

ADAPTACIÓN DE TEXTURAS

Agar- agar

1. ¿Qué es el agar – agar?

El agar agar es un extracto de algas que utilizamos para modificar la textura de los alimentos tradicionales para aquellas personas que así lo precisan y que nos ayuda a presentar los platos de manera más atractiva. En la actual terminología gastronómica podríamos incluso hablar de deconstrucción culinaria.

Por su alta capacidad para absorber agua, se hincha al contacto con ésta, y produce una solución viscosa que al hervir se convierte en una gelatina muy firme.

2. Tipos de presentación del agar - agar

Lo podemos encontrar en distintos formatos tanto en polvo, como en copos y en tiras o barras. En nuestro caso, obtuvimos los mejores resultados con las tiras. Se compra en herboristerías.



Agar –agar en tiras.

2. ¿Cómo se cocina con agar – agar?

Puede prepararse con un robot de cocina que también caliente o con una batidora y cacerola.

CON EL ROBOT DE COCINA:

1. Introducimos el alimento y la salsa en el robot para triturarlo muy bien a velocidad máxima.
2. Se añade el alga agar – agar y se lleva a ebullición (100º) durante 15 minutos a velocidad media para que remueva constantemente.

3. Se echa la mezcla en unos moldes para que adquiera la consistencia adecuada.
4. Se solidifica muy rápidamente por lo que siempre se realiza unos minutos antes de las comidas y si enfriá se puede calentar a temperatura no muy alta.
5. Se decora al gusto con la propia salsa o como consideremos.

CON LA BATIDORA:

1. Triturar el alimento con la salsa utilizando una batidora.
2. En una cacerola introducir la mezcla y las tiras del agar – agar y hervir a 100 grados durante 15 minutos removiendo constantemente.
3. El resto de pasos igual que con el robot.
4. **¿Qué medidas necesitamos para cocinar con Agar – Agar?**

1 ración de 250gr:	125gr de alimento (carne o pescado)	125CC de líquido (salsa del plato o caldo/agua)	2 gramos de agar – agar en tiras
-------------------------------	--	--	---

5. Consejos útiles:

- La cantidad necesaria de tiras de agar- agar puede variar en función del alimento, menos para carnes gelatinosas y un poco más para pescados.
- Si queremos conseguir una textura más fina, además de triturarlo bien, podemos añadir un poco de patata y cebolla pochadas (en este caso sustituiríamos parte del peso- unos 50gramos- del alimento por la patata y cebolla pochadas). No le resta sabor al plato original y la textura suaviza. También se puede añadir algo más del caldo (en este caso, aumentaríamos las tiras de agar-agar).
- Para mantener los sabores es importante utilizar la misma salsa del plato cocinado o añadir caldo de carne o pescado en función de qué sea lo que se cocina.
- Si queda algo frío se puede calentar a **baja temperatura** en el microondas un par de minutos.

6. Fotografías de recetas Agar – Agar elaboradas en nuestro centro:



Texturización con Agar – Agar



Carne asada



Chicharros al horno



Pescado a la Romana



Garbanzos con compango.

Triturado por colores

Cuando una persona precisa, por cualquier tipo de problema, que su alimentación sea triturada cobra especial importancia que la presentación sea atractiva. Si en vez de un triturado de color impreciso presentamos un plato llamativo es más fácil estimular el apetito. Eso se consigue con la presentación por colores. Es tan sencillo como triturar por separado los distintos elementos que componen el plato y utilizar un menaje adecuado (en nuestro caso, algo tan modesto como un vaso de pinta). Os mostramos algunas imágenes.



Triturado color impreciso



Triturado por colores: Ensalada mixta con bocarte



Lacón con cachelos.



Plato normal



Presentación a dos colores



Huevos cocidos con tomate