

Verduras

Libreta: Técnicas de Cocina

Creado: 30/04/2018 19:58

Actualizado: 30/04/2018 20:00

URLOrigen: <http://www.tranbel.com/assets/verduras.pdf>

VERDURAS

Tipos y Variedades

RAÍCES Y TUBÉRCULOS

 <p>Nabo</p> <p>Su consumo se reduce a la preparación de caldos y algunas guarniciones. Deben adquirirse muy blancos y pesados en relación a su tamaño.</p>	 <p>Patata</p> <p>Es un producto tan habitual que ha merecido capítulo aparte en esta sección.</p>
 <p>Puerro</p> <p>La temporada va de octubre a abril, pero se encuentra en el mercado durante todo el año. Se emplea en muchas recetas, ya sea como ingrediente principal, combinado con la cebolla o sustituyéndola.</p>	 <p>Rábano</p> <p>Su mejor momento es de abril a septiembre. En España suele utilizarse crudo, pelado en forma de flor, como entremés. Rallado sirve para hacer una salsa fuerte y sabrosa que acompaña a las carnes.</p>
 <p>Remolacha</p> <p>Existen varios tipos, pero la que se consume habitualmente es la roja. Se encuentra en el mercado todo el año. Necesita una cocción prolongada, por lo que se suele adquirir ya cocida v</p>	 <p>Zanahoria</p> <p>Las mejores son las que se cultivan en mayo y junio, pequeñas y muy tiernas, ideales para tomar crudas. as de invierno son más gruesas v precisan</p>