trozos más duros, adecuados para estofar y cocer)

Parte trasera

- pierna, lomo bajo, solomillo
- (carne más tierna, adecuada para asados y preparaciones rápidas)

Según la edad del animal

Carne joven

- más tierna, preparación más corta (p. ej. ternera, pollo)

Carne más vieja

- sabor más intenso, requiere cocciones más largas (p. ej. morcillo de vacuno)



Procesamiento de la carne en la cocina

Despiece y clasificación de la carne

El despiece de la carne en sus diferentes cortes (las llamadas partes de despiece) es la base de la preparación profesional. Cada corte tiene características específicas: por ejemplo, el solomillo de cerdo es tierno y adecuado para cocciones rápidas, mientras que la panceta de cerdo es grasa y perfecta para cocciones largas y lentas o para confitar.

Maduración de la carne

La maduración influye significativamente en el sabor, la textura y la ternura de la carne.

Maduración en seco (dry-aging)

- La carne madura en condiciones controladas con baja humedad y circulación de aire durante 14 a 60 días. El resultado es un sabor intenso y una ternura excepcional.

Maduración en húmedo (wet-aging)

- La carne se envasa al vacío y madura en sus propios jugos. Este proceso es más corto y económico.

Marinado y adobo

El marinado aporta sabor y ablanda la carne. En la cocina profesional se utilizan marinadas ácidas (vinagre, vino, cítricos), a base de aceite, de hierbas o fermentadas. Es esencial respetar el tiempo adecuado de marinado y la temperatura.





Técnicas térmicas de preparación de la carne

La elección correcta de la técnica térmica decide la experiencia final de sabor. Cada tipo de carne y cada corte requiere un enfoque distinto.

Técnicas más comunes:

Cocción

- Adecuada para las partes delanteras (morcillo, pecho). También se utiliza para caldos y sopas.

Estofado

- Combinación de sofreír y cocer lentamente en líquido. Ideal para piezas más duras con mayor contenido de colágeno.

Asado

- Utilizado para piezas enteras o filetes. P. ej. asado de cerdo, pato o roast beef de vacuno.

A la parrilla y a la plancha

Métodos rápidos a alta temperatura. Adecuados para filetes, chuletas, hamburguesas.

Fritura

- En aceite o grasa; popular para escalopes y preparaciones rápidas.

Sous-vide

- Técnica moderna de cocción lenta al vacío a baja temperatura. El resultado es una carne jugosa y perfectamente tierna.

Confitado

- Cocción lenta de la carne en grasa, p. ej. muslo de pato.

Uso culinario de la carne según el tipo

Carne de vacuno

- Solomillo – filetes, steak tartar, preparaciones rápidas
- Lomo – asado, parrilla, estofado
- Morcillo – gulash, caldos, ragú
- Pescuezo, pecho – cocción, sopas

Carne de cerdo

- Solomillo – parrilla, fritura, preparaciones rápidas
- Chuletas y cuello – asado, parrilla, fritura
- Paleta y pierna – asados, estofados
- Panceta – cocción lenta, confitado

Carne de aves

- Pollo – uso universal
- Pato, ganso – asados tradicionales, confit
- Pavo – cocina dietética

Carne de cordero

- Chuletas, lomo – parrilla, asado
- Pierna – asado, estofado, ragú

Caza

- Lomo de corzo, pierna de ciervo – asados, filetes
- Paleta de jabalí – salsas, ragú, gulash

Higiene y seguridad en el trabajo con carne

La cocina profesional debe cumplir normas estrictas:

- Refrigeración de la carne cruda a 0–4 °C, carne congelada a -18 °C.
- Superficies de trabajo y utensilios separados para alimentos crudos y preparados.
- La temperatura interna de la carne durante la cocción es clave para un consumo seguro:

o Aves de corral: mín. 74 °C

o Carne de vacuno steak “medium rare”: aprox. 63 °C

o Carne picada: mín. 70 °C



Conocimiento de la carne



El conocimiento de los distintos tipos de carne, sus cortes, métodos de procesamiento y técnicas térmicas es una competencia fundamental para todo cocinero profesional. Una carne de calidad merece un tratamiento adecuado: desde el despiece, pasando por el marinado y la maduración, hasta la precisa preparación térmica.