



OPERARIO EN LECHES HIGIENIZADAS

Sesión 33. Bebida láctea sin alcohol y postre – leche achocolatada y leche frita

YESSICA MILENA ZAPATA

Ingeniero agroindustrial

SENA

ACTIVADOR COGNITIVO





¿Qué es la leche chocolatada?

La leche chocolatada, chocolatada, leche de/con chocolate o chocomilk (del inglés chocomilk), es una bebida preparada con leche, azúcar y cacao, que puede tomarse fría o caliente. Puede comprarse preparada de fábrica o hacerla en casa mezclando leche y cacao en polvo. Al igual que la leche común, la chocolatada debe mantenerse refrigerada una vez abierta.



Sir Hans Sloane, médico irlandés recibió la orden de trasladarse a Jamaica en **1687** para tratar al Duque de Albemarle. La estadía de Sloane en Jamaica no resultó tan exitosa como planeaba, ya que el Duque falleció un año más tarde. Sin embargo, el doctor había encontrado uno de los elementos naturales más importantes del panorama jamaiquino: el **cacao**





Sloane descubrió que los habitantes de la isla mezclaban los granos de la planta con agua para así beberlos, pero al médico no le gustaba el sabor de esta fórmula. A su regreso, empezó a popularizar su propia combinación que, como imaginarán, en una primera etapa, involucraba los granos y algo de leche.

Llegando el siglo XIX, fueron los hermanos George y Richard Cadbury quienes descubrieron que podían comercializar con el chocolate caliente en lata, y lo incluyeron como uno más de los productos de su extensa cartelera, que ya contaba con el chocolate en barra (un producto de las ideas de Coenraad Johannes van Houten).



¿Por qué consumir la leche chocolatada?

La leche de chocolate provee **9 nutrientes** esenciales que todos necesitamos. La leche de chocolate es buena estrategia para una dieta nutritiva pues tiene desde 8 gramos de proteína natural de alta calidad hasta nutrientes para fortalecer los huesos, incluyendo calcio, vitamina D y fósforo. Mira como el gran contenido nutritivo de la leche de chocolate beneficia tu salud:



- La vitamina A ayuda a un sistema inmunológico saludable.
- Las vitaminas B (riboflavina, B-12 y niacina) ayudan a convertir los alimentos en energía.
- El calcio, la vitamina D y el fósforo ayudan a fortalecer los músculos.
- El potasio ayuda a regular el balance de fluidos en el cuerpo.
- La proteína natural de alta calidad ayuda a regenerar y mantener el tejido muscular.

A diferencia del agua y de muchas bebidas deportivas comerciales, la leche de chocolate tiene proteína natural que ayuda a reparar y regenerar los músculos. También tiene fluidos y electrolitos para rehidratar y reponer lo que se pierde con el sudor. De hecho, algunas investigaciones indican que la leche podría ayudar a mantenerte mejor hidratado después de hacer ejercicio que el agua.

¿Qué debo alistar para preparar la leche achocolatada?

Alistar la materia prima, insumos, envases y utensilios necesarios según la formulación.

Materia prima e insumos

- 1000 mL Leche pasteurizada
- 60 g Azúcar
- 3 – 5 g CMC o 20 a 30 g de Fécula de maíz
- 20 g leche en polvo
- 5 - 8 g Cocoa
- 0,5 g Sal (pizca)
- Astillas de canela (al gusto opcional)
- Crema chantillí para la decoración (Opcional)
- Hielo al gusto (opcional si lo desea frio)

Envases y utensilios

- Termómetro de punzón
- Balanza digital o análoga
- Cuchara plástica
- Licuadora
- Colador
- Vasos plásticos o de vidrio


















¿Qué debo alistar para preparar la leche achocolatada?







Leche pasteurizada



Azúcar

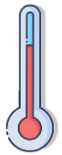


CMC





Sal



Temperatura baja de 38 a 40°C



15 minutos o hasta empiece a espesar

OPCIONAL



Astillas de canela

1. Aplicar las BPM

2. Alistamiento de MP e insumos

3. Se pone calentamiento durante unos 15 minutos con agitación constante a la leche, la azúcar y el CMC. Si se desea fría dejar reposar por unos minutos, de lo contrario seguir al siguiente paso.

¿Qué debo alistar para preparar la leche achocolatada?



Cacao en polvo



Leche en polvo



Mezcla de leche

OPCIONAL



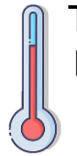
Hielo si lo desea frio



4. Licuar todos los insumos restantes con la mezcla tibia de leche

OPCIONAL





Temperatura baja de 38 a 40°C



10 a 15 minutos

17° Brix

Si la mezcla no quedó suficientemente espesa debe volverlo a poner al fuego.

¿Qué debo alistar para preparar la leche achocolatada?





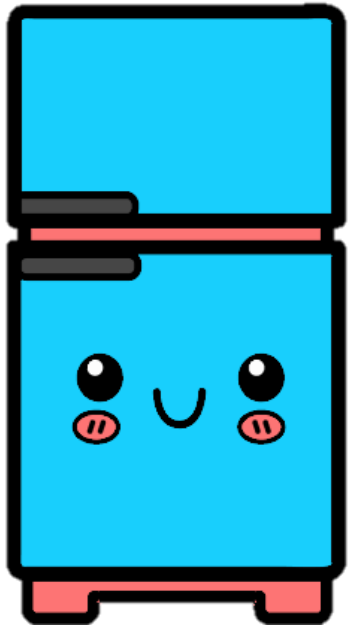
OPCIONAL



Crema chantilly







5. Servir la mezcla y decorarla con crema chantillí al gusto o con sirope de chocolate en el vaso .

6. Almacenar en el refrigerador.

¿Qué es un postre?

El **postre** es el plato de sabor dulce o agridulce que se toma al final de la comida, o de merienda. Cuando se habla de postres se entiende alguna preparación dulce, bien sean cremas, tartas, pasteles, helados, bombones, entre otros.







Contienen elementos nutritivos como frutas, leches, huevos y elementos energéticos como azúcares y grasas.



Hay postres que se preparan al momento o con anticipación, con el fin de agradar al paladar ya que existen postres en todas las temperaturas y texturas (al tiempo, calientes, fríos, helados y mixtos).

¿Qué es la leche frita?





La leche frita es un dulce propio de la **gastronomía española** realizado a base de harina cocida con leche y azúcar hasta que este preparado espesa, cortándose la masa resultante en porciones que posteriormente se fríen. Suele servirse de forma habitual como un postre, espolvoreado con azúcar y canela en polvo





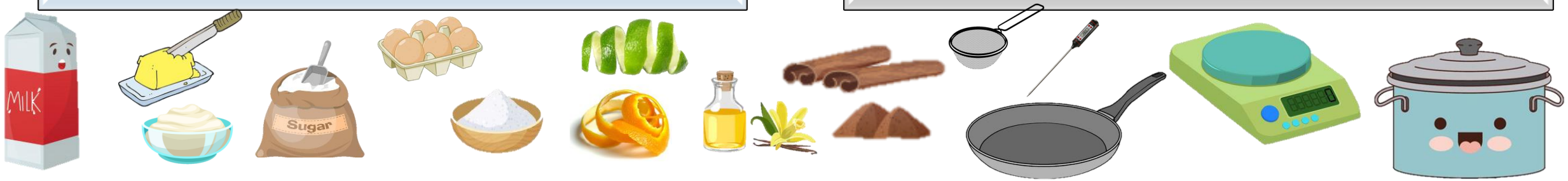


¿Qué debo alistar para preparar leche frita?

Alistar la materia prima, insumos, envases y utensilios necesarios según la formulación:

Materia prima e insumos
• 1 L Leche pasteurizada • 200 mL Crema de leche o 60g Mantequilla • 1 Astilla grande de canela • 120 a 200 g Azúcar blanca • 4 Unidades de yemas de huevo **(OPCIONAL)** • 160 a 200 g Fécula de maíz • 100 mL Zumo de naranja **(opcional)** • Cascara de naranja (1 unidad) • Cascara de limón (1 unidad) • 5 mL Esencia de vainilla **(OPCIONAL)** • **REBOZADO** • Aceite • 500g Harina de trigo o de arroz • 4 Unidades Huevo AAA • 500g Miga de pan o harina de coco **(OPCIONAL)** • 500g Azúcar blanca • 8 a 16g Canela en polvo (1 a 2 cucharaditas)

Envases y utensilios
• Olla antiadherente • Sartén • Estufa • Balanza digital o análoga • Cuchara de silicona • Colador • Refrigerador • Termómetro de punzón • Cuchillo • Batidora o globo • Papel vinilpel • Refractaria



¿Cuál es el proceso productivo de la leche frita?



1. Aplicar las BPM



2. Alistamiento de MP e insumos



70% Leche pasteurizada

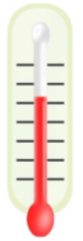
Astilla de canela





Cascaras de limón y naranja





80°C





3. Poner al fuego 700 mL de leche, la cascara de limón y de naranja y la astilla de canela. Dejar por 10 min, agitando con un globo constantemente. No dejar hervir. Dejar máximo a 80°C, apagar el fogón y reposar en infusión por 30 min.

¿Cuál es el proceso productivo de la leche frita?



30% Leche pasteurizada

+



Fécula de maíz

OPCIONAL



Yemas de huevo





Mezcla



Mezcla

+



Azúcar blanca

+



Mantequilla

ó



Crema de leche

No debe hervir





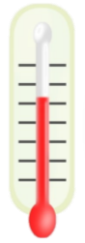
Esencia de vainilla

+

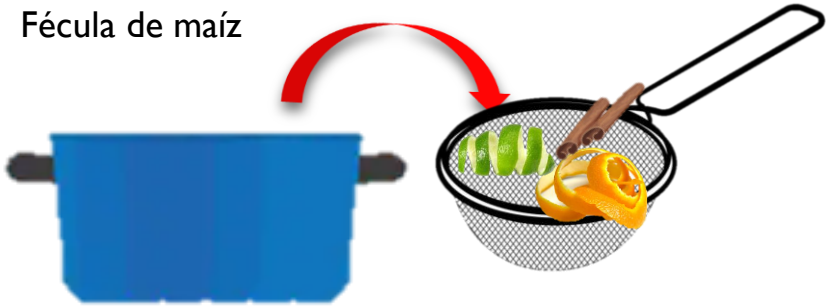
OPCIONAL



Zumo de naranja



80°C





4. Mezclar con batidora o un globo, la fécula de maíz con 300 mL de leche y las yemas de huevo. A continuación se le retira las cascaras de limón y naranja y la astilla de canela.

5. Se pone al fuego nuevamente la olla y se le adiciona la mezcla, el azúcar y la crema de leche o mantequilla. Se agita constantemente hasta que espese. En ese momento agregar la esencia de vainilla y bajar del fuego.

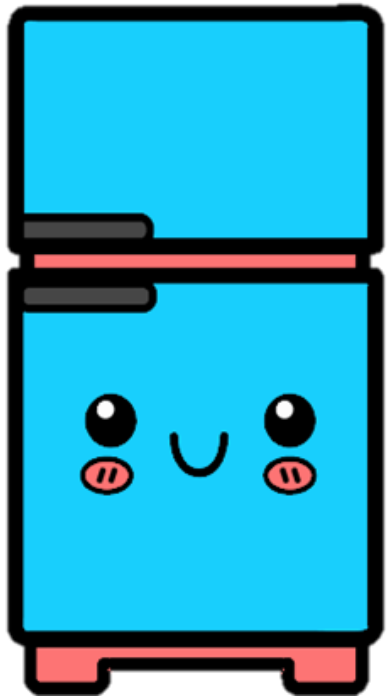
¿Cuál es el proceso productivo de la leche frita?

Altura máxima de la mezcla es de 3cm













6. En una refractaria de 30cm de largo x 20cm de ancho y 5 cm de profundidad, verter le mezcla previamente adecuada con vinilpel en el fondo. Cubrir la mezcla con el papel vinilpel, dejar en reposo 30min o hasta que se sienta fría la mezcla y luego se deja en el refrigerador mínimo 8 horas.

7. Desmoldar con cuidado y cortar en cuadros medianos con un cuchillo filoso.

¿Cuál es el proceso productivo de la leche frita?

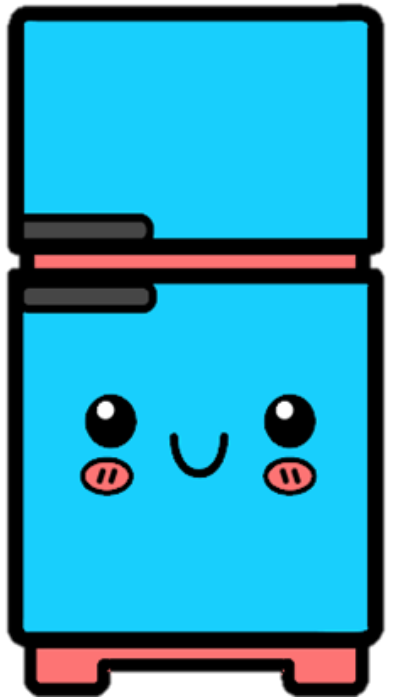












8. Sacar de la nevera y cortar en cuadros medianos, posteriormente pasar por harina, huevo batido y miga de pan **(opcional para mayor crocancia).** Luego se pone a freír en un sartén con aceite hirviendo a 180°C en pequeñas tandas para que el aceite no se enfríe. Dejando dorar por todos los lados y cuando estén dorados se dejan escurrir en una toalla absorbente.

7. Finalmente pasar cada uno de los trozos por la mezcla de azúcar con canela en polvo. Empacar en bandejas y almacenar en la nevera, máximo por 5 días.

¿Cuál es el proceso productivo de la leche frita?









ACTIVIDAD I

Relacionar cada una de las imágenes con las frases que se encuentran al costado con los productos vistos

1 

Leche frita

2 

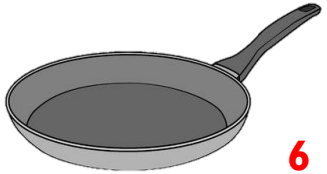
Medico irlandés

3 

Confiere sabor

4 

Usada en el almacenamiento y el reposo

5 

Es necesario realizar cocción haciendo un apanado

6 

Homogeniza los ingredientes

7 

Canela y azúcar

8 

Opcional para decoración

FRASES

- Opcional para decoración
- Es necesario realizar cocción haciendo un apanado
- Homogeniza los ingredientes
- Usada en el almacenamiento y el reposo
- Leche frita
- Confiere sabor
- Medico irlandés
- Canela y azúcar

ACTIVIDAD PARA LA CASA

1. Elaborar uno de los productos vistos en clase, sacando fotos de su proceso. Luego sacar una foto en la que aparezca claramente su rostro y el producto terminado. En total mínimo 7 fotos.

2. Realizar un comentario debajo del video de esta sesión subido a youtube, en donde cuente que producto realizó y describa los principales inconvenientes que tuvo al preparándolo.