

RECETA DEL PURÉ DE CALABACÍN



Cristina Vázquez Valle. 2º FPGM.

ÍNDICE

- *Bibliografía - pág 3*
- *Historia del calabacín - pág 3*
- *Ingredientes - pág 4*
- *Utensilios - pág 5*
- *Elaboración - pág 6*
- *Forma industrial - pág 7, 8 y 9*
- *Diferencia entre ambas formas - pág 10*

BIBLIOGRAFÍA

- Quien me ha informado de la receta (**Felicitas Valle Díaz**)
- Donde he buscado su historia (**<https://verduras.consumer.es/calabacin/introduccion>**)

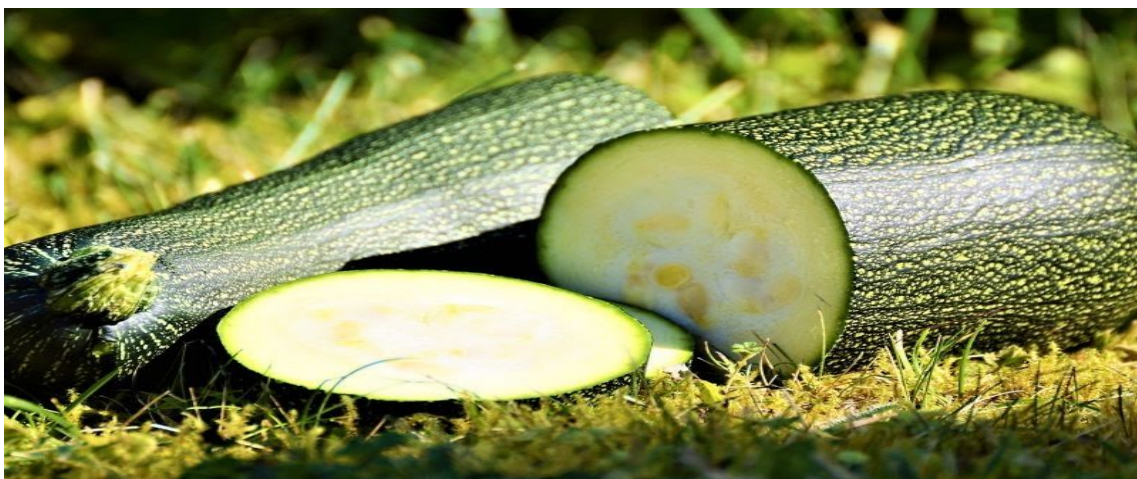
HISTORIA DEL CALABACÍN

El origen del calabacín no es bien conocido. No se sabe con seguridad si procede de Asia Meridional o de América Central. Lo que sí se conoce es que es una planta cultivada en todas las regiones cálidas de la Tierra desde tiempo inmemorial. Existen pruebas de que esta hortaliza ya era consumida por los egipcios y, más tarde, por griegos y romanos.

Sin embargo, fueron los árabes quienes extendieron su cultivo por las regiones mediterráneas, donde se convirtió en un alimento de consumo habitual en la Edad Media. En las zonas del norte de Europa, su consumo fue más tardío y no tuvo lugar hasta la II Guerra Mundial.

En la actualidad, su consumo está muy extendido en todos los países del Mediterráneo, así como en Holanda y Norteamérica. Marruecos, Italia y España son los principales países productores.

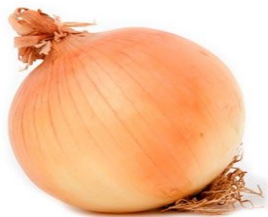
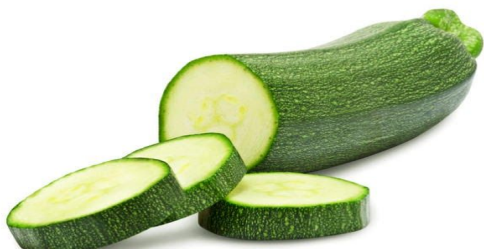
Dentro de la especie Cucurbita pepo se pueden distinguir dos subespecies; ovífera y pepo. A ésta última pertenece el calabacín.



INGREDIENTES A USAR

(Para 4 personas)

- 400 gr de calabacín
- 200 gr de patata
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- 200 mL Aceite de oliva



UTENSILIOS A UTILIZAR

- Cuchillo
- Batidora
- Cazuela u olla
- pelador



ELABORACIÓN (pasos a seguir)

1º) Primero lavamos y pelamos el calabacín y la patata con el pelador.

2º) Troceamos el calabacín y la patata, de esta forma reduciremos el tiempo de cocción.

3º) Cogemos una cazuela, añadimos una cucharada de aceite, el ajo picado y la cebolla picada en tiras, lo ponemos a calentar a fuego medio.

4º) Una vez el aceite esté caliente y la cebolla esté dorada, agregamos el calabacín y la patata y lo sofreímos 3-5 minutos. Agregamos agua hasta cubrir las verduras y aumentamos el fuego.

5º) Cuando empiece a hervir tapamos la cazuela y lo dejamos hasta que el calabacín y la patata se ablanden (durante 20 minutos).

6º) Trituramos todo en la batidora. Si queda muy espeso, agregamos un poco de agua hasta que obtengamos la textura y el espesor que queramos.

7º) Se puede servir en un bol o en un plato y listo.



FORMA INDUSTRIAL



UTENSILIOS A UTILIZAR:

- Amasadora o batidora industrial
- Picadora y ralladora industrial de verduras y hortalizas
- Envases: cajas o tetrabriks de cartón
- Llenadora de envases



INGREDIENTES A USAR: (Para 20 personas)

- 2 Kg Calabacín rallado
- Zanahoria rallada
- 1 Kg Patata rallada
- Ajo en polvo
- Queso de cabra rallado
- 1 L Aceite de oliva
- 1 L Agua



ELABORACIÓN:

1º) Lavamos las hortalizas y las verduras por inmersión.

2º) Después, la pasamos por la picadora o ralladora, donde se les quita la piel y se rallan en tiras finas.

3º) Una vez rallado todo, echamos en la batidora industrial: la zanahoria, patata y el calabacín ya rallados más el ajo en polvo y queso rallado. Añadimos un poco de aceite de oliva, y vamos añadiendo agua hasta que obtengamos una masa menos espesa tipo crema.

4º) Ya mezclado todo y obtenido una crema suave y más líquida, echamos la crema en la llenadora donde irá llenando los envases de cartón y cerrándolos.

5º) Por último, los tetrabriks se mantienen refrigerados hasta su comercialización o exportación.



DIFERENCIA ENTRE FORMA CASERA Y FORMA INDUSTRIAL:

- **FORMA CASERA:**

- Se utilizan menos ingredientes y más naturales.
- Se utilizan utensilios como: Una olla, un cuchillo, una batidora y un pelador.
- Se elabora de forma más manual.
- No se controla mucho la higiene y normas de calidad.
- No se envasan.
- El alimento es más sano y no tiene echados tantos conservantes y aditivos.
- Se le echa el calabacín, la patata ,etc.. entera sin rallarla en la batidora.

- **FORMA INDUSTRIAL:**

- Se utilizan ingredientes menos naturales.
- Se utilizan utensilios como: Amasadora/batidora, picadora/ralladora...
- Se elabora de forma automatizada, con maquinaria.
- Se controla mucho el tema de la higiene y normas de calidad.
- Se envasan en tetrabricks de cartón y se etiqueta.
- El alimento es menos sano porque tiene más aditivos y conservantes.
- Se le echa el calabacín, zanahoria, patata.. todo rallado en la Amasadora/batidora.
- Se le añade queso de cabra rallado.