

# Técnicas culinarias: escaldar

## Técnicas culinarias: escaldar

[imprimir](#)



El **proceso** de **escaldado** es muy **habitual** en la **cocina** y en más de una ocasión lo habréis utilizado, por ejemplo, **para pelar unos tomates**. Vamos a **aprender qué otros usos tiene** y cómo hacerlo correctamente.

**El escaldado** es **una técnica culinaria** que consiste en **sumergir un alimento en agua hirviendo** durante un breve periodo (entre unos **30 segundos** y unos 2 minutos, normalmente). **Se diferencia del escalfado** en que en este último proceso, el líquido que usamos no hierve todavía.

El **objetivo** más común es **ablandar un alimento** o desprender un poco su piel para que sea **más fácil pelarlo**. Con los tomates, por ejemplo, basta con sumergirlos unos segundos en agua hirviendo, pasarlos por el grifo de agua fría y

luego utilizar un cuchillo con punta.

**También se usa** para **retirar** excesos de **sal** e **impurezas**, quitar el **sabor amargo**, reducir el volumen de los alimentos o precocinarlos (si se tienen más tiempo sumergidos). También es **conveniente hacerlo** como etapa **previa** a la **congelación** de verduras, ya que **destruye** las **enzimas** que con el tiempo **afectan al color, sabor** y contenido **vitamínico**.

Para sumergir la **verdura** en al agua, lo mejor es que la **metas** en un **colador metálico** y pongas éste **dentro** de la **olla** de agua hirviendo. El escalfado **también** se puede hacer **con vapor** (en lugar de sumergiendo el alimento), que hace que se pierdan menos nutrientes, pero todo depende del tipo de alimento (de su tamaño, grado de madurez, etc.)

En cualquier caso, es **conveniente enfriar rápidamente el alimento**. Para ello, ponlo bajo agua fría o sumergidlo en una olla con cubitos durante el mismo tiempo que necesitaste para escaldarlo

Etiquetas

[agua hirviendo](#)

[chef plus](#)

[chef plus induction](#)

[consejos gastronómicos](#)

[escaldar](#)

[escaldar verduras](#)

[recetas faciles](#)

[recetas robot cocina](#)

[recetas tomate](#)

[recetas tradicionales](#)

[recetas vegetarianas](#)

[técnicas culinarias](#)

[técnicas de cocina](#)

[trucos cocina](#)

[trucos de cocina](#)

[trucos gastronómicos](#)

[trucos hortalizas](#)

[verduras](#)

[Induction Pro](#)

# Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

## Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.