

Innovadores de alimentos

Aplicaciones científicas para rescatar alimentos



Del kimchi al chucrut o del tasajo a la mermelada, muchos de nuestros métodos para conservar alimentos son antiguos y se han ido perfeccionando en cocinas de todo el mundo. Técnicas de conservación de alimentos tradicionales conjuntan deliciosamente la microbiología con la física y la química.

Exploración sobre la conservación de alimentos

Tiempo: 1 hora

A fin de evitar que los alimentos se echen a perder, el ser humano alrededor del mundo ha encontrado formas para preservarlos. Entre éstas se incluyen: deshidratación, ahumado, endulzado, salado, fermentación, enlatado y encurtido. ¿Sabes cómo conservar alimentos? Elige un método o técnica de conservación e investiga sus aplicaciones a lo largo de la historia.

Pregúntate:

- ¿Cómo, dónde y por qué se creó la técnica de tu interés?
- ¿Quién la usaba?
- ¿En qué consiste? ¿De qué manera evita que los alimentos se descompongan?
- ¿Qué cuidados debes tener al usarla?
- ¿Cuáles son las ventajas y las desventajas de este método?
- ¿Cuánto tiempo requiere?



Encurtido de cáscaras de sandía

Tiempo: 2 horas

Prueba esta sencilla receta. Las cáscaras de sandía encurtidas son un delicioso refrigerio que se consume comúnmente en el sur de Estados Unidos. Y, siguiendo la misma receta, pueden usarse otros ingredientes como pepinos o zanahorias.

Ingredientes

- 1 sandía mediana (de aproximadamente 1.8 kilogramos)
- 8 tazas de agua
- 3 cucharadas de sal gruesa
- 2 tazas de azúcar
- 1 1/4 tazas de vinagre de manzana
- 8 clavos completos
- 8 granos de pimienta completos
- 2 rajas de canela
- 1/4 de cucharadita de pimienta gorda molida
- 1/4 de cucharadita de jengibre rallado



Manos a la obra:

1. Separa la pulpa roja, dejando apenas una delgada capa con la cáscara. Disfruta la sandía de inmediato.
2. Retira (pela) la cubierta verde y rebana las cáscaras en trozos de 2.5 x 1 cm, hasta llenar unas cuatro tazas.
3. Combina 8 tazas de agua y 2 cucharadas de sal en un recipiente grande. Pon a hervir.
4. Agrega los trozos de cáscara y hierva hasta que éstos se suavicen (unos 5 minutos).
5. Escurre y pasa las cáscaras a un recipiente de metal grande.
6. En una cacerola grande, combina la sal restante con todos los demás ingredientes. Calienta a fuego medio, moviendo hasta que se disuelva el azúcar y la mezcla suelte un hervor.
7. Vierte el líquido en el recipiente con las cáscaras de sandía, cubriéndolas. Tapa el recipiente para mantener las cáscaras sumergidas en el líquido de encurtido.
8. Refrigera al menos 8 horas o toda la noche.
9. Escurre el líquido de las cáscaras en una cacerola. Ponlo a hervir. Vuelve a verterlo sobre las cáscaras. Cubre y refrigera toda la noche. Repite: escurre y hierva el líquido y viértelo una vez más sobre las cáscaras.
10. Enfría en frascos con tapa y, pasadas dos semanas, podrás disfrutar este aderezo agrídulce con postres o como chutney con un plato fuerte o refrigerio.



¿Sabías que...?

Es posible aprovechar la energía del sol para convertir alimentos frescos en refrigerios que podrás almacenar y comer todo el año. Construye tu propio deshidratador solar para deshidratar manzanas, uvas y cualquier fruta o vegetal. Te compartimos un práctico y sencillo diseño de [deshidratador solar](#).⁷⁵

Reclama

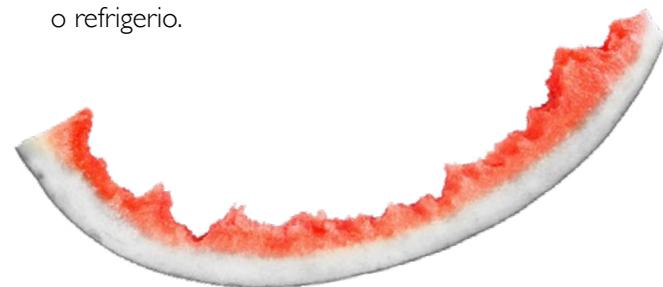
20 puntos para la insignia de innovador de alimentos

¿Quieres hacer más?

- Crea un recetario sobre la conservación de alimentos. En grupos:
- Creen un blog de cocina y organicen equipos para que cada uno publique un artículo.
- Hagan un recetario al que cada equipo contribuya una serie de recetas (conservas de frutas, aderezos, carne o pescado en conserva).
- Creen un canal en YouTube, en el que cada equipo realizará un video de cocina.

Reclama

10 puntos para la insignia de rescatista o de líder mediático



⁷⁵ Eco Inventos (2018), "Cómo hacer un deshidratador de alimentos solar casero". <<https://ecoinventos.com/como-hacer-un-deshidratador-de-alimentos-solar-casero/>>