

5 habilidades para desarrollar durante la cuarentena

Si eres como el resto de los mortales, entonces el confinamiento te ha arrastando, casi sin quererlo, a la cocina. Hemos estado cocinando de una manera completamente nueva: revisando las estanterías de las tiendas para comprar lo que realmente necesitamos, pero también pasamos mucho más tiempo 'cocinando'.

Trabajar desde casa significa que podemos prepararnos para la cena a la hora del almuerzo, vigilar las ollas que burbujan durante todo el día, dejar reposar la masa y probar mientras nos ponemos al día con los correos electrónicos, o simplemente comenzamos a cenar un poco antes debido a la falta de una rutina diaria.

Limitarnos a nuestros hogares es vital para que el mundo vuelva a respirar salud, sin mencionar el apoyo a los trabajadores esenciales que están en primera línea de batalla. Y aunque obviamente tiene muchas desventajas, una cosa que podemos hacer para mantenernos positivos es ocuparnos en la cocina. La masa madre en particular, se ha vuelto inimaginablemente popular en las últimas semanas. Pero si todavía encuentras el proceso muy complicado, hay muchas otras habilidades que puedes adquirir, desde lo más simple hasta lo más profundo, aquí hay cinco formas de hacerte un mejor cocinero y salir del encierro armado con un arsenal de nuevas técnicas culinarias.

Hacer mantequilla



Suena complicado, pero una mantequilla ‘compuesta’ no es más que mantequilla suavizada con sabor a otros ingredientes. No podría ser más simple: Ablanda un trozo de mantequilla, agrega los sabores elegidos, mezcla bien hasta incorporar. Envuelvelo en papel film en forma de salchicha y colócalos en el refrigerador hasta que desees usarlos. Corta las gruesas monedas de la mantequilla para luego cocinarlas; nada es más satisfactorio que ver cómo algunas se derriten suavemente sobre un filete o se convierten en espuma, listas para rociarse sobre el pescado.

Fermentar



El acto de agregar sal, especias y agua a las verduras y luego dejarlas fuera del refrigerador durante semanas, puede parecer un arte oscuro, pero es un proceso muy simple y siempre que siga la receta exactamente y te asegures de contar con frascos limpios, el riesgo de que salga mal es increíblemente bajo. No solo transforma los sabores de las verduras en algo maravillosamente picante, crujiente y rico, sino que al mismo tiempo le estás haciendo un favor a tu salud.

Para los que fermentan de forma profesional hay una gran cantidad de ecuaciones, gráficos y conocimientos profundamente científicos por descubrir, pero si simplemente te apetece hacer tu propia chucrut , darle a los dientes de ajo un impulso umami o agregar un sabor diferente para una salsa de tomate , todo lo que necesitas son algunos ingredientes básicos, un frasco limpio y tiempo.

Adéntrate en la charcutería



La charcutería sigue los mismos principios básicos detrás de la fermentación, pero los aplica a la carne, lo que da como resultado uno de los manjares más deliciosos que existen. Si bien necesitará un kit especializado, ingredientes y una buena comprensión del proceso para hacer algo como el salami, la sobrasada es el punto de partida perfecto para los posibles charcutiers (incluso puedes envejecerlo en el refrigerador si no te gusta la idea de colgarlo a temperatura ambiente).

Conquista la barra de cócteles



¿Una vieja y polvorienta botella de Pernod que compraste hace años? ¿botellas en miniatura de tequila que nadie puede recordar de dónde vinieron? Ahora es el momento de dar rienda suelta a su potencial, y a tu mixólogo interno, al enfrentarte a la alquimia de hacer cócteles . Si bien es posible que no te guste el sabor del tequila por sí solo, cuando agregas un poco de lima, un jarabe de fruta simple y mucho hielo, creas algo que es mayor que la suma de sus partes (y absolutamente delicioso). Y si no bebes alcohol, todavía hay muchos cócteles sin alcohol para hacer en casa.

Hacer fondos, guardar y sorprender



Cualquier chef te dirá que el secreto de las salsas, los guisos y los arroces, se reduce a un buen fondo, un ingrediente que muchos de nosotros damos por sentado. Si bien los cubos y los polvos son excelentes para la conveniencia y la velocidad, nunca pueden competir con un caldero colmado de ingredientes que han estado hirviendo suavemente durante horas. Si está trabajando desde casa, es solo una cuestión de arrojar los ingredientes a la olla por la mañana, disfrutar de los aromas que llenan tu casa durante todo el día a medida que se cocinan y se mezclan, luego colar y disfrutar los frutos de tu (muy poca) labor.

En nuestro recetarios, encontrarás una gran variedad de recetas, técnicas y secretos de la cocina <https://www.canariasgourmet.es/recetario-canariasgourmet/>