

C

ca marí. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cazón; lamia; tiburón de Milberto; tintorera.

caambo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **curaca**.

cabacito. Nombre vulgar de la seta: *Helvella acetabulum*.

cabacitos. Nombre vulgar de la seta: *Gyromitra tasmanica*.

cabaicucho. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: serrano cabaicucho; serrano cagua; serrano carabonita; serrano espinudo.

cabala. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballa**.

cabalinho. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

cabaliño. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caball. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caball de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caball marí. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caballa. Designación oficial española del pez: *Carangus hippos*; *Caranx carangus*; *Caranx hippos*; *Scomber hippos*; *Scomber punctatus*; *Scomber scomber*; *Scomber*

scombrus; *Scomber scriptus*; *Scomber vernalis*. Sinónimo oficial: Albacora; Barat; Berdela; Biat; Bisol; Brat; Briat; Cabala; Escombro; Estornino; Halecha; Haleche; Macaren; Macareu; Makela; Maquerol; Pelicato (joven); Rincha; Rinchón; Sarda; Tonino; Toniño; Verat; Verdel; Verdela; Verdet; Veyrat; Viat; Xarda. Véase: pescados salados; pescados ahumados.

caballa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cabaña; cocinero de aleta azul; cocinero dorado; cocinero verde; estornino; macarela caballa; melva; pámpano de hebra. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caballa	
Energía (kJ)	639,54
Potasio (mg)	360,00
Fósforo (mg)	244,00
Energía (kcal)	153,00
Sodio (mg)	130,00
Colesterol (mg)	80,00
Porción comestible	60,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	36,00
Magnesio (mg)	31,00
Calcio (mg)	17,00
Vitamina D (µg)	16,00
Proteína (g)	15,00
Grasa (g)	10,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	10,00
Yodo (mg)	10,00
Niacina (mg eq. niacina)	9,00
Grasa moninsaturada (g)	3,47
Grasa poliinsaturada (g)	2,19
Grasa saturada (g)	2,19
Vitamina E (mg)	1,25

Ácido fólico (µg)	1,24
Hierro (mg)	1,00
Carbohidratos (g)	0,80
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,70
Cinc (mg)	0,50
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,30
Tiamina (B ₁) (mg)	0,09
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.

caballa ahumada. Su carne grasa tiene un fuerte sabor ahumado y una piel fácil de quitar. Se puede conservar en la nevera hasta una semana y se sirve como aperitivo sobre tostadas con mantequilla o en ensaladas. Se puede aderezar con zumo de limón. Véase: pescados y mariscos ahumados; pescados ahumados.

caballa al horno. Ingredientes: Caballa, ajo, cebolla, limón, vino blanco, pan molido, caldo, pimentón, laurel, perejil, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria.

caballa al horno. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** caballas, ajo, aceite de oliva virgen, perejil, caldo de carne.

caballa al horno con anchoas. Ingredientes: Caballa, anchoas, limón, vino blanco, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de Cantabria.

caballa al salmorejo. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** caballas, ajo, aceite, vinagre, vino blanco, régano, laurel, sal gruesa, comino, pimienta negra.

caballa amarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **macarela chuparaco**.

caballa Atka. Nombre vulgar del pez: *Pleurogrammus monopterygius*.

caballa australiana. Designación oficial española del pez: *Caranx sexfasciatus*.

caballa azul. Nombre vulgar del pez: *Scomber australasicus*. Designación oficial: **macarela caballa**.

caballa blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sierra austral blanca**.

caballa cero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite chinigua**.

caballa culebra. Nombre vulgar del pez: *Re-xea solandri*. Designación oficial: **escolar de canal**.

caballa de hilo. Nombre vulgar del pez: *Alec-tis indica*.

caballa del Índico. Designación oficial española del pez: *Rastreliger canagurta*; *Ras-trelliger brachysoma*.

caballa del Sur. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **estornino**.

caballa en aceite. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caballa en aceite	
Energía (kJ)	779,36
Sodio (mg)	420,00
Potasio (mg)	280,00
Fósforo (mg)	272,00
Energía (kcal)	186,45
Porción comestible	100,00
Colesterol (mg)	65,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	60,00
Calcio (mg)	40,00
Magnesio (mg)	28,00
Vitamina D (µg)	25,00
Proteína (g)	24,00
Niacina (mg eq. niacina)	17,10
Ácido fólico (µg)	15,00
Grasa (g)	10,05
Yodo (mg)	10,00
Vitamina E (mg)	6,30
Grasa moninsaturada (g)	6,17
Vitamina B ₁₂ (µg)	5,00

Grasa poliinsaturada (g)	2,27
Grasa saturada (g)	1,61
Hierro (mg)	1,30
Cinc (mg)	0,80
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,44
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,11
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.

caballa en escabeche. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** caballa, aceite de oliva, vinagre de vino, pimienta negra, pimentón dulce, laurel, ajo, sal. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caballa en escabeche	
Sodio (mg)	700
Fósforo (mg)	300
Potasio (mg)	300
Energía (kcal)	168
Porción comestible	100
Agua (mg)	73
Colesterol (mg)	70
Retinol (mg)	50
Calcio (mg)	21
Proteínas (g)	15
Grasa (g)	12
Ácido fólico (µg)	10
Cianocobalamina (µg)	3
Hierro (mg)	1
Riboflavina (mg)	0,1
Tiamina (mg)	0,04
Ácido ascórbico (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Carbohidratos (g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

caballa en conserva. De intenso sabor salado, la caballa se puede encontrar en conservas, en aceite o en diversas salsas. Se pueden guardar durante 12 meses, pero una vez abierta la lata, se debe refrigerar y con-

sumir en 24 horas. Se usa como aperitivo o en ensaladas. Véase: pescados y mariscos en conserva.

caballa escurridiza. Nombre vulgar del pez: *Scomber australasicus*.

caballa española. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite pintado norteño**.

caballas espinosas. Véase: *Carangidae*.

caballas rellenas. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “pescados en la cocina del Mediterráneo”. Se dice que la aptitud de una esposa turca se medía, en otros tiempos, por su habilidad para rellenar una caballa; sea usted hombre o mujer, este es un plato que requiere paciencia. Su origen festivo se hace evidente en la riqueza de la receta. Se necesita aguja e hilo para coser el pescado después de rellenarlo. **Ingredientes:** Caballa, aceite de oliva, cebolla, ajo, nueces picadas, uvas pasas, canela, clavo, pimienta inglesa, nuez moscada, sal y pimienta negra, perejil, aceite de oliva, huevo, pan rallado, limón. Nombre original: *ukumru dolmasi*.

caballa fragata. Nombre vulgar del pez: *Auxis thazard*.

caballa indopacífica. Designación oficial española del pez: *Scomber australasicus*; *Scomber japonicus*.

caballa manchada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite pintado norteño**.

caballa mejicana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **macarena mejicana**.

caballa moruna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite lucio**.

caballa real. Nombre vulgar del pez: *Gnathodon speciosus*. Designación oficial: **carite lucio**.

caballas asalmonadas. Véase: *Arripidae*.

caballas serpentiformes. Véase: *Gempylidae*.

caballero de santiago. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **santiaguíño** (*Scyllarus arctus*).

caballerote. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo prieto**.

caballet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caballet de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caballeta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: estornino; macarela caballa.

caballico de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caballita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cocinero de aleta azul; cocinero verde.

caballito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: caballito de mar; jorobado antena; jorobado carite; jorobado espejo; pámpano de hebra.

caballito de mar. Designación oficial española del pez: *Hippocampus antiquorum*; *Hippocampus antiquus*; *Hippocampus brevirrostris*; *Hippocampus europeus*; **Hippocampus guttulatus**; *Hippocampus heptagonus*; *Hippocampus hippocampus*; *Hippocampus hudsonius*; *Hippocampus ingens*; *Hippocampus ramulosus*; *Hippocampus rosaceus*. *Syngnathus hippocampus*. Sinónimo oficial: Cabalinho; Cabalíño; Caball; Caball de mar; Caball marí; Caballet de mar; Caballet; Caballico de mar; Caballito; Caballito de mar; Caballito marino; Caballo marino; Caballo de mar; Cavall marí; Itsaszaldi; Itzaszaldi; Urtako-zaldi.; Urtako-zaldi.

caballito de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caballito marino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caballo. Nombre vulgar del mamífero: *Equus caballus*. Véase: carne de caballo.

caballo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: caballito de mar; cacique; cocinero verde; lirio; palometón.

caballo de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: caballito de mar; cerdo marino.

caballo marino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

caballón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallineta**.

cabaña. Designación oficial española del pez: *Pneumatophorus peruanus*; *Scomber japonicus peruanus*. Sinónimo oficial: Caballa; Macarela; Verle.

cabaña blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bonito**.

cabaña caribe. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bonito**.

cabaña de dientes. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bonito**.

cabaña negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **melva**.

cabaña pintada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bacoreta**.

cabasuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: abichón; pejerrey.

cabazuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **abichón**.

cabeça chata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón sarda**.

cabecera de lomo de cerdo. Véase: cabeza de lomo de cerdo.

cabecetigre. Nombre vulgar de la planta: *Pachira aquatica*.

cabeçudo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón café sureño**.

cabeçut. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pardete**.

cabello de ángel. Nombre español de la pasta larga: **capellini**.

cabello de ángel. Nombre vulgar de la planta: *Cucurbita moschata*.

cabello de ángel al azafrán. Pasta alimenticia al huevo fina que contiene azafrán. Excelente con marisco. Véase: pastas largas.

cabernet. Véase: uva cabernet.

cabernet franc. Véase: uva cabernet franc.

cabernet sauvignon. Véase: uva cabernet sauvignon.

cabessuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **abichón**; **pejerrey**.

cabessut. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **abichón**; **chucleto**; **pejerrey**.

cabesuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **abichón**.

cabet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bejel**; **cabete**.

cabet de escata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arete**; **cabete**.

cabete. Designación oficial española del pez: *Lepidotrigla aspera*; *Lepidotrigla cavillone*; *Trigla aspera*; *Trigla cavillone*. Sinónimo oficial: **Arraingorri**; **Borracho**; **Cabet**; **Cabet de escata**; **Capet**; **Clavilló**; **Cubeta**;

Escatós; **Kolo**; **Ópera**; **Pelut de escata**; **Rubio**.

cabete. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arete**; **bejel**.

cabete espinoso. Designación oficial española del pez: *Lepidotrigla dieuzeidei*.

cabeza. Véase: **despojos**.

cabeza de batea. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lamia**.

cabeza de cerdo. Despojo de cerdo. Déjela en remojo con agua salada para quitarle la sangre y añada vinagre para mantener el color de la piel. La cabeza entera se cocina muy lentamente en el horno o en un caldo corto; una vez cocida, se extrae su carne y se utiliza para elaborar cabeza de jabalí o salchichas. Véase: **despojos cárnicos**; **despiece de la canal de porcino**. **Materia prima:** Lenguas de cerdo o vacuno y caretas enteras de cerdo con morro. **Ingredientes:** sal fina, pimienta negra molida, nuez moscada molida, clavo molido, orégano, ajo liofilizado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cabeza de cerdo	
Energía (kJ)	2257,20
Energía (kcal)	540,00
Potasio (mg)	210,00
Sodio (mg)	160,00
Porción comestible	100,00
Colesterol (mg)	72,00
Fósforo (mg)	59,00
Calcio (mg)	51,00
Grasa (g)	50,60
Grasa moninsaturada (g)	20,79
Proteína (g)	20,40
Grasa saturada (g)	18,45
Magnesio (mg)	10,00
Niacina (mg eq. niacina)	6,10
Grasa poliinsaturada (g)	3,60
Hierro (mg)	2,20
Cinc (mg)	1,30
Carbohidratos (g)	0,80
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,18
Tiamina (B ₁) (mg)	0,17

Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Ácido fólico (µg)	tr.
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

cabeza de cerdo adobada. Una de las preparaciones chacineras extremeñas sin embutir. Véase: derivados cárnicos de Extremadura.

cabeza de cubo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez medusa**.

cabeza de fraile. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe geotropa*.

cabeza de jabalí. Elaborada con carne de la cabeza del cerdo, incluida la lengua, es un tipo de cabeza de jabalí preparada con gelatina. Se utiliza en bocadillos o acompañada de una ensalada. **Materia prima:** 40-50% cabeza de cerdo enteras, sin papada, orejas ni sesos, 20-30% lenguas de cerdo o vacuno, 10-15% caldo de cocción, 10-12% cortezas (opcional), 6-10% pistachos. **Ingredientes:** sal fina, pimienta negra molida, nuez moscada molida, ajo liofilizado, fécula de patata, caldo de cocción, gelatina, pistachos al gusto. Véase: patés, terrinas y cabeza de jabalí. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cabeza de jabalí Fiambre	
Sodio (mg)	929,00
Energía (kJ)	861,08
Energía (kcal)	206,00
Porción comestible	100,00
Colesterol (mg)	80,00
Fósforo (mg)	59,00
Potasio (mg)	53,00
Calcio (mg)	21,00
Proteína bruta (g)	19,40

Grasa (g)	14,20
Magnesio (mg)	9,00
Grasa moninsaturada (g)	6,90
Grasa saturada (g)	5,10
Ácido fólico (µg)	3,00
Niacina (mg eq. niacina)	1,50
Cinc (mg)	1,40
Grasa poliinsaturada (g)	1,30
Hierro (mg)	1,10
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,80
Vitamina D (µg)	0,50
Carbohidratos (g)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,12
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,10
Vitamina E (mg)	0,07
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Yodo (mg)	

cabeza de jabalí casera. Tradicionalmente elaborado sólo con la cabeza del cerdo, actualmente se le añaden otros tipos de carne. Este embutido de sabor suave, cuajado con gelatina, se utiliza en bocadillos o se sirve como almuerzo ligero, acompañado de una ensalada. Véase: patés, terrinas y cabeza de jabalí.

cabeza de jabalí extra. Tradicionalmente elaborado sólo con la cabeza del cerdo, actualmente se le añaden otros tipos de carne. contiene pequeños trozos de pimiento verde y rojo y pepinillos y se prepara con gelatina. Se emplea en bocadillos o se sirve como almuerzo ligero, acompañado de una ensalada. Véase: patés, terrinas y cabeza de jabalí.

cabeza de león. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

cabeza de liebre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tamboril**.

cabeza de lomo de cerdo. Esta pieza conocida como “aguja”, resulta más atractivo deno-

minarla “cabeza de lomo” o “cabecera de lomo”. Las chuletas se pueden freír o asar en barbacoa, también en trozos resulta excelente para guisos. El magro resulta muy bueno para hacer chorizos y otros productos de alta calidad, como la “salchicha al ron”. Véase: despiece de la canal de porcino.

cabeza de mantequilla. Sinónimo: lechuga trocadero.

cabeza de medusa. Nombre vulgar de la seta: *Armillaria mellea*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cabeza de medusa	
Potasio (mg)	440,00
Energía (kJ)	154,66
Agua (g)	88,00
Energía (kcal)	37,00
Magnesio(mg)	12,00
Calcio (mg)	7,00
Carbohidratos (g)	6,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	5,00
Fibra (g)	2,00
Proteína (g)	1,60
Hierro (mg)	0,90
Grasas totales (g)	0,70
Colesterol (mg)	0,00
Flúor (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa poliinsaturada (g)	tr.
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Sodio (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina E (mg)	

cabeza de oveja. Despojo de oveja. Se cuece lentamente en caldo corto, se quita la carne y se deja cuajar en su propia gelatina o se sirve en una sopa (el famoso caldo escocés de cabeza de oveja *powsowdie*) Véase: despojos cárnicos.

cabeza de oveja. Nombre vulgar del pez: *Archosargus probatocephalus*.

cabeza de pala. Designación oficial española del pez: *Sphyrna tiburo tiburo*. Sinónimo oficial: Cornúa; Pez martillo; Sarda cahona.

cabeza de puerco. Véase: cabeza de cerdo.

cabeza de ternera. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** cabeza de ternera, jamón, cebolla, harina, vinagre, ramillete de hierbas finas, grasa de vaca, sal, pimienta. Véase: cocina de Asturias.

cabeza de zorro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero cabeza de zorro**.

cabeza dura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corocoro crocro; lambe ratón; ronco chere-chere; tiburón coralino.

cabeza esférica. Nombre vulgar de la seta: *Sphaerobolus stellatus*.

cabeza esponjosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla mayita**.

cabeza luminosa. Designación oficial española del pez: *Ipnops agassizi*.

cabeza lustrosa. Designación oficial española del pez: *Holtbyrnis melanpcephala*. Sinónimo oficial: Cabeza pintada.

cabeza pintada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabeza lustrosa**.

cabeza prieta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mojarra**.

cabeza pulida. Designación oficial española del pez: *Pellisulus facilis*.

cabezón. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón nailón norteño**.

cabezón. Nombre usual de una pieza de pan en Navarra y Pías Vasco. Pieza rústica de miga esponjosa, con gruesos agujeros. Corteza

mate, crujiente y acaramelada. Véase: panes de España.

cabezón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: blanquillo cabezón; bombache cabezón; burro mojarrón; corocoro coche; corocoro mapache; espinoso de lago; sapo cabezón; zanahoria.

cabezón frágil. Designación oficial española del pez: *Melamphaes macrocephalus*. Sinónimo oficial: Melánfido.

cabezote. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pardete; pejerrey cabezón.

cabezudo. Nombre vulgar del pez: *Gobius cobitis*. Designación oficial: blanquillo cabezón; blanquillo fino; cacho; galupa; gobit de roca; lisa pardete; lisa; pardete; tres colas.

cabezudo. Nombre vulgar del pez: *Mugil cephalus*.

cabillaud. Pez. Véase: **cobia**.

cabillaud. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cobia**.

cabinza. Designación oficial española del pez: *Isacia conceptionis*; *Isacia venusta*; *Pristipoma conceptionis*. Sinónimo oficial: Gabinza.

cabinza. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cuna lucero**.

cabinza serránida. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cuna lucero**.

cabo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anguila**.

caboso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bobi; cabuxino.

cabot. Nombre vulgar del pez: *Gobius niger*. Designación oficial: bobi; borriquet; ca-
Prof. Dr. Dr. Felicísimo Ramos Fernández (D.I.C.)

buxino enano; cabuxino; chaparrudo; gobit de roca; gobit.

cabot chucladó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucladit**.

cabot chuclador. Designación oficial española del pez: *Lepadogaster candolii*; *Lepadogaster candollei*; *Lepadogaster jussieu*; *Lepadogaster olivaceus*; *Lepadogaster otaviani*. Sinónimo oficial: Cabot xuclador; Chafarrocas; Enganxa roquer; Pega roques; Peix porc; Peix porch; Peixe porch; Xucladit; Xucladó.

cabot d'alga. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chaparrudo; gobit.

cabot d'arena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gobit**.

cabot de búfera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

cabot de roca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chaparrudo; gobit de roca.

cabot en banyas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: fardatgo; fardatgo.

cabot en bañas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **fardatgo**.

cabot en baños. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lagarto**.

cabot inglés. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bobi; gobit.

cabot mucós. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chaparrudo**.

cabot vermey. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bobi**.

cabot xuclador. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cabot chuclador; chucladit.

cabotijaba. Nombre vulgar de la planta: *Myrciaria cauliflora*.

cabra. Nombre vulgar del crustáceo: *Maja squinado*. Designación oficial: **centolla**.

cabra. Nombre vulgar del molusco: *Lutraria lutraria*. Designación oficial: **arola**.

cabra. Nombre vulgar del rumiante: *Capra domestica*.

cabra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: armado; cabrilla; gallineta; mero cabrilla; serrano.

cabra. Nombre vulgar catalán de la seta: *Lactarius torminosus*.

cabra bezoar. Nombre vulgar del rumiante: *Capra aegagrus*. Véase: cabra doméstica.

cabra blanca de Saanen. Es una cabra blanca de pelo corto. La importancia económica de esta cabra estriba en la leche y en la producción de cuero de máxima calidad. La carne del cabrito es un manjar exquisito, muy apreciada como comida de Pascuas. **Características** de la explotación. Los cabritos alcanzan su peso de 25-30 kg a los 5 meses de edad. Peso del macho cabrío 60-80 kg; de la cabra: 55-65 kg. Producción de leche 1.000-2.000 l anuales; contenido en grasa de la leche 3,6-4,9%. Véase: cabra doméstica.

cabra de altura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallineta**.

cabra de Angora. Véase: cabra de pelo largo.

cabra de bajura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cabrilla; serrano.

cabra de Cachemira. Véase: cabra de pelo largo.

cabra de hondura. Nombre vulgar del pez: *Helicolenus dactylopterus*.

cabra de hondura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallineta**.

cabra de pelo largo. Las cabras de pelo largo más conocidas, con cuya piel se fabrican productos muy caros son la: **cabra de Angora** y la de **Cachemira**. La lana de cabra de Angora se llama pelo de angora (no confundir con el pelo de camello), se transforma en el llamado **mohair**. Este mohair original también se sustituye por lana de conejo de Angora. Una cabra de Angora proporciona ½ kg de lana 2 veces al año, una cabra de Cachemira proporciona 300 g una vez al año; el más valioso es el pelo blanco. Junto a las razas caprinas con un aprovechamiento económico, también se crían otras por placer, dado su atractivo aspecto, como por ejemplo, la cabra de Camerún (18-22 kg) y la cabra valera. Véase: cabra doméstica.

cabra llocha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallineta**.

cabra markhor. (*Capra falconeri*) Véase: cabra doméstica.

cabra montés. Nombre vulgar del rumiante: *Capra hispanica*. Véase: clasificación de mamíferos de caza.

cabra mora. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero cabrilla**.

cabra roquera. Nombre vulgar del pez: *Scorpaena porcus*. Designación oficial: **rascao**.

cabrachito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabracho venenoso**.

cabracho. Designación oficial española del pez: *Scorpaena barbata*; *Scorpaena lutea*; *Scorpaena scrofa*; *Scorpaena scrofina*; *Sebastes kuhlii*. Sinónimo oficial: Adolfo; Ahuntz-arrain, Aitzabra, Aitzcabra, Cap roitg, Cap rotx, Carroich, Centeredo, Escaparote, Escarapote, Escorpa, Escorpa roja, Escorpa rotja, Escorpena, Escorpión, Escórpora, Escórpora de fang, Escórpora dels bruts, Escórpora vermella, Gallineta, Haitzkabra, Kabrarroca, Kantuko kraba, Llisatra, Llisatza, Polla, Polla de mar, Ras-

cacio, Rascacio colorado, Rascacio de fango, Rascasa, Rascla, Rascle, Rascás, Raño, Rescacio, Rogé, Ronca, Roscacio, Rotja, Rotje, Tiñoso, Tiñosu, Zakarail.

cabracho. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: escórpora; rascacio.

cabracho de roca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rascacio**.

cabracho marrón. Nombre vulgar del pez: *Scorpaena porcus*.

cabracho venenoso. Designación oficial española del pez: *Acanthocottus bubalis*; *Apiscottus bubalis*; *Cottus bubalis*; *Cottus maculatus*; *Myoxocephalus bubalis*; *Taurulus bubalis*. Sinónimo oficial: Cabrachito; Escarpote bravo.

cabrachos al ajillo. Plato de la cocina de Cantabria (Valdáliga) perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** cabracho, almejas, ajo, perejil, aceite de oliva, vino blanco, guindilla, vinagre, caldo de pescado, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cabrachos en salsa verde. **Ingredientes:** Cabracho, cebolla, ajo, patata, perejil, caldo, harina, vino blanco, aceite, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cabrajo. Nombre vulgar del crustáceo: *Homarus gammarus*.

C abrales. Véase: queso de Cabrales,

cabras al ajo arriero. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** cabras pescados con caña en las rocas, patata, ajo, vinagre, pimentón, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

cabrela. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: nécora, santiaguíño.

cabreta. Nombre vulgar catalán de la seta: *Boletus granulatus*.

cabrilla. Designación oficial española del pez: *Paracentropomus cabrilla*; *Perca cabrilla*; *Serranus cabrilla*. Sinónimo oficial: Auntzarraña; Bodión; Cabra; Cabra de bajura; Cabrilla de tierra; Cabrilla melera; Cabrilla rubia; Cana; Doncella; Itsas-cabra; Kabra arrunta; Kraba; Mero bord; Romerito; Serranet; Serrano; Serrano común; Serrá; Serrán; Tort; Vaca; Vaquita; Vaquiña.

cabrilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bejel; borracho; cabrilla de arenas; cabrilla de roca; cabrilla listada; cabrilla loca; camote; chancharro cabrilla; chancharro chamaco; chancharro común; chancharro de Darwin; chancharro Hernández; chancharro hocicón; chancharro manchado; cherna cabrilla; cherna pintada; garneo; garropa aserrada; garropa jaspeada; guaseta cherne; guaseta guato; guaseta serrano; mero cabrilla; mero colorado; mero guasa, mero moteado; mero murique; mero panameño; rascacio con banda; rascacio de Juan Fernández; rascacio de Thomson; rascacio escorpión; rascacio jugador; rubio cabro; rubio rey; serrano cagua; serrano carajito; serrano de altura; serrano; tres colas ravijunco. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cabrilla	
Calcio (mg)	1391,00
Energía (kJ)	349,00
Potasio (mg)	188,00
Sodio (mg)	146,00
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	83,49
Proteína (g)	12,67
Carbohidratos (g)	4,67
Grasa (g)	1,70
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	

Fibra (g)	
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Hierro (mg)	
Magnesio (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (μg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (μg)	
Vitamina D (μg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

cabrilla. Nombre vulgar de la seta: *Cantharellus cibarius*.

cabrilla. Nombre vulgar del caracol terrestre: *Helicella andalucica*.

cabrilla aleta larga. Designación oficial española del pez: *Caprodon longimanus*.

cabrilla amarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garropa parda**.

cabrilla astillero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garropa**.

cabrilla calamaria. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **calamaria**.

cabrilla chilena. Designación oficial española del pez: *Paralabrax semifasciatus*.

cabrilla común. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla loca**.

cabrilla de arena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla de roca**; **cabrilla de sargazo**.

cabrilla de arenas. Designación oficial española del pez: *Paralabrax clathratus*. Sinónimo oficial: **Cabrilla de sargazo**.

cabrilla de roca. Designación oficial española del pez: *Paralabrax masculatofasciatus*.

Sinónimo oficial: **Cabrilla**; **Cabrilla de arena**; **Cabrilla pinta**.

cabrilla de roca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla loca**.

cabrilla de sargazo. Designación oficial española del pez: *Paralabrax nebulifer*. Sinónimo oficial: **Cabrilla de arena**.

cabrilla de sargazo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla de arenas**.

cabrilla de tierra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla**.

cabrilla del Golfo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero guasa**.

cabrilla escriba. Nombre vulgar del pez: *Serranus scriba*.

cabrilla española. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chancharro cabrilla**.

cabrilla fina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla perela**; **serrano carajito**.

cabrilla gatito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla loca**.

cabrilla gris. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garropa jaspeada**.

cabrilla listada. Designación oficial española del pez: *Gilbertia semicineta*. Sinónimo oficial: **Cabrilla**.

cabrilla loca. Designación oficial española del pez: *Paralabrax humeralis*. Sinónimo oficial: **Bagalo**; **Cabrilla**; **Cabrilla común**; **Cabrilla de roca**; **Cabrilla gatito**; **Cabrillones**; **Cagalo**; **Muñi**.

cabrilla marrón. Nombre vulgar del pez: *Serranus hepatus*.

cabrilla melera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla**; **serrano**.

cabrilla parda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garropa parda.**

cabrilla perela. Designación oficial española del pez: *Paralabrax callaensis*. Sinónimo oficial: Cabrilla fina; Cabrilla raya; Cabrillo; Muñe; Muñi; Perela.

cabrilla piedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero murique.**

cabrilla pinta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cabrilla de roca; garropa jaspeada; mero moteado; mero murique.

cabrilla pintita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **calamaria.**

cabrilla profundidad. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero guasa.**

cabrilla rava. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garropa jaspeada.**

cabrilla raya. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla perela.**

cabrilla ribera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero panameño.**

cabrilla rosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: calamaria; tres colas ravijunco.

cabrilla rosada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: mero ambulú; tres colas ravijunco.

cabrilla rubia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla.**

cabrilla sardinera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **calamaria.**

cabrilla voladora. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: rubio gallineta; rubio volador.

cabrillas en salsa de tomate. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al

grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** cabrillas (*Helicella andalucica*), cebolla, pimientos verdes, ajo, vino blanco, tomates, pimentón molido, especias Surtidas, sal, hierbabuena.

cabrillas en su salsa. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** cabrillas de Lebrija (*Helicella andalucica*), vino blanco, guindilla, pimienta negra, aceite, pimentón dulce, ajo, rebanada de pan, sal, comino, culantro.

cabrillejo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garropa parda.**

cabrillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla perela.**

cabrillones. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla loca.**

cabrinha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **testolín azul.**

cabrió. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cabuxino; pez ballesta.

cabriola. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **relojito.**

cabrita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **serrano cabaicucho.**

cabritilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chitita; chula pajarilla.

cabrito. Familia: bóvidos. Carne de abasto procedente de la cría de la cabra, machos o hembras, que cumplen los requisitos legales para ser destinada a la alimentación humana. Es el animal que es alimentado exclusivamente con la leche materna y durante 1 mes aproximadamente. La canal tiene un peso entre 4 y 6 kg, algunas veces puede pesar más, pero raramente llegará a los 7 kg. También se comercializan canales entre 7-8

kg, pero no se les debe llamar cabritos, su verdadero nombre es “chivos”. En la alta Extremadura suelen llamar cabritos a animales que muchas veces sobrepasan los 15 kg. Los mejores cabritos son los procedentes de zonas montañosas y donde las cabras andan sueltas. En varias regiones españolas el cabrito es más apreciado que el cordero y más caro. Donde más se consume es en Levante, País Vasco y Castilla y León, donde menos Andalucía y Canarias. El cabrito tiene un guiso magistral y único, el “cuchifrito”, se suele hablar sobre ello, pero pocas personas saben hacerlo. Sinónimo: choto. Véase: caprino. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cabrito o Choto	
Energía (kJ)	473,18
Energía (kcal)	113,20
Porción comestible	70,00
Proteína (g)	19,30
Calcio (mg)	9,00
Niacina (mg eq. niacina)	6,00
Grasa (g)	4,00
Hierro (mg)	0,90
Tiamina (B ₁) (mg)	0,32
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Carbohidratos (g)	tr.
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Magnesio (mg)	
Potasio (mg)	
Sodio (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

cabrito al horno. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** cabrito, ajo, perejil, aceite, vino blanco, sal.

cabrito al horno. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** carne de cabrito, aceite, vinagre tinto, comino, ajo, achiote, palillo, orégano, sal pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

cabrito al salmorejo. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** cabrito, ajo, sal gruesa, comino, orégano, laurel, perejil, vino blanco, vinagre, aceite, pimienta negra, tomillo.

cabrito asado. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora más el tiempo de adobo. **Ingredientes:** cabrito en trozos. **Adobo:** ajo, guindilla, orégano, pimientos, vinagre, aceite, laurel, sal. Véase: carnes en la cocina clásica.

cabrito asado en olla. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** carne de cabrito, papa, cebolla, ajo, panca, tomate, pimienta negra, pimienta de chapa, vinagre, achiote, lechuga, perejil, aceite, sal, orégano, comino. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

cabrito con patatas. Plato de la cocina de Cantabria (Bárcena de Pie de Concha) perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** cabrito, patata, ajo, cebolla, perejil, pimentón, laurel, vino blanco, aceite, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cabrito de Peña Mayor con patatas. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** cabrito, patatas nuevas, cebolla, perejil, laurel, manteca de cerdo o aceite, perejil, laurel, tomillo, sal, pimienta. Véase: cordero en la cocina de Asturias.

cabrito en chile y consomé. Plato de la cocina de Zacatecas en México. **Ingredientes:** cabrito tierno, chile ancho, chile pasilla, comino, clavo, ajo, jengibre, vinagre, garbanzos, manteca, cebolla, arroz, chile cas-

cabel, perejil, hierbas de olor, sal, pimienta. Véase: carnes en la cocina de Méjico.

cabrito en la cocina de España. Véase: cordero y cabrito en la cocina de España.

cabrito en salsa. Véase: cabrito estilo canario.

cabrito estilo canario. Plato de la cocina de España perteneciente al grupo de “cordero y cabrito” típico de Canarias. Es uno de los abrosos platos que las islas Canarias han conservado a pesar de la constante invasión turística. **Ingredientes:** cabrito, pimientos, ajo, guindilla, orégano, laurel, vinagre, aceite, sal.

cabrito estofado. Plato de la cocina de Cantabria “Molledo” perteneciente al grupo de “carne”. **Ingredientes:** cabrito, cebolla, zanahoria, puerro, pimiento seco, ajo, aceite de oliva, vino blanco, brandy, pimienta negra, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cabro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: rubio cabro; rubio polla; rubio rey.

cabrontera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **armado**.

cabruza. Designación oficial española del pez: *Blennius fasciatus*; *Blennius gattorugine*; *Blennius patuanus*; *Elennius ruber*; *Parablennius gattorugine*; *Salaria gattorugine*. Sinónimo oficial: Adusto; Babosa; Baboso; Bañut; Buruzko; Capsigrani; Capsigrany; Demo; Dormilega; Dormilega de fang; Dormilega rotja; Dormilega rotja de fang; Futarra; Gall fabé; Gorroti; Kabuxa; Perro; Raboa; Raboce; Rabosa; Rabose; Rebog; Rebosa; Rebose.

cabucha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mojarra cabucha**.

cabuda. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **zamburiña**.

cabudet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tres colas**.

cabusade. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **abichón**.

cabut. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tres colas**.

cabuxino. Designación oficial española del pez: *Gobius elongatus*; *Gobius gracilis*; *Gobius minutus*; *Gobius minutus gracilis*; *Gobius minutus lozanoi*; *Pomatochistus minutus*. Sinónimo oficial: Buruzko; Caboso; Cabot; Cabrí; Gobit; Margo; Ruch; Xarbo; Zarbo.

cabuxino enano. Designación oficial española del pez: *Gobius charreri*; *Gobius microps*; *Gobius parnelli*; *Gobius pusillus*; *Pomatochistus microps*; *Syrrhothones charreri*. Sinónimo oficial: Buruzko; Cabot; Gobi; Gobit; Margo; Xarbo; Zarbo.

cacahuete. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón cacahuete; camarón de piedra del Pacífico; **camarón tiro al blanco**.

cacahuete. Nombre vulgar de la planta: *Arachis hypogea*. Ingredientes de la cocina de Méjico. Planta leguminosa cuyos frutos se comen como galaosinas y se emplean como condimento; muy usado en los adobos. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cacahuete sin cáscara	
Energía (kJ)	2428,06
Potasio (mg)	601,00
Energía (kcal)	580,88
Fósforo (mg)	432,00
Magnesio (mg)	329,00

Ácido fólico (µg)	110,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	72,00
Grasa (g)	49,00
Proteína (g)	27,00
Grasa moninsaturada (g)	21,06
Yodo (mg)	20,00
Niacina (mg eq. niacina)	15,00
Grasa poliinsaturada (g)	12,60
Carbohidratos (g)	8,50
Grasa saturada (g)	8,30
Fibra (g)	8,10
Vitamina E (mg)	8,10
Hierro (mg)	4,90
Cinc (mg)	4,30
Sodio (mg)	3,30
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,50
Tiamina (B ₁) (mg)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,14
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.

cacahuete, con cáscara. (*Arachis hypogaea*)

Se guardan en un lugar fresco, seco y oscuro. Los cacahuetses se alojan de dos en dos en cáscaras quebradizas, lo que los convierte en un aperitivo ideal. También se usan en platos salados o dulces. Véase: frutas y frutos secos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cacahuete	
Energía (kcal)	581
Potasio (mg)	535
Fósforo (mg)	367
Ácido fólico (µg)	110
Porción comestible	100
Calcio (mg)	61
Grasa (g)	49
Proteínas (g)	27
Grasa moninsaturada (g)	23,3
Grasa poliinsaturada (g)	13,9
Ácido linoléico (g)	13,4
Ácido graso saturado (g)	9,2
Carbohidratos (g)	8,5
Fibra vegetal (g)	8,1

Sodio (mg)	8
Agua (mg)	7,4
Hierro (mg)	2
Ácido linolénico (g)	0,4
Tiamina (mg)	0,3
Riboflavina (mg)	0,14
Ácido ascórbico (mg)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0
Retinol (mg)	0

cacahuete crudo. (*Arachis hypogaea*) Se guardan en la nevera o el congelador. La piel se puede desprender fácilmente. Se utilizan para elaborar mantequilla de cacahuete. Para que sean más sabrosos, se pueden tostar en el horno unos 10 minutos. Véase: frutas y frutos secos.

cacahuete, mantequilla. Véase: mantequilla de cacahuete.

cacahuete tostado. (*Arachis hypogaea*) Se guardan en la nevera o el congelador. Se usan troceados en ensaladas y salsas (como la *satay*), o en platos de pollo, carne, pescado, pasta o arroz, así como en pasteles y galletas. Véase: frutas y frutos secos. Según el Código Alimentario, 3.22.08. Es el cacahuete que ha sido sometido a la acción del calor seco, conservando el tegumento seminal. Véase: clasificación de frutas y semillas oleaginosas.

cacahuete tostado y pelado. (*Arachis hypogaea*) Según el Código Alimentario, 3.22.08. Es el cacahuete tostado desprovisto del tegumento seminal. Véase: clasificación de frutas y semillas oleaginosas. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cacahuete tostado	
Energía (kJ)	2449,48
Potasio (mg)	777,00
Energía (kcal)	586,00
Fósforo (mg)	410,00
Magnesio (mg)	180,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	110,00
Calcio (mg)	65,00
Grasas totales (g)	49,40

Proteína (g)	26,40
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	14,30
Grasa poliinsaturada (g)	13,80
Vitamina E (mg)	10,00
Carbohidratos (g)	8,90
Fibra (g)	7,40
Sodio (mg)	5,00
Hierro (mg)	2,30
Agua (g)	1,60
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,40
Tiamina (B ₁) (mg)	0,25
Flúor (mg)	0,10
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Colesterol (mg)	

cacahuete tostado, pelado y salado. (*Arachis hypogaea*) Según el Código Alimentario, 3.22.08. Es el cacahuete tostado y desprovisto del tegumento seminal en presencia de sal.

cacai. Véase: nuez cacal.

cacana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: zapatero sierrita; zapatero sietecueros (Pacífico).

cacao. Residuo de los granos de cacao molidos, después de extraer la mitad de su contenido en manteca de cacao. Se puede utilizar en repostería o para preparar bebidas de chocolate, mezclándolo con leche caliente o agua y azúcar. Véase: cafés, té y otras bebidas; cacao y derivados; envasado y rotulación de derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao.

cacao. Nombre vulgar de la planta: *Theobroma cacao*. Véase: cafeína.

caçao. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cazón; zorro ojón.

caçao anjo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **angelote argentino**.

cacao azucarado en polvo y con harina. Véase: cacao en polvo azucarado y con harina.

caçao bagre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: galludo común; galludo.

cacao de monte. Nombre vulgar de la planta: *Pachira aquatica*.

cacao descascarillado. Según el Código Alimentario, 3.25.41. Es el procedente de los granos de cacao limpios, tostados o no, y desprovistos de su cáscara dentro de las tolerancias admitidas. * Sus características fundamentales serán: a) Contendrá, como máximo, 6% de humedad y 4% de impurezas (cascarilla y otros desperdicios de cacao) en materia seca desengrasada. b) Las cenizas totales no excederán del 10%, en materia seca desengrasada, con un 0,3% de cenizas insolubles en ácido clorhídrico como máximo. Sinónimo: clasificación de cacao en grano. Véase: cacao y derivados.

cacao en grano. Véanse; cacao descascarillado; semilla de cacao.

cacao en polvo. Según el Código Alimentario, 3.25.45. Es el producto obtenido de la pulverización de la torta de cacao. Según su contenido en materia grasa será: a) **Normal**, b) **Semidesengrasado**. Véase: clasificación de cacao y derivados.

cacao en polvo azucarado. Según el Código Alimentario, 3.25.46. Es el obtenido de la mezcla de polvo de cacao y azúcar. Contendrá, como mínimo, 32% de "cacao en polvo", normal o semidesengrasado, con ausencia total de otras sustancias. Véase: cacao y derivados; cafeína. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cacao en polvo azucarado	
Energía (kJ)	1520,37
Potasio (mg)	550,00
Energía (kcal)	363,73

Fósforo (mg)	210,00
Sodio (mg)	200,00
Magnesio (mg)	140,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	67,10
Calcio (mg)	40,00
Ácido fólico (µg)	38,00
Proteína (g)	9,80
Grasa (g)	8,10
Grasa saturada (g)	4,47
Hierro (mg)	4,40
Niacina (mg eq. niacina)	2,60
Grasa moninsaturada (g)	2,56
Vitamina A (µg eq. retinol)	1,00
Fibra (g)	0,80
Grasa poliinsaturada (g)	0,25
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,14
Vitamina E (mg)	0,13
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,03
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Cinc (mg)	
Yodo (mg)	

cacao en polvo azucarado y con harina. Según el Código Alimentario, 3.25.62. Es el cacao azucarado en polvo adicionado de harina de trigo o arroz, sus féculas o la de maíz, para su consumo cocido. * Sus características fundamentales son: Contenidos mínimos de 32% de cacao en polvo y 50% de azúcares en materia seca, y máximo de 15% de harinas de trigo o arroz, sus féculas o la de maíz. Véase: derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao. Véase: cacao en polvo azucarado y con harina.

cacao en polvo con harina: Véase: envasado y rotulación de derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao)

cacao en polvo normal. Según el Código Alimentario, 3.25.45. a. Es el que contiene un mínimo de 20% de manteca de cacao en materia seca, y, como máximo 8% de humedad

y 4% de impurezas en materia seca desengrasada, Véase: cacao en polvo.

cacao en polvo semidesengrasado. Según el Código Alimentario, 3.25.45. b. Es el que contiene un mínimo de 10% de manteca de cacao, sin llegar al 20%, ambos en materia seca, y sin que varíen los demás componentes. Véase: cacao en polvo.

caçao galhudo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón trozo**.

caçao lixa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gata nodriza**.

caçao pena on raposa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peregrino**.

caçao pintado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cañabota gata**.

cacao y derivados. Según el Código Alimentario, Capítulo XXV. Sección 5ª. Comprende: 3.25.39 **Clasificación**. 3.25.47 **Manipulaciones**. 3.25.48 **Prohibiciones**. 3.25.49 **Almacenamiento y transporte**. 3.25.50 **Envasado y rotulación**. Véase: alimentos estimulantes y derivados.

caçao-frango. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo vitamínico**.

caçao-malhado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo listado**.

cacauet. Nombre vulgar catalán de la planta: *Arachis hypogea*. Sinónimo: **cacahuete**

cacay. Nombre vulgar de la planta: *Arachis hypogea*.

cacciatore. Véase: salchicha Cacciatore.

cacciocavallo. Véase: queso cacciocavallo.

cacereña. Véase: aceituna cacereña.

cacerola de las islas Molucas. Nombre vulgar del crustáceo: *Tachypleus*. Véase: otros mariscos.

cacerola de sukiyaki. En Japón esta cacerola se usa estrictamente para preparar sukiyaki (estofado de carne y verduras), pero se la puede poner sobre el fuego como cualquier otro recipiente y llevar a la mesa sobre un posafuegos o una placa aislante. Si se usa para cocinar en la mesa, es necesario contar además con un potente calentador eléctrico. Véase: utensilios alimentarios en la cocina de Asia.

cachalote. Designación oficial española del pez: *Physeter catodon*; *Physeter Macrocephalus*.

cachalote del Indo-Pacífico. Designación oficial española del pez: *Kogia breviceps*.

cachama blanca. Designación oficial española del pez: *Pomacanthus arcuatus*. Sinónimo oficial: Bandera; Chirivita; Gallineta; Paru; Pez ángel gris.

cachama de piedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **isabelita patale**.

cachama medioluto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **isabelita medioluto**.

cachama negra. Designación oficial española del pez: *Pomacanthus aureus*; *Pomacanthus paru*. Sinónimo oficial: Bandera negra; Chirivita; Gallineta negra; Pez ángel negro.

cachamba. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: panchote cachamba; pancho-te talicuno.

cachamba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa pardete**.

cachambre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa pardete**.

cacharo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco jeniguano**.

cachaurizo. Equinodermo. Designación oficial: **erizo de mar**.

cachelada. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 30 minutos. **Ingredientes:** pulpo, patatas, ajo, pimiento rojo asado y pelado, cebolla, tomate, harina, aceite de oliva, laurel, perejil, sal. Véase: crustáceos y moluscos en la cocina clásica.

cachelo. Nombre gallego de la planta: *Solanum tuberosum*.

cachelos. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** patata, chorizo, lacón, sardina, agua, sal. Véase: cocina de Asturias.

cachema. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: ayanque; corvinata aguada; corvinata pelona; corvinata rolliza; lorna peruana.

cachema cola ahumada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata rolliza**.

cachema sechurana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ayanque**.

cachemira. Véase: cabra de pelo largo.

cachete. En Canarias: pescado salado.

cachetitos. Plato de la cocina del norte de Méjico. **Ingredientes:** huevo fresco, tortillas, tomate verde, ajo, cebolla, chile verde serrano, cilantro, sal, pimienta, aceite. Véase: aves y huevos en la cocina de Méjico.

cachicato. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pluma bajonado; pluma botón; pluma cachicato; pluma calamo; pluma plumilla; verrugato cochicato.

cachipay. Nombre vulgar de la planta: *Bactris gasipaes*.

cachito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco ruco**.

cacho. Designación oficial española del pez: *Leuciscus cavedanus*; *Leuciscus cephalus cabeda*; *Leuciscus idus*; *Squalius cephalus*; *Squalius clathratus*; *Squalius meridionalis*. Sinónimo oficial: Bagra; Bagre; Cabezudo; Céfalo; Escalo; Gallego; Katxoa; Madresilla; Madrija; Madrilla; Peixe; Pez de río.

cacho. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cachuelo**.

cacho del sur. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cachuelo**.

cachola. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

cachola. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **berberecho macho**.

cachón. Nombre vulgar del molusco: *Sepia officinalis*. Designación oficial: **jibia**.

cachón en su tinta. Plato de la cocina de Cantabria (Astillero) perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** cachón (jibia), cebolla, pimiento verde, salsa de tomate, vino blanco, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cachona. Designación oficial española del pez: *Sphyrna media*. Sinónimo oficial: Cornudo; Martillo.

cachona grande. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez martillo gigante**.

cachopo. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** filetes finos de ternera, jamón serrano o cocido o queso, espárragos, pimientos, caldo, ajo, huevo, pan molido, aceite, sal, pimienta, jerez. Véase: ternera en la cocina de Asturias.

cachopo de merluza. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** filete de merluza, queso, jamón de York, gambas, huevo, harina, ajo, vino blanco, caldo, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

cachorreta. Atún de peso comprendido entre 5 y 6 kg. Véase: atún; **atún del Atlántico**.

cachorreta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: atún del Atlántico; estornino; melvera.

cachorro. Nombre vulgar del pez: *Epinephelus guaza*. Designación oficial: **mero**.

cachorubio. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: arete; bejel.

cachua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pejeperco blanco; pejeperco caucho.

cachua negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **calafate negro**.

cachúa perra. Designación oficial española del pez: *Alutera schoepfi*; *Alutera schoepfii*.

cachucha. Otra especialidad gallega de derivado cárnico. Cabeza de cerdo salada y curada. Véase: derivados cárnicos de Galicia.

cachucho. Designación oficial española del pez: *Dentex erythrostoma*; *Dentex macrophthalmus*; *Sparus macrophthalmus*. Sinónimo oficial: Amarte arantza; Antoñito; Burás; Calé; Dentó; Dentón; Dientón; Déntol; Hortzandi betandia; Pagell dentó; Rubiel; Sama dorada.

cachucho. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chopá; dorada; pargo cachucho; pargo.

cachudito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: torito; trambollito cachudito.

cachuelo. Designación oficial española del pez: *Leuciscus cephalus*; *Leuciscus cephalus pyraenaicus*; *Leuciscus pyraenaicus*. Sinónimo oficial: Bagre; Bordayo; Cacho; Cacho del Sur.

cachurreta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **listado**.

çaçik soup. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: sopa fría de yogur y pepino.

cacinoba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinoba savorín.**

cacique. Designación oficial española del pez: *Congiopodus peruvianus*. Sinónimo oficial: Caballo; Chanchito; Chanco; Pejechanchito; Pejechino; Pez chanchito; Pez chanco.

caco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arete.**

caçó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cazón.**

caco gris. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: ronco caco.

Cactaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae (apetalae, choripetalae o dialypetalae) Orden: centrospermas. Familia representada por vegetales americanos de tallo suculento, por lo común espinosos y con follaje reducido. Nombre vulgar: cactáceas. Consideramos: higo chumbo (*Opuntia ficus-indica*), pitahaya (*Hylocereus triangularis*).

cactáceas. Véase: *Cactaceae*.

cacucha con oreja. Otra especialidad gallega de derivado cárnico. Parte superior de la cabeza del cerdo con la oreja. Véase: derivados cárnicos de Galicia.

cadáver. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pluma marotilla.**

cadela. Designación oficial española del molusco: *Scrobicularia plana*; *Scrobicularia piperata*. Sinónimo oficial: Almeja de can.

cadela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: almeja perro; navaja arqueada; navaja; relojito; tellerina.

cadela de frade. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja perro.**

cadela de mar. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja perro.**

cadela plana. Nombre vulgar del molusco: *Scrobicularia plana*.

cadelas. Véase: *Scrobiculariidae*. Sinónimo: escrobiculáridos.

cadeliña. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **coquina.**

cadelos. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **relojito.**

cadelucha. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: coquina; folada.

cadera. Corte de la canal de vaca. Pieza para preparar asada o para cortar en filetes y cocinar a la parrilla. Véase: despiece de la canal de vaca.

cadera con tapilla. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. Proporcionan una carne muy valiosa, comparable al lomo, aunque se incluyen dentro de la pierna. Con ellos se preparan exquisitos filetes, asados y estofados. Véase: pierna.

cadera de ciervo. Véase: caza.

cadera sin tapilla. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. Es la parte más noble de la pierna y de ella se obtienen excelentes chuletones. Se prepara de manera similar al lomo. Véase: pierna.

cadoce. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gobio.**

Caecilia branderiana. Pez. Designación oficial: **morenata**.

Caecula caeca. Pez. Designación oficial: **morenata**.

Caecula imberbis. Pez. Designación oficial: **culebrita marina de arena**.

caella. Nombre vulgar del pez: *Mustelus asterias*. Designación oficial: musola dentada; tintorera.

caera. Véase: aceituna caera.

Caesiomorus amia. Familia: carángidos. Nombre vulgar: **palometón**.

Caesiomorus amia. Pez. Designación oficial: **palometón**.

Caesiomorus glaucus. Pez. Designación oficial: **pámpano pata de mula**.

Caesiomorus saltatrix. Pez. Designación oficial: **anjova**.

Caesiomorus vadigo. Pez. Designación oficial: **lirio**.

café. Véase: vino aroma café.

café. Nombre vulgar del fruto elaborado de la planta: *Coffea arabica*. Véase: cafés, té y otras bebidas. El contenido en nutrientes, de la infusión, expresado en gramos por cada 100 g de porción comestible, es:

Café (infusión)	
Porción comestible	100,00
Potasio (mg)	66,00
Energía (kJ)	8,36
Magnesio (mg)	6,00
Calcio (mg)	5,00
Fósforo (mg)	5,00
Sodio (mg)	3,50
Energía (kcal)	2,00
Carbohidratos (g)	0,80
Niacina (mg eq. niacina)	0,70
Ácido fólico (µg)	0,30
Proteína (g)	0,30

Hierro (mg)	0,20
Grasa (g)	0,10
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,01
Tiamina (B ₁) (mg)	0,01
Yodo (mg)	0,01
Colesterol (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina E (mg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Cinc (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	tr.
Grasa poliinsaturada (g)	tr.
Grasa saturada (g)	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina D (µg)	

café aglomerado. Sinónimo: café soluble granulado.

café americano. Manera popular de tomar el café. Sinónimo. Café largo. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café cappuccino. Manera popular de tomar el café. Café expreso con leche caliente hasta la mitad de la taza y luego con leche espumosa y espolvoreado con cacao. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café “carajillo”. Manera popular de tomar el café. Café expreso con un oco de licor. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café con hielo. Manera popular de tomar el café. Café servido en un vaso con hielo. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café con leche. Manera popular de tomar el café. Café y leche muy calientes, mezclados en una taza o vaso. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café con nata. Manera popular de tomar el café. Café expreso con un poco de nata montada. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café cortado. Manera popular de tomar el café. Café expreso con un poco de leche. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café corto. Manera popular de tomar el café. Taza mediana de café solo, con leche o cappuccino. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café crema. Manera popular de tomar el café. Café expreso con nata. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café crudo. Véase: café verde.

café de Colombia, granos verdes. El café colombiano de calidad es, como el *Jamaican Blue Mountain* o el café de Costa Rica, muy equilibrado en sabor, grasa y cuerpo, y tiene un ligero sabor a vino. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café de Liberia. Nombre vulgar de la semilla de la planta: *Coffea robusta* (cafeto)

café de Nueva Guinea, granos verdes. Café de tipo arábica, cultivado en las regiones montañosas de Nueva Guinea. Famoso en todo el mundo por su alta calidad, se emplea para producir cafés *gourmet*. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café descafeinado. El café descafeinado, normal o instantáneo, se prepara con granos verdes previamente procesados con disolventes clorados hervidos a baja temperatura para separar la cafeína. Para obtener un café descafeinado al 97%, se tiene que repetir el proceso hasta 24 veces. La torrefacción hace que desaparezca cualquier resto del disolvente empleado. El método suizo llamado de descafeinación natural es menos popular por su coste más elevado; los granos se ponen en remojo en agua caliente para que la cafeína se concentre en la superficie. El café descafeinado verde puede procesarse, como el natural, para elaborar un café normal o uno soluble. Según el Código

Alimentario, 3.25.06. Es el café crudo, tostado o tostado torrefacto que ha sido desprovisto de la mayor parte de su cafeína. * Contendrá, como máximo, 0,1% de cafeína. Sus restantes características corresponderán, según el caso, a las establecidas en los artículos 3.25.03(café verde), 3.25.04 (café tostado natural) y 3.25.05 (café tostado torrefacto) de este Código. Véase: clasificación de cafés y derivados.

café descafeinado instantáneo. El proceso de descafeinado consiste en la extracción de la cafeína de los granos verdes remojados en agua mediante un disolvente, antes de tostarlos. A continuación, se procede a la fabricación soluble mediante pulverización o congelación. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café descafeinado, granos verdes. Granos verdes remojados en agua o calentados al vapor bajo presión, y sometidos a un tratamiento con un disolvente (cloruro de metileno) para extraer la cafeína. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café doble. Manera popular de tomar el café. Café expreso doble. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café expreso. Manera popular de tomar el café. Café concentrado de sabor fuerte. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café grande. Manera popular de tomar el café. Taza o vaso grande de café solo, con leche o cappuccino. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café griego. Véase: café turco.

café instantáneo. Café molido al que basta con añadir agua para que se forme de inmediato la bebida. Los granos que se utilizan para este tipo de café suelen ser de menor calidad, con frecuencia de la variedad *robusta* (*Coffea robusta*) El café instantáneo

se aromatiza, en ocasiones, con un extracto de café concentrado. Véase: cafeína.

café largo. Manera popular de tomar el café. Café expreso con doble ración de agua caliente. Conocido como **americano**. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café largo. Manera popular de tomar el café. Vaso de tubo con café sólo, con leche o cappuccino. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café latte. Manera popular de tomar el café. Café expreso con leche espumosa. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café macchiato. Manera popular de tomar el café. Café cortado con leche espumosa. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café moka. Manera popular de tomar el café. Café expreso con chocolate deshecho y leche caliente, adornado con nata montada y cacao en polvo. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café mokaccino. Manera popular de tomar el café. Capuccino preparado con leche y chocolate caliente. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café molido para cafetera. Café molido más grueso que el de filtro, para la preparación en cafetera "Oroley". Véase: cafés, té y otras bebidas.

café molido para cafetera eléctrica. Café molido grueso, con un mínimo de partículas finas, para obtener el sabor deseado en una preparación más lenta. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café molido para expreso. Café tostado y molido fino para obtener su máximo sabor a presión en la cafetera expreso. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café molido para filtro. Café molido más grueso que el expreso. Para la preparación en una cafetera con filtro, que suele prepa-

rarse en unos 7 minutos en una cafetera de 10 tazas. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café ristretto. Manera popular de tomar el café. Café expreso corto y muy concentrado, preparado con una carga normal. Véase: café, forma popular de tomarlo.

café robusta. Nombre vulgar de la semilla de la planta: *Coffea robusta* (cafeto)

café robusta, granos verdes. Café de menos calidad, utilizado sobre todo en la fabricación del café soluble y en mezclas de café para cafeteras expreso. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café Santos, granos verdes. El nombre de Santos, puerto del sureste de Sao Paulo, se asocia con los excelentes cafés de Brasil. Estos granos se utilizan ampliamente para la producción de cafés *gourmet* de calidad arábica. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café soluble. Café obtenido por la pulverización del extracto de café en aire caliente. El resultado es un polvillo ligero, formado por partículas minúsculas sueltas, que se deben someter a un proceso de atomizado para hacerlas solubles en agua caliente. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café soluble granulado. Técnicamente llamado **café aglomerado**, se elabora a partir de las partículas de café obtenidas por pulverización, que se humedecen con el fin de obtener el aspecto granulado del café soluble. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café soluble liofilizado. Obtenido por el secado al vacío y a temperatura bajo cero del extracto de café congelado. De esta manera se obtiene un aspecto granulado atractivo, parecido al café molido grueso. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café torrefacto, granos tostados con azúcar. Café intensamente tostado, elaborado para los entusiastas de una bebida fuerte. Se suele emplear en mezclas y especialmente

para el café exprés. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café tostado natural. Según el Código Alimentario, 3.25.04. Es el producto obtenido sometiendo el café verde o crudo a la acción del calor en forma que adquiera el color, aroma y cualidades características. * Contendrá la cantidad de cafeína proporcionada a la variedad botánica a que pertenezca, siendo para las de menor contenido superior al 0,6% y, como máximo, 3% de humedad y 5% de granos carbonizados. Sus cenizas totales, expresadas en materia seca, no excederán del 6% y el extracto acuoso no será inferior al 20% ni superior al 30% para las que se destinen directamente al consumo. Véase: clasificación de cafés y derivados.

café tostado torrefacto. Según el Código Alimentario, 3.25.05. Es el café tostado con adición de azúcar antes de finalizar el proceso de tostación. * Contendrá la cantidad de cafeína proporcionada a la variedad a que pertenezca, siendo para las de menor contenido superior al 0,55% y, como máximo, 12% de azúcares totales, 4% de humedad y 5% de granos carbonizados. Sus cenizas totales, expresadas en materia seca, no excederán del 5,5% y el extracto acuoso no será inferior al 30% ni superior al 40% para las que se destinan directamente al consumo. Véase: clasificación de cafés y derivados.

café turco. Café tostado y molido muy fino para obtener un sabor fuerte. Se mezcla con agua y azúcar y se cuece sobre el fuego en un puchero cilíndrico con un bebedero denominado “briki”. Se calienta hasta que empieza a hervir y se forma una espesa capa de espuma, y se sirve en taza de café, con un vaso de agua helada. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café verde. Según el Código Alimentario, 3.25.03. a. Es el café en grano desprovisto de tegumentos exteriores, sin haber sido so-

metido a ningún otro proceso de elaboración o tratamiento. * Procederá del beneficio normal de frutos sanos y maduros, sin que, en ningún caso, los defectos den mal sabor o aroma a la infusión, que serán los propios de la variedad y zona de producción. * Contendrá la cantidad de cafeína propia de la variedad botánica a que pertenezca, siendo para las de menor contenido superior al 0,7%; su humedad máxima será del 12%; sus cenizas totales, expresadas en materia seca, máximo el 6% y 5% de semillas extrañas y materias inertes, como máximo. Sinónimo: café crudo. Véase: clasificación de cafés y derivados.

café, forma popular de tomarlo: Enumeramos algunas formas populares de consumir la infusión de café: Café “carajillo”; café con hielo; café con leche; café con nata; café cortado; café corto; café crema; café doble; café expreso; café grande; café largo; café *latte*; café *macchiato*; café moka; café *ristretto*; *cappuccino*; *mokaccino*. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café, fresco en grano. Término incluido en la lista de palabras que utilizan los catadores de vino para designar los aromas y sabores. Vinos tintos, habitualmente de alta calidad, bastante buenos. Véase: cata del vino.

café, granos de tueste natural ligero. Café tostado el mínimo de tiempo necesario, para obtener granos secos, de color marrón claro. Se suele utilizar para cafeteras de preparación lenta como la típica “Oroley” o la cafetera eléctrica. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café, granos de tueste natural mediano. Granos tostados para obtener un café medio fuerte, ideal para filtro o cafetera. Véase: cafés, té y otras bebidas.

café, mezcla de tuestes. Mezcla habitual de granos torrefactos y de tueste natural mediano, utilizada sobre todo para café expre-

so. Con esta mezcla se obtiene un café de aspecto aceitoso y sabor fuerte. Véase: cafés, té y otras bebidas.

cafeína. Alcaloide, $C_8H_{10}N_4O_2$, 1,3,7-trimetilxantina, en agujas sedosas largas, poco soluble en agua, más en alcohol, que se obtiene del café, guaraná, mate, etc. Estimulante nervioso y cardíaco, diurético, retarda el desgaste de los tejidos. Empléase en las enfermedades del corazón, en las que actúa como tónico; su acción es sumamente rápida; en la hidropesía, jaqueca y en el envenenamiento por el opio. El contenido en cafeína, de las bebidas más comunes, expresado en gramos por cada 100 g, es:

Cafeína Mg	
Café filtrado	115
Café instantáneo	75
Té helado	70
Té negro (infusión)	40
Refresco de cola	38-46
Té oolong (infusión)	30
Té verde (infusión)	10-15
Cacao con leche	5
Chocolate	4

cafés. Véase: cafés y derivados. cafés, té y otras bebidas.

cafés, té y otras bebidas. Consideramos: Australian daintree; Bangladesh; Bannockburn; Bebida al chocolate; Bebida de malta; Bebida de soja; Cacao; Café de Colombia; Café de Nueva Guinea; Café descafeinado (granos verdes); Café descafeinado instantáneo; Café mezcla de tuestes; Café molido para cafetera; Café molido para cafetera eléctrica; Café molido para filtro; Café molido para expreso; Café robusta; café Santos; Café soluble; Café soluble granulado; Café soluble liofilizado; Café torrefacto (tostados con azúcar); Café tueste natural ligero; Café tueste natural mediano; Café turco; Chai; Concentrado de carne de vacuno; Esencia de café y achicoria; Gunpowder temple of heaven; Java malabar; Kenya marinyn; Lung ching;

Lapsang souchong; Manzanilla; Mate brasileño; Naranja sanguina; New guinea garaina; Nilgiri parkside; Oolong shui hsien; Orange flower oolong; Pai mu tan; Pettigalla; Pozo del dragón; Sencha; Singbulli; Szechwan; Té de desayuno inglés; Té de jazmín; Té dhelakat; Té Earl Grey; Té yunnan; Yin zhen. Véase: clasificación de ingredientes. Véase: cafeína.

cafés y derivados. Según el Código Alimentario, Capítulo XXV. Sección 1ª. Comprende: 3.25.01 **Café.** 3.25.02 **Clasificación.** 3.25.09 **Infusión de café.** 3.25.10 **Manipulaciones.** 3.25.11 **Prohibiciones.** 3.25.12 **Almacenamiento y transporte.** 3.25.13 **Envasado y rotulación.** Véase: alimentos estimulantes y derivados; Véase: cafeína.

cafeto. Nombre vulgar de la planta: *Coffea arabica*.

cagalillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **musola**.

cagalo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla loca; castañuela de peña**.

cagalona. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sargo amarillo**.

cagarria. Nombre vulgar de la seta: *Morcella deliciosa; Morchella conica; Morchella costata; Morchella elata; Morchella esculenta*.

cagavino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañeta común**.

cagavivo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palometa cagavivo**.

cagón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañeta común; castañuela de peña**.

cagotes. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **volador**.

cagua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **camote; serrano cabaicucho; serrano cagua**.

cagua de altura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: serrano de altura; serrano extranjero.

caguama. Nombre vulgar del quelonio: *Chelonia caucana*.

cahors. Variedad de uva tinta de origen francés. Véase: uva malbec.

caiguas rellenas. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** caiguas, carne, cebolla, pasas, panes, aceitunas, huevo duro, caldo de pollo, ají panca, harina, ají amarillo, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

cailón. Designación oficial española del pez: *Isurus cornubicus*; *Lamna cornubica*; *Lamna nasus*; *Squalus cornubicus*; *Squalus nasus*. Sinónimo oficial: Calderón; Gibarita; Itsas-otso; Ludia; Marraco; Marraix; Marrajo; Marrajo de Cornualles; Marraquet; Tauló; Tiburón; Tiburón carito; Tintoleta.

cailón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera**.

caima. Nombre vulgar de la planta: *Pouroma cecropiaefolia*.

caimarón. Nombre vulgar de la planta: *Pouroma cecropiaefolia*.

caimitiño. Nombre vulgar de la planta: *Chrysophyllum cainito*.

caimito. Nombre vulgar de la planta: *Chrysophyllum cainito*.

caimito. Nombre vulgar de la planta: *Pouteria caimito*.

caimo. Nombre vulgar de la planta: *Pouteria caimito*.

caimuiere. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bombache de roca**.

caimuire. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta caimuire**.

caiño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: navaja arqueada; navaja.

caiño. Véase: uva caiño.

cairel. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel del Pacífico sur**.

caitipa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mojarra caitipa**.

caixete. Designación oficial: **arca de Noé**.

caja de cigarros. Véase: vino aroma cedro.

cajaraca. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** hígado, ajo, pimienta roja, aceite, vinagre, vino, orégano, pimentón, laurel, tomillo, agua, sal.

cajarrela (joven). Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón**.

cajero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bombache bereche; bombache boquinete; bombache boquituerta; bombache ñato.

cajero rayado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial; **bombache cajeta**.

cajeta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bagre cajeta; bombache bereche; bombache boquinete; bombache boquituerta; bombache cajeta; bombache ñato.

cajeta bola. Designación oficial española del crustáceo: *Calappa convexa*. Sinónimo oficial: Cangrejo; Cangrejo bola.

cajeta guaja. Designación oficial española del crustáceo: *Calappa ocellata*. Sinónimo oficial: Guajá.

cajeta paco. Designación oficial española del crustáceo: *Mursia gadichaudii*. Sinónimo oficial: Cangrejo; Jaiba paco.

cajeta puñete. Designación oficial española del crustáceo: *Hepatus chiliensis*. Sinónimo oficial: Cangrejo; Cangrejo de arena; Jaiba puñeta.

cajé. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo dientón.**

cajo canario. Designación oficial española del pez: *Baliste forcipatus*.

cajón. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **buey.**

cajú brasileño. Nombre vulgar de la planta: *Pachira aquatica*.

cala cabot. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bobi; chaparrudo.

calabacín. Nombre vulgar de la planta: *Cucurbita pepo zucchini*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calabacín	
Potasio (mg)	400,00
Energía (kJ)	123,31
Porción comestible	74,00
Fósforo (mg)	30,00
Energía (kcal)	29,50
Calcio (mg)	21,00
Magnesio (mg)	16,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	10,00
Ácido fólico (µg)	6,00
Carbohidratos (g)	6,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	4,00
Sodio (mg)	3,00
Fibra (g)	1,30
Proteína (g)	1,30
Hierro (mg)	0,80
Niacina (mg eq. niacina)	0,60
Cinc (mg)	0,20
Grasa (g)	0,20
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,14
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,05
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05

Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

calabacín enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calabacín enlatado	
Porción comestible	100
Agua (mg)	97,1
Sodio (mg)	90
Potasio (mg)	86
Retinol (mg)	60
Calcio (mg)	21,4
Fósforo (mg)	18,6
Ácido fólico (µg)	10
Energía (kcal)	6
Carbohidratos (g)	1,6
Proteínas (g)	0,9
Fibra vegetal (g)	0,3
Grasa (g)	0,2
Hierro (mg)	0,17
Riboflavina (mg)	0,04
Tiamina (mg)	0,009
Ácido ascórbico (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	0
Grasa poliinsaturada (g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

calabacín relleno de arroz. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “arroz”. **Ingredientes:** Calabacín, arroz blanco cocido, magro de cerdo, tomate frito, queso rallado, aceite de oliva, sal, pimienta. Véase: cocina de España.

calabacines al horno. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 20 minutos. **Ingredientes:** calabacines, queso fresco, mantequilla, queso rallado, tomate, cebo-

lla, aceite, sal, pimienta. Véase: verduras al gratín.

calabacines al tomate. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 2 horas. **Ingredientes:** calabacines, tomate, ajo, perejil, aceite de oliva, sal, pimentón. Véase: verduras guisadas y estofadas.

calabacines fritos. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 10 minutos. **Ingredientes:** calabacines, aceite, perejil picado, harina, sal. Véase: verduras fritas, croquetas y buñuelos.

calabacines rellenos. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 40 minutos. **Ingredientes:** calabacín, cebolla, aceite, mantequilla, pan de molde en leche, queso rallado, huevo, sal, pimienta, nuez moscada, pan rallado. Véase: verduras rellenas.

calabacines rellenos con carne y champiñones. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** calabacín, carne cocida, cebolla, champiñones, mantequilla, sal, pimienta, salsa de tomates. Véase: verduras rellenas.

calabacitas a la mexicana. Comida de la cocina de San Luis Potosí en México. **Ingredientes:** calabaza, jitomate, cebolla, ajo, chile poblano, elote, rama de epazote, queso fresco. Véase: legumbres y ensaladas en la cocina de México.

calabacitas rellenas de queso. Comida de la cocina de Hidalgo en México. **Ingredientes:** calabaza, flor de calabaza, queso, pan blanco, leche, mantequilla, cebolla, sal, pimienta. Véase: legumbres y ensaladas en la cocina de México.

calabaza. Nombre vulgar de la planta: *Cucurbita maxima*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calabaza	
Potasio (mg)	233,00
Energía (kJ)	113,91
Vitamina A (µg eq. retinol)	75,00
Porción comestible	70,00
Fósforo (mg)	29,00
Energía (kcal)	27,25
Calcio (mg)	27,00
Ácido fólico (µg)	25,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	14,00
Magnesio (mg)	13,00
Carbohidratos (g)	5,40
Sodio (mg)	2,00
Fibra (g)	1,50
Proteína (g)	1,30
Hierro (mg)	0,40
Cinc (mg)	0,20
Grasa (g)	0,20
Niacina (mg eq. niacina)	0,20
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,05
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Vitamina E (mg)	0,05
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Yodo (mg)	0,00
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	

calabaza. Nombre vulgar de la seta: *Boletus edulis*.

calabaza acorn. (*Cucurbita pepo*) Variedad americana propia de otoño. Tiene una piel gruesa de color verde, pulpa amarilla y un sabor dulzón. Es deliciosa partida por la mitad, rellena y asada al horno. También se consume hervida o al vapor. Es más fácil pelarla cuando se cuece con anterioridad. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza almizclera. Nombre vulgar de la planta: *Cucurbita moschata*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza amarga. Nombre vulgar de la planta: *Momordica charantia*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza blanca. Nombre vulgar de la planta: *Benincasa hispida*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza bonetera. Nombre vulgar de la planta: *Cucurbita melopepo*. Hay variedades de color amarillo o verde, cuyos tonos varían de claros a oscuros. Es mejor consumirla tierna, hervida o asada entera al horno. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza bonetera amarilla. Variedad de: calabaza bonetera (*Cucurbita melopepo*) Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza bonetera verde. Variedad de: calabaza bonetera (*Cucurbita melopepo*) Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza Buttercup. Nombre vulgar de las pepónides de una variedad de la planta *Cucurbita maxima*, var. *turbaniformis*. Calabaza de carne jugosa de color naranja. La piel es gruesa, lisa, de color verde o naranja y, en algunas variedades, bastante dura. Esta calabaza ronda los 1,4 kg de peso y se conserva más o menos durante un mes. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza cerosa. Nombre vulgar de la planta: *Benincasa hispida*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza común. Nombre vulgar de las pepónides de una variedad de la planta *Cucurbita maxima*. La calabaza común es verde con rayas blancas. Se parece a un calabacín de gran tamaño (de unos 30 cm aproximadamente) debe ser dura y pesar bastante para el tamaño que tenga. Se puede rellenar, cocer al horno o gratinar. En algunas ocasiones se utiliza para elaborar mermelada. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza confitera. Nombre vulgar de las pepónides de una variedad de la planta *Cucurbita maxima*. La calabaza confitera, que suele confundirse con el ayote, es más usual en Europa. Se distingue por su pedúnculo tierno, esponjoso, cilíndrico y alargado. Tiene la piel lisa y dura, por lo general naranja, aunque a veces amarilla o verde. Su carne es espesa y de sabor fuerte. Al igual que el ayote, sirve para preparar sopas, postres y mermeladas. Según el Código Alimentario, 3.21.09. Es las pepónides de la planta *Cucurbita maxima*, Duch. Véase: productos hortícolas; calabazas de verano e invierno.

calabaza culebrina. Nombre vulgar de la planta: *Trichosanthes cucumenna*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza de Acorn. Nombre vulgar del fruto de una variedad de la planta *Cucumis pepo*. Esta calabaza tiene unos surcos profundos. Su piel es lisa y dura, de color verde oscuro, con manchas naranja cuando se recolecta ya madura. La pulpa, amarilla anaranjada, es fina, poco fibroso y tiene un sabor a avellana y pimienta. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza de cidra. Nombre vulgar de la planta: *Cucurbita maxima*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza de cuello. Nombre vulgar de la planta: *Cucurbita melopepo*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza de peregrino. Nombre vulgar de la planta: *Lagenaria vulgaris*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza enlatada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calabaza enlatada	
Potasio (mg)	283
Sodio (mg)	110
Porción comestible	100
Agua (mg)	93,1
Ácido ascórbico (mg)	30,5

Retinol (mg)	24
Energía (kcal)	21
Fósforo (mg)	18,7
Calcio (mg)	16,2
Ácido fólico (µg)	10
Carbohidratos (g)	4,8
Proteínas (g)	1,08
Hierro (mg)	0,31
Fibra vegetal (g)	0,3
Grasa (g)	0,22
Riboflavina (mg)	0,075
Tiamina (mg)	0,056
Grasa moninsaturada (g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

calabaza espagueti. Nombre vulgar de las pepónides de una variedad de la planta *Cucurbita pepo*. Esta calabaza se distingue del resto porque, tras la cocción, su carne forma hilos semejantes a los espaguetis al separarla con un tenedor. Esta calabaza se puede cocer al horno entre 30 y 45 minutos, si está cortada por la mitad. Cocida y fría, se toma en ensaladas o con una vinagreta. Por lo general se come cruda y rallada. Según el Código Alimentario, 3.21.09. Es las pepónides de la planta *Cucurbita pepo*, L. Véase: productos hortícolas; calabazas de verano e invierno.

calabaza jap. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza kabocha. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza para dulce. Nombre vulgar de las pepónides de una variedad de la planta *Cucurbita maxima*. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente de la *Cucurbita ficifolia*, W., y de *Cucur-*

bita maxima, Duch. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza turbante de moro. Nombre vulgar de las pepónides de una variedad de la planta *Cucurbita maxima*. var. *turbaniformis*. Su piel arrugada, fina y dura es de color verde con rayas de diversos colores o manchas. Su pulpa, amarilla dorada, es muy dulce, con un ligero sabor a avellana. La calabaza madura mide entre 15 y 20 cm de diámetro y pesa aproximadamente 1,5 kg. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabaza vinatera. Nombre vulgar de la planta: *Lagenaria vulgaris*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabazas. Nombre vulgar de la familia: *Cucurbitaceae*. Véase: calabazas de verano e invierno.

calabazas brillantadas. Especialidad de la “cocina del Mediterráneo” referente a conservas. La calabaza brillantada es muy popular en el Este del Mediterráneo, especialmente en Turquía. Se puede usar en postres horneados pero también es una deliciosa golosina. Use calabazas pequeñas. **Ingredientes:** Calabazas en rodajas, azúcar blanco.

calabazas con almendras al ron. Plato integrante de la cocina con verduras (Suiza) Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora y 15 minutos. **Ingredientes:** calabaza, azúcar, huevo, leche, mantequilla, macarons (amaretti), ron, almendras amargas, sal. Véase: platos internacionales con verduras.

calabazas de verano e invierno. Consideramos las siguientes: Ayote (*Cucurbita pepo*); Calabacín (*Cucurbita pepo zucchini*); Calabaza (*Cucurbita maxima*); Calabaza acorn (*Cucurbita pepo*); Calabaza almizclera (*Cucurbita moschata*); Calabaza amarga (*Momordica charantia*); Calabaza blanca

(*Benincasa hispida*); Calabaza bonetera (*Cucurbita pepo*); Calabaza bonetera amarilla (*Cucurbita melopepo*); Calabaza bonetera verde (*Cucurbita melopepo*); Calabaza Buttercup (*Cucurbita maxima*. Var. *Turbaniformis*); Calabaza cerosa (*Benincasa hispida*); Calabaza común (*Cucurbita máxima*); Calabaza confitera (*Cucurbita máxima*); Calabaza culebrina (*Trichosanthes cucumenna*); Calabaza de Acorn (*Cucumis pepo*); Calabaza de cidra (*Cucurbita maxima*.); Calabaza de cuello (*Cucurbita melopepo*); Calabaza de peregrino (*Lagenaria vulgaris*); Calabaza espagueti (*Cucurbita pepo*); Calabaza jap; Calabaza jap; Calabaza kabocha; Calabaza para dulce (*Cucurbita máxima*); Calabaza turbante de moro (*Cucurbita maxima*. Var. *Turbaniformis*); Calabaza vinatera (*Lagenaria vulgaris*); Pepino amargo (*Momordica charantia*) Véase: frutas, verduras y setas.

calabazas estofadas. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** calabaza, sal, pimienta, cebolla, ajo, aceite, jengibre. Véase: verduras guisadas y estofadas.

calabazas para dulce. Nombre vulgar de las pepónides de una variedad de la planta *Cucurbita maxima*. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente de la *Cucurbita ficifolia*, W., y de *Cucurbita maxima*, Duch.

calabazas abrillantadas. Especialidad de la “cocina del Mediterráneo” referente a conservas. La calabaza abrillantada es muy popular en el Este del Mediterráneo, especialmente en Turquía. Se puede usar en postres horneados pero también es una deliciosa golosina. Use calabazas pequeñas. **Ingredientes:** Calabazas en rodajas, azúcar blanco.

calabazas con almendras al ron. Plato integrante de la cocina con verduras (Suiza) Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora y 15 minutos. **Ingredientes:** calabaza, azúcar, huevo, leche, mantequi-

lla, macarons (amaretti), ron, almendras amargas, sal. Véase: platos internacionales con verduras.

calabazas de verano e invierno: Ayote (*Cucurbita pepo*); Calabacín (*Cucurbita pepo zucchini*); Calabaza (*Cucurbita maxima*); Calabaza acorn (*Cucurbita pepo*); Calabaza bonetera (*Cucurbita pepo*); Pepino amargo (*Momordica charantia*) Véase: frutas, verduras y setas.

calabazas estofadas. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** calabaza, sal, pimienta, cebolla, ajo, aceite, jengibre. Véase: verduras guisadas y estofadas.

calabre. Véase: mosto cocido.

calabrese. Variedad de uva tinta. Véase: uva sangiovese.

calafate. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **calafate negro**.

calafate cochi. Designación oficial española del pez: *Baliste verres*; *Balistes capistratus*; *Sufflamen verres*. Sinónimo oficial: Coche; Cochino; Cochí; Pez puerco.

calafate negro. Designación oficial española del pez: *Melichthys niger*. Sinónimo oficial: Baliste bourse noire; Cachua negra; Calafate; Galafate; Japonesa; Peje puerco; Peje puerco negro.

calagreño. Variedad de uva blanca. Véase: uva jaén.

calamá. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: calamar veteado; calamar.

calamá. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: calamar veteado; calamar.

calamar. Designación oficial española del molusco: *Loligo bertheloni*; *Loliga magna*; *Loligo mounlinsii*; *Loligo pulcra*; *Loligo vulgaris*; *Sepia loligo*; *Sepia major*. Cefalópodo de aguas templadas, con cuerpo cilín-

drico y aletas unidas al final de su cuerpo. Alrededor de su boca tiene 10 tentáculos y en el interior del cuerpo un cartílago delicado llamado **pluma**. Todas las partes del calamar, excepto la cabeza, son comestibles. Es preferible cocerlo ligeramente para que no se endurezca. Sinónimo oficial: Calamarc; Calamars; Calamarín; Calama; Chiripirón; Jibión; Lura; Magano; Txibia; Txipiroi; Xibión. Véase: marisco.

calamar. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: calamar americano; calamar común; calamar opalescente; calamar saeta; calamarín; pota argentina; pota norteña; volador. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calamar y similares	
Vitamina A (µg eq. retinol)	250,00
Fósforo (mg)	204,00
Energía (kJ)	197,71
Calcio (mg)	128,00
Magnesio (mg)	51,00
Energía (kcal)	47,30
Potasio (mg)	43,00
Colesterol (mg)	40,00
Hierro (mg)	24,00
Porción comestible	15,00
Proteína (g)	10,70
Niacina (mg eq. niacina)	4,10
Cinc (mg)	1,30
Grasa (g)	0,50
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,14
Grasa poliinsaturada (g)	0,12
Grasa saturada (g)	0,05
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Grasa moninsaturada (g)	0,03
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Carbohidratos (g)	tr.
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Sodio (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Vitamina E (mg)	

Yodo (mg)	
-----------	--

calamar americano. Designación oficial española del molusco: *Loligo gahi*; *Loligo pealei*. Sinónimo oficial: Calamar; Calamar patagónico.

calamar americano. Designación oficial española del molusco: *Loligo gahi*. Sinónimo oficial: Calamar; Calamar patagónico.

calamar argentino. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pota argentina**.

calamar boreal. Designación oficial española del molusco: *Gonatus fabricii*.

calamar brasileño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: lula brasileña.

calamar común. Designación oficial española del molusco: *Loligo pealei*. Sinónimo oficial: Calamar; Calamar de Boston; Calamar pálido.

calamar de aletas cortas. Nombre vulgar del molusco: *Illex sp.*

calamar de arrecife. Designación oficial española del molusco: *Sepioteuthis sepioidea*.

calamar de Boston. Nombre vulgar del molusco: *Loligo pealei*. Designación oficial: **calamar común**.

calamar de forbes. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamar veteado**.

calamar de roca australiano. Designación oficial española del molusco: *Sepioteuthis australis*.

calamar dedal. Designación oficial española del molusco: *Lolliguncula brevis*.

calamar dedal panameño. Designación oficial española del molusco: *Lolliguncula panamensis*.

calamar del Cabo. Designación oficial española del molusco: *Loligo reynaudi*.

calamar enlatado. Véase: calamares en conserva. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calamar enlatado	
Sodio (mg)	700
Potasio (mg)	300
Fósforo (mg)	200
Colesterol (mg)	170
Porción comestible	100
Energía (kcal)	88
Agua (mg)	80,5
Calcio (mg)	78
Retinol (mg)	70
Proteínas (g)	17
Cianocobalamina (µg)	2
Grasa (g)	2
Hierro (mg)	1,7
Carbohidratos (g)	0,5
Riboflavina (mg)	0,14
Tiamina (mg)	0,07
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

calamar flecha. Designación oficial española del molusco: *Dorytheuthis plei*; *Loligo plei*.

calamar gigante. Nombre vulgar del molusco: *Loligo forbesi*.

calamar magallánico. Designación oficial española del molusco: *Loligo ellipsarum*.

calamar neocelandés. Designación oficial española del molusco: *Nototodarus gouldi*; *Nototodarus sloani*.

calamar opalescente. Designación oficial española del molusco: *Loligo opalescens*; *Loligo stearnsi*. Sinónimo oficial: Calamar.

calamar pálido. Designación oficial: **calamar común**.

calamar patagonés. Designación oficial española del molusco: *Loligo patagonicus*.

calamar patagónico. Nombre vulgar del molusco: *Loligo patagonicus*. Designación oficial: **calamar americano**.

calamar pequeño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamarín**.

calamar rombo. Designación oficial española del molusco: *Thysanoteuthis rhombus*.

calamar saeta. Designación oficial española del molusco: *Loliolopsis diomedae*. Sinónimo oficial: Calamar.

calamar veteado. Designación oficial española del molusco: *Loligo forbesi*. Sinónimo oficial: Calamar de forbes; Calamars; Calamarín; Calamá; Chipirón; Jibiona; Lura; Magano; Txibia sojatua; Xibiou.

calamarc. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: calamar; calamarín.

calamarcito. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chopito común**.

calamares. Véase: *Teutoideos*.

calamares a la genovesa. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** calamares, cebolla, ajo, pimiento picado, sal, pimienta, aceite, tomate concentrado, champiñones, ramita de romero. Véase: calamares; calamares en la cocina.

calamares a la mallorquina. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** calamares pequeños, pescado, huevo duro, aceite, ajo, tomate, langosta, cupiñas, anís de Cazalla, sal, pimienta. Véase: calamares; calamares en la cocina.

calamares a la plancha. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “pescados en la cocina del Mediterráneo”. Cocinar en la plancha o en una fuente de hierro caliente, es una de las formas favoritas de preparar la comida en España. Los chipirones, calamares del tamaño de la uña del pulgar, son una exquisitez especial, pero el método también funciona bien con calamares un poco mayores, siempre que hayan sido marinados. **Ingredientes:** Calamares frescos, aceite de oliva, vino blanco seco, ajo, perejil, páprika dulce, sal y pimienta negra, jugo de limón. Véase; calamares en la cocina.

calamares a la romana. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 10 minutos. **Ingredientes:** calamares, harina, huevo, sal, aceite para freír. Véase: calamares; calamares en la cocina. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calamares a la romana	
Energía (kJ)	798,38
Potasio (mg)	230,00
Energía (kcal)	191,00
Colesterol (mg)	145,00
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	88,00
Calcio (mg)	81,00
Vitamina A (g eq. retinol)	48,00
Fósforo (mg)	23,00
Magnesio (mg)	23,00
cido fólico (g)	15,00
Carbohidratos (g)	13,80
Proteína (g)	11,50
Grasa (g)	10,00
Grasa poliinsaturada (g)	4,09
Grasa moninsaturada (g)	4,03
Vitamina E (mg)	4,00
Azúcares	2,10
Vitamina B ₁₂ (g)	2,00
Niacina (mg eq. niacina)	1,60
Grasa saturada (g)	1,33

Cinc (mg)	0,90
Hierro (mg)	0,70
Fibra (g)	0,60
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,32
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,13
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10
Vitamina D (g)	0,10
cido ascórbico (C) (mg)	tr.
Yodo (mg)	

calamares a la romana congelado comercial. Véase: calamares en la cocina. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calamares a la romana	La cocinera	Findus
Energía (kJ)	762,60	924,30
Sodio (mg)	642,10	444,00
Fósforo (mg)	184,30	233,00
Energía (kcal)	182,44	221,13
Potasio (mg)	119,70	38,00
Porción comestible	100,00	100,00
Calcio (mg)	40,20	190,00
Magnesio (mg)	28,20	10,50
Carbohidratos (g)	23,8	26,30
cido fólico (g)	12,09	0,00
Vitamina B ₁₂ (g)	11,42	0,00
Grasa (g)	7,80	9,70
Vitamina A (g eq. retinol)	7,55	0,00
Proteína (g)	5,68	8,80
Gr. Poliinsaturada (g)	4,48	
Fibra (g)	3,09	0,80
Gr. Moninsaturada (g)	2,23	
Riboflavina (B ₂) (mg)	2,20	0,05
Vitamina E (mg)	1,77	3,50
Grasa saturada (g)	1,11	1,40
Hierro (mg)	0,78	0,90
Cinc (mg)	0,30	0,20
Tiamina (B ₁) (mg)	0,15	0,11
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,08	0,06
c. Ascórbico (C)mg	0,00	0,00
Colesterol (mg)		
Niacina (mg eq. niacina)		0,50
Vitamina D (g)		3,50
Yodo (mg)		

calamares a la sanluqueña. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** calamares, gambas, huevos duros, tomate, ce-

bolla, miga de pan blando, almejas, pimienta blanca, laurel, cebolla, patata frita en cuadradillos, clavos. Véase: calamares en la cocina.

calamares al ajo. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** calamares, ajo, tomate, cebolla, lechuga, limón, sillao, sal, pimienta. Véase: calamares en la cocina; segundos platos en la cocina de Perú.

calamares al limón. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** calamares, tomate, sal, pimentón picante, aceite, limón. Véase: calamares; calamares en la cocina.

calamares al tomate. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora 15 minutos. **Ingredientes:** calamares, tomate, cebolla, ajo, perejil, pimentón picante, sal, aceite. Véase: calamares; calamares en la cocina.

calamares con cebolla. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 45 minutos. **Ingredientes:** calamares, cebolla, sal, pimienta, aceite, caldo. Véase: calamares; calamares en la cocina.

calamares con guindilla y salsa de soja. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pescado”. **Ingredientes:** calamar, aceite vegetal, azúcar, ajo, guindilla, salsa de soja, sal, pimienta. Para **servir:** arroz al horno. Nombre en Francia: calamars a l’orientale. Véase: calamares en la cocina; pescado en la cocina de Francia.

calamares con salsa de champiñones. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** calamares, champiñones, aceite, lata de tomate, sal, pimienta, perejil, ajo, vino blanco. Véase: calamares; calamares en la cocina.

calamares desecados. El calamar prensado y secado al sol se emplea para dar sabor pleno a sopas, guisos y salteados. Para que recupere su volumen se deja en remojo en agua caliente durante varias horas y luego se cuece a fuego lento. Se conserva en lugar seco, fresco y oscuro. Véase: calamares en la cocina; pescados y mariscos desecados.

calamares en conserva. Véase: calamares en la cocina; calamar enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calamares y similares (conserva)	
Energía (kJ)	491,46
Sodio (mg)	430,00
Colesterol (mg)	222,00
Energía (kcal)	117,58
Porción comestible	100,00
Potasio (mg)	90,00
Calcio (mg)	78,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	70,00
Proteína (g)	17,00
Grasa (g)	5,30
Niacina (mg eq. niacina)	3,60
Grasa poliinsaturada (g)	3,04
Hierro (mg)	1,70
Grasa saturada (g)	1,16
Grasa moninsaturada (g)	1,11
Carbohidratos (g)	0,50
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,14
Tiamina (B ₁) (mg)	0,07
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Fósforo (mg)	
Magnesio (mg)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	tr.
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

calamares en la cocina. Consideramos los siguientes platos: Calamares a la genovesa;

Calamares a la mallorquina; Calamares a la plancha; Calamares desecados; Calamares en conserva; Calamares a la romana congelado comercial; Calamares a la romana; Calamares a la sanluqueña; Calamares al ajo; Calamares al limón; Calamares al tomate; Calamares con cebolla; Calamares con guindilla y salsa de soja; Calamares con salsa de champiñones; Calamares desecados; Calamares en conserva; Calamares en salsa; Calamares en su tinta; Calamares fritos; Calamares guisados en su tinta; Calamares rellenos; Calamares rellenos; Calamares rellenos con arroz; Calamares rellenos con nueces; Calamares rellenos de jamón; Calamares y arroz blanco. Véase: mariscos.

calamares en salsa. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** calamares, cebolla, ajo, tomate, pimientos morrones, caldo, aceite, pimienta, sal, vino. Véase: calamares en la cocina.

calamares en su tinta. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora 15 minutos. **Ingredientes:** calamares, cebolla, ajo, harina, perejil, vino blanco, aceite, sal, laurel, caldo. Véase: calamares; calamares en la cocina; cocina de Asturias.

calamares fritos. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 10 minutos. **Ingredientes:** calamares, aceite, sillao, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú; rabas fritas; calamares; calamares en la cocina. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calamares fritos	
Energía (kJ)	718,96
Potasio (mg)	260,00
Sodio (mg)	230,00
Colesterol (mg)	220,00

Fósforo (mg)	180,00
Energía (kcal)	172,00
Porción comestible	100,00
Magnesio (mg)	60,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	48,00
Calcio (mg)	23,00
Proteína bruta (g)	22,00
Ácido fólico (µg)	15,00
Grasa (g)	7,50
Ácido ascórbico (C) (mg)	4,00
Carbohidratos (g)	4,00
Vitamina E (mg)	4,00
Grasa moninsaturada (g)	2,80
Niacina (mg eq. niacina)	2,60
Grasa poliinsaturada (g)	2,10
Grasa saturada (g)	1,90
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,20
Cinc (mg)	0,90
Hierro (mg)	0,70
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,20
Fibra (g)	0,10
Vitamina D (µg)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
Tiamina (B ₁) (mg)	0,02
Yodo (mg)	

calamares gigantes. Véase: *Architeuthidae*; calamares.

calamares guisados en su tinta. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** calamares, cebolla, ajo, perejil, salsa de tomate, azúcar, aceite, sal, harina. Véase: calamares en la cocina; cocina de Asturias.

calamares rellenos. Plato de la “cocina de Vietnam” perteneciente al grupo de “platos clásicos”. En Asia existen diversas recetas para preparar calamares rellenos, pero ésta, con una particular combinación de carne de cerdo, hongos shiitake y agujas de oro (brotes secos de azucenas) es la que tiene más aceptación. Se sirven decorados con flores de ají y tiras de cebolleta, si se desea. **Ingredientes:** Calamar, aceite de cacahuete para freír. Para relleno: fideos de celofán, seta shiitake, agujas de oro, magro

de cerdo, ajo, cebolleta, salsa de pescado, sal, huevo. Nombre en Vietnam: *muc don thit*. Véase: calamares en la cocina.

calamares rellenos. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “pescados en la cocina del Mediterráneo”; de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “pescados”. Cocina de Baleares. La forma del saco del cuerpo de los calamares es ideal para rellenar. Esta receta española usa una mezcla salada de jamón curado y arroz. Los calamares rellenos se cocinan después suavemente en una salsa espesa de tomate hasta que estén bien tiernos. Desde las islas del Mediterráneo, este plato ha conquistado la cocina marinera hispana. Existen diversas formas de hacer el relleno, mayoritariamente de carne, aunque también se puede hacer con pescado. **Ingredientes:** Calamar, arroz de grano largo, aceite de oliva, cebolla, ajo, jamón serrano, perejil, páprika dulce, sal y pimienta negra, puré de tomate, tomate, azúcar, tomillo, vino blanco seco. Véase: calamares en la cocina; cocina de España.

calamares rellenos con arroz. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** calamares, arroz, cebolla, pasas remojadas, perejil, sal, pimienta, aceite. Véase: calamares; calamares en la cocina.

calamares rellenos con nueces. Plato correspondiente al grupo de calamares. Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** calamares, pan remojado en leche, nueces picadas, ajo, huevo duro picado, yema, perejil, queso rallado, sal, pimienta, tomate concentrado, caldo, aceite. Véase: calamares; calamares en la cocina.

calamares rellenos de jamón. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** calamares, tomates, ajo, vino blanco, piñones, aceite de oliva, jamón serrano, cebolla, perejil, almendras tostadas, pan frito,

pimienta, pan rallado. Véase: calamares en la cocina.

calamares y arroz blanco. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** calamares, cebolla, vino blanco, aceite, mantequilla, ajo, azafrán, guindilla, arroz. Véase: calamares en la cocina.

calamarete. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chopito común; lula brasileña.**

calamarete de Brasil. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **lula brasileña.**

calamaretes a la napolitana. Plato correspondiente al grupo de mariscos en la cocina internacional (Italia). Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 50 minutos. **Ingredientes:** calamaretes (calamares pequeños), aceite, ajo, tomate mondado y majado, aceitunas negras deshuesadas, pasas remojadas en agua caliente, piñones, sal, pimienta. Véase: mariscos en la cocina internacional.

calamaria. Designación oficial española del pez: *Epinephelus rosaceus*; *Mycteroperca pardalis*; *Mycteroperca rosacea*. Sinónimo oficial: Cabrilla calamaria; Cabrilla pintita; Cabrilla rosa; Cabrilla sardinera; Sardinera.

calamarín. Designación oficial española del molusco: *Acrololigo media*; *Acrotethis media*; *Allutethis media*; *Allotheuthis subulata*; *Loligo marmorea*; *Loligo media*; *Loligo parva*; *Loligo subulata*; *Sepia media*; *Tethis media*; *Tethis parva*. Sinónimo oficial: Calamar; Calamar pequeño; Calamarc; Calamarín menor; Lula; Lura; Puntilla; Txibia txibia; Txipiroi.

calamarín. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: calamar veteado; calamar.

calamarín alidentado. Designación oficial española del molusco: *Ctenopteryx sicula*.

calamarín menor. Molusco, nombre vulgar.
Designación oficial: **calamarín.**

calamarín patitas. Designación oficial española del molusco: *Brachoteuthis riisei*.

calamarín picudo. Designación oficial española del molusco: *Acrololigo subulata*; *Acroteuthis subulata*; *Allutethis subulata*; *Loligo spiralis*; *Teuthis subulata*. Sinónimo oficial: Lura picuda; Txibia zorrotza.

calamarín volador. Designación oficial española del molusco: *Chiroteuthos veranyi*.

calamarón. Nombre vulgar del molusco: *Loligo forbesi*.

calamars. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: calamar veteado; calamar.

calamars a l'orientale. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pescado”. Nombre español: **calamares con guindilla y salsa de soja.** Véase: pescado en la cocina de Francia.

calamento. Nombre vulgar de la planta: *Satureja calamintha*.

calamento común. Nombre vulgar de la planta: *Calamintha officinalis*.

calamento de jardín. Nombre vulgar de la planta: *Calamintha grandiflora*.

Calamintha grandiflora. Familia: labiadas. Tiene flores rosadas y mayores que las del calamento común, con hojas levemente caídas, también existe la variedad disciplinada o variegada. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **calamento de jardín.**

Calamintha officinalis. Familia: labiadas. Es una atractiva planta perenne de flores color lila y violeta y hojas aterciopeladas. Véase: hierbas aromáticas. Nombre común: **calamento común.**

cálamo. Nombre vulgar de la planta: *Acorus calamus*.

cálamo aromático. Nombre vulgar de la planta *Acorus calamus*.

calamocano. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

Calamus arctifrons. Pez. Designación oficial: **pluma negra.**

Calamus bajonado. Familia: espáridos. Familiares del scup, aparece desde el cabo Cod hasta el golfo de Méjico, y se vende en el mercado con un peso medio de 1 kg. Nombre vulgar: jolthead porgy. Designación oficial: pluma bajonado; pluma marotilla.

Calamus calamus. Pez. Designación oficial: **pluma calamo.**

Calamus campechanus. Pez. Designación oficial: **pluma campeche.**

Calamus cervigoni. Pez. Designación oficial: **pluma aleta negra.**

Calamus cyanoptera. Pez. Designación oficial: **pluma palma.**

Calamus kendalli. Pez. Designación oficial: **pluma plumilla.**

Calamus leucosteus. Familia: espáridos. Parecido al scup (*Stenotomus chrysops*), aparece desde el cabo Cod hasta el golfo de Méjico, y se vende en el mercado con un peso medio de 1 kg. Nombre vulgar: whitebone porgy.

Calamus leucosteus. Pez. Designación oficial: **pluma golfina.**

Calamus macrops. Pez. Designación oficial: **pluma bajonado.**

Calamus megacephalus. Pez. Designación oficial: **pluma calamo.**

Calamus nodosus. Pez. Designación oficial: **pluma botón**.

Calamus penna. Pez. Designación oficial: **pluma cachicato**.

Calamus pennatula. Pez. Designación oficial: **pluma plumilla**.

Calamus proridens. Pez. Designación oficial: **pluma joroba**.

Calamus taurinus. Pez. Designación oficial: **pluma palma**.

calanda. Véase: melocotón calanda.

calandino. Designación oficial española del pez: *Leuciscus alburnoides*; *Leucos alburnoides*; *Rutilus alburnoides*. Sinónimo oficial: Jarabugo.

calápidos. Véase: *Calappidae*.

Calappa convexa. Crustáceo. Designación oficial: **cajeta bola**.

Calappa granulata. Familia: calápidos. Esta clase de cangrejos que a lo ancho miden 10 cm, tienen un caparazón en forma de media luna y muy abombado y unas pinzas dentadas muy llamativas. El borde posterior del caparazón tiene incisiones dentadas. El estrecho par de patas delantero con pinzas pueden hallarse muy ceñido al cuerpo. El color básico de este cangrejo es marrón claro, el caparazón de la espalda y los lados exteriores de las patas con pinzas presentan manchas de color rojo carmín. Los cangrejos vergonzosos viven en los suelos de arena de todos los mares cálidos, a profundidades de 30 a 100 m. Por el día se entierran, pegando las pinzas a la “cara” para evitar que penetren granitos de arena en la abertura que tienen para respirar. En su búsqueda nocturna de alimento capturan principalmente caracoles, que pueden partir utilizando sus pinzas como si fueran un abrelatas. Nombre vulgar: cangrejo vergonzoso grande, camarón de cresta. Designación oficial: **cangrejo real**.

Calappa ocellata. Crustáceo. Designación oficial: **cajeta guaja**.

Calappidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: artrópodos. Subtipo: mandibulados (antennados) Clase: crustáceos. Subclase: malacostráceos. Serie: eumalacostráceos. Superorden: eucáridos. Orden: decápodos. Suborden: braquiuros. Consideramos: cangrejo vergonzoso grande (*Calappa granulata*).

calasparra. Véase: arroz de Calasparra

calceta. Otra especialidad murciana de derivado cárnico. Véase: derivados cárnicos de Murcia.

calciferol. Sinónimo: vitamina D₂.

calcio (mg) Elemento químico de símbolo Ca, número atómico 20, masa atómica 40,08, configuración electrónica (Ar)4s², con 14 nucleidos, seis de los cuales son estables. Forma cristales metálicos con estructuras cristalinas cúbica centrada en el espacio, hexagonal compacta y cúbica compacta. Pertenece al grupo de los elementos alcalinotérreos. Se encuentra en casi todos los tejidos organizados. En la tabla, por orden decreciente, el contenido en calcio, en mg por 100 g de porción comestible, de algunos alimentos,:

calcio (mg)	
Chanquete	2250,00
Morralla	2250,00
Pescados comidos enteros	2250,00
Calet	2049,00
Leche en polvo desnatada	1400,00
Cabrilla	1391,00
Leche desnatada en polvo	1300,00
Queso Parmesano	1275,00
Arame	1170,00
Cochayuyo deshidratado	1160,00
Queso Torta del Casar	1153,00
Queso Emmental	1080,00
Leche en polvo semidesnatada	1050,00
Batido proteico de cacao Santiveri	992,00
Leche en polvo entera	943,00
Breca	909,00
Queso Gruyère	900,00
Vieja	865,00

Queso Gouda	854,00
Queso manchego curado	848,00
Queso manchego semicurado	765,00
Queso bola	760,00
Queso Idiazábal	757,00
Queso Roncal	753,00
Queso Edam	746,00
Queso de vaca y oveja fresco	744,00
Queso Cheddar	740,00
Queso Majorero	727,00
Queso Cabrales	700,00
Salema	694,00
Alacha	679,00
Queso Zamorano	615,00
Queso Gorgonzola	612,00
Queso San Simón	608,00
Queso Roquefort	600,00
Queso Tetilla	597,00
Queso gallego	560,00
Queso Arzúa	559,00
Queso Mahón	559,00
Queso Raclette	550,00
Queso de cabra fresco	543,00
Queso azul	526,00
Queso Ibores	496,00
Pimienta negra	430,00
Queso Munster	430,00
Queso fundido graso	418,00
Col repollo seca	405,00
Sardinas en salsa de tomate	390,00
Sardinas enlatadas	354,00
Sardinas en aceite	314,00
Batido energético de cacao Santiveri	303,00
Requesón Miraflores	300,00
Leche condensada La Lechera	284,00
Yema de huevo desecada	282,00
Anchoas enlatadas en aceite	273,00
Melaza	273,00
Almendra sin cáscara	270,00
Chocolate blanco	270,00
Pimienta blanca	270,00
Queso fundido extragrasso	261,00
Zanahoria seca	256,00
Leche concentrada	255,00
Leche evaporada entera	255,00
Morrillo de cerdo	252,00
Higo seco	250,00
Almendra cruda	248,00
Perejil hojas	245,00
Vitadiab Sanavi	245,00
Yogurvi Sanavi	245,00
Almendras tostadas	240,00
Soja seca	240,00
Col rizada fresca	230,00

Tallarines carbonara Frudesa	214,20
Berro de jardín	214,00
Harina de soja	210,00
Menta (infusión)	210,00
Leche de almendras	200,00
Leche de oveja	200,00
Tofu	200,00
Harina de soja integral	195,00
Avellana sin cáscara	193,00
Delicias de queso Findus	191,00
Calamares a la romana Findus	190,00
Ortiga, jugo	190,00
Perejil raíz	190,00
Queso de cabra curado	190,00
Queso Burgos	186,00
Salmón en lata	185,00
Salsa Mornay	184,00
Nuez sin cáscara	183,00
Altramuz sin pelar	180,00
Berro silvestre	180,00
Pimentón en polvo	180,00
Pistacho	180,00
Yogur sabores	178,00
Canelones de atún claro Frudesa	174,40
Diente de león	173,00
Pizza americana cuatro quesos Findus	173,00
Chocolote con leche Nestlé	171,00
Queso manchego fresco	170,00
Salsa bearnesa	170,00
Cuajada	168,00
Leche de vaca desnatada	165,00
Lasaña de carne y paté La Cocinera	164,20
Leche fermentada bifidobacterium desnatada natural	164,00
Cebolla seca	162,00
Col rizada hervida	160,00
Leche de vaca entera	160,00
Leche desnatada calcio UHT Pileva	160,00
Leche entera con Ca Puleva	160,00
Leche semidesnatada Ca UHT Puleva	160,00
Yogur enriquecido	157,00
Queso Camembert	154,00
Turrón blando almendrado con fructosa Santiveri	153,60
Canelones de carne La cocinera	153,50
Turrón duro de almendras con fructosa Santiveri	152,40
Turrón de mazapán con fructosa Santiveri	151,20
Helado	150,00
Queso graso	150,00
Semilla de sésamo	150,00
Yogur desnatado con frutas	150,00
Barrita proteica Santiveri	149,00

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Leche fermentada bifidobacterium entera natural	146,00
Castañas	145,00
Pulpo	144,00
Albóndigas con chorizo "Litoral"	143,20
Garbanzos	143,00
Turrón de yema con fructosa Santiveri	143,00
Berberechos al natural	142,40
Yogur natural	142,00
Caracoles	140,00
Leche desnatada con Ca A+D+E Leyma	140,00
Yema de huevo	140,00
Yogur desnatado	140,00
Turrón de yema quemada c/fructosa Santiveri	139,76
Alubia blanca cruda	139,00
Pizza margarita queso y tomate La cocinera	138,20
Caviar natural	137,00
Flan de vainilla	133,00
Mousse de chocolate	132,00
Bígaro hervido	130,00
Helado cremoso Vainilla	130,00
Nuez de Brasil	130,00
Ostra	130,00
Quisquilla congelada	130,00
Turrón mazapán, nueces c/fructosa Santiveri	128,90
Almejas	128,00
Almejas, berberechos y similares en conserva	128,00
Almejas, berberechos y similares en conserva	128,00
Berberchos	128,00
Calamares y similares	128,00
Chirlas	128,00
Turrones	127,00
Espinacas hervidas	126,00
Espinacas natural	126,00
Judías blancas	126,00
Albóndigas preparadas enlatadas "La Tila"	124,00
Yogur bio sabores	124,00
Garbanzos con callos Litoral	123,20
Leche desnatada vitaminada Lauki	123,00
Bombones	121,00
Girasol, pepitas	121,00
Batido de cacao y leche descremada	120,00
Camarones	120,00
Espinacas congeladas	120,00
Gambas	120,00
Gambas y camarones	120,00
Langostinos	120,00
Leche pasteurizada	120,00
Puerro hojas	120,00
Quark Danone	120,00

Queso fresco desnatado Danone	120,00
Vieira	120,00
Pizza margarita merluza y gambas La cocinera	119,10
Batido de cacao	119,00
Fabada asturiana Litoral	118,30
Hamburguesa con queso	118,00
Pizza tomate y queso	118,00
Galleta tipo María	117,50
Callos a la madrileña La tila	117,30
Queso Brie	117,00
Crema de pollo Campbell	116,20
Filete de pescado McDonald	116,20
Leche UHT desnatada	116,00
Salsa besamel	116,00
Gamba roja cruda	115,00
Cardo	114,00
Cocido español Litoral	113,10
Acelgas	113,00
Leche UHT entera	113,00
Tortellini italiana Frudesa	111,40
Leche de burra	110,00
Leche de cabra	110,00
Leche de yegua	110,00
Leche desnatada A+D UHT Puleva	110,00
Pan de Viena	110,00
Sal de mar	110,00
Arroz con leche	109,00
Leche acidificada	109,00
Lentejas con chorizo Litoral	107,30
Yogur líquido	106,10
Mastuerzo	105,00
Turrón de chocolate y arroz inflado con fructosa Santiveri	104,50
Sopa de cebolla	104,00
Croquetas de marisco Findus	103,00
Crema de leche 10% grasa	101,00
Croquetas de bacalao Findus	101,00
Haba seca	100,00
Natillas	100,00
Semilla de girasol sin sal	100,00
Flan de huevo Danone ligero	99,00
Soja fresca	99,00
Pote gallego Litoral	98,40
Grellos	98,00
Jengibre	97,00
Pizza margarita Findus	95,00
Verdolaga	95,00
Nata líquida cocinar	94,00
Mostaza	93,00
Nuez cruda	93,00
Pizza americana romana Findus	93,00
Ruibarbo	93,00
Albaricoque seco	92,00
Pizza romana La cocinera	89,80
Salavi Sanavi	89,00
Preparado panificable-repostería sin gluten Sanavi	88,20

Pizza al atún claro La cocinera	87,13
Castaña seca	87,00
Puerro bulbo	87,00
Cebollino	86,00
Flan de huevo Danone normal	86,00
Azúcar moreno	85,00
Espinacas en conserva	85,00
Judía lima	85,00
Pan tostado de trigo	85,00
Picatostes	85,00
Queso blanco semigraso 20% MG	85,00
Robezuelo seco	85,00
Croquetas de queso Findus	84,00
Canelones a la italiana Findus	82,00
Magdalenas	82,00
Piñones sin cáscara	82,00
Pizza de atún Findus	82,00
Calamares a la romana	81,00
Croissant	80,00
Levadura seca	80,00
Mejillón conserva	80,00
Nata líquida 30% grasas	80,00
Quisquilla cruda	80,00
Avena	79,60
Avena en grano sin cascarilla	79,00
Quinoa cruda	79,00
Calamares y similares (conserva)	78,00
Croquetas de jamón Findus	77,00
Tamarindo	77,00
Croquetas de pollo Findus	76,00
Mejillón hervido	76,00
Pizza romana Findus	76,00
Almeja cruda	75,00
Bizcocho de chocolate	75,00
Corzo espalda	75,00
Nata líquida extra	75,00
Nata Puleva pasteurizada	75,00
Nata Puleva UHT	75,00
Gallevit Sanavi	74,60
Masa de hojaldre Findus	74,00
Mazapán	74,00
Bizcocho	73,00
Crema de nata 40% grasa	73,00
Microcroquetas de bacalao Fingus	73,00
Queso blanco desnatado	73,00
Cacahuete sin cáscara	72,00
Guisante seco	72,00
Alubia blanca conserva	71,00
Copos de avena instantáneo	70,00
Lentejas	70,00
Pasta rellena hervida con queso	70,00
Almendrado	69,00
Buñuelos	69,00
Colirrábano crudo	68,00

Dátil	68,00
Suero de queso endulzado	68,00
Chocolate negro	67,00
Escarola	67,00
Sémola de avena	67,00
Puré de merluza besamel Sandoz	66,67
Puré de pavo con arroz y zanahorias Sandoz	66,67
Puré de pollo con pasta y champiñones Sandoz	66,67
Puré de pollo con verduras Sandoz	66,67
Puré de ternera a la jardinera Sandoz	66,67
Judía negra seca remojada hervida	66,00
Microcroquetas de pollo Fingus	66,00
Salmón ahumado	66,00
Caprichos de fresa Sanavi	65,20
Cacahuete tostado	65,00
Copos de avena integral	65,00
Centeno	64,00
Rape	64,00
Huevo de pata crudo	63,00
Mejillón crudo	63,00
Pan integral tostado	63,00
Tortilla a la francesa (omelette)	63,00
Germen de trigo	62,50
Bogavante hervido	62,00
Canelones Rosini La cocinera	62,00
Microcroquetas de jamón Fingus	62,00
Tostadas sin gluten (Noglut) Santiveri	61,50
Aceituna negra en salmuera	61,00
Aceitunas negras	61,00
Aceitunas verdes	61,00
Volador	61,00
Apio pencas	60,00
Arenque ahumado	60,00
Copos de salvado	60,00
Flor de sal Marisol	60,00
Grosellas negras	60,00
Langosta	60,00
Lombarda	60,00
Requesón	60,00
Nabo	59,00
Endibia	58,50
Colinabo crudo	58,00
Pan integral trigo	58,00
Caviar sucedáneo	57,00
Caviar sustituto	57,00
Huevo de gallina	56,20
Brécol	56,00
Pan blanco de barra	56,00
Apionabo crudo	55,00
Harina de avena	54,70
Acedera	54,00
Empanadillas de carne Findus	54,00

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Fríjol	54,00
Turrón de avellanas al cacao con fructosa Santiveri	53,41
Alcachofa cruda	53,00
Alcachofa hervida	53,00
Crema de judías con bacón Campbell	52,82
Dátil seco	52,00
Patata frita chips	52,00
Apionabo hervido	51,00
Bocadillos de pescado Findus	51,00
Cabeza de cerdo	51,00
Guisante amarillo	51,00
Pastinaca	51,00
Sardina	50,40
Apio hojas	50,00
Bacalao salado seco	50,00
Cebada	50,00
Nata	50,00
Nata líquida montar	50,00
Salsa mostaza caliente McDonald	50,00
Tomate frito Orlando	49,40
Col repollo	49,00
Crema de almendras, envasada, sin reconstituir	49,00
Aceituna verde en salmuera	48,00
Chufa	48,00
Col fermentada escurrida	48,00
Puré de tomate	48,00
Salsa boloñesa Gallo	47,70
Carpa	47,00
Judía verde congelada	47,00
Berberecho crudo	46,00
Codorniz	46,00
Lucio al horno	46,00
Mejillón escabeche	45,30
Colinabo hervido	45,00
Colinabo hervido	45,00
Colirrábano hervido	45,00
Croquetas de pescado frito	45,00
Gambas enlatadas	45,00
Platija	45,00
Solla	45,00
Col repollo cocida	44,00
Palmito conserva	44,00
Zarzamora	44,00
Trigo, grano entero	43,70
Pescadilla	43,40
Cangrejo de río crudo	43,00
Pan de avena	43,00
Pan integral de centeno	43,00
Salvado de trigo	43,00
Biscote	42,00
Chirivía	41,00
Frambuesas	41,00
Naranja	41,00
Salchichas de hígado sin grasa	41,00
Salsa holandesa	41,00
Higo chumbo	40,50

Calamares a la romana La cocinera	40,20
Caballa en aceite	40,00
Cacao en polvo azucarado	40,00
Chocolate	40,00
Col china	40,00
Germen de centeno	40,00
Lechuga	40,00
Mantequilla de cacahuete	40,00
Pasas crudas	40,00
Pasta al huevo hervida	40,00
Uva pasa	40,00
Palitos de merluza Pescanova	39,20
Judía verde cruda	39,00
Atún	38,00
Breva	38,00
Higo	38,00
Atún en aceite	37,70
Harina integral de trigo	37,00
Hinojo	37,00
Saúco	37,00
Col de Bruselas fresca	36,00
Grosella	36,00
Grosellas rojas	36,00
Mandarinas	36,00
Melocotón seco	36,00
Salsa siciliana picante Gallo	35,60
Varitas merluza empanadas Pescanova	35,30
Almidón de patata	35,00
Bonito	35,00
Caviar de lumpo	35,00
Rabanito	35,00
Empanadillas de bonito La cocinera	34,30
Croquetas de merluza	34,10
Salsa agridulce McDonald	34,06
Rábano	34,00
Salsifí conserva	34,00
Trigo candeal	34,00
Gallo	33,60
Salsa napolitana Gallo	33,40
Delicias de jamón y queso Findus	33,20
Merluza	33,10
Harina de alforfón integral	33,00
Zanahoria hervida	33,00
galletas sin gluten Noglu Santiveri	32,14
Ciruelas secas	32,00
Col de Bruselas cocida	32,00
Harina de centeno	32,00
Kivis	32,00
Sepia cruda	32,00
Soja germinada	32,00
Valerianela	32,00
San jacobó Findus	31,10
Anacardo	31,00
Leche de mujer (10 días postparto)	31,00
Pasta con huevo cruda	31,00
Pastas al huevo cruda	31,00
Puré de patatas con leche	31,00

Salmón marino en aceite	31,00
Tenca	31,00
Delicias de merluza Pescanova	30,50
Empanadillas de atún Findus	30,10
Angula	30,00
Besugo	30,00
Cangrejo buey hervido	30,00
Cangrejos	30,00
Cangrejos, nécoras y similares	30,00
Chirimoya	30,00
Cigala	30,00
Copos de centeno	30,00
Dorada	30,00
Faneca	30,00
Fresas	30,00
Guindilla verde	30,00
Lenguado	30,00
Nécoras	30,00
Níspero	30,00
Salmonete	30,00
Sardinas en escabeche	30,00
Sargo	30,00
Bogavante crudo	29,00
Centolla	29,00
Halibut	29,00
Leche de coco	29,00
Mora	29,00
Pan de centeno	29,00
Regaliz	29,00
Remolacha roja	29,00
Bonito en aceite	28,80
Croquetas de calamar La cocinera	28,30
Boquerón	28,20
Atún enlatado en agua	28,00
Espárrago natural	27,70
Jamón serrano ibérico	27,08
Calabaza	27,00
Cebolla fresca	27,00
Rollitos de primavera fritos	27,00
Sal común	27,00
Guisante	26,00
Menestra de verduras conserva	26,00
Pan de trigo y centeno	26,00
Raya	26,00
Trucha	26,00
Pan de molde sándwich Bimbo	25,40
Barbo ahumado	25,00
Boleto anillado	25,00
Espaguetis	25,00
Macarrones	25,00
Palometa	25,00
Patata seca	25,00
Croquetas de jamón La cocinera	24,30
Panecillo bocata Bimbo	24,30

Roscas glutinados con lactitol Sanavi	24,30
Bacalao fresco	24,00
Harina de arroz	24,00
Pan de molde blanco	24,00
Pasta alimenticia cruda	24,00
Patata asada	24,00
Trufa blanca	24,00
Trufa de Périgord	24,00
Uva espina	24,00
Zanahoria en conserva	24,00
Zumo de zanahoria envasado	24,00
Paella marinera Frudesa	23,40
Calamares fritos	23,00
Habas	23,00
Jamón serrano magro	23,00
Lasaña	23,00
Pan rallado	23,00
Paté de hígado de cerdo	23,00
Conejo	22,80
Pollo, pechuga	22,80
Croquetas de pollo La cocinera	22,40
Croquetas de bacalao La cocinera	22,20
Fibracao Sanavi	22,10
Batata	22,00
Boniato crudo	22,00
Coco rallado	22,00
Coliflor fresca	22,00
Corazón de pollo	22,00
Pan de payés	22,00
Platija del Báltico ahumada	22,00
Remolacha roja cocida	22,00
Rodaballo	22,00
Satsu mas	22,00
Achicoria	21,00
Arroz integral crudo	21,00
Atún en escabeche	21,00
Bonito en escabeche	21,00
Caballa en escabeche	21,00
Cabeza de jabalí. Fiambre	21,00
Calabacín	21,00
Fresón	21,00
Leche de soja	21,00
Palosanto sin piel	21,00
Salmón	21,00
Trigo sarraceno sin cascarilla	21,00
Papaya	20,70
Paella de marisco Frudesa	20,30
Ají	20,00
Almidón de arroz	20,00
Anchoa	20,00
Arenque	20,00
Arenque salado	20,00
Corazón de cerdo	20,00
Harina de espelta	20,00

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Lomo embuchado	20,00
Longaniza	20,00
Lubina	20,00
Mijo en grano descascarillado	20,00
Pan blanco de barra sin sal	20,00
Pasta rellena hervida con carne	20,00
Patata frita	20,00
Perca	20,00
Raviolis de carne, con salsa de tomate conserva	20,00
Salmón marino ahumado	20,00
Sémola de trigo cruda	20,00
Sopa de verduras	20,00
Arroz vaporizado	19,50
Mermelada con fructosa de naranja Santiveri	19,08
Espárrago enlatado	19,00
Ketchup	19,00
Lengua de cordero	19,00
Pez espada	19,00
Salsa barbacoa	19,00
Chorizo	18,40
Ancas de rana	18,00
Anguila	18,00
Butifarra cocida	18,00
Coliflor hervida	18,00
Mújol	18,00
Salsa de soja	18,00
Salsa de tomate	18,00
Ajo	17,80
Crema de apio Campbell	17,61
Crema de espárragos Campbell	17,61
Crema de pollo y champiñón Campbell	17,61
Minestrón Campbell	17,61
Sopa de cebolla Campbell	17,61
Albaricoque	17,00
Caballa	17,00
Falda de vaca cocida	17,00
Gofio canario tostado	17,00
Guayabas	17,00
Huevo fresca	17,00
Jurel	17,00
Lima	17,00
Pavo sin piel asado	17,00
Pepino	17,00
Pulmones cordero	17,00
Salami	17,00
Solomillo de ternera asado	17,00
Toronja	17,00
Uva blanca	17,00
Zumo de uva envasado	17,00
Abadejo	16,00
Bacaladilla	16,00
Cereza	16,00
Coliflor congelada	16,00
Empanadillas de carne	16,00
Guindilla roja	16,00

Mahonesa congelado comercial	16,00
Pasionaria pelada	16,00
Sémola de cebada	16,00
Zumo de limón envasado	16,00
Salchichón	15,70
Melón	15,60
Espelta en grano	15,00
Harina de maíz	15,00
Harina de trigo	15,00
Maíz	15,00
Mantequilla	15,00
Mantequilla con sal Puleva	15,00
Mantequilla media sal	15,00
Mantequilla sin sal Puleva	15,00
Pichón sin piel asado	15,00
Sobrasada	15,00
Sorbete	15,00
Vinagre	15,00
Zumo de frutas exóticas envasado	15,00
Mermelada con fructosa de fresa Santiveri	14,33
Ciruela	14,00
Clara de huevo	14,00
Coliflor cogelada hervida	14,00
Feijoa cruda	14,00
Galantinas fiambre	14,00
Harina de cebada	14,00
Membrillo	14,00
Mero	14,00
Pepinillos en vinagre conserva	14,00
Pomelo	14,00
Salchicha de ternera	14,00
Pasta al gluten Santiveri	13,80
Bacón	13,00
Chistorra cruda	13,00
Coco desecado	13,00
Coco fresco	13,00
Faisán	13,00
Morrillo de ternera	13,00
Mortadela común	13,00
Pintada	13,00
Pulmones ternera	13,00
Rabo de buey	13,00
Riñón de cordero	13,00
Salchichas frescas	13,00
Salchichas tipo Franhfurt	13,00
Solomillo de ternera crudo sin grasa	13,00
Surimi	13,00
Zanahoria	13,00
Zumo de tomate envasado	13,00
Gofio de maíz	12,66
Pollo, muslo	12,40
Sopa de vegetales Campbell	12,32
Arroz tres delicias Frudesa	12,30
Pan para diabéticos	12,30
Carne de ballena	12,20
Almeja blanda	12,00
Almidón de tapioca	12,00

Arándano	12,00
Arroz blanco crudo	12,00
Berenjena	12,00
Berenjena hervida	12,00
Callos de ternera	12,00
Carne de caballo	12,00
Confitura de frutas	12,00
Confitura de frutas baja en calorías	12,00
Costillas de ternera	12,00
Ganso	12,00
Hígado de pollo	12,00
Jabalí	12,00
Limón	12,00
Margarina baja en calorías	12,00
Oca sin piel asada	12,00
Paletilla de ternera cruda	12,00
Patata hervida	12,00
Pimiento	12,00
Piña	12,00
Pollo entero con piel asado	12,00
Redondo de ternera (filete) cocido	12,00
Sémola de alforfón	12,00
Zumo de lima envasado	12,00
Zumo de zarzamora	12,00
Acerola	11,70
Mermelada con fructosa de piña Santiveri	11,52
Horchata de chufa "che" Puleva	11,30
Cerveza oscura 8º-9º	11,00
Fuet de primera	11,00
Gelatina	11,00
Harina de alforfón blanca	11,00
Hígado de buey	11,00
Jamón curado sin grasa	11,00
Morcilla cruda	11,00
Mostuva Santiveri	11,00
Paletilla de cordero asada sin grasa	11,00
Sesos de cordero	11,00
Sesos de ternera	11,00
Sopa de pollo	11,00
Tapioca cruda	11,00
Tapioca hervida	11,00
Uva espina en almibar	11,00
Champiñón cultivado	10,80
Tomate	10,60
Arroz a la cazuela "Findus"	10,00
Arroz pulido, sin cáscara	10,00
Bonito del norte en aceite de soja	10,00
Butifarra cruda	10,00
Carne de cabra	10,00
Congrio	10,00
Costillas de cordero	10,00
Foie-gras	10,00
Gallina	10,00

Jaleas	10,00
Lengua de ternera	10,00
Mango	10,00
Manitas de cerdo	10,00
Paletilla de cordero asada con grasa	10,00
Palomitas de maíz con aceite y sal	10,00
Palomitas de maíz sin aceite ni sal	10,00
Pasta con huevo hervida	10,00
Pato	10,00
Riñón de ternera	10,00
Salchichas enlatadas	10,00
Salchichas de hígado	10,00
Sesos de cerdo	10,00
Tupinambo	10,00
Zumo de pomelo envasado	10,00
Néctar de naranja Santiveri	9,98
Jamón cocido	9,60
Pera	9,60
Lomo de cerdo	9,40
Lomo de ternera	9,20
Liebre	9,05
Arroz integral hervido	9,00
Bacalao ahumado	9,00
Cabrito	9,00
Chuletas de cordero parrilla	9,00
Falda de vaca cruda	9,00
Jamón curado con grasa	9,00
Jamón curado con grasa	9,00
Lengua de cerdo	9,00
Lengua de ternera lechal	9,00
Llantén cocido	9,00
Pierna de cordero con grasa asada	9,00
Pierna de cordero con grasa cruda	9,00
Sidra seca	9,00
Cereales integrales Kelloggs	8,80
Vino de mesa	8,70
Mermelada con fructosa de albaricoque Santiveri	8,12
Pan de maíz	8,10
Aguacate	8,00
Bonito del norte crudo	8,00
Caqui	8,00
Carne magra de ternera	8,00
Chuletas de cerdo	8,00
Chuletas de cordero cruda	8,00
Chuletas de ternera	8,00
Corazón de buey	8,00
Crema de tomate	8,00
Ensalada de frutas enlatada	8,00
Entrecot de vaca con grasa Parrilla	8,00
Granadas	8,00
Guinda	8,00
Hígado de cerdo	8,00
Hígado de cordero	8,00

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Hígado de ternera	8,00
Lija	8,00
Margarina	8,00
Melocotón	8,00
Percebes	8,00
Pierna de cerdo	8,00
Robezuelo fresco	8,00
Salsa vinagreta	8,00
Sidra dulce	8,00
Vermut	8,00
Vino de Madeira botella llena	8,00
Vino fino	8,00
Néctar de albaricoque Santiveri	7,67
Mermelada con fructosa de cereza Santiveri	7,64
Plátano	7,30
Patata	7,20
Arroz a la marinera "Findus"	7,00
Bacón ahumado, a la parrilla	7,00
Cabeza de medusa	7,00
Cava	7,00
Costillas de cerdo	7,00
Hígado de vaca crudo	7,00
Lengua de vaca/buey	7,00
Llantén crudo	7,00
Maracuyá	7,00
Pasta alimenticia hervida	7,00
Riñón de cerdo	7,00
Sandía	7,00
Venado	7,00
Zumo de naranja envasado	7,00
Mermelada con fructosa de ciruela Santiveri	6,69
Corazón de ternera	6,00
Corazón de vaca cocido	6,00
Corazón de vaca crudo	6,00
Gelatina de grosella	6,00
Licor de frutas	6,00
Naranja, néctar envasado	6,00
Níscalo crudo	6,00
Paleta de cordero	6,00
Panceta de cerdo	6,00
Tocino de cerdo	6,00
Zumo de manzana envasado	6,00
Solomillo de cerdo	5,80
Mermelada con fructosa de pera Santiveri	5,73
Néctar de ciruela Santiveri	5,73
Néctar de pera Santiveri	5,67
Manzana tipo golden	5,50
Café (infusión)	5,00
Carne de ciervo	5,00
Cerveza rubia 4º-5º	5,00
Corzo pierna	5,00
Miel	5,00
Pera néctar envasado	5,00
Robezuelo en conserva	5,00
Sangre de cerdo	5,00

Solomillo de buey	5,00
Vermut negro dulce	5,00
Zumo de pera envasado	5,00
Zumo de saúco	5,00
Pastas sin gluten (Noglut) Santiveri	4,58
Mermelada con fructosa de melocotón Santiveri	4,24
Arroz blanco hervido	4,00
Carambola sin piel cruda	4,00
Cerveza sin alcohol	4,00
Corazón de cordero	4,00
Litchis	4,00
Manzana granny smith	4,00
Manzana red delicious	4,00
Nectarina	4,00
Pasta de frutas	4,00
Salchicha de queso y carne	4,00
Sémola de maíz	4,00
Uva negra	4,00
Vino dulce	4,00
Mostmanzana Santiveri	3,99
Pan de cebada	3,70
Maíz inflado con miel	3,52
Néctar de melocotón Santiveri	3,34
Compota	3,00
Molleja de ternera asada	3,00
Pulmones cerdo	3,00
Sémola de trigo hervida	3,00
Néctar de piña Santiveri	2,56
Néctar de frutas vitaminado Santiveri	2,13
Alioli	2,00
Arroz tres delicias Findus	2,00
Azúcar refinado	2,00
Mango, néctar envasado	2,00
Maracuyá néctar envasado	2,00
Remolacha roja zumo	2,00
Néctar de pomelo Santiveri	1,14
Aceite de hígado de bacalao	1,00
Azúcar blanco	1,00
Espinacas en jugo	1,00
Fécula de maíz	1,00
Manteca de cerdo	1,00
Mermelada con fructosa de manzana Santiveri	0,68
Crema de champiñones Campbell	0,35
Sopa de tomate Campbell	0,32
Té (infusión)	0,30

calçot. Cebolla blanca Grande Tardía de Lérida. Véase: Calçot de Valls.

Calçot de Valls. Denominación de Calidad (D.C.) de Hortalizas. Esta D.C. ampara una zona de producción constituida por los términos municipales de las comarcas catalanas de L'Alt Camp, el Baix Camp, el Tarragonés y el Baix Penedés. Los calçots

protegidos por la D.C. pertenecen exclusivamente a la variedad de cebolla blanca Grande Tardía de Lérida. El proceso de cultivo respeta los hábitos tradicionales de los agricultores catalanes y consta de los siguientes pasos: siembra de semillas, trasplante del plantel, trasplante de la cebolla, trabajos de cultivo específicos y, finalmente, recolección del producto. Los calçots, preparados a la brasa, son los protagonistas de la calçotada, una comida típica y tradicional de Cataluña. Véase: hortalizas de España.

calçotada. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “verduras y hortalizas”. Cocina de Cataluña. La localidad tarraconense de Valls recibe, cada año, entre enero y marzo, a miles de visitantes que acuden para celebrar el curioso y tradicional rito que significa comer los calçots (cebollitas tiernas). Hoy su preparación se ha extendido a toda Cataluña. **Ingredientes:** calçots. Para la **salsa:** Tomate, avellana tostada, almendra tostada, ajo, menta, perejil, pan, pimentón rojo, pimienta negra, aceite, vinagre, sal. Véase: cocina de España.

caldeirada. Los pescadores gallegos han hecho de este plato un acontecimiento. A la excelente calidad de su producto marino, se une la bondad de sus patatas para alcanzar la gloria con un guisoreamente pleno y espectacular. Un plato que, en principio, era elaborado con las sobras de lo que los pescadores descargaban en los diferentes puertos pesqueros gallegos; es decir, los pescados que no entraban en las cajas para ir a las subastas en las lonjas, fuera por tamaño o por ser una variedad que no tenía valor o que estaba fuera de temporada. Aquello, de tan sencillo origen, se ha convertido en un plato apetecido y apetecible. Los pescados habituales en la receta son: rape, merluza, rodaballo, raya, aunque pueden ponerse otros dependiendo de la temporada y de la comarca. **Ingred-**

dientes: rape, merluza, corujo o rodaballo, raya, patatas, cebolla, pimiento verde, tomate, pimentón, azafrán, perejil, aceite, sal.

caldeirada a pescador. Plato integrante de la cocina con pescado. Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 25 minutos. **Ingredientes:** pescados diversos, almejas, aceite de oliva, pimentón dulce, cebolla, ajo. Sal, pimienta, perejil picado. Véase: sopas de pescado.

calderada gallega. Plato integrante de la cocina con pescado. Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 35 minutos. **Ingredientes:** pescados variados, ajo, cebolla, pimentón, patata, sal, aceite. Véase: sopas de pescado.

caldereta barquereña. Plato de la cocina de Cantabria “San Vicente de la Barquera” perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** rape, cabracho, bogavante, cigala, langostino, almeja, cebolla, pimiento verde, tomate maduro, ajo, vino blanco, aceite de oliva, laurel, tomillo, perejil, sal. Véase: cocina de Cantabria.

caldereta cantábrica. **Ingredientes:** Cabracho, caldo de pescado, lubina, nécora, almejas, congrio, merluza, bogavante, cebolla, tomate, pimiento verde, ñora, guindilla, caldo concentrado, ajo, perejil, jerez seco, cava, aceite de oliva, harina, sal. Véase: cocina de Cantabria.

caldereta de cabrito. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “cordero y cabrito”. Cocina de Extremadura. Tiempo de realización 2 horas. El gando caprino es una de las joyas ganaderas de España. El cabrito es un plato muy apetecible y en cada región se elabora de muy distintas formas. La caldereta, por otra parte, se puede hallar en cualquier rincón de España, en sus muy variadas versiones y con todo tipo de ingredientes (tanto con carne como

con pescados y mariscos). **Ingredientes:** cabrito, hígado de cabrito, vino tinto, pimienta morrón, ajo, laurel, pimienta negra, aceite, sal.

caldereta de cordero. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “cordero y cabrito”. Cocina de La Mancha y, “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. El cordero ha desempeñado, durante siglos, un papel decisivo en la cocina de España. Se trata de un plato de pastores que, con algunas variedades, se consume en toda España. **Ingredientes:** carne de cordero, jamón, cebollas, pimientos verdes, tomate, pimentón, pan duro, tomillo, nuez moscada, guindilla, ajo, vino tinto, harina, laurel, perejil, pimienta, aceite de oliva, sal, véase: cocina de Asturias.

caldereta de Gijón. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** Véase: cocina de Asturias.

caldereta de langosta. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “mariscos”. Cocina de Baleares. Tiempo de realización 1 hora y 30 minutos. Uno de los grandes hitos culinarios de la cocina mediterránea que, sobre todo en la isla de Menorca, adquiere tonos de auténtica realeza. La langosta de esta zona es exquisita y su cocción, con un guiso y el sofrito, supone un plato extraordinario. **Ingredientes:** langostas, cebollas, pimientos verdes, cava brut, pan tostado, corales de langosta, leche, caldo de pescado, tomates, pimienta, aceite, sal. Véase: cocina de España; cocina de Asturias.

caldereta de langosta. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** langosta, almejas, gambas, cava o vino blanco, andaricas (nécoras), ajo, perejil, salsa de tomate, huevo cocido, pimentón, salsa picante, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

caldereta pastoril (caldereta de chivo) Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **In-**

gredientes: chivo, cebolla, ajo, laurel, vino, pimienta negra, tomillo, aceite, sal.

caldero murciano. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “arroz”. **Ingredientes: para el caldo y el arroz.** Mújol, gallina de mar, dorada, arroz de grano medio, ñora, tomate, ajo, aceite de oliva, agua, azafrán, sal, pimentón. **Para la salsa ajo-aceite que acompaña al arroz:** Ajo, patata, caldo de pescado, yema de huevo, aceite de oliva, sal, pimienta. **Para la salsa que acompaña al pescado:** Ñora, ajo, caldo de pescado, aceite de oliva, pimentón, perejil, sal, zumo de limón. Sinónimo: arroz en caldero. Véase: cocina de España.

calderón. Designación oficial española del mamífero cetáceo: *Globicephala melaena*; *Globicephalus melas*.

calderón. Nombre vulgar del mamífero: *Globicephalus melas*.

calderón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cailón**.

caldillo de conejo de monte. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 10 minutos. **Ingredientes:** conejo de monte, manteca de cerdo, cebolla, huevo duro, sal, aceite, ajo, azafrán, vinagre. Véase: caza en la cocina clásica.

caldillo de congrio. Plato integrante de la cocina de las sopas (Chile). Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 40 minutos. **Ingredientes:** cangrio, tomate, leche, vino blanco seco, huevo, cebolla, harina, patata, apio, sal, pimienta, laurel, perejil, tomillo, aceite. Véase: sopas internacionales.

caldillo de matanza. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** tomate, pimienta, cebolla, ajo, laurel, perejil, vino, comino, pimentón, pimienta negra, asadura y costilla de cerdo ibérico.

caldillo de papas. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** papas, ajo, huevo, cebolla, queso mantecoso, hueso de res, hierbabuena, perejil, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

caldo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caldo	
Potasio (mg)	180
Agua (mg)	100
Porción comestible	100
Energía (kcal)	50
Sodio (mg)	40
Colesterol (mg)	10
Fósforo (mg)	5
Grasa (g)	5
Proteínas (g)	1,2
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Calcio (mg)	0
Carbohidratos (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Hierro (mg)	0
Retinol (mg)	0
Riboflavina (mg)	0
Tiamina (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

caldo asturiano de pescado. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** cabeza y espaldas de merluza o de pescadilla (se pueden poner de otro pescado blanco), zanahoria, cebolla, perejil, vino blanco, mantequilla, sal, clara de huevo Véase: cocina de Asturias.

caldo claro de rabo de toro. Es con el té de buey un caldo concentrado clásico que

tampoco se acompaña de guarnición. Nombre original; oxtail. **Ingredientes:** rabo de buey, hueso de ternera o de buey triturado, cebolla, zanahoria, apio, puerro, mantequilla, tomate concentrado, vino blanco recio, tomillo, romero, salvia, perejil, albahaca. **Para aclarar:** Morcillo, clara de huevo, zanahoria, puerro, raíz de perejil, clavo, laurel, pimienta de Jamaica, pimienta blanca, tomillo, romero, albahaca, mejorana, ajo, vinagre balsámico, jerez seco, sal. Véase: caldos sustanciosos.

caldo concentrado. Se prepara de la misma forma que el fondo independientemente de que se elabore a partir de uno claro o uno oscuro. Para obtener un caldo transparente es preciso clarificar el fondo. Ello se lleva a cabo bien con carnes magras y llenas de tendones, cuyo contenido de proteínas es del 20%, o bien con clara de huevo. Al comenzar el proceso las sustancias pesadas se depositan en la parte baja. Remueva constantemente para evitar que se adhieran a la base del recipiente. Al alcanzar los 70 °C las proteínas quedan liberadas y envuelven las sustancias flotantes y turbias. El proceso termina al llegar al punto de ebullición, momento en que las proteínas ascienden a la superficie. A partir de ahí, el caldo debe hervir a fuego lento. Dado que la carne tiene que estar lo suficientemente fría para poder clarificar el caldo, añádale cubitos de hielo. **Ingredientes:** Morcillo, zanahoria, raíz de perejil, apio nabo, puerro, clavo, laurel, pimienta de Jamaica, pimienta tomillo, sal, vinagre balsámico, cebolla ahumada, clara de huevo, cubitos de hielo, fondo claro. Nombre original: consomé.

caldo corto. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** perejil, cebolla, zanahoria, vino blanco o vinagre, agua, sal. Véase: cocina de Asturias.

caldo de asadura. Plato típico de la cocina de Canarias. Véase: arafó

caldo de ave. Líquido que se obtiene con la cocción del pollo y que se usa para rociar los platos durante su cocción y preparar sopas y salsas. El caldo de ave puede ser casero o comprarse en los supermercados en forma líquida, en polvo o en pastillas. Sin embargo, estos caldos preparados contienen mucho sodio. Véase: extracto y caldo de carne.

caldo de bonito. El caldo de bonito, llamado *dashi*, se elabora con unas algas llamadas kelp o kombu y bonito en copos (*katsuo-bushi*). En la cocina japonesa lo usan como sopa y como caldo. El dashi instantáneo se puede adquirir en los comercios japoneses, pero el casero es más sabroso. Se prepara: 1) Poner sobre el fuego una olla con 1 litro de agua y unos 50 cm de kelp (kombu) y llevar casi a punto de ebullición. 2) Retirar el kelp. Cuando rompa nuevamente el hervor, agregar 125 cm³ de agua fría y 60 g de bonito en copos (*katsuobushi*). 3) Cuando comience otra vez a hervir, retirar del fuego, espumar y filtrar para clarificar.

caldo de cabeza. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** cabeza de ternero, papas amarillas, ají mirasol, ajo, paico, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

caldo de caguama. Plato de la “cocina de Méjico”. **Ingredientes:** pecho de caguama, carne de caguama, tomate, cebolla, chícharos, ajo, vino tinto, aceite, chiles verdes, vinagre, orégano, jengibre, sal, pimienta. Véase: caldos y sopas en la cocina de Méjico.

caldo de carne. Véase: caldo de ternera.

caldo de carne concentrado. Según el Código Alimentario, 3.10.30. b. Es el producto obtenido por evaporación del caldo de carne, con o sin adición de sal, de especias y legumbres o sus extractos. Humedad máxima 68%. Creatinina en residuo seco, cantidad

mínima; 1,5%. Véase: extractos y caldos de carne.

caldo de carnero. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** carne de carnero, patata, ají mirasol, ajo, paico, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

caldo de charal. Plato de la “cocina de Méjico”. **Ingredientes:** charal seco, cebolla, ajo, tomate, xoconoxtles, chile jalapeño, perejil, cilantro, manteca, mejorana, sal. Véase: caldos y sopas en la cocina de Méjico.

caldo de col con arroz. Plato integrante de la cocina con arroz. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 25 minutos. **Ingredientes:** caldo de hervir col, arroz, perejil picado, sal, salsa tabasco. Véase: arroz en sopas.

caldo de cuaresma. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 2 horas. **Ingredientes:** judías verdes, habichuelas, patata, unto, aceite de oliva, pimentón, sal, agua. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

caldo de gallina. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** carne de gallina, carne de pecho, hueso de caña, zanahoria, puerro, perejil, cebolla, sal. Véase: cocina de Asturias.

caldo de indianilla. Plato de la “cocina de Méjico”. **Ingredientes:** pollo, arroz, garbanzos, zanahoria, ajo, cebolla, perejil, cilantro, limón, guajes, chile serrano. Véase: caldos y sopas en la cocina de Méjico.

caldo de leche. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** papas, leche, pantana o bubango, boniato, sal, agua.

caldo de legumbres y verduras. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** garbanzos, zanahoria, puerro, cebolleta, perejil, nabo, hojas de lechuga, hojas de berza, sal, mantequilla. Véase: cocina de Asturias.

caldo de millo. Plato típico de la cocina de Canarias (Lanzarote). **Ingredientes:** millo seco, garbanzos, tocino y costilla de cochino salado, tomillo, laurel, azafrán, cebolla, ajo, agua.

caldo de peras. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** peras algo verdes, piñas de millo, papas, cebolla, tomate, perejil, judías, aceite de oliva, reunidos, sal, agua.

caldo de pescado. Plato de la “cocina de España” para arroces, fideuá, sopa, etc. **Ingredientes:** Pescado de roca variado (morralla: rape pequeño, escórpora, paje, gallineta, cabracho, cintas, etc.), cebolla, tomate, aceite de oliva, pimentón, sal, agua. Véase: cocina de España.

caldo de pescado. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** pescado, cebolla, tomate, ajo, aceite, cilantro, pimienta verde, hierba huerto, azafrán, pimentón, comino, sal, papas.

caldo de pescado. Líquido que se obtiene con la cocción de pescado entero o de sus espaldas y que se usa para rociar las preparaciones durante su cocción o elaborar sopas o salsas. Suelen utilizarlo sobre todo los restaurantes, pero también se vende en las tiendas especializadas, se puede preparar en casa con pescado para caldo, verduras y condimentos. Se utiliza como base para salsas y gelatinas.

caldo de pollo. Plato integrante de la cocina de las aves. Tiempo de preparación 5 minutos. Cocción: 2 horas y 45 minutos. **Ingredientes:** pollo, cebolla, ramita de apio, perejil, agua, sal, pimienta. Véase: sopas y caldos de aves. sopas en la cocina de Perú.

caldo de siete carnes. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** carne de cordero, carne de res, carne de chanco (cerdo), chalona, charqui, cabrito,

huacatay, hierbabueba, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

caldo de ternera. Líquido que se obtiene de cocer la carne de ternera y que se usa para rociar los platos durante su cocción y preparar sopas o salsas. El caldo de ternera se puede preparar en casa o comprar en los supermercados en forma líquida, en polvo o en pastilla. Los que se comercializan tienen una gran cantidad de sodio, por lo que se recomienda elaborarlo en casa. Según el Código Alimentario, 3.10.30. a. Es el producto perfectamente limpio obtenido de la carne en agua potable, sometida a procesos técnicos adecuados, con o sin adición de sal común y de especias o sus extractos, destinado a ser consumido sin dilución. Su contenido máximo en agua será de 85%. Caritina en residuo seco, cantidad mínima, 1,5%. Véase: extractos y caldos de carne. Véase: extracto y caldo de carne.

caldo de ternera concentrado. Véase: caldo de carne concentrado.

caldo de tortuga. Véase: caldo de caguama.

caldo de trigo. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** trigo, carne de cochino salada, batata, papa, pantana, calabaza, ajo, azafrán, comino.

caldo de verduras. Líquido que se obtiene con la cocción de verduras y que se usa para rociar los platos durante su cocción y preparar sopas o salsas resulta interesante desde el punto de vista nutritivo, pues se trata de un excelente concentrado de vitaminas y minerales. Se vende en forma líquida, en polvo o en pastilla y contiene una gran cantidad de sodio.

caldo en cubitos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caldo en cubitos

Sodio (mg)	27000
Potasio (mg)	1500
Fósforo (mg)	510
Energía (kcal)	179
Porción comestible	100
Agua (mg)	68,9
Calcio (mg)	40
Proteínas (g)	20,2
Grasa (g)	10,9
Carbohidratos (g)	5,7
Hierro (mg)	4,2
Colesterol (mg)	2,5
Grasa poliinsaturada(g)	1,1
Riboflavina (mg)	1
Tiamina (mg)	0,02
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

caldo gallego. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “sopas, caldos y cremas”. Cocina de Galicia. El plato de las aldeas gallegas. La receta de siempre, la que nuestra madre ha hecho siempre mejor que nadie. Un plato sencillo, capaz de combatir el crudo frío del invierno. En torno a la lareira, los campesinos gallegos han hecho de este plato una de sus identidades. **Ingredientes:** agua, hueso de jamón o lacaón, hueso de caña de ternera, alubias blancas, unto, grelos, patatas, sal. Véase: cocina de España.

caldo ligero de carne. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “preparaciones básicas”. **Ingredientes:** Pollo o cerdo o vaca o pollo y cerdo mezclados, ajo, jengibre fresco, sal, pimienta.

caldo líquido. Es el resultado de la cocción lenta de pollo, ternera. Pescado o vegetales, glucosa y sal. Una vez abierta la lata, se puede conservar en la nevera o congelar.

Es un sustituto práctico del caldo casero; condimentos salados.

caldo macho. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** carne, col, carne de cerdo, costilla de cerdo, tocino, garbanzos, papas, batatas, calabaza, pantana, piñas de millo, tomate, cebolla, ajo, azafrán, comino.

caldo salpimentado. Plato de la cocina yucateca en Méjico”. **Ingredientes:** alones de pavo (o pollo), carcasa de pavo (o pollo), sal, lima, yerbabuena, pimientablanca, pimienta negra, orégano fresco, clavo. Véase: caldos y sopas en la cocina de Méjico.

caldo sustancioso de diciembre. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. **Ingredientes:** pollo, patas de pavo, carne de vaca, carne de ternera, rabo de buey, cebolla, tomate maduro, zanahoria, puerro, tallos de apio, ajo, setas, bouquet garni, rama de estragón, pimienta negra. Para la **guarnición:** mostaza. Pepinillos, hierbas frescas. Nombre en Francia: Bouillon de decembre. Véase: sopas en la cocina de Francia.

caldo tlalpeño. Caldo de la cocina de Jalisco en Méjico. **Ingredientes:** gallina, zanahoria, calabacita, chile chipotle seco, cebolla, ajo, ejote, cilantro, aguacate. Véase: caldos y sopas en la cocina de Méjico.

caldo verde con huevos. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** agua, huevo, bubango, papa, aceite de oliva, ajo, cebolla, tomate, perejil, pimienta, sal.

caldos. Los caldos son fondos claros, condimentados y aromatizados, que se obtienen de hervir varios productos. deben ser suficientemente sabrosos para ingerirse solos (los llamados consomés), o suaves para que sirvan de base a gran variedad de platos. La elaboración de un buen caldo necesita huesos de ternera, buey, cerdo o pollo; trozos de carne, menudillos de pollo, verduras, pimienta, algunas hierbas aromáticas, sal y, opcionalmente, un poco de vino.

La cocción en agua debe ser a fuego lento y durar de dos a tres horas, y es recomendable añadir la sal poco antes de finalizar la misma.

caldos de aves. Véase: sopas y caldos de aves.

caldos de carne. Véase: extractos y caldos de carne.

caldos de pozo. Según el Código Alimentario, 3.30.18.2. Es el producto fermentado procedente del escurrido natural del orujo de uva ensilado sin adición de agua. Véase: subproductos de la uva.

caldos en la cocina de España. Véase: sopas, caldos y cremas en la cocina de España.

caldos sustanciosos. La obtención de un caldo consistente no es una tarea tan compleja como se piensa, pero sí necesita tiempo, ingredientes específicos y una preparación adecuada. El sabor intenso como en el té de buey, se logra extrayendo todo el jugo de la carne; o bien, como en el rabo de buey, aprovechando las sustancias que se tuestan al freír la carne, los huesos o las verduras. Consideramos: té de buey (*beef-tea*); caldo claro de rabo de toro (*oxtail clara*).

caldos y sopas en la cocina de Méjico. Arroz blanco, Arroz rojo, Arroz verde, Caldo de caguama, Caldo de charal, Caldo de indi-anilla, Caldo salpimentado, Caldo tlalpeño, Clemole, Puchero mexicano, Puchero vaquero, Sopa “no te rajes Adelita”, Sopa de aguacate, Sopa de bolitas de tortilla, Sopa de calabaza, Sopa de fideo, Sopa de frijol, Sopa de la Capilla, Sopa de lima, Sopa de los emperadores, Sopa de tortilla a la vena, Sopa veracruzana.

calé. Nombre vulgar del pez: *Dentex macrophtalmus*. Designación oficial: **cachucho**.

caléndula común. Nombre vulgar de la planta: *Calendula officinalis*.

caléndula francesa. Nombre vulgar de la planta: *Calendula patula*.

Calendula officinalis. Familia: compuestas. La maravilla es una hierba anual, que raras veces prolonga su vida unos meses más y se hace bianual, hasta de un par de palmos de altura o poco más, con el tallo y las ramas raras veces bien erguidos, sino más a menudo, tumbados o poco enhiestos. Florece casi todo el año, salvo en la reciura del estío si faltare el agua. en la época del imperio romano se conocía como el **azafrán del pobre** y se usaba para dar color y sabor al arroz, pescado, pasteles y pudines. La flor fresca se puede usar en ensaladas y la seca en sopas y guisados. Nombre vulgar: **caléndula común**, maravilla, mercadela.

Calendula patula. Familia: compuestas. Planta cuyas flores y hojas se emplean para perfumar y las flores solas, en pociones, caldos y verduras.

calet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chopa**. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Calet	
Calcio (mg)	2049,00
Energía (kJ)	413,93
Potasio (mg)	280,00
Sodio (mg)	235,00
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	99,03
Proteína (g)	12,11
Carbohidratos (g)	5,57
Grasa (g)	1,30
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	

Fibra (g)	
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Hierro (mg)	
Magnesio (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (μg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (μg)	
Vitamina D (μg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

calibrado de tripas naturales. Véase: manipulación de tripas naturales.

calicagre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chopá amarilla; chopá blanca.

calidad de carne de vaca. Véase: calidad y control de carne de vacuno.

calidad nutritiva de proteína. La calidad nutritiva de una proteína es un concepto que va definido por dos factores principales: a) digestibilidad, b) grado de adecuación entre su composición en aminoácidos (teniendo en cuenta especialmente los aminoácidos esenciales) y las necesidades dietéticas.* La valoración de esta calidad puede hacerse por medio de ensayos biológicos y químicos. Los biológicos se basan, en general, en que cuanto mejor sea la calidad de la proteína, tanto mayor será la velocidad de crecimiento y en consecuencia tanto mayor será la cantidad de nitrógeno de la proteína retenida por el animal de experimentación. Algunos de los índices que mejor reflejan la calidad proteica son: **coeficiente de digestibilidad; valor biológico de la proteína; utilización neta proteica.**

calidad y control de carne de vacuno. Las propiedades de la res sacrificada y la calidad de la carne dependen de cuestiones genéticas; como la raza y el sexo, de la edad,

del tipo de cría y del tratamiento antes y después del sacrificio. La consistencia de los tejidos conjuntivos, las fibras, el color de la carne, el color de la grasa y su veteado (distribución de ésta) son características importantes a la hora de la clasificación y la catalogación. * La edad a la que se lleva el animal al matadero, juega un papel clave: cuanto más jóvenes son los animales, más tierna es la carne. Ello se debe, entre otras causas, a la transformación que experimentan los tejidos conjuntivos; al envejecer el animal disminuyen las sustancias solubles. Así, si estas representan el 20% a los 14 meses, a los 24 meses han bajado al 11,2%. Sin embargo, el buen veteado de grasa puede contrarrestar el efecto de los tejidos conjuntivos y dar gran jugosidad. En cualquier caso, la proporción de mioglobina (un colorante sanguíneo) aumenta con la edad y el color rojo se hace más intenso. * El tratamiento de los animales mientras y durante el sacrificio es otro elemento fundamental para la calidad. Si la manipulación es correcta y se elimina o se reduce el desasosiego en el animal puede evitarse la aparición de carne del tipo DFD (*dark, firm and dry* = oscura, firme y seca), también llamada DCB (*dark cutting beef* = carne dura de cortar) * El transporte al matadero tiene unos efectos psicosomáticos similares a la angustia que sufre el animal antes del sacrificio. La desazón y el estrés hacen disminuir el nivel de glicógeno en la musculatura, provocando una merma sensible de calidad. Por ello, se debe procurar que el transporte afecte a la res lo menos posible para que el nivel de glicógeno sea constante. Una medida técnica para influir en la calidad de la carne es la refrigeración después del sacrificio. Por motivos higiénicos es conveniente que la temperatura descienda a menos de 5 °C en un corto intervalo de tiempo, evitando así que se propaguen los gérmenes de la superficie al lavar la res una vez que se ha partido en dos mitades. Este proceso implica una cierta pérdida de calidad, ya que el enfriamiento brusco induce la llamada contracción gélida (*cold shortening*), una rigidez que se

mantendrá durante el proceso de maduración. El producto final resulta más correoso y acumula peor el jugo; esta carne no sirve para un método de cocción rápido (frita o a la parrilla), Una alternativa intermedia es enfriar lentamente el género durante las primeras 10 horas ($> 10^{\circ}\text{C}$) y bajar luego a una temperatura entre -1 y $+2^{\circ}\text{C}$. En época reciente se ha empezado a difundir la estimulación eléctrica para evitar la contracción gélida. Este método acelera la reducción del pH y adelanta el *rigor mortis*. La tersura final es la misma que con el enfriamiento lento. Véase: cría de vacuno.

caliente. Véase: vino caliente.

california. Véase: ciruela california.

callana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corocoro zapata; ronco callana; ronco ruco.

Callanthias paradiseus. Pez. Designación oficial: **papagallo.**

Callanthias platei. Pez. Designación oficial: **tres colas de Juan Fernández.**

Callanthias ruber. Pez. Designación oficial: **papagallo.**

callet. Véase: uva callet.

Calliclinus geniguttatus. Pez. Designación oficial: **trambollo vieja.**

Calliclinus validus. Pez. Designación oficial: **tomoyo.**

callina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rubio gallineta.**

Callinectes arcuatus. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba cuata.**

Callinectes bocourti. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba roma.**

Callinectes danae. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba sirí.**

Callinectes exasperatus. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba rugosa.**

Callinectes maracaiboensis. Crustáceo vulgar. Designación oficial: **jaiba de Maracaibo.**

Callinectes marginatus. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba de máscara.**

Callinectes rathbunae. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba de puntas.**

Callinectes sapidus. Crustáceo. Designación oficial: cangrejo azul; jaiba azul.

Callinectes similis. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba azul menor.**

callineta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rubio gallineta.**

Callionymidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Infraclass: teleósteos. División: euteleósteos. Superorden: paracantopterygios. Forman una pequeña familia de peces litorales marinos. Se caracterizan por su cuerpo desnudo y sus ojos grandes situados en posición súpera sobre la cabeza. La boca es pequeña y protráctil. Los lados de la cabeza llevan de dos a cuatro excrescencias óseas situadas sobre el preopérculo. La familia comprende nueve géneros y cuarenta y cinco especies aproximadamente, que viven en los mares templados y subtropicales. Consideramos: dragoncillo moteado (*Callionymus maculatus*), pez lira (*Callionymus lyra*)

Callionymus admirabilis. Pez. Designación oficial: **dragón.**

Callionymus atrilabiatus. Pez. Designación oficial: **dragón**.

Callionymus belenus. Pez. Designación oficial: **fardatgo**.

Callionymus cithara. Pez. Designación oficial: **lagarto**.

Callionymus dracunculus. Pez. Designación oficial: **dragón; primita**.

Callionymus elegans. Pez. Designación oficial: **primita**.

Callionymus fasciatus. Pez. Designación oficial: **lagarto**.

Callionymus festivus. Pez. Designación oficial: **lagarto rojo; dragón**.

Callionymus lacerta. Pez. Designación oficial: **dragón**.

Callionymus lyra. Familia: *Callionymidae*. El pez lira es un pez de cuerpo ligeramente aplastado en sentido dorsoventral, con una cabeza grande. El preopérculo lleva tres espinas óseas, pero a diferencia del dragoncillo moteado, dos de estas espinas están dirigidas hacia arriba y la tercera, escondida en la piel, con la punta hacia delante. La papila anal, fuertemente desarrollada en los machos, es imperceptible en las hembras. La coloración es muy variada. El pez lira se alimenta de crustáceos, gusanos poliquetos y moluscos. Carne de interés económico y sirve de presa a diversas especies depredadoras. Longitud 15-20 cm, máximo 30 cm (machos) Distribución: Mediterráneo, mar Negro y zonas próximas al Atlántico, desde las costas del centro de Noruega e Islandia hasta Cabo Verde en la costa oeste de África. Nombre vulgar: **pez lira**. Designación oficial: **primita**.

Callionymus maculatus. Familia: *Callionymidae*. El cuerpo está ligeramente comprimido en sentido dorsoventral, pero la sección del pedúnculo caudal es redondeada.

El preopérculo lleva 4 espinas óseas, de las cuales tres van unidas y la cuarta, más pequeña, está dirigida hacia atrás. La primera dorsal es tan alta como en el pez lira *Callionymus lyra*, pero sólo su primer radio es más alto que la segunda dorsal. Las papilas anales están desarrolladas en ambos sexos. El dragoncillo vive a mayor profundidad que el pez lira, entre 50 y 400 m, cerca de las costas y sobre un sustrato arenoso. No tiene interés económico. Longitud 8-12 cm, máximo 16 cm (machos) Distribución: Atlántico, desde las costas de Noruega central y de Islandia hasta Gibraltar; Mediterráneo; ausente en el mar Negro. Nombre vulgar: **dragoncillo moteado**. Designación oficial: **lagarto**.

Callionymus morrissoni. Pez. Designación oficial: **lagarto rojo**.

Callionymus morrosonii. Pez. Designación oficial: **fardatgo**.

Callionymus phaeton. Pez. Designación oficial: **lagarto rojo**.

Callionymus pusillus. Pez. Designación oficial: **dragón**.

Callionymus reticulatus. Pez. Designación oficial: **dragoncillo**.

Callionymus rissoi. Pez. Designación oficial: **fardatgo**.

Callista chione. Familia: venéridos. Tiene una fuerte valva marrón de 8 a 12 cm de longitud y con un ancho dibujo de tiras concéntrico, que indican las etapas de crecimiento y que están cruzados por claras líneas radiales. La superficie que brilla como si estuviese esmaltada, es lisa al tacto. Esta concha se da desde el Suroeste de Inglaterra hasta la Canarias y el Mediterráneo. Según la Orden de la Consejería de Agricultura y Pesca de Andalucía de 12 de Noviembre de 1984; la talla biológica de esta especie, en el Atlántico es de 60 mm, en el Mediterráneo de 60 mm. Nombre vulgar: **concha fina, saverina**. Designación oficial: **concha fina**.

Callista gigantea. Familia: venéridos. Con su forma alargada se parece a la almeja de los estanques europeos. Las valvas son lisas y finas y están provistas de anillos concéntricos. Puede llegar a tener una longitud de hasta 15 cm. La chirila gigante se pesca desde el Norte de Carolina hasta Florida. Nombre vulgar: chirila gigante.

Callista lilacina. Familia: venéridos. Esta chirila, de color marfil a marrón, se cría en toda la costa del Pacífico tropical. Sus valvas provistas de estrías concéntricas regulares, tienen un diámetro de hasta 8 cm. Nombre vulgar: chirila grande del Pacífico.

Callorhynchus callorhynchus. Familia: quimeridos. Pez que aparece en los mares de la mitad Sur del globo terrestre, se pueden diferenciar de los otros pejerreyes por el alargamiento de la boca, pequeña y en forma de trompa. Su carne es muy sabrosa. Gran parte de las capturas de éste pescado se preparan para ahumar y desecar. Llegan a medir hasta 1 m de largo. Se alimentan esencialmente de crustáceos que desaloja de su guarida con su nariz, y luego exprime de un fuerte mordisco. Nombre vulgar: pejegallo sudamericano. Designación oficial: **pejegallo**.

Callorhynchus capensis. Familia: quimerido. Pez de los mares de la mitad Sur del globo terrestre, se pueden diferenciar de los otros pejerreyes por el alargamiento de la boca, pequeña y en forma de trompa. Se encuentra en Sudáfrica; llega a medir escasamente 1,2 m; es fácil de reconocer por su trompa de elefante. Nombre vulgar: pez elefante.

Callorhynchus milii. Pez. Designación oficial: **pez macaco**.

callos. Despojo cárnico. Con este nombre se vende en el mercado los reservorios gástricos de bóvidos y óvidos. Los rumiantes poseen cuatro reservorios gástricos, denominados: 1) panza, rumen o herbario; 2) bonete, redécilla o retículo; 3) cuajar, cuajo o

abamaso; 4) librillo, libro, cartilla, omaso o salterio. La panza, es la porción más apreciable y de donde se obtienen los mejores callos, que se ponen a la venta después de escaldados y limpios de la serosa y mucosas que los envuelven. Los callos son un alimento muy apreciado y cada región tiene un plato típico a base de esta carne de panzas. Los callos propiamente dichos, son: la panza, el bonete y el cuajar. El librillo se vende como “cordilla” para la alimentación de perros y gatos, aunque hay mercados que lo aceptan como callos. Elija la tripa de aspecto fresco y color crema. La que tiene aspecto de panal es más apreciada. La mayoría de los carniceros venden la tripa precocida para reducir el tiempo de cocción. La tripa lisa resiste cocciones largas sin romperse. Se suele preparar hervida, asada, saltada, frita o en cocidos. La composición centesimal de la panza es: agua 80,9%; proteínas 15,3%; grasa 1,9%; hidratos de carbono 1,61%; sales 0,8%; kilocalorías 183 en 100 g. Sinónimo: panza. Véase: despojos, despojos de vaca; despojos cárnicos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Callos	
Fósforo (mg)	130
Porción comestible	100
Agua (mg)	82,9
Energía (kcal)	81
Sodio (mg)	70
Colesterol (mg)	50
Proteínas (g)	14,6
Calcio (mg)	12
Cianocobalamina (µg)	10
Potasio (mg)	9
Grasa (g)	2,5
Ácido fólico (µg)	2
Hierro (mg)	1,3
Grasa moninsaturada (g)	0,9
Ácido graso saturado (g)	0,7
Grasa poliinsaturada(g)	0,1
Riboflavina (mg)	0,1
Ácido linoléico (g)	0,05

Ácido linolénico (g)	0,02
Ácido ascórbico (mg)	0
Carbohidratos (g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Tiamina (mg)	0

callos a la española. Materia prima: 60% callos de vaca, 28% manos de vaca, 2% manteca de cerdo, 5% chorizo, 5% jamón curado. **Ingredientes:** Callos, cebolla picada, puré de tomate, harina, pimentón dulce, pimienta negra, guindilla, sal.

callos a la madrileña. Materia prima: 23% callos de ternera, 43% manos, 22% morros, 6% chorizo, 6% jamón curado. **Ingredientes:** Callos, pimentón dulce, cebolla, sal fina, aceite, ajo, laurel, zanahoria, perejil, pimienta negra en grano, guindilla, harina.

callos a la madrileña preparados enlatados. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Callos a la madrileña La tila	
Sodio (mg)	613,20
Energía (kJ)	526,55
Fósforo (mg)	314,40
Potasio (mg)	214,30
Energía (kcal)	125,97
Magnesio (mg)	118,40
Calcio (mg)	117,30
Porción comestible	100,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	34,81
Ácido fólico (µg)	24,43
Vitamina B ₁₂ (µg)	19,73
Carbohidratos (g)	12,38
Fibra (g)	9,97
Proteína (g)	6,79
Hierro (mg)	6,70
Grasa (g)	5,82
Grasa moninsaturada (g)	2,66
Grasa saturada (g)	2,42
Vitamina E (mg)	0,88
Cinc (mg)	0,73
Grasa poliinsaturada (g)	0,23
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,11
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06

Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

callos a la montañesa. Plato de la cocina de Cantabria (Cabezón de la Sal) perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** callos, pata de vaca, pata de cerdo, jamón, chorizo, guindillas, cebolla, tomate maduro, pimentón, hoja de laurel, aceite, sal. Véase: cocina de Cantabria.

callos a la serrana. Plato asturiano parecido a los callos a la montañesa del que se distingue por ciertos aspectos de su preparación. Véase: cocina de Asturias; callos a la montañesa.

callos a la sevillana. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** Callos, manteca de ternera, chorizo, tomate, pimiento rojo, garbanzos, caldo, laurel, pimentón, hierbabuena, jamón serrano, guindilla, sal, comino.

callos al vino blanco. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** callos, vino blanco seco, tomate, champiñón, sal, pimienta. Véase: corazón y otros despojos en la cocina.

callos con col y garbanzos. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 40 minutos. Cocción: 3 horas. **Ingredientes:** callos, tomate, garbanzos hervidos, chorizo, ajo, cebolla, pimienta, sal, pimienta, aceite, col. Véase: corazón y otros despojos en la cocina.

callos de mar. Véase: callos de rape.

callos de ternera. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Callos de ternera	
Fósforo (mg)	132

Porción comestible	100
Energía (kcal)	99
Agua (mg)	77,2
Sodio (mg)	72
Colesterol (mg)	50
Proteínas (g)	18
Calcio (mg)	12,4
Cianocobalamina (µg)	10
Potasio (mg)	9
Grasa (g)	3,4
Ácido fólico (µg)	2
Hierro (mg)	1,6
Grasa moninsaturada (g)	0,9
Ácido graso saturado (g)	0,7
Grasa poliinsaturada(g)	0,1
Riboflavina (mg)	0,1
Ácido linoléico (g)	0,05
Ácido linolénico (g)	0,02
Ácido ascórbico (mg)	0
Carbohidratos (g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Tiamina (mg)	0

callos de rape. Plato típico de la cocina de Cantabria. Consiste en preparar y cocinar los buches del pez *Lophius parvipinnis*; *Lophius piscatorius* en forma análoga a los callos usuales. Véase: callos. Sinónimo: callos de mar.

callos de vaca. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Callos de vaca	
Fósforo (mg)	132
Porción comestible	100
Energía (kcal)	96
Agua (mg)	79
Calcio (mg)	73
Sodio (mg)	53
Colesterol (mg)	50
Potasio (mg)	18
Proteínas (g)	17
Cianocobalamina (µg)	10
Grasa (g)	2

Hierro (mg)	1,4
Grasa moninsaturada (g)	0,9
Ácido graso saturado (g)	0,7
Carbohidratos (g)	0,15
Grasa poliinsaturada(g)	0,1
Riboflavina (mg)	0,1
Ácido linoléico (g)	0,05
Ácido linolénico (g)	0,02
Tiamina (mg)	0,01
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0

callos empanados. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 15 minutos. **Ingredientes:** callos cocidos, sal, pimienta, huevo, aceite, pan rallados salsa de tomates. Véase: corazón y otros despojos en la cocina.

callos picantes. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** Callos de cerdo, jengibre picado, ajo picado, vinagre, cacahuetes, sal, pimienta, vinagre de arroz, aceite de sésamo, aceite con pimentón (o Tabasco), cilantro.

calmo. Nombre vulgar de la planta: *Chrysophyllum cainito*; *Pouteria caimito*.

calmo amarillo. Nombre vulgar de la planta: *Pouteria caimito*.

calmo morado. Nombre vulgar de la planta: *Chrysophyllum cainito*.

Calocera cornea. Familia: caloceraceae. Género: calocera. Características: Especie no ramificada. Seta sin interés comestible. Se distingue bien de la *Calocera viscosa* por la diferente morfología y hábitat, ya que esta última es ramificada y crece sobre madera de coníferas. Nombre vulgar: calocera córnea. En vascuence: **mukiadar labur**.

Calocera flammea. Otro nombre de la seta:
Calocera viscosa.

Calocera viscosa. Familia: caloceraceae. Género: calocera. Características: Especie algo ramificada. Seta carente de interés comestible. Se diferencia bien de especies próximas por su ramificación dicotómica; lo que no presenta la *Calocera cornea*, que carece de ramificación. Carne amarilla, dura, elástica y carente de olor y de sabor. Hongo comestible mediocre que no se suele consumir por su excesiva elasticidad. En vascuence: **mukiadar luze**.

Caloceraceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: basidiomycetes. Subclase: autobasidiomycetes o holobasidiomycetes (basidios no tabicados normales) Orden: aphyllophorales. Las especies de este orden se caracterizan porque son *Basidiomycetes* anormales pues aunque no tienen los basidios tabicados, esos basidios tienen un aspecto rarísimo y una forma muy ahorquillada que se debe al gran desarrollo de sus dos únicos esterigmatos que posee como soporte de sus esporas. Comprende el género más importante es el ***Calocera***, existen otros como el ***Dacromyces*** (en forma de pequeños globos gelatinosos anaranjados que se encuentran sobre madera de coníferas y tienen aspecto de gotitas) y el ***Gusnopingiopsis*** (en forma de pequeñas copitas amarillas con pie que se parecen algo a las Pezizas y se encuentran en el invierno sobre las hayas) Nombre vulgar: caloceráceas. Consideramos. **Género calocera**: *Calocera cornea*, *Calocera viscosa*.

caloceráceas. Véase: *Caloceraceae*.

Calocybe gambosa. Otro nombre de la seta:
Lyophyllum georgii.

Calodon aurantium. Familia: hidnáceas. Género: calodon. Características: Sombrero amarillo naranja. Sub-características: Sombrero y pie de color naranja. Carne coriácea de color amarillo naranja y zonada

con líneas negruzcas. Tiene olor suave y aromático y no es comestible. En vascuence: **larru-tripaki laranja**. Sinónimo: *Hydnellum aurantium*.

Calodon caeruleum. Familia: hidnáceas. Género: calodon. Características: Sombreros con tonos azules. Sub-características: pie marrón naranja. Aguijones marrones con punta azul. La carne es blanquecina o de color leonado pálido con zonas azules. Tiene olor anisado muy fuerte y no es comestible. En vascuence: **larru-tripaki urdinska**. Sinónimo: *Hynellum caeruleum*.

Calodon ferruginum. Familia: hidnáceas. Género: calodon. Características: Sombreros con tonos marrones más o menos ferruginosos. Sub-características: De joven, blanco y tomentoso con manchas rojas. De adulto color marrón ferruginoso. Carne suberosa, zonada de tonos bayos y marrones rosados, sabor casi dulce, olor de harina y no comestible. Nombre vulgar: hidno herrumbroso. En catalán: **bolet de soca rovellat**. En vascuence: **larru-tripaki erdoiltsu**. Sinónimo: *Hydnellum ferrugineum*.

Calodon nigrum. Familia: hidnáceas. Género: calodon. Características: Sombrero negro azulado. Sub-características: Sombrero y pie de color negruzco. Carne suberosa y negruzca, no comestible. En vascuence: **larru-tripaki beltz**.

Calodon suaveolens. Familia: hidnáceas. Género: calodon. Características: Sombreros con tonos azules. Sub-características: Pie lila azulado. Aguijones azulados. La carne es blanquecina o de color leonado pálido con zonas azules. Tiene olor anisado muy fuerte y no es comestible. Nombre vulgar: hongo anisado. En catalán: **bolet de soca anisat**. En vascuence: **larru-tripaki anisatu**. Sinónimo: *hydnellum suaveolens*.

Calodon zonatum. Familia: hidnáceas. Género: calodon. Características: Sombreros con tonos marrones más o menos ferruginosos. Sub-características: De joven, color

naranja terroso. De adulto, zonado de marrón chocolate. Carne delgada y fibrosa, de tonos marrones parecidos a los del sombrero. Sinónimo: *Hydnellum zonatum*.

calor. Véase: conservación por el calor.

***Caloscypha fulgens*.** Familia: pecizáceas s. lt. (sentido lato). Género: *caloscypha*. Características: Receptáculo cupuliforme o hendidado por un costado o no. No se fija al suelo por raicillas ni por una raíz central. Ascas no amiloides que no azulean con el yodo. Receptáculos regulares que tienen forma de copa más o menos globosa. Superficie himenial de colores vivos rojizos o anaranjados. No tienen pie. Son terrícolas. Sub-características: El interior es de color rojo anaranjado o bermellón y el exterior más pálido y de un color avellana, es pulverulento y se mancha de verde al frotarlo. La carne que es delgada y frágil, al cortarla toma color verde. No es comestible. Tamaño de 2 a 4 cm.

***Calotomus spinidens*.** Pez. Designación oficial: **pococho perico**.

calú. Nombre vulgar de la planta: *Erythrina edulis*.

calua negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morragute**.

caluga. Designación oficial española del pez: *Liza laeo*; *Mugil laeo*; *Oedalechilus laeo*. Sinónimo oficial: Galuga; Galup; Korroko; ezpainloda; Labeo; Lisa; Lisa chata; Llista; Llista farzona; Llista gallup; Llista marsenca; Llista morruda; Llista panxuda; Llista; Llista galubet; Llistara; Llistera; Muxo.

caluga blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa**.

calvacia de color lila. Nombre vulgar de la seta: *Calvatia cyathiformis*.

***Calvatia caelata*.** Familia: licoperdáceas (en sentido lato s. lt.) Familia: licoperdáceas (sentido stricti s. st.) Género: *calvatia*. Características: Receptáculos más o menos esféricos o piriformes que no se abren en forma de estrella. El endoperidio se abre en toda su parte superior resquebrajándose irregularmente. Sub-características: Receptáculo piriforme. Parece un gran *Lycoperdon*. Pedúnculo más o menos corto, no tan alto que el resto del receptáculo. Receptáculo blanquecino, luego amarillo marrón. Superficie con fuertes marcas pentagonales. El cuerpo fructífero de esta seta tiene forma de pera muy aplastada, casi esférica, con un corto pedúnculo estriado. El exoperidio está recubierto de grandes placas verrugosas y poliédricas delimitadas por profundos surcos. Se considera una seta de buena calidad siempre que sea inmadura. Antes de cocinarla es necesario eliminar el exoperidio, que es demasiado duro. Nombre vulgar: cuesco de lobo grande. En catalán: **pet de llop gros**. En vasco: **astaputz mailukutu**. Sinónimo oficial: *Calvatia utriformis*, *Lycoperdon coelatum*.

***Calvatia cyathiformis*.** Familia: licoperdáceas (en sentido lato s. lt.) Familia: licoperdáceas (sentido stricti s. st.) Género: *calvatia*. Características: Receptáculos más o menos esféricos o piriformes que no se abren en forma de estrella. El endoperidio se abre en toda su parte superior resquebrajándose irregularmente. Sub-características: Receptáculo piriforme. Parece un gran *Lycoperdon*. Pedúnculo más o menos corto, no tan alto que el resto del receptáculo. Receptáculo blanquecino, luego lila púrpura. Superficie sin fuertes marcas pentagonales. Esta especie es comestible cuando aún está blanca la gleba. Nombre vulgar: calvatia de color lila. Sinónimo: *Calvatia lilacina*.

***Calvatia excpuliformis*.** Otro nombre de la seta: *Calvatia saccata*.

Calvatia gigantea. Familia: licoperdáceas (en sentido lato s. It.) Familia: licoperdáceas (sentido stricti s. st.) Género: calvatia. Características: Receptáculos más o menos esféricos o piriformes que no se abren en forma de estrella. El endoperidio se abre en toda suparte superior resquebrajándose irregularmente. Sub-características: Receptáculo globoso, no piriforme. Parece un gran *Bovista*. Seta con cuerpo fructífero de forma globosa, puede alcanzar dimensiones gigantescas y un peso de hasta 20 kg. El desarrollo se produce en un período de tiempo muy corto, a veces en una sola noche. La superficie del carpóforo, formada por el exoperidio, es lisa y tiene aspecto de cuero. En la base se observa un corto pedúnculo con gran cantidad de cordones micelares rizoides, mediante los cuales la seta se fija al suelo. Al madurar se rompe irregularmente por la parte superior para permitir la dispersión de millones de esporas. Es una seta apreciada pero sólo mientras es joven y tiene la gleba completamente blanca, en cuyo caso se puede consumir incluso cruda en ensalada, tras cortarla en rodajas, salarlo moderadamente, rociarlo con limón y dejarlo macerar durante un par de horas. La consistencia de la carne hace que sea adecuada tanto para asada a la parrilla como para empanarla y freírla. Nombre vulgar: bejín gigante, **pedo de lobo gigante**, cuesco de lobo gigante. En catalán: **bufa del diable**; **pet de llop gros**. En vascuence: **astaputz erraldoi**. Sinónimo: *Bovista gigantea*, *Lycoperdon gigantea*, *Lycoperdon giganteum*, *Lycoperdon maximum*, *Langermania gigantea*.

Calvatia lilacina. Otro nombre de la seta: *Calvatia cyathiformis*.

Calvatia saccata. Familia: licoperdáceas (en sentido lato s. It.) Familia: licoperdáceas (sentido stricti s. st.) Género: calvatia. Características: Receptáculos más o menos esféricos o piriformes que no se abren en forma de estrella. El endoperidio se abre en toda suparte superior resquebrajándose irregularmente. Sub-características: Receptáculo piriforme. Parece un gran *Lycoperdon*. Pedúnculo largo, más alto que el resto

del receptáculo. Comestible de joven cuando la gleba es compacta. Debe descartarse el exoperidio, como en todos los bejines, puesto que es demasiado correoso; y el pie, que es fibroso. Tiene un sabor excelente crudo en ensalada. Nombre vulgar: cuesco de lobo. En vascuence: **astoputz**; **otsoputz**; **zaku-astaputz**. Sinónimo: *Calvatia excipuliformis*, *Lycoperdon saccatum*.

Calvatia utriformis. Otro nombre de la seta: *Calvatia caelata*.

Calycella citrina. Otro nombre de la seta: *Helotium citrinum*.

cama de perdiu. Nombre vulgar catalán de la seta: *Gomphidius viscidus*.

cama de perdiu mocosa. Nombre vulgar catalán de la seta: *Gomphidius glutinosus*.

camagroc. Nombre vulgar catalán de la seta: *Cantharellus lutescens*.

camaiguana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: anchoa de Florida; anchoa ojona.

camaiot. Una de las principales especialidades balears de derivado cárnico. Con papada, magro, tocino fresco, hígado y sangre. Véase: derivados cárnicos de Baleares.

camaleón. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **quisquilla**.

camaleón azul. Nombre vulgar de la seta: *Boletus cyanescens*.

camaleón rojo. Nombre vulgar de la seta: *Tylopilus felleus*.

cámara de aire en envase. Según el Código Alimentario, 2.04.11. Se permite reemplazar el aire de los envases por un gas inerte o hacer el vacío. Esta circunstancia no es necesario indicarla en la etiqueta correspondiente. Real Decreto 397/1990. Véase: aparatos, utensilios y envoltorios.

camarao branco. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: camarón blanco sureño; camarón café sureño; camarón fijador.

camarao caboclo. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón blanco sureño.**

camarao canela. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón canela.**

camarao chifrudo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón siete barbas.**

camarao da pedra. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón reyecito.**

camarao de pedra. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camaroncillo de piedra.**

camarao de río. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón canela.**

camarao espinho. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón gallo.**

camarao ferrinho. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón fijador.**

camarao legitimo. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón blanco sureño.**

camarao lixo. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: camarón blanco sureño; camarón café sureño; camarón rosado con manchas.

camarao muido. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camaroncillo de piedra.**

camarao ovado. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón gallo.**

camarao rosa. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: camarón café sureño; camarón de Sao Paulo; camarón rosado con manchas.

camarao socego. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón agareño.**

camarao vermelho. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón café sureño; camarón gallo; camarón langostín argentino.

camarao vila franca. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón blanco sureño.**

camarao-sete-barbas. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón siete barbas.**

camarí. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cazón; jaquetón.**

camarín. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **robalo blanco.**

camarón. Designación oficial española del crustáceo: *Astacus serratus*; *Leander serratus*; *Melicerta triliania*; *Palaemon serratus*; *Palaemon trilianus*. Sinónimo oficial: Cajarrela (joven); Esquia; Esquila; Gamba; Gambeta; Izkira gorria; Kiskilla; Puntilla (joven)

camarón. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón blanco del Pacífico; camarón blanco sureño; camarón brazolar-go; camarón café norteño; camarón cauque; camarón de Sao Paulo; camarón estileye argentino; quisquilla; camarón rosado norteño. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Camarón	
Potasio (mg)	293
Fósforo (mg)	240
Colesterol (mg)	170

Sodio (mg)	150
Energía (kcal)	121
Calcio (mg)	117
Porción comestible	100
Agua (mg)	63,7
Proteínas (g)	26,5
Retinol (mg)	17
Carbohidratos (g)	4,2
Hierro (mg)	2,5
Grasa (g)	1,6
Cianocobalamina (µg)	1
Riboflavina (mg)	0,031
Tiamina (mg)	0,014
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

camarón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salmonete gringuito**.

camarón acaramelado. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón rosado sureño**.

camarón acorazado. Designación oficial española del crustáceo: *Glyphocrangon alata*.

camarón agareño. Designación oficial española del crustáceo: *Macrobrachium jelskii*. Sinónimo oficial: Camarao socego.

camarón alemán del Mar de Norte, granate. Véase: quisquilla.

camarón aloha. Designación oficial española del crustáceo: *Melicertus marginatus*; *Penaeus marginatus*.

camarón aviu. Designación oficial española del crustáceo: *Acetes americanus*. Sinónimo oficial: Avíu.

camarón azul. Designación oficial española del crustáceo: *Litopenaeus stylirostris*; *Penaeus stylirostri*. Sinónimo oficial: Blanco;

Camarón blanco; Langostino; Langostino azul; Langostino blanco; Langostino rojo.

camarón báltico. Designación oficial española del crustáceo: *Palaemon adspersus*.

camarón blanco. Designación oficial española del crustáceo: *Pasiphaena sivado*. Sinónimo oficial: Camarón cristal blanco; Izkiza zuria.

camarón blanco. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón azul; camarón blanco del Pacífico; camarón blanco norteño; camarón blanco sureño; camarón patiblanco; camarón siete barbas.

camarón blanco del Pacífico. Designación oficial española del crustáceo: *Litopenaeus occidentalis*; *Penaeus occidentalis*. Sinónimo oficial: Blanco; Camarón; Camarón blanco; Camarón rojo; Langostino; Langostino blanco; Langostino blanco del Pacífico.

camarón blanco norteño. Designación oficial española del crustáceo: *Litopenaeus setiferus*; *Penaeus setiferus*. Sinónimo oficial: Camarón blanco.

camarón blanco sureño. Designación oficial española del crustáceo: *Litopenaeus schmitti*; *Penaeus schmitti*. Sinónimo oficial: Camarao branco; Camarao caboclo; Camarao legitimo; Camarao lixo; Camarao vila franca; Camarón verdadeiro; Camarón; Camarón blanco; Camarón casquiazul; Camarón de mar; Langostino blanco; Langostino blanco del Sur.

camarón blindado. Designación oficial española del crustáceo: *Pontocaris lacazei*.

camarón botalón. Designación oficial española del crustáceo: *Xiphopenaeus rivetii*. Sinónimo oficial: Botalón; Camarón pequeño; Camarón titi; Chacalín; Gambón de Pacífico. Langostino titi; Tití.

camarón brazo largo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón canela.**

camarón brazolargo. Designación oficial española del crustáceo: *Macrobrachium tenellum*. Sinónimo oficial: Camarón; Camarón de río; Chacal; Langostino; Langostino de río; Molla.

camarón brujo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: brujo quillón; brujo rayo de sol; galera bruja; galera langostina; galera panameña; galera pateadora; nape brujo; nape reina.

camarón cabezón. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón nailón norteño.**

camarón cacahuete. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia penicillata*. Sinónimo oficial: Cacahuete; Camarón de piedra.

camarón café. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón café norteño; camarón patiamarillo.

camarón café norteño. Designación oficial española del crustáceo: *Farfantepenaeus aztecus*; *Melicertus aztecus aztecus*; *Penaeus aztecus*; *Penaeus aztecus aztecus*. Sinónimo oficial: Camarón; Camarón café; Camarón moreno; Camarón pardo; Camarón molle; Crevette; Langostino mejicano; Shrimp.

camarón café sureño. Designación oficial española del crustáceo: *Farfantepenaeus subtilis*; *Melicertus aztecus subtilis*; *Penaeus aztecus subtilis*; *Penaeus subtilis*. Sinónimo oficial: Brown shrimp; Cabeçudo; Camarao branco; Camarao lixo; Camarao rosa; Camarao vermelho; Camarón marrón; Langostino amarillo; Shorteeled prawn.

camarón camacuto. Designación oficial española del crustáceo: *Atya scabra*.

camarón camello. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón nailón norteño.**

camarón canadiense. Designación oficial española del crustáceo: *Pandalus platyceros*.

camarón canela. Designación oficial española del crustáceo: *Macrobrachium acanthurus*. Sinónimo oficial: Acamaya; Camarao canela; Camarao de río; Camarón brazo largo; Camarón de río; Camarón prieto; Langostino; Langostino canela.

camarón carabali. Designación oficial española del crustáceo: *Trachypenaeus byrdi*. Sinónimo oficial: Camaroncillo carabali; Camaroncito; Camarón pequeño; Camarón tigre; Carabali; Cebra; Indio; Langostino cebra; Tigre.

camarón carenado. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia disdorsalis*. Sinónimo oficial: Camarón cáscara dura; Camarón de mar; Camarón duro.

camarón caribeño. Designación oficial española del crustáceo: *Lapaemon macrodactylus*.

camarón cáscara dura. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia aliaffinis*. Sinónimo oficial: Camarón de mar; Cáscara dura.

camarón cáscara dura. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón carenado; camarón de piedra pintado.

camarón casquiazul. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón blanco sureño.**

camarón cauque. Designación oficial española del crustáceo: *Macrobrachium america-*

num. Sinónimo oficial: Acamaya; Camarón; Camarón de agua dulce; Cangil; Langostino; Langostino del Pacífico.

camarón cebador. Designación oficial española del crustáceo: *Palaemon northropi*. Sinónimo oficial: Potitinga.

camarón cebra. Designación oficial española del crustáceo: *Trachypenaeus pacificus*. Sinónimo oficial: Camaroncillo tigre; Carabalí; Cebra; Coloradito; Langostino cebra; Piojillo; Tigre.

camarón changallo. Designación oficial española del crustáceo: *Cryphiops caementarius*. Sinónimo oficial: Camarón de río chileno; Camarón de río; Camarón de río del norte; Changallo.

camarón chupaflor. Designación oficial española del crustáceo: *Solenocera agassizii*. Sinónimo oficial: Camarón fidel; Camarón rojo; Camarón rosado; Carapachudo; Gamba colibrí.

camarón chupaflor. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón picaflor**.

camarón cristal. Designación oficial española del crustáceo: *Furfantepenaeus brevirostris*; *Penaeus brevirostris*. Sinónimo oficial: Camarón cristalino; Camarón rojo; Camarón rosado; Langostino; Langostino cristal; Langostino rojo; Rojo.

camarón cristal. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón cristal rosado**.

camarón cristal blanco. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón blanco**.

camarón cristal rosado. Designación oficial española del crustáceo: *Pasiphaea multi-dentata*. Sinónimo oficial: Camarón cristal; Izquira arrosa.

camarón cristalino. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón cristal**.

camarón cuac. Designación oficial española del crustáceo: *Nematopalaemon schmitti*; *Palaemon schmitti*. Sinónimo oficial: Crevette couac; Fine shrimp; White belly; Wittibere.

camarón cuchilla. Designación oficial española del crustáceo: *Halioporidae diomedae*; *Hymenopenaeus diomedae*; *Panaeopsis diomedae*. Sinónimo oficial: Camarón de mar; Camarón de profundidad; Gamba; Gamba roja; Gambón cuchillo.

camarón de agua dulce. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón cauque**.

camarón de aguas profundas. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón nailón panameño**.

camarón de altura. Designación oficial española del crustáceo: *Parapenaeus longirostris*. Sinónimo oficial: Gamba.

camarón de Argentina. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón estileye argentino**.

camarón de Chile. Véase: gamba de Chile.

camarón de coral. Designación oficial española del crustáceo: *Alpheus sublucanus*.

camarón de cresta. Nombre vulgar del crustáceo. *Calappa granulata*.

camarón de Edwards. Designación oficial española del crustáceo: *Plesionika edwardsi*.

camarón de fangal. Designación oficial española del crustáceo: *Palaemonetes vulgaris*. Sinónimo oficial: **langostino atlántico**.

camarón de fondo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **langostino panda-lo**.

camarón de la Isla. Designación oficial española del crustáceo: *Palaemonetes varians*.

camarón de mar. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón blanco sureño; camarón carenado; camarón cáscara dura; camarón cuchilla; camarón de playa; langostino colorado; camarón siete barbas; camarón marcia.

camarón de piedra. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia brevirostris*. Designación oficial: Camarón de roca; Langostino mejicano; Camarón cacahuete; Camarón tiro al blanco; Camarón de piedra del Pacífico.

camarón de piedra del Pacífico. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia carinata*; *Sicyonia ingentis*. Sinónimo oficial: Cacahuete; Camarón de piedra.

camarón de piedra pintado. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia picta*. Sinónimo oficial: Camarón cáscara dura; Cáscara dura.

camarón de playa. Designación oficial española del crustáceo: *Rhynchocinetes typus*. Sinónimo oficial: Camaroncito; Camarón de mar; Camarón de roca; Camarón pintado.

camarón de profundidad. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón cuchilla; camarón nailón norteño.

camarón de río. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón brazolargo, camarón canela; camarón changallo; camarón pintado.

camarón de río chileno. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón changallo**.

camarón de río del norte. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón changallo**.

camarón de roca. Designación oficial española del crustáceo: *Palaemon elegans*. (antiguamente *Leander serratus*) Otro nombre oficial: camarón de piedra; camarón de playa.

camarón de Sao Paulo. Designación oficial española del crustáceo: *Farfantepenaeus paulensis*; *Penaeus paulensis*. Sinónimo oficial: Camarao rosa; Camarón; Langostino; Langostino de Sao paulo.

camarón del Mar Báltico. Nombre vulgar del crustáceo: *Palaemon adspersus*.

camarón dorado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salmonete barbón**.

camarón duro. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón carenado**.

camarón espinoso. Designación oficial española del crustáceo: *Pontocaris spinosus*; *Pontophilus spinosus*. Sinónimo oficial: Camarón espinudo; Izkira arantzaduna.

camarón espinudo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón espinoso**.

camarón estilete argentino. Designación oficial española del crustáceo: *Artemesia longinaris*. Sinónimo oficial: Camarón; Camarón de Argentina.

camarón fidel. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón chupaflor; camarón picaflor.

camarón fijador. Designación oficial española del crustáceo: *Trachypenaeus constrictus*. Sinónimo oficial: Camarao branco; Camarao ferrinho.

camarón fijador. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón fijador amarillo**.

camarón fijador amarillo. Designación oficial española del crustáceo: *Trachypenaeus similis*. Sinónimo oficial: Camarón fijador.

camarón fijador indio. Designación oficial española del crustáceo: *Trachypenaeus faoe*. Sinónimo oficial: Camaroncillo tigre; Camarón tigre; Carabalí; Cebra; Chacalín; Indio; Tigre.

camarón flecha. Designación oficial española del crustáceo: *Plesionika heterocarpus*.

camarón gallo. Designación oficial española del crustáceo: *Exhippolysmata oplophoroides*. Sinónimo oficial: Camarao espinho; Camarao ovado; Camarao vermelho; Cock shrimp; Kaka; Tranga bakka.

camarón gamuza del Caribe. Designación oficial española del crustáceo: *Metapenaeopsis goodei*.

camarón guayanes. Designación oficial española del crustáceo: *Solenocera geijkesi*.

camarón índico. Designación oficial española del crustáceo: *Penaeus canaliculatus*.

camarón kaki. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón patiamarillo**.

camarón kuruma. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **langostino kuruma**.

camarón lacustre. Designación oficial española del crustáceo: *Palaemonetes antennarius*.

camarón langostín argentino. Designación oficial española del crustáceo: *Hymenopenaeus mülleri*; *Pleoticus muelleri*. Sinónimo oficial: Camarao vermelho; Gambón argentino; Langostino.

camarón listado. Designación oficial española del crustáceo: *Lysmata californica*.

camarón mantis. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **galera panameña**.

camarón marcia. Designación oficial española del crustáceo: *Plesionika martia*. Sinónimo oficial: Camarón de oro; Camarón marcial; Izkira horia.

camarón marcial. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón marcia**.

camarón marrón. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón café sureño**.

camarón mediterráneo. Designación oficial española del crustáceo: *Processa canaliculata*.

camarón monegasco. Designación oficial española del crustáceo: *Lysmata seticaudata*.

camarón moreno. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón café norteño**.

camarón nailón. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón nailón chileno; camarón nailón norteño; camarón nailón panameño.

camarón nailón chileno. Designación oficial española del crustáceo: *Heterocarpus reedi*. Sinónimo oficial: Camarón nailón; Camarón pandálido; Nailón.

camarón nailón norteño. Designación oficial española del crustáceo: *Heterocarpus vicarius*. Sinónimo oficial: Cabezón; Camarón cabezón; Camarón camello; Camarón de profundidad; Camarón nailón; Camarón rojo pequeño; Camello; Jorobado.

camarón nailón panameño. Designación oficial española del crustáceo: *Heterocarpus hostilis*. Sinónimo oficial: Camarón de aguas profundas; Camarón nailón.

camarón narval. Designación oficial española del crustáceo: *Parapandalus narval*. Sinónimo oficial: Izkira marbala.

camarón nipón. Designación oficial española del crustáceo: *Gallianassa japonica*.

camarón norteño. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **langostino pandalo.**

camarón ocelado. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia stimpsoni*.

camarón pandálido. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón nailón chileno.**

camarón pardo. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón café norteño.**

camarón pata amarilla. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón patiamarillo.**

camarón patiamarillo. Designación oficial española del crustáceo: *Farfantepenaeus californiensis*; *Penaeus californianus*; *Penaeus californiensis*. Sinónimo oficial: Blanco; Camarón café; Camarón kaki; Camarón pata amarilla; Langostino amarillo; Langostino café.

camarón patiblanco. Designación oficial española del crustáceo: *Litopenaeus vannamei*; *Penaeus vannamei*. Sinónimo oficial: Camarón blanco; Langostino; Langostino blanco; Langostino patiblanco; Langostino vanamei.

camarón peneido. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón picaflor.**

camarón pequeño. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón botalón; camarón carabali.

camarón picaflor. Designación oficial española del crustáceo: *Solenocera florea*. Sinónimo oficial: Camarón chupaflor; Camarón fidel; Camarón peneido; Camarón rojo; Camarón rosado; Gamba flor; *Solenocera*.

camarón pintado. Designación oficial española del crustáceo: *Macrobrachium carci-*

nus. Sinónimo oficial: Camarón de río; Langostino pintado.

camarón pintado. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: camarón de playa; camarón rosado con manchas.

camarón pinto. Designación oficial española del crustáceo: *Trachypenaeus fuscina*. Sinónimo oficial: Carabalí; Cebra; Indio; Pinto; Tigre.

camarón piojillo. Designación oficial española del crustáceo: *Solenocera mutator*.

camarón posidonia. Designación oficial española del crustáceo: *Palaemon xiphias*.

camarón potitinga. Designación oficial española del crustáceo: *Palaemon pandaliformis*. Sinónimo oficial: Potitinga.

camarón prieto. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: **camarón canela.**

camarón real rojo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón rojo real.**

camarón reyecito. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia typica*. Sinónimo oficial: Camarao da pedra.

camarón rojo. Crustáceo, nombre vulgar.
Designación oficial: camarón blanco del Pacífico; camarón chupaflor; camarón cristal; camarón picaflor; camarón rosado con manchas; langostino colorado; camarón rosado sureño.

camarón rojo gigante. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón rojo real.**

camarón rojo pequeño. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón nailón norteño.**

camarón rojo real. Designación oficial española del crustáceo: *Hymenopenaeus robustus*, *Pleoticus robustus*. Sinónimo oficial: Camarón real rojo; Camarón rojo gigante; Langostino rojo.

camarón rosa. Nombre vulgar del crustáceo: *Palaemon serratus*.

camarón rosado. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón chupaflor; camarón cristal; camarón picaflor; camarón rosado norteño; camarón rosado sureño.

camarón rosado con manchas. Designación oficial española del crustáceo: *Farfantepenaeus brasiliensis*; *Penaeus brasiliensis*. Sinónimo oficial: Camarao lixo; Camarao rosa; Camarón pintado; Camarón rojo; Langostino amarillo; Langostino moteado; Langostino pintado; Langostino rosado con manchas.

camarón rosado norteño. Designación oficial española del crustáceo: *Farfantepenaeus duorarum*; *Milecertus duorarum duorarum*; *Penaeus dourarum*; *Penaeus duorarum duorarum*. Sinónimo oficial: Camarón; Camarón rosado; Camarón de mar; Langostino de Guinea.

camarón rosado sin manchas. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón rosado sureño**.

camarón rosado sureño. Designación oficial española del crustáceo: *Farfantepenaeus notialis*; *Milecertus duorarum notialis*; *Penaeus dourarum notialis*; *Penaeus notialis*. Sinónimo oficial: Camarón acaramelado; Camarón rojo; Camarón rosado; Camarón rosado sin manchas; Langostino amarillo; Langostino rosado; Langostino rosado sin mancha; Pink shrimp.

camarón sierra. Designación oficial española del crustáceo: *Panaeopsis serrata*.

camarón siete barbas. Designación oficial española del crustáceo: *Xiphopenaeus kroyeri*. Sinónimo oficial: Bigi sara-sara;

Bouquet; Camarao chifrudo; Camarao-sete-barbas; Camarón blanco; Camarón de mar; Camaroncillo; Chacalín; Coarse shrimp; Gambón del Atlántico; Redi sara-sara; Seabob; Siete barbas; Titi.

camarón soldado. Designación oficial española del crustáceo: *Plesionika edwardsii*. Sinónimo oficial: Edwards izkirz.

camarón tamarú. Designación oficial española del crustáceo: *Alpheus heterochaelis*. Sinónimo oficial: Tamarú.

camarón tigre. Designación oficial española del crustáceo: *Trachypenaeus brevisuturae*. Sinónimo oficial: Cebra; Langostino; Tigre.

camarón tigre. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón carabali; camarón fijador indio.

camarón tiro al blanco. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia disedwardsi*. Sinónimo oficial: Cacahuete; Camarón de piedra.

camarón titi. Designación oficial española del crustáceo: *Protachypene precipua*. Sinónimo oficial: Camaroncillo; Camaroncillo pomada; Langostino; Pomada; Titi; Titi amarillo.

camarón titi. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón botalón**.

camarón verdadeiro. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón blanco sureño**.

camarón verde. Designación oficial española del crustáceo: *Chlorotocus crassicornis*. Sinónimo oficial: Gamba borda; Izkira verdea.

camarona. Nombre vulgar del crustáceo: *Macleania rupestris*.

camaroncillo. Designación oficial española del crustáceo: *Processa edulis*. Sinónimo oficial: Izkira txikia.

camaroncillo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón titi**.

camaroncillo carabali. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón carabali**.

camaroncillo de piedra. Designación oficial española del crustáceo: *Sicyonia dorsalis*. Sinónimo oficial: Camarao de pedra; Camarao muido.

camaroncillo pomada. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón titi**.

camaroncillo rojo. Designación oficial española del crustáceo: *Munida obesa*. Sinónimo oficial: Múnida.

camaroncillo rojo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: langostino colorado; camaroncillo rojo de altura.

camaroncillo rojo de altura. Designación oficial española del crustáceo: *Munida propinqua*. Sinónimo oficial: Camaroncillo rojo.

camaroncillo tigre. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón cebrá; camarón fijador indio.

camaroncito. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón carabali; camarón de playa.

camaroncito rojo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: langostino colorado; múnida hirsuta.

camaronero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo cunaro**.

camarones a la piedra. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** Camarones, ajo, limón, tomate, sillao, azúcar, ají amarillo, aceite, sal, pi-

menta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

camarones al ajo. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** camarones, ajo, ají verde, aceite, limón, sal. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

camarones bogavante. Véase: *Macrobrachium Rosenbergii*.

camarones de piedra. Véase: *Lithodidae*. Sinónimo oficial: cangrejos medianos. Véase: anomuros.

camarones en adobo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** camarones, ajo, pimentón, orégano, laurel, vinagre, vino blanco, sal, aceite, harina.

camarones enchilados a la plancha. Plato de la cocina de Nayarit de Méjico. **Ingredientes:** aceite, camarones, vino blanco, cgile de árbol, ajo, laurel, tomillo, limones. Véase: mariscos y pescados en la cocina de Méjico.

camarones sudados. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** camarones, ajo, tomate, cebolla, chicha de jora, huacatay, culantro, perejil, sal. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

Camarophyllus pratensis. Otro nombre de la seta: *Hygrophorus pratensis*.

camarroa. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **buey**.

camasec de soca. Nombre vulgar catalán de la seta: *Armillariella mellea*.

cambalada. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

cámbara. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

Cambaridae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: artrópodos. Clase: crustáceos. Subclase: malacostráceos. Serie: filocáridos. Superorden: eucáridos. Orden: decápodos. Suborden: macruros. Son crustáceos de agua dulce y hay más de 300 especies de cangrejos en todo el mundo que sólo viven en agua dulce. El mayor cangrejo de río del mundo, que puede llegar a alcanzar un peso de 6 kg, se da en la isla australiana de Tasmania. Las familias de **cangrejos de río** más importante son los astácidos (*Astacidae*), los cambáridos (*Cambaridae*) y los parastácidos (*Parastacidae*) Mientras que los astácidos (*Astacidae*) y los cambáridos (*Cambaridae*) sólo se crían en la mitad Norte del globo terráqueo, los parastácidos (*Parastacidae*) están asentados en el hemisferio Sur. Consideramos: cangrejo de Luisiana (*Procambarus clarkii*), cangrejo de Kamber (*Ortonectes limosus*), cangrejo de río suramericano (*Parastacus*) Véase: decápodos.

cambáridos. Véase: *cambaridae*.

cámbaro. Nombre vulgar del crustáceo: *Carcinus maenas*. Designación oficial: cangrejo de roca; cangrejo verde.

cámbaro masero. Nombre vulgar del crustáceo: *Cancer pagurus*.

cámbaro mazurgano. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **nécora**.

Cambarus affinis. Otro nombre del crustáceo: *Ortonectes limosus*.

cambronera. Nombre vulgar de la planta: *Lycium barbarum*.

cambur. Nombre vulgar de la planta: *Musa paradisiaca*.

cambute. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cobo cambute**.

Camelidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: parazoos. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: tetrápodos. Clase: mamíferos. Subclase: terios. Infraclasse: euterios. Orden: artiodáctilos. Suborden: tilópodos. Pies blandos con uñas (sin pezuñas); un par de incisivos superiores; estómago con tres compartimentos. Son rumiantes, que carecen de cuernos y tienen en la cara inferior del pie una excrescencia callosa que comprende los 2 dedos, como el camello (*Camelus bactrianus*) y el dromedario (*Camelus dromedarius*). Véase: clasificación de las carnes.

camélidos. Véanse: *Camelidae*; clasificación de las carnes.

Camellia sinensis. Familia: teáceas. Arbusto del Extremo Oriente, de cuyas hojas secas se obtiene por infusión la bebida llamada té. La recolección de las hojas se hace tres o cuatro veces al año desde que la planta tiene tres años. Los mejores té se proceden de la yema terminal llamada *pekoe* y de las dos hojas que le siguen. El término *pekoe* no designa una variedad de té, sino la parte de la planta de la que provienen. Las hojas de té experimentan diversos tratamientos previos a su consumo. Según el procedimiento utilizado obtendremos **té blanco** (natural), **té negro** (fermentado), **té oolong** (semifermentado) o **té verde** (sin fermentar) El té se conoce sobre todo como bebida caliente que se toma sin aditivos o acompañada con azúcar, leche, limón, menta, naranja, vainilla o clavo. Presenta unas tradiciones muy distintas según los países, tanto en la preparación como en la degustación. También puede beberse frío. Al igual que el café, el té aromatiza algunos alimentos, en concreto los sorbetes y la repostería. Las ciruelas pasas y otros frutos secos mojados en té frío adquieren un sabor muy agradable. El té verde sirve para aromatizar la pasta *soba*. Nombre vulgar: **té**. Según el Código Alimentario, 3.25.24. Son las hojas jóvenes y las yemas, sanas y limpias, de las distintas especies del género bo-

tánico *Thea*, en buen estado de conservación, convenientemente preparadas para el consumo humano y poseyendo el aroma y gusto característicos de la variedad y zona de producción. Véase: té; té y derivados.

camello. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón nailón norteño**.

camello. Nombre vulgar del mamífero: (*Camelus bactrianus*).

Camelus bactrianus. Familia: camélidos. Animal corpulento originario de Asia Central, que tiene 2 gibas. Muy apreciado por las gentes del desierto debido a su mansedumbre, fortaleza y resistencia al calor, al hambre y a la sed; probablemente se le domesticó en tiempos remotos; cuando el alimento escasea, el camello vive de la grasa que almacena en las gibas, y del agua que retiene en abundancia en los tejidos debido a su escasa transpiración; tiene la piel castaña y felpuda; las pestañas muy largas para proteger los ojos del sol; puede cerrar las ventanas de la nariz para evitar que le entre arena. Véase: clasificación de las carnes. Nombre vulgar: **camello**.

Camelus dromedarius. Familia: camélidos. Animal más corpulento que el camello (*Camelus bactrianus*) y de 1 sola giba; notable por la rapidez de su marcha; se ha dado el caso de un dromedario que transporta a un hombre 180 km en menos de 11 horas; propio de África septentrional y Asia occidental. Véase: clasificación de las carnes. Nombre vulgar: **dromedario**.

camembert. Véase: queso de Camembert.

camembert de Normandía. Véase: queso de Camembert de Normandía.

camembert, producto industrial. Véase: queso de Camembert, producto industrial.

camiguana. Designación oficial española del pez: *Anchoa ginsburgi*; *Anchoa tricolor*. Sinónimo oficial: Anchoa caiguana.

camiseta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: burro curruco; burro rompepaila; cocinero chicuaca; corvinilla camiseta; lambe rayado; lambe suco; paguala peluquero; palometa cometrapo.

camoriña. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **zamburiña**.

camote. Nombre vulgar de la planta: *Ipomoea batatas*.

camote. Designación oficial española del pez: *Diplectrum conceptione*. Sinónimo oficial: Cabrilla; Cagua; Camotillo.

camote. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: camote; monengue durmiente; pejeperro colorado; serrano cabaicucho.

camote rollizo. Designación oficial española del pez: *Mugiloides chilensis*. Sinónimo oficial: Bacalao; Camote; Canguro; Robalo; Rollizo.

camotillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: camote; guaseta serrano; lagarto garrobo; mero camotillo; mero chorlo; mero cuero; mote camotillo; salmonete barbón; salmonete gringuito; serrano cabaicucho; serrano cagua; serrano carabonita; serrano carajito; serrano de altura; serrano espinudo; serrano extranjero.

camotillo de Juan Fernández. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tres colas de Juan Fernández**.

campanito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palometa cometrapo**.

campechano. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **besugo**.

campero. Cerdo que anda a la campería o montanera.

camperol. Nombre vulgar catalán de la seta: *Psalliota campestris*.

camperol cultivat. Nombre vulgar catalán de la seta: *Psalliota bispora*.

Campogramma glaycos. Pez. Designación oficial: **lirio**.

Campogramma lirio. Pez. Designación oficial: **lirio**.

Campogramma vadigo. Familia: carángidos. Cuerpo alargado. Boca bastante hendida, con dientes relativamente grandes, separados unos de otros y en una sola fila. Los ojos casi tocan las comisuras labiales. Dorso azulado o gris verdoso, flancos plateados, invadidos por dentelladuras pigmentadas que descienden del dorso, constituyendo una serie de 15-25 manchas transversales estrechas; mancha negra en el lóbulo anterior de la 2ª dorsal. Talla hasta 1,25 m. Atlántico y Mediterráneo. Carne de calidad más bien mediocre. Véase: caballas espinosas, carángidos. Nombre vulgar y designación oficial: **lirio**.

campurriana. Véase: vaca Campurriana.

camrón de mar. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón rosado norteño**.

camurupín. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tarpón**.

can de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cazón**.

can mariño. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cazón**.

cana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabrilla**.

canal. Según el Código Alimentario, 3.10.02. Se entiende por canal el cuerpo de los animales de carne, desprovisto de vísceras torá-

cicas, abdominales y pelvianas, excepto los riñones, con o sin piel, patas y cabeza. Las canales deberán presenar masas musculares convenientemente desarrolladas por todo el conjunto de su cuerpo. La grasa de cobertura e interna se presentará bien distribuida. Al tacto en una superficie por corte se debe apreciar untuosidad fina y consistencia firme. Véase: generalidades sobre carnes y despojos.

canal de bovino. Es el cuerpo de la vaca sacrificada, abierta y sin despojos. El término vaca se emplea también para referirse o todos los vacunos mayores (novilla, vaca, toro, becerro, buey, toro y novillo) La canal se divide en trozos para su posterior utilización. A esta operación se la llama despiece. Véase: despiece de la canal de vaca; canal.

canal de cordero, deshuesado y listo para asar. Corte de la canal de cordero consistente en medio cordero deshuesado y sin grasa, enrollado y atado. Raras veces se asa entero, excepto para banquetes, por lo que se puede cortar en varios trozos para asar. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

canal de ovino. Sinónimo: canal de cordero; canal de oveja. Véase: canal.

canal de porcino. Es el cuerpo del cerdo muerto, abierto y sin despojos. Para el mejor aprovechamiento culinario de la carne se realiza el despiece de la canal. Véase: despiece de la canal de porcino; canal.

canalera. Designación oficial española del pez: *Jenkinsia stolifera*.

canalera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: sardineta canalera; sardineta canalerita.

canalero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón macuira**.

canalons. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: pasta rellena al horno.

canana. Nombre vulgar del molusco: *Illex coindetti*. Designación oficial: pota europea; pota; volador.

canapés, empanadas y hojaldres en la cocina clásica. Consideramos: Canapés mixtos: Coca de trempó; Cocarrois; Empanada de pollo; Empanadillas de aceitunas; Hojaldres de carne; Tostada rellena. Véase: cocina clásica.

canapés burgaleses: Plato realizado fundamentalmente con chicharrón ibérico. **Ingredientes:** Chicharrón ibérico con pistachos, queso de Burgos, pan de leña, tomate natural, ajo, aceite de oliva virgen, sal. Véase: chicharrones.

canapés de berenjenas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** berenjena, diente de ajo, aceite de oliva, sal, limón, rebanada de pan tostado.

canapés de gambas. Plato correspondiente al grupo de gambas. Tiempo de preparación 15 minutos. **Ingredientes:** pan de miga, gambas cocidas peladas, queso camembert, mantequilla, pasta de anchoas. Véase: gambas.

canapés en la cocina clásica. Véase: canapés, empanadas y hojaldres en la cocina clásica.

canapés mixtos. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** pan de molde cortado a máquina, jamón, atún en aceite, mantequilla, filetes de anchoas, puntas de espárrago, pepinillos en vinagre, pimiento morrón, mejillones pequeños, salchichas en rodajas, gambas pequeñas, huevo duro, alcaparras. Véase: canapés, empanadas y hojaldres en la cocina clásica.

canari. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **vaqueta**.

canario. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: burro catalina; cherna cabrilla; ronco canario.

canario rojo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **papagallo**.

canastillas de arroz. Plato integrante de la cocina con arroz. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** arroz integral bien cocido y machacado, crema de garbanzos, huevo batido, yema, harina integral fina, nuez moscada, verduras hervidas. Véase: arroz integral.

cáncamo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **buey**.

Cancer arctus. Crustáceo. Designación oficial: **santiaguiño** (*Scyllarus arctus*).

Cancer borealis. Familia: cáncridos. Tiene un parecido sorprendente con el cangrejo (camarón) de roca. El borde delantero del lomo del caparazón también muestra nueve incisiones dentadas, la coloración clara del caparazón con salpicaduras rojas resalta más su parecido. No obstante, el color se vuelve más oscuro, es decir, marrón rojizo, cuanto más nórdica sea su zona de procedencia. * La parte superior del caparazón y sus pinzas, fuertemente desarrolladas, son muy ásperas. Los camarones Jonah prefieren aguas claras y profundidades de hasta los 180 m y más. Se les encuentra desde Nueva Escocia hasta Florida. Su carne es muy exquisita aunque sólo tenga importancia local. Nombre vulgar: cangrejo Jonah. Designación oficial: **jaiba de roca jonás**.

Cancer coronatus. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba reina**.

Cancer edwardsii. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba mola roqueña**.

Cancer gammarus. Crustáceo. Designación oficial: **bogavante**.

Cancer irroratus. Familia: cáncridos. Este cangrejo que tiene forma de elipse (el lomo del caparazón es una vez y media más ancho que largo), se cría a lo largo de toda la costa atlántica americana, desde Labrador a Florida y hasta las Bahamas. Es llamativo su lomo de color amarillo claro con puntillos rojos o violetas. En su borde delantero el caparazón tiene nueve incisiones dentadas lisas. Las pinzas son relativamente blandas. Los animales machos son mayores que las hembras, su caparazón puede alcanzar una anchura de 15 a 18 cm. El de las hembras sólo llega a tener unos 12 cm. * El modo de vida de estos animales se ha investigado aún relativamente poco. Económicamente, estos cangrejos sólo juegan un papel secundario, normalmente los suelen coger los pescadores de bogavante. Los bogavantes los utilizan de vez en cuando como alimento. Nombre vulgar: cangrejo de rocas. Designación oficial: **jaiba de roca amarilla**.

Cancer magister. Familia: cáncridos. Este cangrejo es el más popular en la costa Oeste de los EE.UU. por su tamaño este cangrejo se asemeja al paguro europeo, pero su caparazón casi tiene forma de trapecio. Las prolongaciones donde están los ojos se encuentran muy cerca la una de la otra, las antenas son algo más cortas. También las pinzas son algo más delgadas y las patas más largas y móviles. El caparazón del lomo de color marrón verdoso puede llegar a alcanzar entre 20 y 25 cm de anchura, entonces el peso del cangrejo asciende a unos 800 g. Pero se dan también ejemplares mayores con un caparazón de aproximadamente 30 cm de anchura y un peso de casi 2 kg. A pesar de que sólo un 25% del peso del cuerpo constituye carne apropiada para su consumo, su demanda en el mercado sube constantemente. Para evitar una pesca excesiva, las autoridades de la industria pesquera han ordenado restricciones de pesca. Está totalmente prohibido pescar los paguros hembra (que de todos modos son relativamente peque-

ñas), y los cangrejos machos únicamente pueden ser capturados a partir de que su caparazón adquiriera una anchura de, por lo menos, 15 ó 17 cm. Cuando las hembras o los cangrejos pequeños van a parar a las redes y a las cestas, han de ser devueltos al agua. Los paguros californianos sólo se venden congelado o en conserva; para tomarlo fresco es preciso desplazarse a la costa Oeste de EE.UU. nombre vulgar: paguro californiano. Designación oficial: **cangrejo dungeness**.

Cancer norvegicus. Crustáceo. Designación oficial: **cigala**.

Cancer pagurus. Familia: cáncridos. Las 20 especies de la familia *cancer* se encuentran en las aguas costeras de los mares fríos y templados. El *Cancer pagurus* se cría desde Lofoten hasta las costas marroquíes, también en todo el Mar del Norte y, ocasionalmente, en la zona Oeste del Mediterráneo y en el Atlántico. Si nos fijamos en su caparazón, el paguro parece estar empujado en dos grandes conchas lisas. El borde del caparazón presenta incisiones dentadas a ambos lados y en la parte delantera frontal. Tiene antenas cortas. Los salientes ojos y las cortas antenas pueden “encogerse”, es decir, ocultarse en pequeños edificios. De las 10 patas, las dos primeras se han desarrollado para agarrar y partir, los otros cuatro pares de patas traseras, que constan de cuatro articulaciones cubiertas de hirsutos pelos, acaban en forma de uña. Son de color marrón a marrón violeta y casi negras en las puntas. El color del lomo del caparazón puede oscilar de marrón a marrón rojizo, la parte inferior es amarillenta. Estos cangrejos pueden alcanzar un peso de unos 6 kg, el caparazón tiene entonces una anchura de unos 30 cm. No obstante, el caparazón mide 20 cm por término medio. El paguro vive preferentemente en las grietas de las rocas bañadas por el mar a profundidades de hasta los 10 m. Ahí encuentra buen cobijo desde el que acechar a sus presas. También suele enterrarse en el barro y en la arena. Con sus fuertes pinzas atrapa animales pequeños que, como él, se

mueven despacio, principalmente caracoles, conchas y equinodermos. Naturalmente, también se defiende con ellas de los enemigos. Cuando se aproxima el tiempo de la muda y del apareamiento, el macho paguro se busca una hembra y la sujeta con los cuatro pares de patas traseras durante unos 8 días antes del cambio de la piel, operación en que ayuda a la hembra. Pocas horas después de la muda tiene lugar el apareamiento, y después de algunos días vuelve a dejar libre a la hembra. Aquí hay que mencionar un dato curioso; la hembra puede almacenar el esperma en su cuerpo durante 3 años. Así, los huevos pueden ser fecundados durante varias mudas independientemente del encuentro con un macho. El desove tiene lugar entre los meses de octubre y enero. Hasta el verano, el conglomerado de huevos, que contienen varios millones de unidades, permanece pegado debajo del abdomen. Las larvas sólo salen después de haber cumplido 2 meses y haber cambiado varias veces de piel, teniendo entonces una longitud de 4 mm. En este momento acaban su período de larvas nadadoras, para, a partir de entonces, arrastrarse por el suelo. Tras un año los pequeños paguros tienen una anchura de unos 3 cm. Únicamente a los 5 años alcanzan la madurez sexual, teniendo un tamaño de 12 cm. En contraste con el imponente tamaño del caparazón, el cuerpo del paguro contiene relativamente poca carne. Pero su hígado y sus huevos tienen un sabor exquisito y son considerados manjares. La carne se saca principalmente de las pinzas y del tórax. El paguro (como todos los crustáceos) tiene que ser cocido antes de prepararlo como plato frío o caliente. Su presencia en el mercado español, con el nombre de buey de mar, es continua a lo largo de todo el año, sin embargo, el segundo semestre es más prolijo en capturas. La forma habitual de presentación es vivo entero, aunque también se comercializa cocido: fresco o congelado. El comercio intracomunitario,

sobre todo procedente de Francia y Reino Unido, contribuye a abastecer la demanda de nuestro mercado. Galicia dentro de nuestra geografía es el principal productor e incluso consumidor. Crustáceo delicioso cuya mejor época es el verano. Se vende vivo o cocido. El buey hembra suele tener pinzas más pequeñas y una cola más ancha que el macho. La hembra produce huevas deliciosas y tiene más carne que el macho. Sin embargo, el macho suele ser más caro debido a sus pinzas grandes llenas de carne blanca. La carne del cuerpo es melosa y resulta deliciosa servida fría con mahonesa. Nombre vulgar: buey, buey de mar, paguro; sabago; pato; masera; paguro; sabago; pato; masera; cambaro masero. Designación oficial: **buey**. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Crustáceo, decápodo, *Cancer pagurus*, Linneo. Véase: marisco.

Cancer personatus. Crustáceo. Designación oficial: **cangrejo peludo**.

Cancer plebejus. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba reina**.

Cancer polyodon. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba peluda**.

Cancer porteri. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba limón**.

Cancer puber. Crustáceo. Designación oficial: **nécora**.

Cancer setosus. Crustáceo. Designación oficial: **jaiba peluda**.

Cancer vulgaris. Crustáceo. Designación oficial: **quisquilla**.

cancha. Sinónimo: maíz tostado.

cancha blanca. Sinónimo: palomitas de maíz.

canche jurel. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel común.**

canchema. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bagre moreno.**

canchimala. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bagre canchimalo; bagre moreno.**

canchimalo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bagre cajeta.**

canchita. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** cancha (maíz seco), aceite. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cancrejo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **jaiba mola roqueña.**

Cancridae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: artrópodos. Subtipo: mandibulados (antennados). Clase: crustáceos. Subclase: malacostráceos. Serie: eumalacostráceos. Superorden: eucáridos. Orden: decápodos. Suborden: braquiuros. Consideramos: barrilete (*Gelasimus tangeri*), buey (cambaro masero) (*Cancer pagurus*), cangrejo de rocas (*Cancer irroratus*), cangrejo Jonah (*Cancer borealis*), paguro californiano (*Cancer magister*).

cáncridos. Véase: *Cancridae*.

candel de bruc gigant. Nombre vulgar catalán de la seta: *Clitocybe gigantea*.

candela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja babosa.**

candela. Nombre vulgar catalán de la seta: *Amanita vaginata; Clitocybe geotropa*.

candela del hielo. Nombre vulgar de un cultivar del rabanito (*Raphanus sativus* var. *Radicala*).

candil. Designación oficial española del pez: *Adioryx bullisi; Holocentrus bullisi*.

candil. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **candil amarillo; candil colorado; candil gallito; candil sol; candil soldado; catalufa roca; catalufa semáforo.**

candil amarillo. Designación oficial española del pez: *Myripristis clarionensis; Holocentrus bullisi*. Sinónimo oficial: **Candil; Cardenal.**

candil ardilla. Designación oficial española del pez: *Myripristis murdjan*.

candil cardenal. Designación oficial española del pez: *Myripristis gildi*.

candil coco. Designación oficial española del pez: *Holotrachys lima*.

candil colorado. Designación oficial española del pez: *Myripristis jacobus*. Sinónimo oficial: **Candil; Candil de piedra; Mombrin.**

candil de piedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **candil colorado.**

candil gallito. Designación oficial española del pez: *Holocentrus ascensionis*. Sinónimo oficial: **Candil; Candil soldado; Carajuelo; Marignan; Matajuelo.**

candil púrpura. Designación oficial española del pez: *Myripristis leiognathos*. Sinónimo oficial: **Cardenal; Matajuelo; Sol; Soldado.**

candil rayado. Designación oficial española del pez: *Adioryx coruscus*. Sinónimo oficial: **Carajuelo; Matajuelo.**

candil sol. Designación oficial española del pez: *Adioryx suborbitales; Holocentrus suborbitales*. Sinónimo oficial: **Candil; Sol.**

candil soldado. Designación oficial española del pez: *Holocentrus rufus; Plectrypops retrospinis*. Sinónimo oficial: **Candil; Carajuelo; Marignan; Matajuelo.**

candil soldado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **candil gallito.**

candle. Véase: nuez candle.

caneco. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

canela. Ingredientes de la cocina de Méjico. Corteza de canelo de olor y sabor aromáticos. Nombre hindú: *dalchini*. Véase: condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; especias y hierbas en la cocina védica.

canela borde. Nombre vulgar de la planta: *Cinnamomum cassia*.

canela de Ceylán. Nombre vulgar de la planta: *Cinnamomum zeylanicum*.

canela de China. Nombre vulgar de la planta: *Laurus cassia*.

canela de Malabar. Nombre vulgar de la planta: *Cassia lignea*.

canela de palo. Corteza del árbol *Drimys winteri*.

canelones. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “huevos, empanadas, pastas, migas y pistos”. Cocina de Cataluña. **Ingredientes:** canelones, carne, hígados de gallina, pechuga de pollo, sesada, jamón serrano, tomate, harina, leche, mantequilla, trufas, queso rallado, vino de Jerez, cebolla, aceite, sal. Véase: cocina de España.

canelones a la italiana congelado comerciales. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Canelones	a la italiana Findus	de atún claro Frudesa
Energía (kJ)	614,56	570,70
Sodio (mg)	332,00	632,00
Energía (kcal)	147,03	136,53

Potasio (mg)	119,00	313,00
Porción comestible	100,00	100,00
Fósforo (mg)	88,00	102,20
Calcio (mg)	82,00	174,40
Vitamina A (µg eq. retinol)	73,00	26,72
Carbohidratos(g)	13,10	14,57
Magnesio (mg)	11,40	25,10
Grasa (g)	7,90	6,29
Proteína (g)	6,70	6,37
Grasa saturada (g)	3,30	2,61
Niacina (mg eq. niacina)	3,20	
Ácido fólico (µg)	3,00	38,70
Ácido ascórbico (C) (mg)	2,00	0,00
Vitamina E (mg)	1,40	0,26
Cinc (mg)	0,30	0,73
Fibra (g)	0,30	1,74
Hierro (mg)	0,30	1,90
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,16	0,35
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,14	8,91
Piridoxina (B ₆)mg	0,05	0,12
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04	0,16
Vitamina D (µg)	0,00	
Colesterol (mg)		
Gr.moninsaturada g		1,83
Grasa poliinsaturada (g)		1,83
Yodo (mg)		

canelones con besamel. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 30 minutos. **Ingredientes:** canelones, carne de ternera picada, pechuga de pollo, seso de cordero, jamón, aceite, salsa de tomate, cebolla picada, jerez, queso gruyere rallado, sal, pimienta. **Besamel:** harina, mantequilla, leche, sal, nuez moscada. Véase: arroces y pastas en la cocina clásica.

canelones de carne congelado comercial. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Canelones de carne La cocinera	
Sodio (mg)	539,20
Energía (kJ)	515,81
Potasio (mg)	203,20
Calcio (mg)	153,50
Energía (kcal)	123,40
Fósforo (mg)	109,10
Porción comestible	100,00

Ácido fólico (µg)	43,24
Magnesio (mg)	29,90
Carbohidratos (g)	13,40
Vitamina A (µg eq. retinol)	13,18
Vitamina B ₁₂ (µg)	7,20
Vitamina E (mg)	6,87
Proteína (g)	6,21
Grasa (g)	5,33
Grasa saturada (g)	2,40
Fibra (g)	2,23
Hierro (mg)	2,20
Grasa moninsaturada (g)	1,76
Grasa poliinsaturada (g)	1,20
Cinc (mg)	0,52
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,32
Tiamina (B ₁) (mg)	0,22
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,14
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

canelones Rossini congelado comercial. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Canelones rossini La cocinera	
Energía (kJ)	552,91
Sodio (mg)	459,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	256,00
Potasio (mg)	212,00
Energía (kcal)	132,28
Fósforo (mg)	109,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	62,00
Magnesio (mg)	17,30
Carbohidratos (g)	13,70
Ácido ascórbico (C) (mg)	8,00
Proteína (g)	6,50
Grasa (g)	6,10
Ácido fólico (µg)	5,00
Niacina (mg eq. niacina)	2,50
Vitamina E (mg)	1,70
Grasa saturada (g)	1,40
Hierro (mg)	0,50
Cinc (mg)	0,40
Fibra (g)	0,40

Riboflavina (B ₂) (mg)	0,15
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,11
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,09
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Vitamina D (µg)	0,00
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Yodo (mg)	

canette rotie en groute, bajos gordon bleu.

Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pollo y animales de caza”. Nombre español: pato al horno con recubrimiento de hierbas y pimienta en grano. Véase: pollo y animales de caza en la cocina de Francia.

canexa. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo de roca.**

canexa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **musola.**

cangil. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón cauque.**

cangrejito. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo lobo.**

cangrejo. Designación oficial española del crustáceo: *Liocarcinus arcuatus*. Sinónimo oficial: Antxarrama; Barrilet; Cangrexo; Cranc; Cranc de roca; Nekora txikia; Pa-teixo.

cangrejo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: abuete negro; araña corredora; cajeta bola; cajeta paco; cajeta puñete; cangrejo lobo; cangrejo verde; cangrejo violado; jaiba arenera; jaiba cuata; jaiba gigante; jaiba limón; jaiba mora de piedra; jaiba pancora; jaiba peluda, jaiba reina; moro sin boca; panchote araña; panchote cachamba; panchote talicuno. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cangrejos, nécoras y similares	
Energía (kJ)	517,90
Potasio (mg)	270,00

Sodio (mg)	170,00
Fósforo (mg)	160,00
Energía (kcal)	123,90
Colesterol (mg)	100,00
Magnesio (mg)	48,00
Porción comestible	44,00
Yodo (mg)	40,00
Calcio (mg)	30,00
Ácido fólico (µg)	20,00
Proteína (g)	19,50
Niacina (mg eq. niacina)	6,30
Grasa (g)	5,10
Cinc (mg)	3,80
Vitamina E (mg)	2,30
Grasa poliinsaturada (g)	2,18
Hierro (mg)	1,30
Grasa moninsaturada (g)	1,13
Grasa saturada (g)	0,69
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,15
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.

cangrejo araña. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: panchote araña; panchote talicuno.

cangrejo atlántico. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: cangrejo verde; capuco verde.

cangrejo australiano. Nombre vulgar del crustáceo: *Cherax tenuimanus*.

cangrejo australiano grande. Nombre vulgar del crustáceo: *Euastacus armatus*.

cangrejo azul. Designación oficial española del crustáceo: *Callinectes sapidus*. Sinónimo oficial: Jaiba; Jaiba azul; Karramarro urdina.

cangrejo azul. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **jaiba azul**.

cangrejo azul. Nombre vulgar del crustáceo: *Portunus pelagicus*.

cangrejo Bernardo. Nombre vulgar del crustáceo: *Pagurus bernhardus*. Designación oficial: **bigaro de patas**.

cangrejo bobo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **abuete negro**.

cangrejo bola. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cajeta bola**.

cangrejo cocotero. Nombre vulgar del crustáceo: *Birgus latro*.

cangrejo colorado. Designación oficial española del crustáceo: *Geryon quiquedens*.

cangrejo colorado. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo violado**.

cangrejo común. Nombre vulgar del crustáceo: *Carcinus maenas*.

cangrejo con espárragos. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “pescados y mariscos”. **Ingredientes:** Espárragos verdes, jengibre fresco, cebolleta, aceite, licor chino, sal, aceite de sésamo, migas de cangrejo, fécula de maíz, caldo de pollo, clara de huevo, sal, pimienta.

cangrejo coronado. Nombre vulgar del crustáceo: *Paralithodes camtschatica*.

cangrejo costero. Designación oficial española del crustáceo: *Liocarcinus vernalis*.

cangrejo criollo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo violado**.

cangrejo cruz. Nombre vulgar del crustáceo: *Charibdis cruciata*.

cangrejo de arena. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: cajeta puñete; jaiba arenera.

cangrejo de arena australiano. Designación oficial española del crustáceo: *Portunus pelagicus*.

cangrejo de arrugas. Designación oficial española del crustáceo: *Liocarcinus corrugatus*.

cangrejo de Australia. Designación oficial española del crustáceo: *Cherax destructor*; *Cherax tenuimanus*; *Eustacus armatus*.

cangrejo de estanque. Nombre vulgar del crustáceo: *Astacus leptodactylus*.

cangrejo de fango. Designación oficial española del crustáceo: *Panapeus herbstii*.

cangrejo de fango. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: jaiba mora de piedra; jaiba pancora.

cangrejo de fango australiano. Designación oficial española del crustáceo: *Scyllia serrata*.

cangrejo de Kamber. Nombre vulgar del crustáceo: *Ortonectes limosus*.

cangrejo de Kamtschatka. Nombre vulgar del crustáceo: *Paralithodes camtschatica*.

cangrejo de las marismas. Designación oficial española del crustáceo: *Procambarus clarkii*.

cangrejo de las rocas. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **abuete negro**.

cangrejo de los manglares. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **capuco verde**.

cangrejo de Luisiana. Nombre vulgar del crustáceo: *Procambarus clarkii*.

cangrejo de Madagascar. Nombre vulgar del crustáceo: *Astacides madagascariensis*.

cangrejo de mangle azul. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **moro de mangle azul**.

cangrejo de mar. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo verde**.

cangrejo de mar. Nombre vulgar del crustáceo: *Carcinus maenas*.

cangrejo de nieve. Designación oficial española del crustáceo: *Chionoecetes bairdii*; *Chionoecetes opilio*; *Chionoecetes tanneri*.

cangrejo de Nueva Zelanda. Nombre vulgar de crustáceos: *Paranephrops*. Designación oficial española del crustáceo: *Neolithodes brodiei*.

cangrejo de pantano. Nombre vulgar del crustáceo: *Astacus leptodactylus*.

cangrejo de peña. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **abuete negro**.

cangrejo de piedra. Designación oficial española del crustáceo: *Platyxanthus crenulatus*.

cangrejo de piedra. Nombre vulgar del crustáceo: *Austropotamobius torrentium*.

cangrejo de piedra colorado. Designación oficial española del crustáceo: *Carpillius corallinus*.

cangrejo de piedra negro. Designación oficial española del crustáceo: *Menippe mercenaria*. Sinónimo oficial: Cangrejo moro; Moro.

cangrejo de piedra nórdico. Nombre vulgar del crustáceo: *Lithodes maja*.

cangrejo de pinzas estrechas. Nombre vulgar del crustáceo: *Astacus leptodactylus*.

cangrejo de Queensland, cocido. (*Portunus pelagicus*) El cangrejo vivo tiene el caparazón moteado de azul. La carne del cuerpo es buena, y la de las patas y pinzas es excelente. Véase: marisco.

cangrejo de río. Designación oficial española del crustáceo: *Austropotamobius pallipes*; *Astacus astacus*. Sinónimo oficial: Carranc; Carranc de riu; Cranc; Cranc de riu; Ibakarramarroa. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cangrejo de río crudo	
Energía (kJ)	271,70
Potasio (mg)	254,00
Sodio (mg)	253,00
Fósforo (mg)	232,00
Colesterol (mg)	158,00
Energía (kcal)	65,00
Calcio (mg)	43,00
Ácido fólico (µg)	30,00
Porción comestible	23,00
Proteína bruta (g)	15,00
Cinc (mg)	5,50
Vitamina B ₁₂ (µg)	2,40
Hierro (mg)	2,00
Magnesio (mg)	2,00
Niacina (mg eq. niacina)	1,90
Vitamina E (mg)	1,50
Piridoxina (B ₆) (mg)	1,10
Grasa (g)	0,50
Vitamina D (µg)	0,25
Grasa poliinsaturada (g)	0,19
Grasa moninsaturada (g)	0,13
Grasa saturada (g)	0,06
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,04
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Carbohidratos (g)	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Yodo (mg)	

cangrejo de río americano. Nombre vulgar del crustáceo: *Cherax destructor*; *Ortoneytes limosus*.

cangrejo de río italiano. Nombre vulgar del crustáceo: *Potamon fluviatile*.

cangrejo de río sudamericano. Nombre vulgar del crustáceo: *Parastacus*.

cangrejo de roca. Designación oficial española del crustáceo: *Pachygrapsus marmoreatus*. Sinónimo oficial: Anacra negra; Ardecasas; Baeta; Canexa; Cangrexo; Cholitito; Cámbaro; Demo; Jalo; Labia; Martabella; Matahomes; Puta; Queimacasas.

cangrejo de roca. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **abuete negro**.

cangrejo de rocas. Nombre vulgar del crustáceo: *Cancer irroratus*.

cangrejo de Tasmania. Nombre vulgar del crustáceo: *Astacopsis gouldi*.

cangrejo del Pacífico. Designación oficial española del crustáceo: *Pacifistacus leniusculus*. Sinónimo oficial: Pazifikoko karramarroa.

cangrejo del sur. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **panchote talicuno**.

cangrejo dormilón. Designación oficial española del crustáceo: *Dromia personata*.

cangrejo dromia. Nombre vulgar del crustáceo: *Eriocheir sinensis*.

cangrejo dungeness. Designación oficial española del crustáceo: *Cancer magister*.

cangrejo en conserva. Carne desmigada, de sabor dulce y salado, y color blanco rosado. Se conserva durante 12 meses, pero se debe refrigerar y consumir en 24 horas, una vez abierta la lata. Se sirve como aperitivo, en ensaladas, salsas para pastas y dips. Véase: pescados y mariscos en conserva.

cangrejo galiciano. Nombre vulgar del crustáceo: *Astacus leptodactylus*.

cangrejo gigante australiano. Nombre vulgar del crustáceo: *Pseudocarcinus gigas*.

cangrejo glacial nórdico. Nombre vulgar del crustáceo: *Chionoecetes opilio*.

cangrejo grajo. Nombre vulgar del crustáceo: *Austropotamobius pallipes*.

cangrejo grande de patas dorsales. Nombre vulgar del crustáceo: *Paramola cuvieri*.

cangrejo grande de piedra. Nombre vulgar del crustáceo: *Menippe mercenaria*.

cangrejo japonés. Nombre vulgar del crustáceo: *Paralithodes camtschatica*.

cangrejo Jonah. Nombre vulgar del crustáceo: *Cancer borealis*.

cangrejo kegani. Designación oficial española del crustáceo: *Erimacrus isenbeckii*.

cangrejo ladrón. Nombre vulgar del crustáceo: *Birgus latro*.

cangrejo lady. Nombre vulgar del crustáceo: *Ovalipes ocellata*.

cangrejo lobo. Designación oficial española del crustáceo: *Cycloxanthops sexdecimdentatus*. Sinónimo oficial: Cangrejito; Cangrejo.

cangrejo mediterráneo. Designación oficial española del crustáceo: *Carcinurus mediterraneus*; *Canicus aestuarii*. Sinónimo oficial: Cangrejo verde del Mediterráneo; Karramarro mediterranea.

cangrejo moro. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: cangrejo de piedra negro; cangrejo moruno.

cangrejo moruno. Designación oficial española del crustáceo: *Eriphia spinifrons*; *Eriphia verrucosa*. Sinónimo oficial: Boi peludo; Cangrejo moro; Felpudo; Noca; Picador; Rabuda; Rañado; Txangarra.

cangrejo nadador. Nombre vulgar del crustáceo: *Liocarcinus sp.* Designación oficial: **jaiba nadadora**.

cangrejo nadador de puntos rojos del Pacífico. Nombre vulgar del crustáceo: *Portunus sanguinolentus*.

cangrejo nadador grande del Pacífico. Nombre vulgar del crustáceo: *Portunus pelagicus*.

cangrejo oso. Nombre vulgar del crustáceo: *Scyllarus arctus*.

cangrejo ovalado. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **jaiba botón**.

cangrejo paella. Designación oficial española del crustáceo: *Portunus latipes*.

cangrejo pastinaca. Nombre vulgar del crustáceo: *Tachypleus*.

cangrejo patón. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **capuco verde**.

cangrejo peludo. Designación oficial española del crustáceo: *Cancer personatus*; *Dromia caputmortuum*; *Dromia vulgaris*. Sinónimo oficial: Boi d'area; Boi moro; Ramiro; Zapateiro peludo.

cangrejo peludo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **jaiba peluda**.

cangrejo plano. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **jaiba arenera**.

cangrejo rana. (*Ranina ranina*) Cangrejo de la costa noreste de Australia que alcanza los 20 cm de largo. Su carne blanca es fina y dulce, pero algo quebradiza. Véase: marisco.

cangrejo real. Designación oficial española del crustáceo: *Calappa granulata*. Sinónimo oficial: Boi bravo; Brixia; Choró; Conasacho; Cranc reial; Dormiñón; Jaima; Karramarro lotxatia; Lesma; Pessic; Vergonzoso.

cangrejo real azul. Nombre vulgar del crustáceo: *Paralithodes platypus*.

cangrejo real dorado. Nombre vulgar del crustáceo: *Lithodes aesquispina*.

cangrejo rojo. Nombre vulgar del crustáceo: *Procambarus clarkii*.

cangrejo rojo de mar profunda. Nombre vulgar del crustáceo: *Geryon quinquedens*.

cangrejo ruso. Designación oficial española del crustáceo: *Paralithodes camchatica*; *Paralithodes camchaticus*; *Paralithodes camtschatka*.

cangrejo saltador de mar profunda. Nombre vulgar del crustáceo: *Munia rugosa*.

cangrejo saltador tropical. Nombre vulgar del crustáceo: *Grapsus grapsus*.

cangrejo señal. Nombre vulgar del crustáceo: *Pacifastacus leniusculus*.

cangrejo sin boca. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **moro sin boca**.

cangrejo sirí. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **jaiba sirí**.

cangrejo terrestre. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **capuco verde**.

cangrejo terrestre común. Nombre vulgar del crustáceo: *Gecarcinus ruricola*.

cangrejo terrestre del Atlántico. Nombre vulgar del crustáceo: *Ucides occidentalis*.

cangrejo velludo. Nombre vulgar del crustáceo: *Maja squinado*. Designación oficial: **centolla**.

cangrejo verde. Designación oficial española del crustáceo: *Carcinus maenas*. Sinónimo oficial: Cangrejo; Cangrejo atlántico; Cangrejo de mar; Cangrexo; Carromarro; Ca-

ñaeta; Cranc; Cranc de mar; Cranc verd; Cámbaro; Karramarro berbea.

cangrejo verde. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **capuco verde**.

cangrejo verde del Mediterráneo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo mediterráneo**.

cangrejo vergonzoso grande. Nombre vulgar del crustáceo: *Calappa granulata*.

cangrejo violáceo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo violado**.

cangrejo violado. Designación oficial española del crustáceo: *Platyxanthus orbignyi*. Sinónimo oficial: Cangrejo; Cangrejo colorado; Cangrejo criollo; Cangrejo violáceo; Jaiba.

cangrejo violinista. Nombre vulgar del crustáceo: *Ucal*

cangrejos al gratín. Plato correspondiente al grupo de cangrejos. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 15 minutos. **Ingredientes:** cangrejo de 1 Kg, salsa mornay, queso rallado, mantequilla, sal, pimienta. Véase: cangrejos.

cangrejos al jerez. **Ingredientes:** Cangrejos de río, mantequilla, jerez seco, laurel, sal, pimienta, perejil. Véase: cocina de Cantabria.

cangrejos anacoretas. Véase: pagúridos.

cangrejos aparentes. Véase: *Lithodidae*. Sinónimo: cangrejos de piedra. Véase: anomuros.

cangrejos con salsa de mostaza y mahonesa. Plato correspondiente al grupo de cangrejos. Tiempo de preparación 15 minutos. **Ingredientes:** cangrejos, mahonesa, aceite,

vinagre, sal, pimienta, yema de huevo duro, perejil, mahonesa. Véase: cangrejos.

cangrejos con salsa mornay. Plato correspondiente al grupo de cangrejos. Tiempo de preparación 40 minutos. Cocción: 20 minutos. **Ingredientes:** cangrejos, queso rallado, salsa mornay, mantequilla, pan rallado, perejil. Véase: cangrejos.

cangrejos corredores. Véase: *Ocypodidae*. Sinónimo: ocipódidos.

cangrejos de agua dulce. Véase: *Potamidae*. Sinónimo: potámidos.

cangrejos de caparazón blando fritos. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “pescados y mariscos”. Los cangrejos de caparazón blando (de color azulado de muda reciente) son un manjar, sobre todo en la costa Este de Estados Unidos, donde tienen mucha aceptación. Se trata del *Canillectes sapidus* (**cangrejo azul**) conocido como softshell crab. Conviene comprarlos congelados, que ya vienen limpios. **Ingredientes:** Softshell crabs, yema de huevo, harina de maíz, aceite para freír, ajo, chile rojo fresco, chile rojo seco, salsa de soja. **Para la marinada:** Sal, pimienta blanca, azúcar, vino Shaobsing. Nombre en China; *jui jin jeun ho hai*.

cangrejos de mar profunda. Véase: *Geryonidae*. Sinónimo: geriónidos.

cangrejos de Nueva Zelanda. Véase: *Paranephrops*. Sinónimo: parastácidos.

cangrejos de patas dorsales. Véase: *Homolidae*. Sinónimo: homólidos.

cangrejos de piedra. Véase: *Lithodidae*. Sinónimo: litódidos.

cangrejos de piedra grandes. Véase: *Xanthidae*. Sinónimo: xántidos.

cangrejos de río. Plato de la cocina de Cantabria “Santurde de Reinosa” perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** cangrejos,

cebolla, tomate maduro, ajo, vino blanco, aceite de oliva, perejil, guindilla, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cangrejos de río. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** cangrejos de río, cebollas, jamón serrano, vino blanco, perejil, aceite, ajo, tomate, guindilla, sal.

cangrejos de río. Véase: *Astacidae*; *Cambaridae*; *Parastacidae*.

cangrejos de río al estilo perlis. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** cangrejos de río, aceite de oliva, ajo, vino blanco, limones, caldo de pescado, pimienta negra molida, coñac, sal, guindilla.

cangrejos de río de los hemisferios nórdicos. Véase: *Astacidae*; *Cambaridae*. Sinónimo: astácidos, cambáridos.

cangrejos de río del hemisferio Sur. Véase: *Parastacidae*. Sinónimo: parastácidos.

cangrejos de río sudamericano. Véase: *Parastacus*. Sinónimo: parastácidos.

cangrejos de suelo de cola larga. Véase: *Palinuridae*. Sinónimo: palinúridos.

cangrejos de surcos. Véase: *Galatheididae*. Sinónimo: galateas.

cangrejos de tierra. Véase: *Gecarcinidae*. Sinónimo: gecarcínidos.

cangrejos en caldo. Plato correspondiente al grupo de cangrejos. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 2 horas 20 minutos. **Ingredientes:** Cangrejo de 1 Kg, cebolla, tomate, manteca de vaca, jengibre molido, tomillo, ajo, azafrán, pimentón, sal. Véase: cangrejos.

cangrejos en la cocina. Consideramos los siguientes platos: Cangrejo al gratín; Cangrejo en caldo; Cangrejos con salsa de mostaza y mahonesa; Cangrejos con salsa

Mornay; Cangrejos picantes. Véase: mariscos.

cangrejos ermitaños. Véase: *Paguridae*; *Coenobitidae*. Sinónimo: pagúridos.

cangrejos luminiscentes. Véase: *Euphausiacea*. Sinónimo: eufausiáceas.

cangrejos medianos. Véase: *Anomura*. Sinónimo: anomuros.

cangrejos nadadores. Véase: *Portunidae*. Sinónimo: portúnidos.

cangrejos nobles. Sinónimo: palinúridos.

cangrejos oso. Sinónimo: esciláridos.

cangrejos picantes. Plato correspondiente al grupo de cangrejos. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** cangrejos, cebolla, ajo, pimentón picante, aceite, sal. Véase: cangrejos.

cangrejos redondos. Véase: *Atelecyclidae*. Sinónimo: atelecíclicos.

cangrejos redondos comestibles. Nombre vulgar del crustáceo: *Telmessus* sp; *Erimacus isenbecki*.

cangrejos rellenos con salsa de porotos amarillos. Plato de la “cocina de Filipinas” perteneciente al grupo de “pescados y mariscos”. Para que el relleno de este plato sea sustancioso, los filipinos le agregan frutas, principalmente guayaba; también quedan deliciosos con membrillo o manzana. Por lo general, el plato se fríe o se cocina al vapor, pero en esta receta se hornea. Servir con arroz o fideos, o con una ensalada de hojas verdes. **Ingredientes:** Cangrejos, guayaba, aceite de cacahuete, chailota, ajo, salsa de porotos amarillos, chile rojo seco, jengibre, salsa de soja, huevo, cebolleta, sal, pimienta negra. Nombre en la Filipinas; *alimango tausi*.

cangrejos rojos de mar profunda. Véase: *Geryonidae*. Sinónimo: geriónidos.

cangrejos rojos en salsa. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** cangrejos de río, aceite, salsa de tomate, pimientos rojos, vino blanco, coñac, sal, pimienta blanca molida.

cangrejos saltadores. Véase: *Grapsidae*. Sinónimo: grápsidos.

cangrejos vergonzosos. Véase: *Calappidae*. Sinónimo: calápidos.

cangrexo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: cangrejo de roca; cangrejo verde; cangrejo.

cangro. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **buey**.

cangüeso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chaparrudo**.

canguro. Nombre vulgar del marsupial: *Macrophus giganteus* y *macrophus rufus*.

canguro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **camote**.

cania. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera**.

***Canicus aestuarii*.** Crustáceo. Designación oficial: **cangrejo mediterráneo**.

***Canillectes sapidus*.** Familia: portúnidos. El cangrejo azul juega un importante papel en la industria pesquera americana y mejicana. Se cría en la costa atlántica y mediterránea. Es el cangrejo preferido en EE.UU. y no sólo por los gastrónomos. Este hecho guarda relación, por una parte, con la muy buena calidad de su carne, pero de manera especial con que es el “**Softshell crab**” de mejor sabor y, sobre todo, el más nutritivo.

Durante la muda, es decir, cuando el cangrejo “hace saltar” su viejo caparazón se hace progresivamente un tercio mayor. Los animales, ahora tiernos y carnosos, son sacados inmediatamente del agua salada, para que los famosos Softshell crabs puedan llegar al mercado. Hay que tener mucho cuidado con el momento oportuno, porque el nuevo caparazón crece muy rápido si los animales permanecen en agua salada. Ya que los Softshell crabs son cada vez más apreciados, se ha llegado a desarrollar una industria en toda regla. (softshell crabs fritos) * Los cangrejos azules son verdaderos cangrejos nadadores, su quinto par de patas acaba, por eso, en un remo plano de forma ovalada. El caparazón de la espalda llega a tener de 10 a 20 cm de ancho y forma en su parte posterior un trapecio. La parte delantera, semiesférica, tiene púas afiladas en el borde. Las pinzas son relativamente delgadas y normalmente más largas que las patas de caminar. Tras 15 cambios de la piel son animales adultos, lo que sucede después de unos 12 a 18 meses. Pueden llegar a tener de 3 a 4 años. Véase: cangrejos nadadores. Nombre vulgar: **cangrejo azul**.

canistel. Nombre vulgar de la planta: *Pouteria caimito*.

cannelloni. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pasta per minestre. Son planchas rectangulares de pasta que se untan con una fina capa de rellenos muy variados. Luego se les enrolla para que adquieran la forma de un rollo suizo y se les cocina en el horno. Véase: pastas al huevo.

canon d’agneau en crepinette au persil. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cordero”. Nombre español: filete de cordero con mousse de pollo y perejil. Véase: cordero en la cocina de Francia.

canónigos. Nombre vulgar de la planta: *Valerianella lacusta*. (hierba de los canónigos)

canónigos de patatas. Plato de la cocina de Cantabria “Valderredible” perteneciente al

grupo de “entrantes y guisos”.
Ingredientes: patatas, chorizo cocido, salsa de tomate, huevo. Véase: cocina de Cantabria.

cantahueso. Nombre vulgar de las plantas: *Lavandula stoechas*; *Lavandulla pedunculata*.

cantal. Sinónimo: salers. Véase: quesos franceses y suizos.

cantaloup de piel rugosa. Véase: melón cantaloup de piel rugosa.

cantaloup seco. Se conserva hasta 6 meses. Se consume como aperitivo o en *muesli*. Se deja en remojo en agua muy caliente durante 30 minutos o en agua fría durante toda la noche. Se emplea en platos dulces o, en forma de puré, para aromatizar *soufflés* y helados. Véase: frutas y frutos secos.

cantalupo. Nombre vulgar de la planta: *Cucumis melo*.

cántara. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chopa**.

cantarela amarilla. Nombre vulgar gallego de la seta: *Cantharellus cibarius*.

cantarela de pie amarillo. Nombre vulgar de la seta: *Cantharellus infundibuliformis*.

cantarela seca. (*Cantharellus cibarius*) Con su sombrerillo de color amarillo y bordes ondulados, de carne amarilla y sabor a fruta, es una seta muy apreciada en Europa y también en Tailandia. Las secas se remojan en agua caliente durante 20-30 minutos. El agua del remojo se reserva para sopas y caldos para arroces. Véase: setas secas.

cantareláceas. Véase: *cantharellaceae*.

cantarelo. Nombre vulgar de la seta: *Cantharellus cibarius*.

cantaxantina. (E-161 g) Colorantes La cantidad autorizada de este aditivo es: Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo en

vasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Véase: xantofilas.

cántera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chopa**.

cántere. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chopa**.

cantero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chopa**.

cantero. En Valladolid, Palencia y Toledo es una hogaza de pan bregado, muy metida en harina. Corteza lisa y mate. Véase: panes de España.

Cantharellaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: basidiomycetes. Subclase: autobasidiomycetes o holobasidiomycetes (basidios no tabicados normales) Orden: agaricales. comprenden especies saprófitas o micorrícicas, en las que no es evidente la distinción entre pie y sombrero. Este último a menudo de vivos colores, tiene una estructura infundibuliforme, con una cavidad que se prolonga en muchos casos hasta la base del pie. La superficie himenial está formada por pseudoláminas o pliegues himeniales retorcidos y reticulados, en algunos casos muy decurrentes. La carne es compacta y desprende casi siempre un olor agradablemente afrutado. Las esporas son blancas y elípticas. Algunas especies son comestibles y de excelente calidad, como los robezuelos (*Cantharellus cibarius*) y los robezuelos amarillos (*Cantharellus lutescens*) Otras son de menor valor pero ninguna es venenosa. Consta de los géneros: **cantharellus**, **craterellus**. Nombre vulgar: cantareláceas. Consideramos. **Género cantharellus:** *Cantharellus cibarius*, *Cantharellus cinereus*, *Cantharellus friesii*, *Cantharellus lutescens*, *Cantharellus sinu-*

osus, *Cantharellus tubaeformis*. **Género craterellus:** *Cantharellus clavatus*, *Cantharellus cornucopioides*.

Cantharellus aurantiacus. Otro nombre de la seta: *Hygrophoropsis aurantiaca*.

Cantharellus cibarius. Familia: cantareláceas. Género: cantharellus. Características: Pie no tubiforme. Carpóforo en forma de copa. Sub-características: Sombrero, pliegues-láminas y pie amarillos. Tamaño mediano o grande. Tiene forma cónica y casi siempre un poco irregular, color amarillo anaranjado, de dimensiones variables; es muy frecuente en los bosques. Esta seta, muy conocida y apreciada es de excelente calidad y se presta a cualquier tipo de preparación culinaria. Raramente se presenta erosionada por larvas o caracoles, soporta muy bien el transporte y es fácil de encontrar en los mercados y en las tiendas especializadas. Tras una cocción prolongada, se puede servir solo como guarnición para platos de carne, en revoltillo o como condimento de pastas o arroces. Tiene un sabor exquisito y es muy apreciada por los *gourmets*, sobre todo en Europa. Suelen acompañar la carne y las tortillas, y están deliciosos en salsas, con arroz, alforfón y mijo. También se puede desecar. Nombre vulgar: **robezuelo**, **girola**, **cabrilla**. En catalán: **ginesterola**; **rossinyol**; **vaqueta**. En gallego: **cantarela amarilla**. En vascuence: **saltzaperretxiko**; **urritziza**; **ziza ori**. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en toda España. *Cantharellus cibarius*, Pr. Véase: setas comestibles. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Robezuelo	fresco	en conserva	seco
Potasio (mg)	507,00	155,00	5370,00
Energía (kJ)	96,14	137,94	1090,90
Agua (g)	91,50	88,00	10,00

Fósforo (mg)	44,00	33,00	581,00
Energía (kcal)	23,00	33,00	261,00
Magnesio(mg)	14,00	6,00	
Calcio (mg)	8,00	5,00	85,00
Hierro (mg)	6,50	1,00	17,20
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	6,50		
Ácido ascórbico (C) (mg)	6,00	3,00	2,00
Carbohidratos (g)	3,00	5,30	43,90
Sodio (mg)	3,00	165,00	32,00
Fibra (g)	2,00	2,00	18,00
Proteína (g)	1,50	1,40	16,50
Grasas totales (g)	0,50	0,70	2,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,23		
Vitamina E (mg)	0,10		
Flúor (mg)	0,05		
Tiamina (B ₁) (mg)	0,02		
Colesterol (mg)	0,00	0,00	0,00
Grasa poliinsaturada (g)	tr.	tr.	tr.
Piridoxina (B ₆) (mg)			
Vitamina A (µg eq. retinol)			

Cantharellus cinereus. Familia: cantareláceas. Género: *cantharellus*. Características: Pie no tubiforme. Carpóforo en forma de copa. Sub-características: Sombrero y pie gris oscuro casinegros. Pliegues-láminas blanco grisáceo. Tamaño mediano. Carne delgadade color grisáceo, sabor dulce y olor fuerte a ciruelas. Es buena comestible. En catalán: **trompeta cendrosa**. En vascuence: **saltzaperretxiko aranusain**.

Cantharellus clavatus. Otro nombre de la seta: *Nevrophyllum clavatum*.

Cantharellus cornucopioides. Otro nombre de la seta: *Craterellus cornucopioides*.

Cantharellus friesii. Familia: cantareláceas. Género: *cantharellus*. Características: Pie no tubiforme. Carpóforo en forma de copa. Sub-características: Sombrero, pliegues-láminas y pie anaranjados. Tamaño pequeño. Carne blanquecina de color grisáceo, sabor dulce y olor fuerte a ciruelas. Es buen comestible. En vascuence: **fries saltzaperretxiko**.

Cantharellus infundibuliformis. Familia: cantareláceas. Seta con carne fina y dura, de olor aromático y sabor dulzón con regusto amargo. Comestible pero poco buscada. Seta silvestre de otoño que se distingue por su sombrerillo de color marrón oscuro y su tallo amarillo chillón. Empleada igual que la cantarela común. Véase: champiñones y hongos. debido a la excesiva dureza de su carne. Nombre vulgar: **cantarela de pie amarillo**.

Cantharellus lutescens. Familia: cantareláceas. Género: *cantharellus*. Características: Pie tubiforme. Carpóforo en forma de trompeta. Sub-características: Sombrero marrón naranja, muy festoneado. Pliegues-láminas de color anaranjado y no bien delimitados en el pie. Seta de carne muy fina pero de consistencia dura, olor afrutado y sabor muy agradable. Atractivo para el paladar, sobre todo frita, aunque también se presta a la desecación. Su amarillenta carne, de olor a frutas y sabor dulce, resulta muy buena como comestible y se puede desecar para su conservación. Nombre vulgar: rebozuelo amarillento. En catalán: **camagroc; moixerno de bosc; rossinyolic**. En vascuence: **saltzaperretxiko hori**.

Cantharellus sinuosus. Familia: cantareláceas. Género: *cantharellus*. Características: Pie tubiforme. Carpóforo en forma de trompeta. Sub-características: Sombrero gris marrón rojizo, muy festoneado lobulado. Pliegues láminas de color gris pálido o gris ocráceo y poco delimitado en el pie. La carne es delgada, grisácea, de sabor dulce y de un olor inconfundible que recuerda al de las ciruelas, lo mismo que el *Cantharellus cinereus*. Algunos opinan que su olor apenas es perceptible y que el sostener que tiene olor a ciruelas podría ser por haberla confundido con la *cinereus*. Sinónimo: *Pseudocraterellus sinuosus*.

Cantharellus tubaeformis. Familia: cantareláceas. Género: *cantharellus*. Características: Pie tubiforme. Carpóforo en forma de trompeta. Sub-características: Sombrero marrón amarillento, poco festoneado. Plie-

gues-láminas de color amarillo sucio o gris y bien delimitados en el pie. Seta de carne dura y elástica, con olor a tierra y sabor poco marcado. Comestible de buena calidad, pero la carne es tan dura que es necesario someterla a una delicda ebullición previa. Nombre vulgar: rebozuelo atrompetado. En vascuence: **saltzaperretxiko horilun**.

Cantharus brama. Pez. Designación oficial: **chopa**.

Cantharus cantharus. Pez. Designación oficial: **chopa**.

Cantharus griseus. Pez. Designación oficial: **chopa**.

Cantharus lineatus. Pez. Designación oficial: **chopa**.

Cantharus orbicularis. Pez. Designación oficial: **chopa**.

Cantharus senegalensis. Pez. Designación oficial: **chopa**.

Cantharus tanuda. Pez. Designación oficial: **chopa**.

Cantharus vulgaris. Otro nombre del pez: *Spondyliosoma cantharus*. Designación oficial: **chopa**.

Canthidermis maculatus. Pez. Designación oficial: **gatllo manchado**.

cantigüeso. Nombre vulgar de las plantas: *Lavandula stoechas*; *Lavandulla pedunculata*.

cantuerca. Nombre vulgar de las plantas: *Lavandula stoechas*; *Lavandulla pedunculata*.

cantueso. Nombre vulgar de las plantas: *Lavandula stoechas*; *Lavandulla pedunculata*.

Cantueso de Alicante. Producto incluido en la Denominación Específica. Bebidas Espirituosas Tradicionales de Alicante. Se elabora con la destilación en alcohol de la flor y el pedúnculo de la planta del cantueso. Su grado alcohólico va de 25° a 35°. Véase: Bebidas Espirituosas Tradicionales de Alicante.

canutero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **melva**.

canyut. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: navaja arqueada; navaja.

caña. Otro nombre del aguardiente compuesto: **ron**.

caña de azúcar. Nombre vulgar de la planta: *Saccharum officinarum*.

caña de lomo. Sinónimo: lomo embuchado.

caña dulce. Nombre vulgar de la planta: *Saccharum officinarum*.

cañabota. Designación oficial española del pez: *Hexanchus griseus*; *Monopterrhinus griseus*; *Notidanus griseus*; *Notidanus monge*; *Notidanus vulgaris*; *Squalus griseus*. Sinónimo oficial: Bastriu vaca; Boca dolç; Boca dolça; Boquidulce; Cayela; Gardia; Peix xovato.

cañabota. Nombre vulgar del pez: *Hexanchus griseus*.

cañabota. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cañabota gris**.

cañabota gata. Designación oficial española del pez: *Heptranchias cepedianus*; *Notidanus ferox*; *Notidanus medinae*; *Notorhinchus cepedianus*; *Notorhinchus maculatus*. Sinónimo oficial: Caçao pintado; Peje humo; Pintarroja, Tiburón de siete agallas; Tiburón pinto; Tollo fume.

cañabota gris. Designación oficial española del pez: *Hexanchus griseus*; *Hexanchus vitulus*. Sinónimo oficial: Cañabota; Gato de mar; Peje gato; Peje humo; Tiburón; Tiburón gris; Tiburón seis agallas; Tiburón vaca; Tollo fume.

cañada. Nombre usual de una pieza de pan en Bajo Aragón. Torta de masa aceitada. Miga hueca y elástica. Variantes: Hija, "raspao". Cariñena, "guitarra". Tudela, "barra". Calamocha, "bollo". Véase: panes de España.

cañada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez de San Pedro**.

cañailla. Designación oficial española del molusco: *Bolinus brandalis*; *Murex brandaris*. Sinónimo oficial: Bocina; Caracol; Caragol punxenc; Cargol de punxes; Coniño; Corb amb pues; Cornecho; Cornet amb pues; Murex arantzaduna; Murice.

cañas de crema. Plato de la "cocina de España" perteneciente al grupo de "postres". Un postre tradicional del recetario gallego, muy propio de días festivos. Existen diversas variedades, ya que el relleno de las cañas puede hacerse también con chocolate, miel y otros ricos y sabrosos elementos. Véase: cocina de España.

cañavieja roja. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salmonete real**.

cañeta. Nombre vulgar del crustáceo: *Carcinus maenas*. Designación oficial: **cangrejo verde**.

caolín ligero (E-559) Véase: **silicato de aluminio**.

cap d'ase. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: arete; borracho.

cap i pota con samfaina. Plato de la "cocina de España" perteneciente al grupo de "vacuno". Cocina de Cataluña. Un nombre curioso que significa "cabeza y cola", aludiendo a las dos partes de la ternera que entran en su composición. La "samfaina"

es otro elemento interesante, característica de nuestra cocina (también conocido como xanfaina o chanfaina), un acompañamiento que da una riqueza especial a los platos.

Ingredientes: pata de ternera, cabeza de ternera, butifarras, pimientos rojos, pimientos verdes, tomates, berenjenas, cebollas, harina, jerez seco, ajo, guindilla, pimienta, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cap plá. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pardete**.

cap plat. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morragute**.

cap roitg. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabracho**.

cap rotx. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabracho**.

cap sempá. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez de San Francisco**.

cap tinyos. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **escórpora**.

capacho. (Término correspondiente al vocabulario desarrollado por el Consejo Oleícola Internacional para describir la sensación producida en la cata del aceite de oliva virgen) Gusto característica del aceite de oliva obtenido de aceitunas que han sido prensadas en capachos sucios, donde quedaban residuos en fermentación. Véase: cata del aceite de oliva.

Caparidaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophytes) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae (apetalae, chori-petalae o dialypetalae) Orden: rhoeadales. Comprende alrededor de 650 especies de los países intertropicales y subtropicales, en general hierbas y arbustos de hojas simples o digitadas, por lo regular estipuladas, con las flores vistosas, con los verticilos inter-

nos. Nombre vulgar: caparidáceas. Consideramos: alcaparra (*Capparis spinosa*)

caparidáceas. Véase: *Caparidaceae*

capatjo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **picón**.

cape cod. Nombre vulgar del molusco: *Crasostrea virginica*.

capelán. Designación oficial española del pez: *Mallotus villosus*; *Mallotus villosus socialis*; *Mallotus villosus villosus*; *Osmerus microdon*; *Salmo arcticus*; *Salmo lodde*.

capellá. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bertorella; capellán; gallo; lliseria; mollera; solleta.

Capella gallinago. Familia: carádridos. Mide unos 26 cm, presenta plumaje de color pardo, rojizo listado de color ocráceo en las regiones superiores, listas claras en la cabeza. El pico es largo y derecho y en el vuelo lo mantiene dirigido hacia abajo. Los bordes de la cola son de color blanco. Esta especie puede ser fácilmente identificada por su vuelo en zigzag. Vive en marismas, praderas húmedas, arrozales. Emite un sonido muy áspero que suena como “siep” al alzar el vuelo. Se alimenta de invertebrados (gusanos, insectos, larvas, moluscos, crustáceos) y también consume sustancias vegetales. Cocinada a veces entera, es deliciosa asada al horno o a la parrilla. Temporada de caza: del 12 de agosto al 31 de enero. Nombre vulgar: **agachadiza común**. Sinónimo: becacina. Véase: caza.

capellán. Designación oficial española del pez: *Gadus capelanus*; *Gadus luscus*; *Morhua capelanus*; *Morhua capelanus*; *Trisopterus capelanus*; *Trisopterus minutus capelanus*; *Trisopterus minutus minutus*. Sinónimo oficial: Barbada; Capellá; Carajuelo;

Faneca; Móllera; Palenka; Paneca; Paneca txikia; Romero; Tankarta.

capellán. Nombre vulgar del pez: *Trisopterus minutus capelanus*.

capellán. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bertorella; lorcha; mollera.

capelli d'angelo. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pasta lunga. Esta pasta es buena con caldo o, si está hecha en casa con huevos, sirve para un maravilloso postre. Nunca se sirve con salsa. Nombre español: **cabello de ángel**.

capellín. Nombre vulgar del pez: *Mallotus villosus*.

capellini. Pasta finísima, ideal para servir con salsas ligeras o en caldos. Véase: pastas largas. Nombre español: **cabello de ángel**.

capet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabete**.

capiantina, capsorubina. (E-160 c) Colorantes La cantidad autorizada de este aditivo es: Embutidos crudos curados BPF. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Fiambre de lomo BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Productos cárnicos tratados por el calor BPF. Véase: carotenoides.

capitaine. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **doncella de pluma**.

capitán. Nombre vulgar del pez: *Dentex dentex*. Designación oficial: dentón; pardete; pargo dientón.

capitán de piedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **doncella de pluma**.

capitol. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dentón**.

capitón. Nombre vulgar del pez: *Mugil ramada*. Designación oficial: morragute; par-dete.

Capó del Prat. Véase: Pollastre y Capó del Prat.

capocollo. Sinónimo: bondiola.

Capoidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinoptergios. Superorden: teleósteos. Orden: zeiformes. Morro en forma de hocico. Tamaño más pequeño que los de la *Amilia zeidos*. Consideramos: ochavo (*Capros aper*).

capón. Pollo (*Gallus gallus*) castrado y engordado que adquiere unas proporciones dos veces mayores que el pollo común, aunque su carne se mantiene tierna y succulenta. Es en especial sabroso cuando pesa en torno a los 4 kg. Se debe cocinar en una preparación sencilla para no disfrazar la finura de su carne. Según el Código Alimentario, 3.11.03. a). Véase: ave; clasificación de las aves. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Capón	
Potasio (mg)	372
Fósforo (mg)	240
Energía (kcal)	158
Sodio (mg)	91
Colesterol (mg)	80
Agua (mg)	70,8
Porción comestible	70
Proteínas (g)	18,7
Calcio (mg)	16
Grasa (g)	9,3
Hierro (mg)	2,7
Riboflavina (mg)	0,17
Tiamina (mg)	0,085
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0

Carbohidratos (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

capón asado al espetón. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 30 minutos. **Ingredientes:** capón, limón, lechuga, sal, agua. Véase: conejo y aves de corral en la cocina clásica.

caponata. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: ensalada agri dulce de berenjena, cebolla y apio.

Capparis spinosa. Familia: caparidáceas. Se trata del botón de la flor de un arbusto, el alcaparro, en general espinoso, típico de ambientes ruderales, abundante en toda la región mediterránea. Es una planta perenne que crece espontáneamente entre las grietas de los muros, pero que también ha sido objeto de cultivo. La planta posee buenas cualidades ornamentales; elegantes hojas casi circulares y maravillosas flores provistas de cuatro grandes pétalos, blancos y rosados, y de característicos estambres violeta bastante largos. Contrariamente a lo que cabría suponer, la parte comestible se corresponde a las yemas o capullos flores, recogidas antes de que se abran, es decir, cuando su aspecto es globular y su color, verde oscuro. Posee un particular sabor aromático y se distinguen diversos cultivares, en función de su tamaño. La producción comienza el 3º año de vida de la planta y puede mantenerse por espacio de 20-30 años. En el comercio. Las alcaparras se venden en salazón o en vinagre. El fruto en baya carnosa del mismo arbusto, semejante a un higo pequeño, recibe el nombre de **alcaparrón**. Los botones enteros de la alcaparra, conservados en vinagre, sirven para condimentar guisos, estofados, platos de cordero y salsas. Son un buen complementopara el pescado en aceite y especialmente para los alimentos salados. El sabor agri dulce que proporcionan resulta

inesperado dado su frescor combina bien con mahonesas, ensaladas y salsas frías como la salsa remolada. Mezcladas con perejil, se añaden a la carne de vacuno. Son ingrediente esencial de la *tapenade* y de la *caponata*. Es básico en el *steak tartare*. La mezcla de alcaparras, aceitunas y cebolla caracteriza la cocina meridional. Se venden en forma de encurtidos y cuanto más pequeñas más intenso es su sabor. Véase: salsas y condimentos. Nombre vulgar: **alcaparra**. Según el Código Alimentario, 3.24.24. Son los botones florales del *Capparis spinosa* L. Y *C. Ovata* Desp., conservados en vinagre, salmuera o sal seca. No contendrán más del 30% de materia nitrogenada ni del 5% de materia grasa, calculados sobre la sustancia privada del líquido de cobertura y seca. Véase: clasificación de especias.

cappelletti. (*sombreritos*) Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pasta per minestre. Similares a los tortellini pero hechos de una pasta cuadrada en lugar de circular para que formen un pico. Los mayores son los de Boloña y se les llama, para confundir, tortellini, el mismo nombre de las piezas cuadradas y chatas, con otro relleno.

cappuccino. Véase: café cappuccino.

***Capra aegagrus*.** Familia: bóvidos. Nombre vulgar: **cabra bezoar**. Véase: cabra doméstica.

***Capra domestica*.** Familia: bóvidos. Rumiante doméstico de cuernos huecos y vueltos hacia atrás, cuerpo esbelto como de un metro de altura. El primer animal domesticado fue, probablemente, la cabra. Hay constancia arqueológica que demuestran que, hacia finales del V milenio a. C. era un animal doméstico en la región del Irán actual. Se considera que procede de la cabra bezoar (*Capra aegagrus*) Otros consideran a la cabra markhor como tipo primitivo de las

cabras con cuernos helicoidales vueltos hacia dentro (*Capra falconeri*) Al macho de la cabra se le llama **cabrón** o **macho cabrío** y a sus crías **cabritos**, **chivos** y **chivas**. * Al principio las cabras se criaban por su carne, pero pronto se convirtieron también en suministradoras de leche. Los cabritos se mataban poco después de nacer, y las hembras se seguían ordeñando. Hacia el siglo III a. C. el pelo de la cabra, de la que se obtenían tejidos, era una materia prima importante en el Próximo Oriente. Actualmente, y en las condiciones europeas, el cuero de los cabritos y de la cabra es la materia prima insustituible para la fabricación de artículos finos de peletería y cuero. El pelo de la cabra se usa para hacer tejidos o se mezcla con lana de oveja o seda artificial. La leche de cabra sigue teniendo un papel importante en la dieta alimentaria de muchos pueblos; su valor nutritivo estriba en que, a diferencia de la leche de vaca, su albúmina láctea resulta fácilmente digerible, y su grasa se dispersa en gotas pequeñas facilitando la absorción. También se hace mantequilla con la leche de cabra, que, además, resulta menos compacta que la mantequilla de leche de vaca y, con un mismo peso, tiene un 20% más de volumen. También se hace queso de leche de cabra. Para el pequeño agricultor, la cabra se convierte también en un buen ayudante para el mantenimiento de la fertilidad del suelo, pues las cagarrutas, tienen un poder fertilizante 5 veces mayor que la boñiga y 4 veces mayor que la bosta. Durante una temporada de establo y con buena alimentación, se puede obtener de una cabra, aproximadamente 300-500 kg, de estiércol. El método normal para la clasificación de las razas de cabras es la longitud del pelo. En las condiciones europeas, se crían y explotan las cabras de pelo corto. Por el contrario en el norte de África, Asia Menor y en las islas de Mediterráneo Oriental, se cría la cabra de pelo largo. Consideramos: cabra blanca de Saanen; cabra de pelo lar-

go. Las mejores razas de cabras lecheras españolas son: la granadina, la murciana y la malagueña. Véase: clasificación de las carnes. Nombre vulgar: **cabra**.

Capra falconeri. Familia: bóvidos. Nombre vulgar: **cabra markhor**. Véase: cabra doméstica.

Capra hispanica. Familia: bóvidos. Rumiante propio de los Pirineos, sierra de Gredos y sierra Morena, muy apreciado por su rareza y dificultad de caza; otras variedades se encuentran en los Alpes y otras montañas europeas; es una especie salvaje de color ceniciento o rojizo, patas, barba y punta de la cola negras, lo mismo que una línea dorsal; cuernos grandes vueltos hacia atrás y con puntas retorcidas. Véase: mamíferos de caza. Nombre vulgar: **cabra montés**.

Capreolus capreolus. Familia: cérvidos. Algo mayor que la cabra. En verano el color del manto es pardo rojizo, mientras que en invierno es gris pardo. Los cuernos únicamente están presentes en los machos y son caducos. A finales de Octubre primeros de Noviembre caen los cuernos viejos y los nuevos despuntan entre Enero y Febrero. Son ramificados; en general presentan 6 astas (8 sólo raras veces, mientras que 10 es una excepción). La cabeza es estrecha y las extremidades son largas. Habita en los bosques densos tanto en montaña como en llanura. Es un animal solitario, que como máximo forma pequeños grupos familiares (macho, hembra y crías del año) Los machos delimitan los territorios propios mediante la secreción de las glándulas frontales, anales y metacarpales, y también con la orina. Machos y hembras pueden aparearse tanto en verano como en otoño, aunque las crías nacen en primavera; ello obedece al hecho de que si la hembra es fecundada en verano, el embrión detiene su desarrollo durante 4 meses, hasta que llega el otoño; la gestación dura en general 5 meses. Las crías (por lo general de 1 a 3) están graciosamente moteadas. En España se encuentra en el NW. Véase: caza mayor,

clasificación de las carnes. Nombre vulgar: **corzo**.

caprichos de cacao. Nombre comercial de un alimento para diabéticos marca Sanavi. Véase: galletas rellenas con fructosa; alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caprichos de cacao Sanavi	
Energía (kJ)	1784,86
Energía (kcal)	427,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	52,80
Grasa (g)	18,70
Proteína (g)	11,90
Grasa saturada (g)	8,17
Grasa moninsaturada (g)	7,99
Fibra (g)	5,90
Grasa poliinsaturada (g)	2,54
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fósforo (mg)	
Hierro (mg)	
Magnesio (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Sodio (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

caprichos de fresa. Nombre comercial de un alimento para diabéticos marca Sanavi. Véase: galletas rellenas con fructosa; alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caprichos de fresa Sanavi	
Energía (kJ)	1529,04
Energía (kcal)	365,80
Sodio (mg)	168,90
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	65,20
Carbohidratos (g)	57,40
Magnesio (mg)	38,40
Grasa (g)	11,00
Fibra (g)	10,00
Proteína (g)	9,30
Grasa moninsaturada (g)	5,38
Grasa saturada (g)	4,43
Hierro (mg)	1,40
Cinc (mg)	1,21
Grasa poliinsaturada (g)	1,19
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Colesterol (mg)	
Fósforo (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

Capridae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: parazoos. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: tetrápodos. Clase: mamíferos. Subclase: terios. Infraclass: euterios. Orden: artiodáctilos. Suborden: rumiantes. Infraorden: pecorinos. Muchos de ellos cubiertos de abundante lana, con cuernos de sección triangular y retorcidos en espiral o encorvados hacia atrás como los carneros y cabras. Véase: clasificación de las carnes. Nombre vulgar: cápridos.

cápridos. Véanse: *Capridae*; carne.

caprino. Carne de abasto procedente de cabras, machos o hembras, que cumplen los requisitos legales para ser destinada a la alimentación humana. No tiene Norma de Calidad y desde el punto de vista comercial lo que más interesa es el cabrito y el chivo.

capriolo in agrodolce. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: venado en salsa agridulce.

***Caprodon longimanus*.** Pez. Designación oficial: **cabrilla aleta larga.**

caprofiláceas. Véase: *Capropylaceae*.

Caproidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Infraclass: teleósteos. División: euteleósteos. Superorden: paracantopterygios. Orden: zeiformes. Comprende sólo cuatro géneros y varias especies marinas de cuerpo alto, recubiertos de escamas pequeñas y redondeadas. Consideramos: ochavo (*Capros aper*).

caproidos. Véase: *Caproidae*.

Caprophylaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophytes) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: metachichlamydeae (sympetalae – gamopetalae-monopetalae) Orden: rubiales. La familia comprende unas 340 especies, casi todas arbustivas, de las zonas templadas del hemisferio boreal, aunque también de los Andes; tienen las hojas opuestas, sin estípulas o, por excepción, representadas por apéndices filiformes o glandulosos situados en la base del pecíolo; las flores, reunidas en inflorescencias definidas, generalmente zigomorfas, con el ovario isómero u oligómero: los frutos, en drupa o en baya plurilocular, a veces unilocular por

atrofia de los disepimentos, y las semillas con el albumen carnoso. El polen es binucleado o trinucleado; las macrosporas en número de 4 a 1; el albumen, celular o nuclear. Nombre vulgar: caprofiláceas. Consideramos: saúco (*Sambucus nigra*)

Capros aper. Familia: caproides. Cuerpo discoideo, muy comprimido. Cabeza moderadamente pequeña. Boca poco hendida, muy protráctil, en la punta de un morro en forma de hocico. Ojos bien desarrollados. Escamas erizadas en su borde posterior por finas espinas. Dorsal separada en dos partes, con espinas largas y duras. Coloración rosa a rojo vivo, con manchas amarillas y bandas verticales rojas en los machos. En aguas someras puede presentar color amarillento o arenoso. Talla 16 cm. Común en el Atlántico y Mediterráneo. Poco consumido. Carne blanca y fina, óptima para fritura. Nombre vulgar: ochavo, chavito. Designación oficial: **ochavo**.

capsec. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **borracho**.

capsech. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **borracho**.

Capsicum annum. Familia: solanáceas. El pimiento o, en realidad, las diferentes variedades conocidas de pimientos, pertenecen todas al género *Capsicum*, que resumiremos en dos especies concretas: *Capsicum annum*, que comprende los grandes pimientos de mesa, y *Capsicum frutescens*, a la que se adscriben los pimientos picantes utilizados en condimentación (*Capsicum pubescens* y otros). Los pimientos se presentan en el mercado entre junio y septiembre, pero si se tienen en cuenta los avances o retrasos sobre estas fechas debidos a variaciones en el clima, y también a los cultivos en invernaderos o forzados, resulta que este fruto está presente prácticamente durante todo el año. Los pimientos y los pimientos morrones presentan todo tipo de formas, tamaños y colores; desde los pimientos diminutos, puntiagudos y ardientemente picantes, hasta los grandes y carnosos pimientos de suave sabor. Exis-

ten unos 200 tipos de pimientos cultivados por todas partes en los trópicos. Generalmente están maduros cuando se tornan rojos, naranjas, amarillos o púrpuras; cuando están verdes significa que no están maduros. Al comprar el pimiento fresco, hemos de asegurarnos de que es reciente y sin arrugas. Los pimientos maduros se pueden secar, machacar, trocear y moler, siendo la base de muchos productos derivados. Nombre vulgar: ají, pimiento, chile, **guindilla**. Según el Código Alimentario, 3.21.03. Es el fruto de la planta *Capsicum annum*, L. variedad *fasciculatum* y *conoides*, Bailey. Véase: pimiento, productos hortícolas. El pimiento es una baya carnosa de tamaño y forma variables. Se puede comer crudo o cocinado. El pimiento crudo es una excelente fuente de vitamina C; 20 g aportan toda la dosis que una persona necesita en 1 día. Al igual que varían otros caracteres como la coloración (verde, roja y amarilla), el tamaño y, sobre todo, el sabor, que es dulce o bastante picante en función de la presencia, en el segundo elevada, de un alcaloide denominado capsaicina. El pimiento crece en los trópicos, desde el nivel del mar hasta altitudes de 2.000 m. Tanto el pimiento morrón como los pimientos picantes crecerán también en zonas más templadas, pero son sensibles a las heladas y por ello las semillas deberán cultivarse en invernadero y trasplantarse más tarde. *Capsicum annum* y *Capsicum frutescens* se pensaba que procedían de una misma especie, por lo cual ambas se confundían frecuentemente. La planta *Capsicum annum* alcanza normalmente de 30 cm a 1 m de altura. La mayoría de los pimientos morrones, al igual que algunas variedades picantes, entran en este grupo. *Capsicum frutescens* es una planta perenne que crece hasta una altura de 2 m; esta variedad incluye la mayoría de los pimientos pequeños y picantes. El pimiento verde se recoge 3 meses después de plantado; algunas variedades, como la Cayena, se dejan madurar más tiempo. La cosecha suele durar 3 meses. Tras la recolección los pimientos se dejan secar o bien al sol o bien artificialmente. La mayor parte de los pimientos se

cultivan anualmente, pues tras el 1º año se vuelven más pequeños y más picantes. Los pimientos tienen poco aroma, pero su sabor varía mucho, desde suave hasta horriblemente picante. Normalmente las variedades grandes, redondas y carnosas son más suaves que las pequeñas, puntiagudas y de piel fina. Los llamados morrones (o de hocico de buey) son carnosos y dulces, y otras variantes se conocen como de cerecilla, de tomatillo, de pico de gorrión o del piquillo, reales, etc. Entre los picantes, los más difundidos entre nosotros son los de cometilla o guindillas, los de Padrón, las ñoras, etc. Unos y otros tienen diversas aplicaciones, y son particularmente aptos para comerlos rellenos y asados, fritos, crudos en ensalada, o para molerlos y obtener pimentón, como condimento, etc. Los pimientos verdes se recolectan antes de madurar por completo, pues al madurar su color se transforma en rojo. El alcaloide **capsicina** es el principio picante que da su gracia al pimiento, se encuentra en las semillas, en las nervaduras y en la piel, en cantidades variables, según las especies y el estado de madurez. A las costillas externas corresponden profundos valles internos, claramente delimitados en las paredes blanquecinas con materiales membranosos, menos consistentes que la pulpa. Este aspecto es típico de los pimientos de mesa. Extrañando las semillas y nervaduras, se reduce el sabor picante. **Atención:** en grandes dosis, los pimientos pueden causar quemaduras estomacales e intestinales. Incluso tomados en pequeñas cantidades, los pimientos pueden llegar a abrasar; para calmar la boca dolorida, tomar arroz puro, pan o alubias, leche o yogur. No beba, pues empeorará la quemazón. Elija los más brillantes y pesados con relación a su proporción, y procure que no tengan manchas ni partes blandas. Los pimientos siguen madurando después de recolectarlos. La variedad roja madura tiene sabor más dulce y menos intenso que los pimientos verdes inmaduros. El pimentón dulce se obtiene a partir de pimientos seca-

dos y molidos. Consideramos: **ñora, pimiento rojo, pimiento verde, pimiento de Padrón, pimiento rojo del fresno, guindilla, pimientos serranos, pimiento tailandés, pimiento de Cayena, pimiento habanero**. Sinónimo: ají, chiles, **guindilla**. Véase: guindilla. Según el Código Alimentario, 3.21.03. Es el fruto de la planta *Capsicum annum*, L. variedad *fasciculatum* y *conoides*, Bailey. Véanse; productos hortícolas; frutos; verduras de fruto.

Capsicum frutescens. Familia: solanáceas. Pequeño arbusto de menos de 1 m de altura, es originario de América. Sus frutos son pimientos rojos, puntiagudos, delgados, pequeños y con un fuerte sabor picante debido a su contenido en **capsicina**. Resulta fácil cultivarla en casa, en macetas y como planta de interior resulta atractiva y útil. Si desea obtener una variedad pura, plántela en un lugar separado, porque se polinizan fácilmente con otras variedades. Véase: **guindilla**.

Capsicum longum. Familia: solanáceas. Es el fruto del guindillo de Indias, de pequeño tamaño, color rojo intenso y forma muy regular. En España se cultiva incluso en jardines. Es especialmente picante y se usa como condimento y estimulador del apetito. Véase: pimiento. Nombre vulgar: **guindilla de Indias**.

Capsicum pubescens. Familia: solanáceas. Planta que da un fruto, especie de pimiento muy grande. Es especialmente picante y se usa como condimento y estimulador del apetito. Véase: pimiento. Nombre vulgar en hispano américa: **rocote; rocoto**.

Capsicum tetragonum. Familia: solanáceas. El pimentón se obtiene desecando y moliendo los pimientos. Es el polvo rojo con un sabor dulce o ligeramente picante y un poco amargo después de probarlo. El amargor del pimiento depende de la cantidad de semillas

que se incluyan; lo mejor para elaborarlo es usar sólo el fruto desecado y, cuanto más suave sea el color rojo de los pimientos, más picantes serán. El pimentón se usa en toda Europa, especialmente en Portugal y España, pero los húngaros son los que más lo emplean (**páprika**) para proporcionar color y sabor a numerosos platos, como sopas, verduras, pollo, pescado y carne. Nombre vulgar: **pimentón**. Esencial para el goulash, páprikash y muchos otros platos húngaros y balcánicos. Se usa también con frecuencia en España. Véanse: especias, especias y semillas, derivados del chile. Según el Código Alimentario, 3.24.35. Producto obtenido de la molienda de los frutos sanos, limpios y secos del pimiento, *Capsicum annum*, L o *C. Longum*, D.C., o parte de los mismos, exentos de materias extrañas. Se podrán distinguir los tipos dulce, agri dulce y picante. * La reglamentación correspondiente establecerá los límites y características de los distintos tipos o calidades. Cualquiera que sea su calidad no sobrepasará las cifras siguientes: Humedad, máximo, 14%; extracto etéreo sobre sustancia seca, máximo, 25%; fibra bruta sobre materia seca, máximo, 30%; cenizas totales sobre materia seca, máximo, 10%; sílice sobre materia seca, máximo, 1%. Véase: especias.

capsigrani. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabruza**.

capsigrany. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cabruza; gallerbu; lagartina; rabosa; torillo; vieja.

capsut. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morragute**.

capuchina. Nombre vulgar de la planta: *Tropaeolum maius*.

capuchina. Nombre vulgar de la seta: *Tricholoma portentosum*.

capuchina. Según el Código Alimentario, 3.23.40. d). Es la pasta de azúcar, féculas alimenticias y yema de huevo. Véase: pastas de confitería.

capucines. Calibre empleado en la medida de alcarras. Utilizada en la Denominación: Alcarras y Alcarrones de Murcia.

capuco fantasma. Designación oficial española del crustáceo: *Ucides cordatus*.

capuco verde. Designación oficial española del crustáceo: *Ucides occidentalis*. Sinónimo oficial: Cangrejo de los manglares; Cangrejo patón; Cangrejo terrestre; Cangrejo verde.

capuli. Nombre vulgar de la planta: *Prunus serotina*.

capusa. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **muy-muy limanche**.

caput. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morragute**.

caputjet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **noriega**.

caputjó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: noriega, picón.

caputxa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: noriega; picón.

caputxó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **picón**.

caquelón. Utensilio de cocina consistente en un quemador con un recipiente con aceite para realizar la fondue de carne. Véase: fondue.

caqui. Nombre vulgar de la planta: *Diospyros kaki*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caqui	
Energía (kJ)	274,12
Potasio (mg)	190,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	158,33
Porción comestible	87,00
Energía (kcal)	65,58
Fósforo (mg)	22,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	16,00
Carbohidratos (g)	16,00

Magnesio (mg)	9,50
Calcio (mg)	8,00
Ácido fólico (µg)	7,00
Sodio (mg)	4,00
Fibra (g)	1,60
Proteína (g)	0,72
Grasa (g)	0,30
Niacina (mg eq. niacina)	0,30
Hierro (mg)	0,24
Cinc (mg)	0,10
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,04
Tiamina (B ₁) (mg)	0,02
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

carabali. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón carabali; camarón cebra; camarón fijador indio; camarón pinto.

carabao. Raza primitiva. Antepasado del búfalo doméstico indio (*Bubalus bubalis*) fue el arni (*Bubalus arnee*), que en el pleistoceno poblaba todas las zonas pantanosas de Asia, norte de África y sur de Europa. Con el sucesivo calentamiento del clima y la desecación del suelo, estos búfalos se retiraron a las campiñas, en las que había superficies pantanosas poco profundas, como los deltas de los grandes ríos sureuropeos, norteafricanos e indios, así como a las islas adyacentes del este asiático. En estas campiñas pantanosas se consiguió domesticar al búfalo y hacer de él una ayuda que hoy resulta imprescindible, sea en la labranza de los arrozales, como la única fuente de una carne (por lo demás no especialmente valiosa) o como productor de leche. En estas campiñas también se utiliza como animal de tiro y de silla. El búfalo doméstico indio es un animal fuerte y sin exigencias.

Es resistente a una serie de enfermedades infecciosas (principalmente contra la glosopeda o peste bovina), por las que muchas razas de vacuno son sacrificadas. Es adulto con 6-8 años y llega a vivir hasta casi 30 años. El embarazo de la hembra búfalo dura 12 meses. No es posible un apareamiento fructífero con los vacunos europeos. **Características:** Peso de la vaca: 500-650 kg, altura: 140-150 cm; del búfalo: 700-800 kg; altura: 150-170 cm. Producción de leche de una lactancia: hasta 1.000 l, contenido en grasa de la leche: 6-10%. Véase: buey doméstico.

carabassa. Nombre vulgar catalán de la planta: *Cucúrbita maxima*. Sinónimo: **calabaza**.

carabassó. Nombre vulgar catalán de la planta: *Cucúrbita pepo*. Sinónimo: **calabacín**.

carabela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: muergo; navaja.

carabiner. Nombre vulgar valenciano del crustáceo: *Plesiopenaeus edwardsianus*.

carabinero. Designación oficial española del crustáceo: *Plesiopenaeus edwardsianus*. Sinónimo oficial: Chorizo rojo; Gamba carabinero; Gambot; Gambota; Izkiratzarra; Langostino moruno; Moruno.

carabinero. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **langostino moruno**.

caracaballo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: jorobado antena; jorobado de penacho.

caracare. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta ruyo**.

caracha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arnillo**.

carachana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bacoreta**.

caracol. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: busano radiante; cañailla; caracol común; chanque abulón; cobo cambute; cobo del Pacífico Oriental; locate; púrpura maya; torreón de Humboldt; tulipán salmón; voluta angulosa.

caracol ágata. Nombre vulgar del molusco: *Achatina achatina*.

caracol alacrán. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano alacrán**.

caracol anguloso. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **voluta angulosa**.

caracol atlántico. Designación oficial española del molusco: *Liparis atlanticus*; *Neoliparis atlanticus*.

caracol babilónico japonés. Nombre vulgar del molusco: *Babylonia japonica*.

caracol blanco. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracol bola**.

caracol bocina. Nombre vulgar del molusco: *Euthris comea*

caracol bola. Designación oficial española del molusco: *Malea ringens*. Sinónimo oficial: Caracol blanco.

caracol bover. Nombre vulgar del molusco: *Helix holosericea*

caracol burro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cobo cambute**.

caracol caramecha. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracol moro**.

caracol cavadador. Nombre vulgar del molusco: *Helix melanostoma*.

caracol chocolate. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **locate**.

caracol coco. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **melongena coco**.

caracol común. Designación oficial española del molusco: *Helix aspersa*. Sinónimo oficial: Caracol; Caracol moro; Cargol sapend; Marraskilo arrunta.

caracol común ágata. Nombre vulgar del molusco: *Achatina fulica*.

caracol común jaspeado. Nombre vulgar del molusco: *Helix aspersa*.

caracol de boca negra. Nombre vulgar del molusco: *Helix melanostoma*.

caracol de Borgoña. Nombre vulgar del molusco: *Helix pomatia*.

caracol de campo. Nombre vulgar del molusco: *Helix memoralis*.

caracol de costa. Nombre vulgar del molusco: *Littorina littorea*.

caracol de cuerno ondulado. Nombre vulgar del molusco: *Euthris cornea*, antes *Buccinulum corneum*).

caracol de cuerno ondulado del Mediterráneo. Nombre vulgar del molusco: *Baccinum numphreysianum*.

caracol de cuerno ondulado del Sur de Australia. Nombre vulgar del molusco: *Penion maxima*.

caracol de cuerno ondulado japonés a rayas. Nombre vulgar del molusco: *Siphonalia signum*.

caracol de cuerno ondulado japonés grande. Nombre vulgar del molusco: *Japleion hiraseai*.

caracol de huerta. Nombre vulgar del molusco: *Helix hortensis*.

caracol de jardín. Nombre vulgar del molusco: *Helix memoralis*.

caracol de las viñas. Nombre vulgar del molusco: *Helix pomatia*.

caracol de los árboles. Nombre vulgar del molusco: *Helix nemoralis*.

caracol de los bosques. Nombre vulgar del molusco: *Helix lucorum*.

caracol de los jardines. Nombre vulgar del molusco: *Helix hortensis*.

caracol de luna. Designación oficial española del molusco: *Naticarius hebraeus*.

caracol de monte. Nombre vulgar del molusco: *Helix marmorata*; *Iberus alonensis*.

caracol de playa común. Nombre vulgar del molusco: *Littorina littorea*.

caracol de playa romo. Nombre vulgar del molusco: *Littorina obtusata*.

caracol de roca. Nombre vulgar del molusco. *Murex trunculus*.

caracol del Mediterráneo. Nombre vulgar del molusco. *Murex trunculus*.

caracol espiral de Babilonia. Nombre vulgar del molusco: *Babylonia formosae*.

caracol gigante. Nombre vulgar del molusco: *Achatina fulica*.

caracol gigante alado. Nombre vulgar del molusco: *Strombus gigas*.

caracol gladiador. Nombre vulgar del molusco: *Strombus pugilis*.

caracol granuloso. Nombre vulgar del molusco: *Helix aspersa*.

caracol gris. Designación oficial española del molusco: *Monodonta turbinata*; *Trocho-*

cochlea turbinata; *Turbo cornutus*. Sinónimo oficial: Baldufa.

caracol gris. Nombre vulgar del molusco: *Littorina unifasciata*. Designación oficial: **bígaro**.

caracol josefina. Designación oficial española del molusco: *Neverita josephinia*.

caracol judío. Nombre vulgar del caracol terrestre: *Helix candidissima*.

caracol locate. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **locate**.

caracol luna. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: natica fanguera; natica luna.

caracol marino. Nombre vulgar del molusco: *Euthris cornea*, antes *Buccinulum corneum*.

caracol milpuntos. Designación oficial española del molusco: *Naticarius stercus muscarum*.

caracol moro. Designación oficial española del molusco: *Cepea nemoralis*. Sinónimo oficial: Baso marraskiloo; Caracol caramacha; Cargoli d'anec.

caracol moro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracol común**.

caracol naticoide. Nombre vulgar del molusco: *Helix aperta*.

caracol negro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: burgado costillado; burgado negro; turbante del Pacífico.

caracol operculado. Nombre vulgar del molusco: *Pomatia elegans*.

caracol pera con surcos. Nombre vulgar del molusco: *Busycon canaliculata*.

caracol pera nudoso. Nombre vulgar del molusco: *Busycon carica*.

caracol repolle. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano repollo**.

caracol repollo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano pulludo**.

caracol serrano. Nombre vulgar del caracol terrestre: *Helix marmorata*.

caracol tigre del Oeste de la India. Nombre vulgar del molusco: *Citarium pica*.

caracol trumulco. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **púrpura gigante**.

caracol turbante. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **burgado negro**.

caracol turco. Nombre vulgar del molusco: *Helix lucorum*.

caracola. Designación oficial española del molusco: *Triton nodifer*. Sinónimo oficial: Apupo; Bojina; Carlou; Corno; Cuerno.

caracola. Nombre vulgar del molusco: *Helix pisana*; *Melo amphora*.

caracola cambute. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cobo cambute**.

caracola rosa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cobo rosado**.

caracola tonel. Designación oficial española del molusco: *Tonna galea*.

caracoles. Según el Código Alimentario, Capítulo XIII. Sección 3ª. Comprende: 3.13.17 **Caracoles terrestres**. 3.13.18 **Conservas de caracoles**. Véase: mariscos (crustáceos y moluscos) y derivados. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caracoles	
Energía (kJ)	325,20
Magnesio (mg)	250,00
Calcio (mg)	140,00

Colesterol (mg)	100,00
Energía (kcal)	77,80
Niacina (mg eq. niacina)	41,00
Porción comestible	20,00
Proteína (g)	16,30
Hierro (mg)	10,60
Cinc (mg)	4,40
Grasa (g)	1,40
Vitamina E (mg)	0,80
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,14
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Yodo (mg)	0,01
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Ácido fólico (µg)	
Carbohidratos (g)	tr.
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Sodio (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.

caracoles a la gurmanta. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “mariscos”. Propio de la cocina de Cataluña. **Ingredientes:** caracoles, harina, jamón, cebolla, guindilla, ajo, pimentón, aceite, sal. Véase: cocina de España.

caracoles a la llauna. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “mariscos”. Cocina de Cataluña. Es la forma más tradicional y valorada de presentar los caracoles en el plato, la auténtica “estrella” y uno de los símbolos de la cocina ilerdense. Una receta extendida por toda Cataluña y que también está presente en numerosos restaurantes. **Ingredientes:** caracoles, tocino vetado, butifarra cruda, butifarra negra, ajo, laurel, tomate, azúcar, pimentón, aceite, sal. Véase: cocina de España.

caracoles a la montañesa. Plato de la cocina de Cantabria “Castro Urdiales” perteneciente al grupo de “entrantes y

guisos”. **Ingredientes:** caracoles de tierra, cebolla, ajo, pimiento rojo, huevo cocido, tomate maduro, nueces, chorizo, jamón, nuez moscada, laurel, pimienta negra, Véase: cocina de Cantabria.

caracoles a la piedra. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** caracoles, tomate, limón, sillao, azúcar, ajo molido, ají amarillo, pimienta, aceite, sal. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

caracoles alados. Nombre vulgar de los caracoles: estrómbidos.

caracoles araña. Nombre vulgar de los caracoles: estrómbidos.

caracoles comunes. Nombre vulgar de los caracoles: helícidos.

caracoles de boca redonda. Nombre vulgar de los caracoles: turbínidos.

caracoles de cuerno ondulado. Nombre vulgar de los caracoles: buccínidos.

caracoles de mar con branquias anteriores. Nombre vulgar de los caracoles: proso-branquios.

caracoles de playa. Nombre vulgar de los caracoles: litorínidos.

caracoles dedos. Nombre vulgar de los caracoles: estrómbidos.

caracoles en caldo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** caracoles, cebolla, ajo, sal, comino, culantro, pimienta en grano, guindillas, hinojo.

caracoles en la cocina de España. En muchas regiones españolas, el caracol terrestre goza de una gran consideración culinaria. Las recetas más elaboradas correspon-

den a Lérida, donde el mes de Mayo se celebra el famoso “Aplec del Cargot” que reúne cada año a más de 200.000 personas. Recordemos: Caracoles a la gurmanta, Caracoles a la llauna. Véanse: cocina de España; cocina de Cantabria.

caracoles gigantes. Nombre vulgar de los caracoles: acatínidos.

caracoles terrestres. Nombre vulgar que se atribuye a todas las especies de caracoles pertenecientes fundamentalmente a las familias: helícidos, pomatiásidos, acatínidos. Muchas especies de caracoles terrestres son bianuales, aunque en cautividad, si se protegen del frío viven hasta 5 o 6 años. En invierno cierran su concha con un tabique o epifragma consistente en moco desecado que sirve de protección frente al frío y frente a sus enemigos. Los caracoles son hermafroditas insuficientes que, tras la fecundación cruzada, en primavera o verano ponen (abandonan) sus huevos, muy blancos, en pequeñas cavidades que tapan con tierra. Aproximadamente un mes después salen del huevo los pequeños caracoles provistos de una fina concha con una espira rudimentaria. La alimentación herbívora, es causa de los grandes destrozos que los caracoles ocasionan en los huertos y jardines, en especial cuando, tras las lluvias, pueden congregarse en considerable número. Muchas especies son objeto de consumo en distintas localidades. No obstante, nadie ha podido aún emular la predilección gastronómica que manifestaban hacia ellos los antiguos romanos, que no se limitaban a recogerlos y consumirlos, sino que los cultivaban a gran escala en lugares (**coclearia**) apropiados. Con su lengua mascadora, abombada y muy dentada, la rádula, el caracol terrestre puede desmenuzar bien su alimento. * Hoy se vuelve a considerar al caracol terrestre como un manjar. A pesar de que, por lo general, se comen actualmente muy pocos caracoles,

su consumo ya no puede cubrirse únicamente con las existencias naturales. Por eso se los cría en los llamados **jardines de caracoles**. Antes se exportaban principalmente caracoles terrestres, ya que estos se mantenían durante mucho tiempo y tenían más grasa a causa de su reserva invernal. Los caracoles de verano no son muy apropiados para su consumo, ya que en esa época su tejido contiene mucha cal. Se pueden adquirir en conserva o congelados, pero sobre todo frescos. Los caracoles de jardín son comestibles, pero se deben dejar sin comer dos días, para luego alimentarlos con lechuga y hierbas durante dos semanas. Se suelen cocinar con abundante ajo, perejil y aceite. Consideramos: *Abida bigerrensis*, *Abida polydon*, *Abida secale*, *Achatina fulica*, *Caracollina denticulata*, *Ciclostoma elenagante*, *Clausilia bidentata*, *Helix arbustorum*, *Helix bidens*, *Helix candidissima*, *Helix candidula*, *Helix derogata*, *Helix holosericea*, *Helix hortensis*, *Helix lucorum*, *Helix marmorata*, *Helix melanostoma*, *Helix memoralis*, *Helix personata*, *Helix pisana*, *Helix pomatia*, *Helix pulchella*, *Helix rotundata*, *Helix sericea*, *Helix strigella*, *Helix tehthomma*, *Helix vermiculata*, *Helix virgata*, *Helicella stollismena*, *Iberus alonensis*, *Iberus gualtierianus*, *Lauria cylindracea*, *Monacha cantina*, *Oestophora barbula*, *Otala lactea*, *Otala punctata*, *Oxichilus alliarius*, *Planorbis corneo*, *Pomatia elegans*, *Pseudotachea spludida*, *Rumina decollata*, *Sphincterochila candidissima*, *Theba pisana*, *Trichia striolata*. Véase: cultivo de caracoles; especialidades. Según el Código Alimentario, 3.13.17. Se consideran aptos para el consumo humano los moluscos gasterópodos de las especies "*Helix gualteriana*", "*Helix alonensis*" (*Helix candidissima*, *Helix lactea*, *Helix adspersus*) y "*Helix pomatia*". * Los caracoles terrestres deberán expendirse para el consumo siempre vivos, sanos, limpios, especialmente de tierra o arena. Véase: caracoles.

caracoleta. Nombre vulgar del caracol terrestre: *Helicella itala*.

caracolí. Nombre vulgar de la planta: *Anacardium occidentale*.

caracolillo. Nombre vulgar del caracol terrestre: *Helicella itala*.

caracolillo. Nombre vulgar del molusco: *Littorina littorea*. Designación oficial: **bígaro**.

caracolillo mediterráneo. Designación oficial española del molusco: *Buccinulus corneum*.

Caracollina denticulata. Familia pomatíidos. Caracol terrestre frecuente en el litoral ibérico, desde Lisboa hasta la frontera francesa en Cataluña, y en casi toda Andalucía.

caracteres de grasas comestibles. Según el Código Alimentario, 3.16.02. Los aceites deberán tener un aspecto limpio y transparente, a la temperatura de 15 a 20 °C, olor y sabor agradables, con los aromas propios y característicos de cada aceite, correspondientes a los frutos y semillas de que procedan. Las grasas sólidas, a excepción de la margarina, fundidas deberán ser claras y transparentes, sin contener sustancias en suspensión o posos; deberán tener un aspecto limpio, con olor y sabor agradables. Las características químicas generales, a excepción de la margarina, serán las siguientes: Humedad y materias volátiles, en estufa a 105 °C, no superior a 0,1%. Impurezas insolubles en el éter de petróleo, calculadas sobre grasa seca, no superior a 0,5%. Acidez libre, expresada en ácido oleico y referida a grasa seca, no superior a 3% para los aceites vírgenes de oliva u cacahuete, y no superior a 0,15% para aceites y grasas refinados. Las grasas y aceites refinados no deberán acusar ni trazas del disolvente utilizado en la extracción, dando reacción, dando reacción negativa en el ensayo de jabón. Véase: grasas comestibles; contenido de grasas de los alimentos.

caracteres de la carne. Véase: definición y caracteres de la carne.

caracteres de la fruta. Véase: definición y caracteres de la fruta.

características bacteriológicas de los sueros. Según el Código Alimentario, 3.15.35. Desde el punto de vista bacteriológico se adaptarán a las normas establecidas para la leche higienizada, en el caso del suero líquido, y para la leche en polvo, en el caso del suero en polvo. Véase: sueros lácteos.

características de arroz. Según el Código Alimentario, 3.17.12. a. Las características tipo serán las que para cada campaña se fijen oficialmente, detallándose la tolerancia en cuanto se refiere a humedad, medianos, granos manchados, amarillos y cobrizos, impurezas, etc. véase: Cereales.

características de aves. Según el Código Alimentario, 3.11.02. Las aves se presentarán al consumidor vivas o sacrificadas en condiciones higiénicas. * Tendrán una conformación normal, pudiendo admitirse que el esternón esté ligeramente curvado o hundido, dorso moderadamente deprimido y suficiente grasa en la pechuga y patas, evitando así que se vea la carne a través de la piel. * Las aves sacrificadas se presentarán desplumadas, libres de cañones prominentes y prácticamente libres de los no prominentes. No poseerán huesos rotos, ni heridas, cortes o arañazos. La piel será de color rosa claro, músculos de consistencia firme y olor y sabor característicos. * Las aves obtenidas por caza podrán presentar las heridas y lesiones propias de los proyectiles utilizados para su captura. Se presentarán a la venta con las plumas, parcialmente desplumadas y evisceradas o no. Véase: aves.

características de bebidas derivadas de vino. Según el Código Alimentario, 3.30.58. Las características de las bebidas derivadas de vino serán las siguientes: a) Se presentarán límpidas y con sabor franco. b) Contendrán las sustancias características del vino y en la

proporción que corresponda a su elaboración. c) El anhídrido carbónico se hallará disuelto en la cantidad debida que asegure una ligera efervescencia en el acto de destapar el recipiente y servir la bebida. Véase: bebidas derivadas de vino;

características de caseína. Según el Código Alimentario, 3.15.38. Debe presentarse en forma de polvo blanco, libre de puntos negros, insípida, de olor débil, no desagradable y de la siguiente composición, según el método de preparación. **Humedad**, máximo: Al cuajo, 12% en peso; por precipitación ácida, 10% al peso. **Materia grasa**, máximo: Al cuajo, 1% en peso; por precipitación ácida, 2,5% en peso. **Acidez**, máximo: Al cuajo, 0,2% en peso; por precipitación ácida, 2,5% en peso. **Proteínas** (Nitrógeno por 6,39), mínimo: Al cuajo, 78 a 82% en peso; por precipitación ácida, de 78 a 84% en peso. **Sales minerales**, máximo: Al cuajo, de 7 a 8% en peso; por precipitación ácida, de 2 a 3% en peso. Véase: caseína.

características de cervezas. Según el Código Alimentario, 3.30.51. Serán las siguientes: a) Se presentarán límpidas o debidamente opalinas sin sedimento apreciable; b) Su composición no sobrepasará los límites siguientes: 1. Acidez (previa eliminación del CO₂) total, en ácido láctico, no superior a 0,6 por 1.000, con las tolerancias que establezcan las reglamentaciones correspondientes para las cervezas especiales. 2. Anhídrido carbónico, no inferior a 3° por litro. 3. Glicerina, no más de 3 g/l. 4. Anhídrido carbónico y nitrógeno total, no menos de 0,4 por 1.000 de cada uno. 5. Concentración (extracto real), no menos de 2 grados Plato. 6. PH, entre 4 y 5. 7. Grado de fermentación, no menos de 46. 8. Extracto primitivo calculado, no menos de 11%. Las de menor extracto primitivo deberán rotularse como “**cervezas de baja graduación**”. Véase: cervezas.

características de conservas. Según el Código Alimentario, 3.26.05. Las conservas deben satisfacer las exigencias generales siguientes: a) Estar en perfecto estado de consumo. b) Proceder de materia prima que no esté alterada, ni presente síntomas de descomposición, con la madurez y tamaño convenientes. c) Exentas de materias extrañas. d) Estar envasadas, en condiciones técnicas apropiadas, con materiales que resistan al tratamiento y a la acción de los componentes del producto. e) Haber sufrido esterilización, de forma que proporcione al producto la máxima estabilidad en condiciones de consumo. f) Haber sufrido un tratamiento térmico tal que garantice la inactivación de esporas de *C. botulinum* u otros esporulados. g) Las materias primas a conservar satisfarán las condiciones y requisitos ordenados por este Código y reglamentaciones complementarias. Véase: cconservas.

características de cuajo. Según el Código Alimentario, 3.15.43. Se distinguen: **Cuajo líquido** o solución de cuajo con el poder coagulante o “título mínimo” del uno partido por diez mil (1:10.000) **Cuajo sólido**, con un poder coagulante o “Título mínimo” del uno partido por cuarenta mil (1:40.000). en ambos casos no deben existir más de 25 coliformes por gramo. Véase: cuajo.

características de embutidos. Según el Código Alimentario, 3.10.28. Las reglamentaciones correspondientes y disposiciones complementarias indicarán con detalle la composición y características que deben reunir los distintos embutidos, fiambres y otros derivados cárnicos. * En su elaboración podrá emplearse la sal comestible, en cantidad máxima de 35 partes por 1.000, especias, condimentos y los aditivos autorizados a estos fines, incluidos en las listas positivas de este Código. * No se permitirá la adición de féculas, salvo autorización expresa, para determinado tipo de embutidos. Véase: embutidos.

características de grasas concretas. Según el Código Alimentario, 3.16.54. Las grasas concretas, dispuestas para su empleo, habrán

de ser masas sólidas, homogéneas y con las siguientes características, además de las generales: a) Extracto al éter de petróleo (de 30 a 60 grados de punto de ebullición), en proporción no inferior al 98%. b) Punto de fusión, inferior a 42 °C. Véase: grasas concretas.

características de grasas hidrogenadas alimenticias. Véase: concepto y características de las grasas hidrogenadas alimenticias.

características de harina. Según el Código Alimentario, 3.20.06. De modo genérico serán las siguientes: a) La humedad de la harina no excederá del 15%. b) El gluten seco no será inferior al 5,5%. c) El contenido de cenizas insolubles en ácido clorhídrico al 10%, referido a sustancia seca, no será superior al 3%. * La reglamentación correspondiente especificará el contenido máximo de acidez y cenizas totales, expresadas ambas sobre sustancias secas, para cada tipo de harina. d) Las harinas estarán exentas de toda clase de impurezas, cualquiera que sea su origen. Véase: molinería.

características de las leches. Según el Código Alimentario, 3.15.05. En el momento de su venta reunirán las siguientes características: 3.15.05.1 **Características de las leches naturales.** 3.15.02. **Características de las leches higienizadas.** 3.15.05.3. **Características de las leches certificadas.** 3.15.05.4. **Características de las leches especiales.** 3.15.05.5. **Características de las leches conservadas.** Véase: leche y derivados.

características de leche condensada. Según el Código Alimentario, 3.15.05.5. c. Materia grasa, como mínimo, 8% en peso. Extracto seco magro (sin azúcar), como mínimo, 22% en peso. Impurezas macrosópicas, grado 0. La proporcionalidad de azúcar variará de un mínimo a un máximo, fijado por la siguiente fórmula: Mínimo por 100 igual a $62,5 - 0,625 \times E$. Máximo por 100 igual a $64,5 - 0,645 \times E$. Siendo el factor E igual al tanto por ciento de extracto seco total sin azúcar. Menos de 30.000 colonias de gérmenes por gramo. Ausencia de coliformes en 0,1 gra-

mos. Prueba de la fosfatasa, negativa. Véase: características de las leches conservadas.

características de leche desnatada. Según el Código Alimentario, 3.15.05.4. b. Las mismas de la leche higienizada o esterilizada, con excepción de las siguientes: En el caso de la leche totalmente desnatada: Materia grasa, máximo 1% en peso. En el caso de la leche semidesnatada: Materia grasa, mínimo, 1% en peso. El extracto seco vendrá dado, en cada caso, por la fórmula $E=8,45+0,92G$; siendo E igual al tanto por ciento de extracto seco total en peso y G igual al tanto por 100 de materia grasa en peso. Véase: características de las leches especiales.

características de leche en polvo. Según el Código Alimentario, 3.15.05.5. d. Color uniforme, blanco o cremoso claro, carente de color amarillo o pardo, característicos de un producto recalentado, así como de cualquier otro artificial. Olor y sabor fresco y puro, antes y después de su reconstitución. Ausencia de conservadores, neutralizantes o de cualquier otra sustancia ajena a la composición de la leche no incluidos en las listas positivas de este Código. Humedad, máximo 5% en peso. Materia grasa, como mínimo, 26% en peso para la leche entera y 1,5%, como máximo, para la desnatada. Acidez expresada en ácido láctico, 1,45% en peso, como máximo, para la leche entera, y 1,85%, como máximo, para la leche desnatada. Acidez de la grasa, expresada en ácido oleico, máximo del 2% en peso de la grasa. Ausencia de impurezas macroscópicas. Índice de solubilidad: Para la leche entera, 1 mililitro como máximo; para la leche desnatada, 1,25 mililitros como máximo. Las leches en polvo parcialmente desnatadas, cuyos contenidos grasos estén comprendidos entre 1,5 y el 26%, responderán a las características precedentes con excepción de la acidez, expresada en ácido láctico, cuyo máximo por 100 gramos de polvo vendrá dado

por la siguiente fórmula: Máximo por ciento = $1,874-0,0163 \times$ porcentaje graso de la leche en polvo. Menos de 100.000 colonias de gérmenes por gramo de leche en polvo. Ausencia de coliformes en 0,1 gramos de leche en polvo. Prueba de la fosfatasa, negativa. Véase: características de las leches conservadas.

características de leche esterilizada. Según el Código Alimentario, 3.15.05.5. a. Las señaladas para la leche higienizada, con ausencia de gérmenes vivos en un mililitro de leche después de incubación a 37 °C y 55 °C durante 48 horas. Véase: características de las leches conservadas.

características de leche evaporada. Según el Código Alimentario, 3.15.05.5. b. Materia grasa, como mínimo, 7,5% en peso. Extracto seco magro, como mínimo, 20,5% en peso. Impurezas macroscópicas, grado 0. Ausencia de gérmenes vivos en un mililitro de leche, después de incubación a 37 °C y a 55 °C durante 48 horas. Véase: características de las leches conservadas.

características de leches acidificadas. Véase: características de las leches fermentadas o acidificadas.

características de leches adicionadas de aromas y/o estimulantes. Según el Código Alimentario, 3.15.05.4. e. Las señaladas para las leches higienizadas, esterilizadas, acidificadas o fermentadas, desnatadas o no, con las específicas que señale la reglamentación correspondiente. Véase: características de las leches especiales.

características de leches certificadas. Según el Código Alimentario, 3.15.05.3. Las mismas establecidas para la leche natural en el apartado 3.15.05.1 de este Código, excepto impurezas macroscópicas: grado 0; acidez, expresada en ácido láctico, máximo 0,19 gramos por 100 mililitros de leche, y la prueba de la reductasa con azul de metileno,

que será superior a cinco horas. Véase: leche y derivados.

características de leches concentradas a $\frac{1}{4}$ o $\frac{1}{5}$ de su volumen como máximo. Según el Código Alimentario, 3.15.05.4. a. Estas leches, una vez reconstituidas, poseerán las mismas características de composición establecidas para la leche higienizada. Véase: características de las leches especiales.

características de leches conservadas. Según el Código Alimentario, 3.15.05.5. 3.15.05.5. **Características de la leche esterilizada.** 3.15.05.5. b. **Características de la leche evaporada.** 3.15.05.5. c. **Características de la leche condensada.** 3.15.05.5. d. **Características de la leche en polvo.** Véase: características de las leches.

características de leches enriquecidas. Según el Código Alimentario, 3.15.05.4. d. En el caso de las leches albuminosas y dextrino-malteadas, se ajustarán a las mismas características establecidas para la leche en polvo. * Las leches vitaminadas poseerán las mismas características de las leches higienizadas o esterilizadas. En caso de preparación en forma líquida, la reglamentación correspondiente establecerá sus características. Véase: características de las leches especiales.

características de leches especiales. Según el Código Alimentario, 3.15.05.4. 3.15.05.4. a **Características de las leches concentradas a un $\frac{1}{4}$ o $\frac{1}{5}$ de su volumen como máximo.** 3.15.05.4. b **Características de la leche desnatada.** 3.15.05.4. c. **Características de las leches fermentadas o acidificadas.** 3.15.05.4. d. **Características de las leches enriquecidas.** 3.15.05.4. e. **Características de las leches adicionadas de aromas y/o estimulantes.** Véase: características de las leches.

características de leches fermentadas (o acidificadas). Según el Código Alimentario, 3.15.05.4. c. Acidez, expresada en ácido láctico, de 0,5 a 1,5 gramos por 100 mililitros. * Las demás características serán determinadas, en cada caso, por la reglamentación

correspondiente. Véase: características de leches especiales.

características de leches higienizadas. Según el Código Alimentario, 3.15.05.2. Las mismas señaladas para la leche natural en el apartado 3.15.05.1 (leches naturales, características de las), con las variaciones siguientes: Acidez, expresada en ácido láctico, como máximo, 0,19% gramos por 100 mililitros de leche. Impurezas macroscópicas, como máximo, grado 0. Ausencia de coliformes en 0,1 mililitros de leche. Prueba de fosfatasa, negativa. Véase: leche y derivados.

características de leches naturales. Según el Código Alimentario, 3.15.05.1. a) **leche natural de vaca:** Materia grasa, como mínimo, 3% en peso. Lactosa, como mínimo, 4,2% en peso. Proteínas, como mínimo, 3,2% en peso. Cenizas, como mínimo, 0,65% en peso. Extracto seco magro, como mínimo, 8,2% en peso. Acidez, expresada en ácido láctico, como máximo 0,2 gramos por 100 mililitros de leche. Impurezas macroscópicas expresadas en grados en la escala de impurezas, como máximo, grado 1. Prueba de la reductasa microbiana con azul de metileno, más de 2 horas. b) **leche natural de oveja:** Materia grasa, como mínimo, 7% en peso. Lactosa, como mínimo, 4,6% en peso. Proteínas, como mínimo, 4,7% en peso. Cenizas, como mínimo, 1% en peso. Extracto seco magro, como mínimo, 10,3% en peso. Acidez, expresada en ácido láctico, como máximo 0,3 gramos por 100 mililitros de leche. Impurezas macroscópicas expresadas en grados en la escala de impurezas, como máximo, grado 1. Prueba de la reductasa microbiana con azul de metileno, más de 2 horas. c) **leche natural de cabra:** Materia grasa, como mínimo, 3,3% en peso. Lactosa, como mínimo, 4% en peso. Proteínas, como mínimo, 3,8% en peso. Extracto seco magro, como mínimo, 8,4% en peso. Acidez, expresada en ácido láctico, como máximo 0,2 gramos por 100 mililitros de leche. Impurezas macroscópicas expresadas en grados en la escala de impurezas, como máximo, grado 1. Prueba de la reductasa microbiana con azul de metileno, más de 2 horas. d) **leche**

natural de burra y de yegua: Materia grasa, como mínimo, 1,5% en peso. Lactosa, como mínimo, 6,4% en peso. Proteínas, como mínimo, 2,1% en peso. Cenizas, como mínimo, 0,3% en peso. Extracto seco magro, como mínimo, 8,8% en peso. Acidez, expresada en ácido láctico, como máximo 0,2 gramos por 100 mililitros de leche. Impurezas macroscópicas expresadas en grados en la escala de impurezas, como máximo, grado 1. Prueba de la reductasa microbiana con azul de metileno, más de 2 horas. e) **leche natural de camella:** Materia grasa, como mínimo, 5% en peso. Lactosa, como mínimo, 3,3% en peso. Proteínas, como mínimo, 3% en peso. Cenizas, como mínimo, 0,6% en peso. Extracto seco magro, como mínimo, 6,9% en peso. Acidez, expresada en ácido láctico, como máximo 0,2 gramos por 100 mililitros de leche. Impurezas macroscópicas expresadas en grados en la escala de impurezas, como máximo, grado 1. Prueba de la reductasa microbiana con azul de metileno, más de 2 horas. Véase: leche y derivados.

características de levadura deshidratada.

Según el Código Alimentario, 3.20.64. Las levaduras deshidratadas tendrán las siguientes: a) **Humedad:** No más del 8% de su peso. b) **Cenizas sulfúricas:** No más del 9%, calculado sobre materia seca. c) La **materia grasa** no será superior al 4 por 1.000. d) La cifra de **proteína total** no será inferior al 50%, calculado sobre materia seca. e) Estar **exenta** de almidón, azúcares y sustancias extrañas. Véase: levadura deshidratada.

características de levadura prensada húmeda.

Según el Código Alimentario, 3.20.62. Las levaduras prensadas tendrán las siguientes: a) **Color:** Puede variar del blanco al crema. b) **Olor:** Característico, agradable y ligeramente alcohólico, pero no amoniacal repulsivo. c) **Sabor:** Casi insípido, característico y nunca repugnante. d) **Estabilidad:** Manteniendo el bloque de levadura en ter-

mostato a 30 °C, durante un mínimo de 3 días, no debe descomponerse ni desprender olores desagradables. e) **Actividad fermentativa:** Será capaz de fermentar los azúcares presentes en la msa y en un tiempo de 3 a 4 horas. En la reglamentación correspondiente se indicará el método estándar de determinación. f) **Humedad:** No superior al 75%. g) **Pureza:** No contendrá microorganismos patógenos, no contendrá cargas amiláceas, no contendrá otras materias extrañas a la levadura. h) **Presentación:** Toda pastilla, bloque o recipiente que contenga levadura deberá llevar las indicaciones mencionadas en el capítulo IV (condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado) y además la fecha de envasado en fábrica. Véase: levadura prensada húmeda.

características de manteca de cerdo. Según el Código Alimentario, 3.16.31. De modo genérico presentarán color blanco, consistencia blanda y untuosa, siendo de olor y sabor característicos. En las reglamentaciones correspondientes se señalarán las características específicas de cada una de estas clases. Véase: manteca de cerdo.

características de mantequilla. Composición fundamental: Grasas totales, 83,3 g/100g; Agua, 15,6 g/100g; Colesterol, 240 mg/100g; Vitamina A, 0,6 mg/100g; Vitamina E, 2 mg/100g; Valor energético, 753 Kcal. Según el Código Alimentario, 3.15.20. La mantequilla o las diversas clases de mantequilla deberán presentar en el momento de su venta las siguientes características: a) Consistencia sólida y homogénea. b) Color amarillo más o menos intenso, olor y sabor característicos. c) Humedad, máximo, 16% en peso. d) Extracto seco magro, máximo, 2% en peso. e) Materia grasa, mínimo, 80% en peso. f) Prueba de la fosfatasa, negativa. g) Ausencia de gérmenes coliformes en 0,1 gramos. Las características de su materia

grasa corresponderán a las de la leche o nata de procedencia. Véase: mantequilla.

características de margarina. Composición fundamental: Grasas totales, 80 g/100g; Agua, 19,2 g/100g; Colesterol, 6 mg/100g; Vitamina A, 0,5 mg/100g; Vitamina E, 12 mg/100g; Valor energético, 720 Kcal. Según el Código Alimentario, 3.16.45. El producto terminado y dispuesto para el consumo reunirá las siguientes características fundamentales: a) Masa ligeramente amarillenta con plasticidad adecuada para su manipulación y apropiados caracteres organolépticos; b) Humedad: inferior al 16%; c) Extracto al éter de petróleo (de 30 a 60 grados de punto de ebullición): Superior al 80% en peso; d) Prueba de la fosfatasa: negativa; e) Ausencia de gérmenes coliformes en 0,1 gramos; f) Reacción positiva de féculas, almidón soluble o aceite de sésamo; g) En la materia grasa: Punto de fusión inferior a 42 °C. Ácidos grasos esenciales, mínimo de 7%, expresado en ácido linoleico. Acidez inferior al 2%, expresado en ácido oleico. Véase: margarina.

características de natas. Según el Código Alimentario, 3.15.13. Las natas destinadas a consumo directo deberán reunir los requisitos siguientes: a) Menos de 100.000 colonias de gérmenes por mililitro. b) Ausencia de coliformes en 0,1 mililitros. c) Acidez, expresada en ácido láctico, como máximo, 0,65 g por 100 mililitros. d) Prueba de la fosfatasa, negativa. e) Prueba de la reductasa microbiana con azul de metileno, más de 2 horas. f) No presentará aspectos grumoso, filamentoso, coposo, ni tendrá mal sabor o mal olor. G) No sobrepasará los límites de impurezas establecidos en las listas de tolerancias, complementarias del capítulo XXXV de este Código. H) Materia grasa, como mínimo, 18% en peso. Las características de su materia grasa corresponderán a la de la leche. Véase: nata.

características de pan. Según el Código Alimentario, 3.20.38. Las características de las diversas clases de pan, excepto los integrales y de gluten, serán las siguientes: a)

Color de la miga: blanca, crema o amarillenta. b) **Color de la corteza:** dorada, uniforme y brillante o mate, según la clase de pan, y estará exenta de manchas. c) **Olor** agradable y suave, exento de rancidez o de cualquier otro anormal. d) **Sabor** agradable característico: ni agrio ni amargo. e) La **corteza al tacto** será más o menos fina, según la clase de pan, y no deberá resultar excesivamente dura, debiendo quebrarse y crujir ligeramente al hacer presión sobre la pieza. f) **Textura:** La miga será suave al tacto y tendrá una textura de alvéolos finos y gruesos, de paredes delgadas, distribuidos regularmente según la clase de pan. g) La **acidez** no será superior al 5% expresada en ácido láctico, referida a materia seca y determinada sobre extracto acuoso. h) **Examen al microscopio:** Estará exento de gránulos de almidón de otros cereales, de mohos, de residuos de insectos, huevos o larvas, o de cualquier otra materia extraña que denote un deficiente estado higiénico-sanitario. i) La **humedad** del pan, no podrá ser superior del 30% para los casos a), c) y e) del artículo 3.20.37 (pan bregado, pan integral y pan de gluten) y del 35% para los casos b) y d) del mismo artículo (pan de flama y pan de Viena) La reglamentación correspondiente fijará los límites máximos del contenido de humedad conforme al peso y forma de las piezas, sin rebasar los límites antes establecidos. Véase: pan.

características de pescados. Según el Código Alimentario, 3.12.03. Las reglamentaciones correspondientes establecerán las características sanitarias, de calidad y dimensiones mínimas, que deben reunir los pescados destinados a consumo humano, en fresco o conservado. Véase: pescados.

características de platos congelados. Véase: características y clasificación de platos congelados.

características de preparados para caldos. Según el Código Alimentario, 3.26.16. Los preparados para caldos se ajustarán a las siguientes características: * Residuo seco a

100 °C, no menos de 80%. Amoníaco, en sustancia seca, no más del 0,4%. Sal comestible, en sustancia seca, no más del 65%, expresada en cloruro sódico. Nitrógeno total, en sustancia seca, no menos del 2,5% para los caldos de carne y del 1,5% para los vegetales. Los preparados líquidos tendrán un residuo seco a 100 °C, no menor de 40%. Los preparados que lleven el nombre de una carne determinada satisfarán las condiciones previstas y además la grasa y su contenido en creatinina responderán a su denominación. No pueden contener menos del 10% de extracto de carne. La reglamentación correspondiente señalará las características específicas de los diferentes tipos de caldos. Véase: preparados para caldos.

características de preparados para sopas.

Según el Código Alimentario, 3.26.19. El contenido de estos preparados será el siguiente. Humedad máxima, 16%. Nitrógeno total en sustancia seca, no menos del 2%. Sal comestible en sustancia seca, no más del 50%, calculada en cloruro sódico. Materia grasa en sustancia seca, no superior al 20%. Los preparados que llevan una denominación determinada satisfarán las condiciones previstas y además las correspondientes a sus componentes. Véase: preparados para sopas.

características de productos de régimen.

Véase: concepto y características de productos dietéticos y de régimen.

características de productos dietéticos. Véase: concepto y características de productos dietéticos y de régimen.

características de requesón. Según el Código Alimentario, 3.15.40. La composición del requesón será: **Humedad**, máximo, 69% en peso. **Materia grasa**, máximo, 5,25% en peso, sobre extracto seco. **Proteínas**, mínimo, 19% en peso. **Lactosa**,

10% en peso, como mínimo. Véase: requesón.

características de sal comestible. Según el Código Alimentario, 3.24.08. Los caracteres y composición de la sal comestible, cualquiera que sea su origen, serán los siguientes: a) Cristales blancos, inodoros, solubles en agua sin residuo perceptible a simple vista y con sabor salino franco. b) No contendrá una proporción de agua mayor del 5%. c) Su residuo insoluble no será mayor de 5 decigramos por 100 gramos ni excederá su contenido de sales de calcio, magnesio y potasio del 1%, expresadas, respectivamente, en óxido cálcico, magnésico o potásico y calculadas sobre producto seco. d) Estará exenta de nitratos, nitros y sales armónicas. e) Se tolera la presencia de sal magnésica, calculada en óxido magnésico, hasta 2%, sobre producto seco, cuando el producto vaya a destinarse a la salazón, en cuyo caso se denominará “sal de salazón”. f) El producto envasado y dispuesto para el consumo no contendrá más de 20.000 gérmenes banales por gramo y estará libre de agentes patógenos. Véase: sal para alimentación.

características de sebos alimenticios. Según el Código Alimentario, 3.16.34. El sebo de vacuno es de color blanco mate o ligeramente amarillento, de olor y sabor característicos y de consistencia firme. * El sebo de ganado ovino es de coloración más blanca que el anterior, ofreciendo mayor dureza a la presión de los dedos. El sebo de caprino tiene características semejantes a las de ovino, si bien su olor es más acentuado. Las reglamentaciones correspondientes señalarán las características específicas de cada tipo. Véase: sebos alimenticios.

características de vinagre. Según el Código Alimentario, 3.24.15. Las características de los vinagres serán las siguientes: a) Se presentarán límpidos, con el sabor y el color propios, sin sedimentos u otras alteraciones

sensibles. b) Contendrán las sustancias características de acuerdo con su procedencia, que no se hayan transformado, en las proporciones que resultan de su elaboración. c) La acidez total, calculada en ácido anhídrido, no será inferior a 50 g/l. d) La cifra de extracto sin azúcares será como mínimo de 10 gramos por litro. El contenido de cenizas totales será, como mínimo, de 1 g/l. e) No contendrá más del 1% de alcohol en volumen. Véase: vinagre.

características de los vinos aromatizados.

Según el Código Alimentario, 3.30.11. Los productos acabados y dispuestos para el consumo tendrán las siguientes características: a) Carecerán de turbidez y precipitaciones; b) El contenido en alcohol oscilará entre 15 y 16 grados, c) El extracto seco total no será menor de 50 gramos por litro, con excepción del vermut seco, d) La cifra de azúcares totales expresada en sacarosa no será inferior a 40 gramos por litro, con excepción del vermut seco. Véase: vinos.

características generales de derivados tomate.

Según el Código Alimentario, 3.22.26. 1. Los productos derivados del tomate se alborearán a partir de frutos maduros, sanos, seleccionados, limpios y sin muestras de podredumbre. 2. Se entiende por tomate entero aquel que mantiene su forma original, aún cuando aparezca algo aplastado, magullado o recortado. 3. La presencia de partículas de epidermis, semillas y puntos negros no afectará al buen aspecto del producto. 4. En la elaboración de purés, pastas y concentrados no se podrán utilizar residuos de tomate que hayan servido para la elaboración de zumo ni purés de otros vegetales. 5. En los purés, pastas y concentrados se podrá añadir azúcar en proporción no superior al 20% expresado en sacarosa sobre materia seca, haciendo constar de forma bien visible en la etiqueta la palabra “azucarado”. 6. Los purés, pastas y concentrados podrán contener sal comestible, siempre que se especifique en sus etiquetas, en cantidad no superior al 15% del residuo seco (deducida la sal), para los purés de concentración superior al 20%, y 3% del peso del producto para los purés de concen-

tración igual o inferior al 20%. 7. A los derivados de tomate no se les podrá añadir espesantes, edulcorantes artificiales, colorantes naturales o artificiales. podrán utilizarse conservadores autorizados para este fin en las listas positivas de este Código. 8. La reglamentación correspondiente establecerá las calidades comerciales de estos derivados atendiendo a sus caracteres físicos, químicos y organolépticos. Véase: derivados de tomate.

características y clasificación de platos congelados. Según el Código Alimentario, 3.26.10. Estos platos se compondrán de productos animales o vegetales, o combinados de éstos con especias, condimentos y aromatizantes autorizados por este Código. Véase: platos precocinados y preparados congelados.

carádridos. Véase: *Charadriidae*.

caragán. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cigala**.

caragol. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

caragol punxenc. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cañailla**.

caragolí. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

caraja. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado espejo**.

carajillo. Véase: café “carajillo”.

carajito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **serrano carajito**.

carajo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **guaseta serrano; serrano carajito**.

carajo real. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **malacho**.

carajota. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **agujón sable**.

carajuelo. Nombre vulgar del pez: *Trisopterus minutus capelanus*.

carajuelo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: candil gallito; candil rayado; candil soldado; capellán.

carajuelo blanco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **blanquillo vermiculado**.

caralleta. Designación oficial: **berberecho**.

carallete. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: navaja arqueada; navaja.

carallo de can. Nombre vulgar catalán de la seta: *Ithyphallus impudicus*.

carallote de rey. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almejón**.

carambola. Nombre vulgar de la planta: *Averrhoa carambola*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carambola cruda sin piel	
Energía (kJ)	200,64
Potasio (mg)	158,00
Porción comestible	83,00
Grasa (g)	0,50
Energía (kcal)	48,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	31,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	23,00
Fósforo (mg)	15,00
Carbohidratos (g)	9,60
Magnesio (mg)	8,00
Calcio (mg)	4,00
Sodio (mg)	3,00
Fibra (g)	1,30
Proteína bruta (g)	1,30
Hierro (mg)	0,50
Vitamina E (mg)	0,50
Niacina (mg eq. niacina)	0,47
Grasa poliinsaturada (g)	0,15
Grasa moninsaturada (g)	0,13

Grasa saturada (g)	0,11
Cinc (mg)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,03
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido fólico (µg)	tr.
Yodo (mg)	

caramel. Designación oficial española del pez: *Maena smaris*; *Smaris alcedo*; *Smaris gracilis*; *Smaris mauri*; *Smaris melanura*; *Smaris smaris*; *Smaris vulgaris*; *Sparus alcedo*; *Sparus smaris*; *Spicara alcedo*; *Spicara smaris*. Sinónimo oficial: Charret; Chucla; Genet; Gerret; Gerret bord; Gerret de San Pere; Gerret mascle; Gitana; Jarret; Jerret; Jerret bord; Jerret d'ala groga; Jerret d'ala longa; Jerret de San Pere; Jerret mascle; Jerret pamfil; Judío; Mata soldats; Mora; Pamfil; Picarel; Picarel zebratu; Sucla; Sucla vera; Trompero; Trompero gitano; Xarret; Xerret; Xucla; Xucla blanca; Xucla d'estiu; Xucla guindana; Xucla vera; Xucle; Xula blanca.

caramel. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucla**.

caramel moteado. Nombre vulgar del pez: *Spicara maena*.

caramela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

caramelo. (E-150) IDA (ingestión diaria admisible) = 0-100 mg/kg. Colorante **amarronado**. Es el colorante más utilizado en alimentación. Se puede obtener en presencia de amoníaco o de sulfito amoniacal. Provoca alteraciones sanguíneas en las ratas. Según Spector y Huntoon este efecto puede causarse por una deficiencia de vitaminas B₆ en las ratas. Su presunta toxicidad, señalada por algunos autores, depende de su pureza, luego del proceso de fabrica-

ción. La IDA (ingestión diaria admisible) del caramelo es ilimitada; la de los amoniacales de 0-100 mg/kg. Posible toxicidad. Se encuentra en: Pan, embutidos, cereales para desayuno, vinagre, conservas vegetales, repostería, chocolates, bebidas (cola, cerveza, ron, coñac, güisqui, vino), salsa de soja, caramelos, helados, postre, sopas preparadas, productos cárnicos, vinagres. A evitar. La cantidad autorizada de este aditivo es: Champiñón en lata 200 mg/kg. Mermelada de limón 1,5 g/kg. Pepinos en escabeche 300 mg/kg. Sopas y consomés 300 mg/kg. Yogures 150 mg/kg. Helados 3g/kg. Bebidas 70 mg/kg. Chiclos, caramelos y galletas 300 mg/kg. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Fiambre de lomo BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Productos cárnicos tratados por el calor BPF. Véase: modificadores del color.

caramelo (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: sardina; espadín.

caramelos. Según el Código Alimentario, 3.23.34. Son pastas de azúcar y glucosa, concentradas al calor, endurecidas sin cristalizar al enfriarse, quebradizas y, generalmente, aromáticas y coloreadas. * Se designa como caramelos blandos o pastillas los que, por contener mantequilla, cacao, grasas comestibles u otras sustancias alimenticias, tienen consistencia blanda. * El caramelo puede estar relleno de pastas de frutas, mermeladas o cremas, en cuyo caso recibe la denominación de caramelo relleno. Véase: productos de confitería. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caramelos	
Energía (kJ)	1490,59
Energía (kcal)	356,60
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	94,00
Magnesio (mg)	2,00
Proteína (g)	0,80

Grasa (g)	0,10
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Hierro (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Sodio (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

caramelos blandos. Véase: caramelos.

caramelos de goma. Son caramelos masticables bañados en azúcar, en forma de rombos. Se utilizan para decorar los pasteles, postres y galletas para niños. Véase: Aditivos y productos para repostería.

caramelos multicolores. A menudo con aroma de violeta o rosa, estos vistosos caramelos sirven para adornar pasteles. Véase: Aditivos y productos para repostería.

caramelos plateados. Bolitas de azúcar de aspecto metálico que se emplean en la decoración de pasteles. Véase: Aditivos y productos para repostería.

caramelos rellenos. Véase: caramelos.

caramexa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

caramolle. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón café norteño**.

caramuxo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro.**

Carangidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Superorden: teleósteos. Orden: perciformes. Suborden: percoides. Esta familia se compone de alrededor de 150 especies de las más diversas formas. Característica común a casi todas ellas es la aleta caudal, dividida claramente en dos. Aparece en todos los mares templados y tropicales. Son pescados de mesa muy valorados. Consideramos: blue runner (*Caranx crysos*), caballa de hilos (*Alectis indica*), caballa australiana (*Caranx sexfasciatus*), caballa real (*Gnathanodon* sp.), ccharro (*Trachurus mediterraneus*), chicharro (*Trachurus picturatus*), jack crevalle (*Caranx hippos*), jack de aletas oscuras (*Atropus atropus*), jurel (*Trachurus trachurus*), jurel de Nueva Zelanda (*Trachurus novaezelandiae*), jurel real (*Decapterus ronchus*), lirio (*Campogramma vadigo*), palometa (*Trachynotus glaucus*), palometa blanca (*Trachynotus ovatus*), palometa de Florida (*Trachynotus carolinus*), palometa pompano (*Trachynotus paitensis*), palometón (*Lichia amia*), pez limón (*Seriola dumerili*), pez piloto (*Naucrates ductor*), torpedo-trevally (*Megalaspis cordyla*), trevally (*Caranx georgianus*) Sinónimo: caballas espinosas.

carángidos. Véase: *Carangidae*.

carango ronco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel real.**

Carangoides ajax. Pez. Designación oficial: **pámpano de hebra.**

Carangoides dorsalis. Pez. Designación oficial: **cocinero chicuaca.**

Carangoides emburyi. Pez. Designación oficial: **dorado australiano.**

Carangoides orthogrammus. Pez. Designación oficial: **cocinero isleño.**

carangue. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pámpano de hebra.**

carangue grasse. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa amarilla.**

carangue norie. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel negro.**

carangue plate. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **zapatero sietecueros.**

carangue plume. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pámpano palometa.**

carangue quatre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pámpano listado.**

Carangus hippos. Pez. Designación oficial: **caballa.**

Caranx alexandrinus. Pez. Designación oficial: **jurel de Alejandría.**

Caranx amia. Pez. Designación oficial: **palometón.**

Caranx angolensis. Pez. Designación oficial: **jurel real.**

Caranx ascensionis. Pez. Designación oficial: **jurel negro.**

Caranx atrimanus. Pez. Designación oficial: **casabe ñato.**

Caranx bartholomaei. Pez. Designación oficial: **cojinúa amarilla.**

Caranx caballus. Pez. Designación oficial: **cocinero verde.**

Caranx caninus. Pez. Designación oficial: **jurel común**.

Caranx carangus. Pez. Designación oficial: **caballa**.

Caranx chrusus. Pez. Designación oficial: **surell**.

Caranx crysos. Familia: carángidos. De importancia similar a la paloma pompano, que se captura en el Golfo de Méjico desde mayo hasta septiembre y alcanza de 1 a 2 kg de peso. Véase: Caballas espinosas, carángidos. Nombre vulgar: blue runner, blue jack. Designación oficial: cojinúa negra; surell.

Caranx crysos caballus. Pez. Designación oficial: **cocinero verde**.

Caranx cuvieri. Pez. Designación oficial: **chicharro**.

Caranx dentex. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Caranx dorsalis. Pez. Designación oficial: **cocinero chicuaca**.

Caranx dumerilii. Pez. Designación oficial: **seriola**.

Caranx furthii. Pez. Designación oficial: **casabe ñato**.

Caranx fusus. Pez. Designación oficial: cojinúa negra; surell.

Caranx georgianus. Familia: carángidos. Tiene mucha importancia comercial en la zona indopacífica. Su cuerpo alto y un poco pesado, alcanza los 70 cm de longitud y los 6 kg de peso. Aparece en Nueva Zelanda y en el Sur y el Oeste de Australia. Nombre vulgar: **trevally**.

Caranx glaucus. Pez. Designación oficial: **palometa blanca**.

Caranx helvola. Pez. Designación oficial: **jurel lengua blanca**.

Caranx hippos. Familia: carángidos. De importancia similar a la paloma pompano, que alcanza los 3 kg de peso; su pesca en la costa de Florida, desde abril hasta noviembre. Nombre vulgar: jack crevalle, **jurel común**. Designación oficial: **jurel común**.

Caranx hippos. Pez. Designación oficial: caballa; jurel común.

Caranx jacobaeus. Pez. Designación oficial: **macarela caballa**.

Caranx latus. Pez. Designación oficial: **jurel ojón**.

Caranx leucurus. Pez. Designación oficial: **casabe ñato**.

Caranx lugubris. Pez. Designación oficial: **jurel negro**.

Caranx macarellus. Pez. Designación oficial: **macarela caballa**.

Caranx marginatus. Pez. Designación oficial: **cocinero de seis bandas**.

Caranx medusicola. Pez. Designación oficial: **cocinero de aleta azul**.

Caranx melampygus. Pez. Designación oficial: **cocinero de aleta azul**.

Caranx melanosaurus. Pez. Designación oficial: **chicharro**.

Caranx orthogrammus. Pez. Designación oficial: **cocinero isleño**.

Caranx panamensis. Pez. Designación oficial: **pámpano boquipenda**.

Caranx punctatus. Pez. Designación oficial: **surela**.

Caranx rhonchus. Pez. Designación oficial: **jurel real**.

Caranx ruber. Pez. Designación oficial: **cojinúa carbonera**.

Caranx sancta-helenae. Pez. Designación oficial: **jurela**.

Caranx scombrinus. Pez. Designación oficial: **macarena mejicana**.

Caranx semispinosus. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Caranx sexfasciatus. Familia: carángidos. Pescado azul de carne consistente, que se consume preferentemente de pequeño, ya que los ejemplares grandes son bastante insípidos. Se prepara al horno o a la parrilla, a la plancha o pochado. Véase: pescados. Nombre vulgar y designación oficial: **caballa australiana**.

Caranx solea. Pez. Designación oficial: **jurel**.

Caranx speciosus. Pez. Designación oficial: **pámpano boquipenda**.

Caranx stellatus. Pez. Designación oficial: **cocinero de aleta azul**.

Caranx suareus. Pez. Designación oficial: **jurel real**.

Caranx symmetricus. Pez. Designación oficial: **chicharro ojotón**.

Caranx trachurus. Otro nombre del pez: *Trachurus trachurus*. Designación oficial: **jurel**.

Caranx trachurus mediterraneus. Pez. Designación oficial: **jurel mediterráneo**.

Caranx vinctus. Pez. Designación oficial: **cocinero dorado**.

caraña roja de mangle. Designación oficial española del molusco: *Goniopsis cruentata*.

carapachona. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: sardineta escamuda; sardineta jaguana.

carapachudo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón chupaflor**.

carapau. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro ojón**.

carapulcra de chancho. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** papa, carne de cerdo (chancho), pollo, maní, clavo, cebolla, caldo de carne, vino dulce, manteca, ají colorado, ajo, comino, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

carapulcra de gallina. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** papa seca, gallina, maní, clavo, cebolla, caldo de gallina, vino dulce, ají colorado, ajo, aceite, comino, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

carapulcra de pollo. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** papa seca, papa amarilla, maní, pollo, cebolla, ajo, ají, comino, aceite, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

Carapus acus. Pez. Designación oficial: **rubio**.

Carapus dentatus. Pez. Designación oficial: **zurriaga**.

Carapus imberbis. Pez. Designación oficial: **rubio**.

Carassius auratus. Pez. Designación oficial: **carpín**.

Carassius auratus gibelio. Familia: ciprínidos. De gran parecido al carpín (*Carassius carassius*), también en lo que se refiere a elección de alimento, hábitat y capacidad de supervivencia. El vientre y laterales son de un brillo plateado. Raras veces alcanza

los 20 cm de longitud. Nombre vulgar: **carpín dorado**, pez rojo.

Carassius carassius. Familia: ciprínidos. Cuerpo compacto, con dorso muy elevado, no tiene barbas, aleta dorsal alta. Se halla desde el Reino Unido hasta el este de Rusia, en estanques y lagos poco profundos y ricos en sustancias vegetales. Ha sido implantado en muchos lugares, ya que es el pez que resulta más fácil de contentar, tiene más vidas que un gato como suele decirse, y se acomoda a cualquier situación. Puede soportar los grados más elevados de contaminación acuática y la escasez de oxígeno. Se alimenta de pequeños animales de los fondos, larvas de insectos y plantas. Es pescado con caña en algunas zonas. Talla: 20-30 cm. Peso: 0,2-0,5 kg. Tiene importancia comercial, sobre todo en la Europa oriental. Nombre vulgar y designación oficial: **carpín**.

caravela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **navaja arqueada**.

caravela. Nombre vulgar del molusco: *Ensis ensis*.

Carax pinnulatus. Pez. Designación oficial: **macarela caballa**.

carbamida. (E-927 b) En alimentación se usa en: Bollería, chicle, frutas frescas, productos de confitería, aperitivos, café, chocolate. Véase: productos cuya función no se especifica.

Carbo medicinalis vegetalis. (E-153) Véase: carbón medicinal vegetal.

carbohidratos. Término aplicado a un grupo de sustancias relacionadas. Este grupo de compuestos juega un papel de vital importancia en las plantas y animales, tanto como elementos estructurales como para el mantenimiento de la actividad funcional. Las plantas son únicas en la naturaleza que tienen la capacidad de sintetizar carbohidratos a partir del dióxido de carbono y el agua en presencia de la clorofila de las

plantas verdes y energía solar mediante el proceso de la fotosíntesis. Este proceso es responsable no sólo de la existencia de las plantas, sino también del mantenimiento de la vida de los animales, puesto que estos obtienen todo su alimento directa o indirectamente de los carbohidratos de las plantas. * El término carbohidrato se originó por la creencia de que existen en la naturaleza compuestos de esa clase; por ejemplo. D-glucosa ($C_6H_{12}O_6$), sacarosa ($C_{12}H_{22}O_{11}$) y celulosa ($(C_6H_{10}O_5)_n$) podrían ser formalmente representados como hidratos de carbono, es decir, $C_x(H_2O)_y$, más tarde se hizo evidente que esta definición de los carbohidratos no era satisfactoria, ya que fueron descubiertas sustancias nuevas, cuyas propiedades indicaban que tenían las características de los azúcares y pertenecían a las clases de carbohidratos; sin embargo, demostraban una desviación de la relación hidrógeno oxígeno requerida. Ejemplo de éstos son los desoxi-azúcares; D-desoxiribosa, L-fucosa y L-ramnosa, los ácidos urónicos y algunos compuestos tales como el ácido ascórbico (vitamina C) Conservar el término de carbohidrato es, por lo tanto, una conveniencia más que una definición exacta. Un carbohidrato se define como un polihidroxi-aldehído (aldosa), como una cetona (cetosa) o como una sustancia que da lugar a la formación de alguno de estos compuestos en su hidrólisis. Sin embargo, se incluye en esta clase de compuestos a sustancias que también contienen nitrógeno y azufre. * Las propiedades de muchos carbohidratos difieren enormemente de una sustancia a otra. Los azúcares, tal como D-glucosa o sacarosa, son cristalinas, fácilmente solubles y de sabor dulce. Los almidones son coloidales y forman pastas mientras que la celulosa es completamente insoluble. Aún así, el análisis químico muestra que tiene características comunes: los almidones y la celulosa pueden ser degradados por diferentes métodos hasta formar el mismo azúcar cristalino, la D-glucosa. * Usualmente los carbohidratos se clasifican en tres grupos principales de acuerdo a su complejidad:

monosacáridos, oligosacáridos y polisacáridos. Los monosacáridos son azúcares simples constituidos con una sola unidad de carbohidratos, imposible de hidrolizar en sustancias más simples. Éstos son caracterizados, de acuerdo al tamaño de la cadena de carbono como triosas ($C_3H_6O_3$), tetrosas ($C_4H_8O_4$), pentosas ($C_5H_{10}O_5$), hexosas ($C_6H_{12}O_6$), heptosas ($C_7H_{14}O_7$), etcétera. Los oligosacáridos son azúcares compuestos producto de la condensación de dos a cinco moléculas de azúcares simples y se subclasifican en disacáridos, trisacáridos, tetrasacáridos y pentasacáridos, según el número de moléculas de monosacáridos generados por su hidrólisis. Los polisacáridos comprenden un grupo heterogéneo de compuestos, los cuales representan grandes agregados de monosacáridos, unidos a través de enlaces glucosídicos. Estos compuestos son sustancias sin sabor, no reductores y amorfos que dan lugar a un número abundante e indefinidos de unidades de monosacáridos durante su hidrólisis. Su peso molecular es generalmente muy alto, como el almidón o el glucógeno, tienen pesos moleculares de varios millones. Forman soluciones coloidales, pero algunos polisacáridos, como la celulosa, son completamente insolubles en agua. Debido a su heterogeneidad, son difíciles de clasificar. * Los azúcares también se clasifican en dos grupos: los reductores y los no reductores. Los reductores se distinguen debido a que sus grupos aldehídos o cetonas libres, poseen la propiedad de reducir fácilmente las soluciones alcalinas de muchas sales metálicas, tales como las de cobre, plata, bismuto, mercurio y hierro. El reactivo más ampliamente utilizado para este propósito es la solución de Fehling. Los reductores constituyen el grupo más grande. Los monosacáridos y muchos de sus derivados reducen la solución de Fehling. Casi todos los disacáridos, entre ellos la maltosa, lactosa otros azúcares menos comunes como celobiosa, gentio-

biosa, melibiosa y turanosa también son reductores. El azúcar no reductor más conocido es el disacárido sacarosa. Entre otros están el disacárido trehalosa. El trisacárido rafinosa y melezitosa, el tetrasacárido estaquiosa y el pentasacárido verbacosa. * Los azúcares constan de cadenas de átomos de carbono, los cuales se unen unos a otros formando un ángulo tetraédrico de $109^\circ 28'$. Un átomo decarbono, al cual se encuentran unidos cuatro diferentes grupos, se llama asimétrico. Un azúcar o cualquier otro compuesto que contenga uno o más átomos de carbono asimétricos posee actividad óptica, esto quiere decir que hace rotar el plano de la luz polarizada hacia la derecha o izquierda. Véase: alimentos; alimentos ricos en carbohidratos.

carbón. Sustancia fósil, negra, combustible, que fue en origen materia vegetal pero sufrió cambios físicos y químicos a lo largo de las edades geológicas. Según el Código Alimentario, 5.38.35. La antracita, hulla y carbón de coque para usos domésticos podrá contener, como máximo, 15 por mil de azufre total y estarán exentos de arsénico. Véase: combustibles domésticos.

carbón medicinal vegetal. (E-153) Colorante **negro** obtenido a partir del carbón vegetal. El proceso de fabricación debe garantizar la ausencia de ciertos hidrocarburos que podrían formarse durante el proceso de carbonización y que son cancerígenos. No es tóxico, pero su uso puede ser peligroso dependiendo de su pureza. Se encuentra en: Queso, conservas vegetales, condimentos, productos de pastelería y galletas. A evitar. Sinónimo: *Carbo medicinalis vegetalis*. Véase: modificadores del color.

carbón medicinal vegetal. (E-154) Véase: **marrón FK**.

carbonada de carne a la cerveza. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de

preparación 20 minutos. Cocción: 2 horas.
Ingredientes: paletilla, salsa oscura, cebolla, cerveza, manteca de cerdo, perejil, tomillo, laurel, sal, pimienta. Véase: carnes guisadas y estofadas.

carbonato amónico (E-503 i) Sal amónica del ácido carbónico, de fórmula $(\text{NH}_4)_2\text{CO}_3$. Aditivo corrector de la acidez. Se ha dicho que en grandes cantidades puede producir gota. Se encuentra en bebidas, productos lácteos, cacao. No es tóxico. Véase: acidulantes y correctores de la acidez; gasificantes. Sinónimo: sal volátil.

carbonato cálcico. (E-170) Colorante de superficie **blanco** o **gris** de origen mineral. Se sabe aún poco sobre sus efectos. se encuentra en productos de pastelería. No es tóxico. La cantidad autorizada de este aditivo es: Tratamiento en la superficie de los jamones y paletas para curar, después de la salazón BPF. Véase: modificadores del color; gasificantes.

carbonato magnésico (E-504) Sal de magnesio del ácido carbónico, de fórmula MgCO_3 . Polvo blanco, insoluble en agua, que se descompone a 300 °C, dando óxido magnésico. Existe en la naturaleza formando el mineral magnesita. Se obtiene al mezclar disoluciones de sulfato magnésico y carbonato de sodio. Se emplea en medicina como antiácido. Sustancia gasificante. Se ha dicho que en grandes cantidades puede producir gota. Se encuentra en bebidas, productos lácteos, cacao. No es tóxico. Véase: acidulantes y correctores de la acidez.

carbonato potásico (E-501 i) Sal potásica del ácido carbónico, de fórmula K_2CO_3 . Polvo blanco delicuescente y soluble en agua, que da disoluciones alcalinas. Se prepara a partir del bicarbonato obtenido por reacción de óxido de magnesio, cloruro potásico y dióxido de carbono por medio de resinas cambiadoras de ión utilizando cloruro de potasio y dióxido de carbono. Se emplea para la fabricación de vidrios especiales usados en óptica y en tubos de televi-

sión, y como aditivo en jabones y detergentes. Aditivo corrector de la acidez. Se ha dicho que en grandes cantidades puede producir gota. Se encuentra en bebidas, productos lácteos, cacao. No es tóxico. Véase: acidulantes y correctores de la acidez.

carbonato sódico (E-500 ii) Sosa Solvay. Sal sódica del ácido carbónico, de fórmula Na_2CO_3 . Sólido soluble en agua con formación de disoluciones alcalinas. Se encuentra en depósitos naturales (lagos salados) y se obtiene a partir de cloruro sódico y carbonato cálcico. Se emplea en la fabricación de vidrio, en la producción de sales y compuestos de sodio, y en artículos de limpieza. Aditivo corrector de la acidez. Se ha dicho que en grandes cantidades puede producir gota. Se encuentra en bebidas, productos lácteos, cacao. No es tóxico. Véase: acidulantes y correctores de la acidez.

carboner gros. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula nigricans*.

carbonera. Nombre vulgar de la seta: *Russula cyanoxantha*.

carbonero. Nombre vulgar del pez: *Pollachius virens*. Designación oficial: carbonero peruano; palero.

carbonero ahumado. Véase: pescados ahumados.

carbonero claro. Nombre vulgar del pez: *Pollachius pollachius*.

carbonero de fango. Designación oficial española del pez: *Physiculus nematopus*.

carbonero de fango. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carbonero peruano**.

carbonero de Juan Fernández. Designación oficial española del pez: *Lotella fernandeziana*. Sinónimo: Pescada de Juan Fernández.

carbonero negro. Designación oficial española del pez: *Physiculus rastrelliger*.

carbonero ojón. Designación oficial española del pez: *Austrophysis marginatus*; *Physiculus marginatus*. Sinónimo oficial: Pescada de ojo grande.

carbonero peruano. Designación oficial española del pez: *Physiculus talarae*. Sinónimo oficial: Carbonero; Carbonero de fango; Pescadilla con barba; Pez palo.

carboximetil celulosa (E-466) Producto químico basado en celulosa natural. Puede producir alteraciones en el aparato digestivo. Se encuentra en alimentos de dietética. No es tóxico. La cantidad autorizada de este aditivo es: Productos cárnicos tratados por el calor 5.000 mg/kg. Véase: denominación específica de estabilizadores.

carburo cálcico. Compuesto de fórmula CaC_2 . El producto comercial es un sólido duro grisáceo, que se descompone en agua con formación de acetileno. Según el Código Alimentario, 5.38.27. El destinado a usos domésticos deberá responder a las siguientes exigencias: a) Granulado esponjoso, sin más del 6% de polvo fino; b) Las impurezas totales no pasarán del 5%; c) Estará exento de azufre, fosfato cálcico, compuestos arsenicales y nitratos. Véase: combustibles domésticos.

carcarínidos. Véase: *Carcharhinnidae*.

carcasa de pato. Buena para caldos, se puede encontrar en carnicerías y se hierva a fuego lento en agua con zanahoria, cebolla, puerros y hierbas. Véase: oca y pato.

carcasa de pavo. Vendida en carnicerías, es una pieza excelente para preparar caldos de pavo sabrosos. Véase: pavo.

carcasa de pollo. Es la base del caldo de pollo; se corta en trozos grandes y se le añade

agua, cebolla troceada, zanahoria y apio. Se hierva tapado durante una hora y si es necesario se espuma. Se cuela el caldo, quitando los huesos y los trozos de carne, y se reduce antes de sazonar. Véase: despiece de pollo.

***Carcharhinnidae*.** Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: condríctios. Subclase: elasmobranquios. Orden: escualiformes. A ella pertenecen los tiburones medianos y grandes, con cuerpo rayado en forma de huso y con la boca puntiaguda y larga. Consideramos: cazón (*Galeorhinus galeus*), lamia (*Carcharhinus commersonii*), lobo (*Carcharhinus plumbeus*), tiburón negro picudo (*Carcharhinus limbatus*), tintorera (*Prionace glauca*), musola (*Mustelus mustelus*)

***Carcharhinus acarenatus*.** Pez. Designación oficial: **jaquetón del estrecho**.

***Carcharhinus acronotus*.** Pez. Designación oficial: **tiburón amarillo**.

***Carcharhinus aethlorus*.** Pez. Designación oficial: **tiburón macuira**.

***Carcharhinus altimus*.** Pez. Designación oficial: **tiburón baboso**.

***Carcharhinus ambornensis*.** Pez. Designación oficial: **tiburón baleta**.

***Carcharhinus brachiurus*.** Pez. Designación oficial: **tiburón cobrizo**.

***Carcharhinus brevipinna*.** Pez. Designación oficial: **tiburón aleta negra**.

***Carcharhinus commersonii*.** Familia: carcarínidos. Especie muy parecida al lobo (*Carcharhinus plumbeus*), de la que difiere casi únicamente en que la 1ª dorsal se inserta en posición algo más adelantada y en que la 2ª

dorsal y la anal no están exactamente opuestas. Nombre vulgar y designación oficial: **lamia**.

Carcharhinus falciformis. Pez. Designación oficial: **tiburón jaquetón**.

Carcharhinus floridanus. Pez. Designación oficial: **tiburón jaquetón**.

Carcharhinus galapagensis. Pez. Designación oficial: **tollo de Galápagos**.

Carcharhinus glaucus. Otro nombre del pez: *Prionace glauca*.

Carcharhinus isodon. Pez. Designación oficial: **tiburón dentiliso**.

Carcharhinus johnsoni. Pez. Designación oficial: **tiburón aleta negra**.

Carcharhinus leucas. Pez. Designación oficial: **lamia**; **tiburón sarda**.

Carcharhinus limbatus. Familia: carcarínidos. Llega a los mercados de las zonas más cálidas del Atlántico. Los más jóvenes de esta especie poseen todas las aletas; los ejemplares adultos, de hasta 1,80 m, sólo conservan las puntiagudas aletas pectorales. Nombre vulgar: **tiburón negro picudo**. Designación oficial: **tiburón macuira**.

Carcharhinus longimanus. Pez. Designación oficial: **jaquetón de ley**.

Carcharhinus macu. Pez. Designación oficial: **tiburón oceánico**.

Carcharhinus milberti. Pez. Designación oficial: **tiburón de Milberto**; **tiburón trozo**.

Carcharhinus obscurus. Pez. Designación oficial: **melgacho**; **tiburón arenero**.

Carcharhinus oxyrhynchus. Pez. Designación oficial: **cazón picudo**.

Carcharhinus perezi. Pez. Designación oficial: **tiburón coralino**.

Carcharhinus plumbeus. Familia: carcarínidos. Dientes de forma habitual. Sin espiráculos. Fositas caudales presentes. La 1ª dorsal se inicia en el ámbito posterior, o algo antes, de la base de las escapulares; la 2ª dorsal y la anal están opuestas. Presenta una cresta dérmica entre las dos dorsales. Dorso gris ceniza o pardusco. Talla máxima 3 m. Es cosmopolita litoral, hasta en aguas salobres. Nombre vulgar: **lobo**, **tiburón gris**, **tiburón de Milberto**, **melgacho**. Designación oficial: **tiburón trozo**.

Carcharhinus porosus. Pez. Designación oficial: **tiburón poroso**.

Carcharhinus remotus. Pez. Designación oficial: **tollo mantequero**.

Carcharhinus signatus. Pez. Designación oficial: **tiburón de noche**.

Carcharhinus springeri. Pez. Designación oficial: **tiburón coralino**.

Carcharhynchus maculipinnis. Pez. Designación oficial: **tiburón aleta negra**.

Carcharhynchus nicaraguensis. Pez. Designación oficial: **tiburón sarda**.

Carcharias cinereus. Pez. Designación oficial: **boquidulce**.

Carcharias coeruleus. Pez. Designación oficial: **tiburón de Milberto**.

Carcharias ferox. Pez. Designación oficial: **solrayo**.

Carcharias glaucus. Otro nombre del pez: *Prionace glauca*. Designación oficial: **tin-torera**.

Carcharias isodon. Pez. Designación oficial: **tiburón dentiliso**.

Carcharias lamia. Pez. Designación oficial: **lamia**.

Carcharias leucas. Pez. Designación oficial: **lamia**.

Carcharias longurio. Pez. Designación oficial: **tiburón hocicón**.

Carcharias obscurus. Pez. Designación oficial: **melgacho**.

Carcharias obtusirostris. Pez. Designación oficial: **lamia**.

Carcharias taurus. Pez. Designación oficial: **pez toro; toro bacota**.

Carcharias vulpes. Pez. Designación oficial: **pez zorro**.

Carcharodon carcharias. Familia: lámnidos. Cuerpo bastante rechoncho. El lóbulo inferior de la aleta caudal es casi igual al superior, o sólo un poco más corto. Dientes planos triangulares, de borde finamente aserrado. Extendido por todo el mundo tiene el cuerpo grande. Talla máxima 12 m. Peso máximo 3.000 kg. Carne diversamente apreciada. Nombre vulgar: jaquetón, tiburón asesino, tiburón blanco. Designación oficial: jaquetón blanco; jaquetón. Véase: tiburones.

Carcharodon lamia. Pez. Designación oficial: **jaquetón**.

Carcharodon rodeletii. Pez. Designación oficial: **jaquetón**.

Carcharodon smithii. Pez. Designación oficial: **jaquetón**.

Carcinurus mediterraneus. Crustáceo. Designación oficial: **cangrejo mediterráneo**.

Carcinus maenas. Familia: portúnidos. Es una de las especies más pequeñas de cangrejos que pueden utilizarse como alimento para el hombre. A pesar de que se cuenta entre los cangrejos nadadores, no poseen sus típicas patas en forma de remo, el último par de patas acaba más bien, en forma de lanza y le sirve para excavar. Las pinzas son pequeñas pero fuertes, la espalda lisa

del caparazón llega a tener unos 8 cm de ancho por 4 cm de largo. El cangrejo de mar, como habitante de las zonas de mares, se encuentra en los estuarios. Cuando baja la marea se desplaza en la dirección del mar, pero también se entierra en la arena o se esconde debajo de las algas y las piedras en espera de la próxima marea alta. * El cangrejo de mar es la clase que más se cría en el Atlántico Norte, desde Cabo Norte hasta la costa atlántica española. En el Mar Mediterráneo y en la costa del Mar Negro vive un pariente próximo, el *Carcinus aestuarii*. Desde un punto de vista económico, el cangrejo de mar reviste una importancia local. Aunque ya no con tanta frecuencia como antes, en Italia se pesca después del cambio de piel, es decir, cuando está tierno y se come frito en aceite y entero. En Francia también se come con gusto este cangrejo y se exporta en pequeñas cantidades. En Inglaterra está considerado desde siempre como comida de pobres. Nombre vulgar: cangrejo de mar, **cangrejo común**; cámbaro; cañeta. Designación oficial: **cangrejo verde**. Véase: cangrejos nadadores. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Crustáceo, decápodo, braquiuro, *Carcinus maenas*, Linneo. Véase: marisco. Según la Orden de 25 de Marzo de 1970 sobre normas para la explotación de los bancos naturales y épocas de veda; la talla biológica de esta especie, en el Atlántico es de 40 mm de longitud y de 40 mm en el Mediterráneo.

carciofi alla giudea. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: alcauciles al estilo judío.

carciofi fritti alla romana. Nombre italiano del plato: alcachofas fritas a la romana.

carcomel. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucla**.

card. Nombre vulgar catalán de la planta: *Cynara cardunculus*. Sinónimo: **cardo**

carda. Nombre vulgar de la planta: *Eryngium foetidum*.

cardaire. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: raya bramante; raya cardadora.

cardamomo. Nombre vulgar de la planta: *Elettaria cardamomum*. Nombre hindú: *elaichi*; Véase: especias y hierbas en la cocina védica.

cardancho. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardayre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **raya cardadora**.

cárdena alemana. Véase: vaca cárdena alemana.

cárdena bretona. Véase: vaca cárdena bretona.

cárdena danesa. Véase: vaca cárdena danesa.

cardenal. Designación oficial española del pez: *Gymnetrus repandus*; *Trachipterus bonelli*; *Trachipterus cristatus*; *Trachipterus repandus*.

cardenal. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: candil amarillo; candil púrpura; panchito ojón.

cardenal besugo. Designación oficial española del pez: *Epigonus crassicauda*. Sinónimo oficial: Besugo.

cardenal con mancha. Designación oficial española del pez: *Apogon dovii*.

cardico de monte. Nombre vulgar de la planta: *Scolymus hispanicus*.

cárdidos. Véase: *Cardiidae*.

Cardiidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: moluscos.

Clase: bivalvos, lamelibranquiados o pelecípodos. Subclase: eulamelibránquios. Orden: veneráceos. Todos los miembros de esta gran familia de los berberechos, deben su bonito nombre latino *Cardiidae* a su perfil; vistas de lado, las valvas cerradas forman un corazón debido a su forma abombada convexa, que se va haciendo más pronunciada hacia el vértice. Todos los cárdidos tienen valvas semicirculares, de formas y colores equilibrados y suelen estar provistas de fuertes pliegues radiales, sobre los que pueden asentarse, a su vez, púas, escamas o prolongaciones espinosas. Sin embargo, también hay cárdidos de superficie casi lisa. * Constituye una característica para la mayoría de especies de cárdidos su pie largo, digitiforme y quebrado, con el que pueden moverse saltando. Asentado a una superficie fija, donde el pie se estira con un movimiento brusco, mediante el que el animal se impulsa hasta 50 cm de distancia. Con movimientos similares también puede enterrarse en caso de peligro en los fondos marinos blandos. * Los cárdidos o berberechos ingieren el alimento mediante el sifón de entrada y salida del agua, un tubo corto en cuyo borde se pueden encontrar tentáculos de forma de flecos. * Hay miembros de la familia *Cardiidae* en todos los mares. A medida que se avanza hacia el Sur, mayor es la variedad de las clases. En las regiones europeas, sobre todo en España, Francia e Italia se utilizan para la alimentación. Consideramos: berberecho (*Cardium edule*), berberecho de medio corazón (*Corculum cardissa*), carneiro (*Acanthocardia echinata*), carneiro (*Acanthocardia tuberculata*), marolo (*Acanthocardia aculeata*) perdigone (*Cerastoderma edule*) Véase: bivalvos. Sinónimo: berberechos.

cardillo. Nombre vulgar de la planta: *Scolymus hispanicus*.

cardillo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cardillo	
Potasio (mg)	315
Retinol (mg)	246

Fósforo (mg)	112,9
Agua (mg)	91,9
Porción comestible	80
Calcio (mg)	40,1
Sodio (mg)	29,7
Energía (kcal)	15
Ácido ascórbico (mg)	8
Carbohidratos (g)	5,2
Hierro (mg)	1,5
Proteínas (g)	1,05
Fibra vegetal (g)	1
Grasa (g)	0,2
Riboflavina (mg)	0,095
Tiamina (mg)	0,045
Ácido fólico (µg)	0
Grasa moninsaturada (g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

cardillo bravío. Nombre vulgar de la planta:
Scolymus hispanicus.

cardillo enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cardillo enlatado	
Sodio (mg)	1560
Potasio (mg)	182
Porción comestible	100
Agua (mg)	95,2
Fósforo (mg)	79,8
Calcio (mg)	23,6
Energía (kcal)	10
Carbohidratos (g)	2,4
Fibra vegetal (g)	1
Proteínas (g)	0,7
Hierro (mg)	0,63
Riboflavina (mg)	0,08
Tiamina (mg)	0,03
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa moninsaturada (g)	0

Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0
Grasa (g)	0
Retinol (mg)	0

cardinal. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro corcovado**.

Cardisoma crassum. Crustáceo. Designación oficial: **moro sin boca**.

Cardisoma guanhumi. Familia: gecarcínidos.

La carne de este gran cangrejo de tierra es de un delicado color blanco y tiene un sabor dulce. Este animal es comparado con el “blue crab” cangrejo azul. Se capturan ejemplares de hasta unos 500 g de peso en el Sur de Florida, donde en los años 50 estos animales se daban en cantidades tan grandes que durante sus emigraciones regulares cortaban las calles. El caparazón de la espalda del cangrejo terrestre puede llegar a tener 9 cm de largo por 15 cm de ancho. Las pinzas, sobre todo las del macho, se han desarrollado con mucha fuerza. Este cangrejo se cría desde Florida, pasando por las islas del Caribe, hasta llegar a Brasil. Vive 2 km tierra adentro en campos, bosques y montañas con vegetación. Se ocultan en cuevas de arena de unos 2 m de profundidad excavadas por ellos mismos. Los cangrejos terrestres son metidos en jaulas por los nativos y cebados con maíz, bananas y semillas de palmeras. Por lo general, son animales difíciles de capturar, pero hay una ocasión propicia para perseguirlos cuando las hembras emigran en grandes grupos hacia el mar con la luna llena como en el caso de todas las especies *Cardisoma* y del cangrejo terrestre tropical. Véase: gecarcínidos. Nombre vulgar y designación oficial: **moro de mangle azul**.

Cardium aculeatum. Molusco. Designación oficial: **berberecho espinoso**.

Cardium corbis. Molusco. Designación oficial: **berberecho**.

Cardium echinatum. Molusco. Designación oficial: **berberecho espinoso**.

Cardium edule. Familia: cárdidos. De conchas estriadas casi circulares; puede comerse crudo o guisado. Este berberecho vive principalmente a profundidades de hasta 10 m en las zonas de mareas, sobre suelos arenosos y blandos. Se encuentra en el Atlántico Norte, en el Mediterráneo, en el Mar Negro, Mar del Norte y en el Báltico hasta el golfo de Botnia. El que pueda vivir en aguas tan diversas se debe a su formidable capacidad de adaptación, que se hace especialmente evidente cuando se trata de aguas cuyo contenido de sal va decreciendo de manera progresiva. El berberecho común se pesca en la costa del Mar del Norte alemana, en las de Inglaterra, Holanda, Francia, España y Portugal. En la Europa occidental como también en los EE.UU., las valvas se utilizan como colectores para la cría de ostras (Véase: cría de ostras) La valva de este molusco tiene un color marfil que, incluso puede llegar a ser marrón, sus pliegues radiales se encuentran bien pronunciados. Alcanza unos 5 cm de diámetro. Nombre vulgar: **berberecho**, carneiro, perdigone. Designación oficial: **berberecho**. Véase: cárdidos. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Molusco, bivalvo, *Cardium edule*, Linneo. Véase: marisco. Según la Orden de la Consejería de Agricultura y Pesca de Andalucía de 12 de Noviembre de 1984; la talla biológica de esta especie, en el Atlántico es de 24 mm, en el Mediterráneo de 24 mm.

Cardium glaucum. Molusco. Designación oficial: **pechina**.

Cardium hauniensis. Molusco. Designación oficial: **pechina**.

Cardium lamarcki. Molusco. Designación oficial: **berberecho verde**.

Cardium laxum. Molusco. Designación oficial: **berberecho consorte**.

Cardium teberculatum. Molusco. Designación oficial: **berberecho**.

cardo. Nombre vulgar de la planta: *Cynara cardunculus*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cardo	
Calcio (mg)	114,00
Energía (kJ)	85,79
Porción comestible	80,00
Energía (kcal)	20,53
Carbohidratos (g)	3,50
Hierro (mg)	1,50
Proteína (g)	1,40
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00
Fibra (g)	1,00
Grasa (g)	0,20
Niacina (mg eq. niacina)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,03
Tiamina (B ₁) (mg)	0,01
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Magnesio (mg)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Sodio (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

cardo arrecife. Nombre vulgar de la planta: *Cynara cardunculus*.

cardo borde. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo borriquero. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo burrel. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo de arrecife. Nombre vulgar de la planta: *Cynara cardunculus*.

cardo de burro. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo de comer. Nombre vulgar de la planta: *Cynara cardunculus*.

cardo de huerta. Nombre vulgar de la planta: *Cynara cardunculus*.

cardo de María. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo de olla. Nombre vulgar de la planta: *Scolymus hispanicus*.

cardo enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cardo enlatado	
Retinol (mg)	3800
Sodio (mg)	2570
Potasio (mg)	286
Porción comestible	100
Agua (mg)	92,4
Calcio (mg)	73
Fósforo (mg)	57
Energía (kcal)	17
Ácido ascórbico (mg)	14
Proteínas (g)	14
Carbohidratos (g)	3,6
Hierro (mg)	1,8
Fibra vegetal (g)	1,2
Grasa (g)	0,2
Riboflavina (mg)	0,089
Tiamina (mg)	0,032

Ácido fólico (µg)	0
Grasa moninsaturada (g)	0
Grasa poliinsaturada (g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

cardo lechar. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo lechero. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo manchado. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo mariano. Nombre vulgar de la planta: *Scolymus hispanicus*.

cardo mozárabe. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** cardo blanco de huerta, dientes de ajo, gambas, almendras crudas, aceite de oliva, sal.

cardo pinto. Nombre vulgar de la planta: *Silybum marianum*. Véase: síndrome faloide.

cardo zafranero. Nombre vulgar de la planta: *Scolymus hispanicus*.

cardón azul. Nombre vulgar de la planta: *Hylocereus triangularis*.

cardón lechar. Nombre vulgar de la planta: *Scolymus hispanicus*.

cardos a la piamontesa. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora y 15 minutos. **Ingredientes:** cardo, limón, aceite, cebolla, filete de anchoa, tomate concentrado, sal, pimienta, queso rallado. Véase: verduras al gratín.

cardos con nuez y ajos. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 2 horas. **Ingredientes:** cardo, jamón en tacos muy finos, harina, aceite de oliva, ajo, sal, nueces. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

cardos en salsa. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. **Ingredientes:** cardo en conserva, mantequilla, leche, harina, huevo, queso rallado, pan rallado, sal, pimienta, nuez moscada. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

carduma. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: achoyeta chuchueco; anchoa plateada.

careiriña. Nombre vulgar gallego de la seta: *Marasmius oreades*.

careta de cerdo. Despojo de cerdo. Consiste en la parte carnosa de la cabeza del cerdo incluida la piel y grasa. Se puede encontrar ahumada o en conserva. Se prepara cocida para sopas o caldos. Véase: despojos cárnicos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caretta de cerdo	
Energía (kJ)	2253,02
Energía (kcal)	539,00
Grasas totales (g)	55,50
Agua (g)	34,10
Proteína (g)	9,90
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Calcio (mg)	
Carbohidratos (g)	
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Flúor (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Hierro (mg)	
Magnesio(mg)	
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Sodio (mg)	

Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina E (mg)	

cargado. Véase: vino cargado.

cargol de punxes. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cañailla**.

cargol sapend. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracol común**.

cargoli d'anec. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracol moro**.

cargol punxant. Nombre vulgar valenciano del molusco: *Murex brandaris*.

cargolí negre. Nombre vulgar valenciano del molusco: *Littorina littorea*.

caribe. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **langosta azul**.

cariblanco. Nombre vulgar del mamífero: *Tayassu pecari*.

Carica gouditiana. Familia: caricáceas. La fruta es de forma elipsoidal, con aristas longitudinales, la cáscara, amarilla y la pulpa carnosa, envuelta por una membrana, que contiene pequeñas semillas. Pertenece al grupo de las frutas dulces. Se consume en dulces o mermeladas. Sinónimo: chilacuan, panamá, papaya silvestre, papayote.

Carica papaya. Familia: caricáceas. Fruto del papayo semejante al melón; es planta oriunda de Méjico, pero se cultiva en muchos países intertropicales. El fruto es una baya grande, lisa, oblonga, de color amarillo cuando está madura y verde cuando no lo está. En su interior abundantes semillas pequeñas, redondas, de color negro, la pulpa es gruesa, de sabor dulce. * El género carica incluye aproximadamente 20 especies y numerosas variedades que no han sido demasiado estudiadas. * Hay papayo de tierra fría y de tierra caliente. El papayo de tierra fría llamado **tapacú** o taparraba (Colombia), **bonete** (Méjico), **chilhuacán** (Ecuador), crece espontáneamente cultivado en las lla-

nuras andinas subiendo hasta el páramo. La variedad de páramo se llama **papayuela**. Los frutos hasta de 20 cm de longitud son poligonales redondeados, muy olorosos que maduran en amarillo. * El **papayo calentano**, llamado **fruta bomba** en Cuba, melonen braum en alemán, **melón zapote** en Méjico, **lechosa** en Venezuela y parte de Colombia, **mamáó** en Brasil, es originario de climas templados y calientes. Se ha propagado a otros continentes gracias a la facilidad con que se transportan sus semillas, fácil cultivo y a la bondad de sus frutos. Es común en India, África, Filipinas, Hawái, etc. * De la papaya se conocen 71 especies distribuidas en 4 géneros. Cada especie da frutos de diferentes tamaños, desde la papaya pequeña que alcanza para satisfacer a una sola persona, hasta algunos enormes que miden 50 cm de largo por 30 cm de diámetro. Es uno de los pocos frutos que se pueden adquirir verdes y madurar en casa. * Se ha descubierto en el látex de la papaya el alcaloide **papaína** y **papayotina** que tienen aplicaciones clínicas interesantes por lo que se comercializa en todo el mundo. Se hacen incisiones longitudinales sobre las frutas verdes del papayo, con punzones de madera, en las primeras horas de la mañana. Se recoge la leche o jugo en un recipiente de porcelana, y se repite cada 2 o 3 días; el látex se coagula al contacto del aire, es muy corrosivo. Secado el producto se empaca convenientemente en frascos de cuello ancho. Este producto tan fácil de obtener tiene gran demanda en los mercados europeos y americanos. La papaína es un digestivo por excelencia, se le denomina **pepsina vegetal**. * Las semillas de la papaya madura, pueden emplearse como condimento si se limpian y se muelen bien, para tal fin se les da el primer día un hervor con vinagre suficiente para mojar la masa y al día siguiente se repite la operación. De esta forma adquieren un sabor parecido al berro y un picante similar a la mostaza. * Las hojas de papaya se usan para ablandar alimentos. Con ellas también se ha descubierto

un alcaloide que obra sobre el corazón de la misma forma que el digital, alcaloide llamado **carpaína** o **caricina**, sustancia muy tóxica. * La ropa manchada, particularmente de sangre, se limpia al remojarla con agua que ha sido tratada con hojas de papaya o con la fruta medio verde, lo mismo las telas de colores manchadas sin que los colores se corran. La lana lavada en la misma forma, queda suave, brillante y revitalizada. Nombre vulgar: **papaya**, chamburo, fruta bomba, higuera de las Indias, lechosa, machavick, mamona, mapaña, melón, zapote. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Carica papaya*, L. Véase: frutas carnosas; otras frutas.

Caricaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae; apetalae y choripetalae (o dialypetalae) Orden: parietales. Suborden: papayíneas. Consta de unas 45 especies de los países cálidos, casi todas del género *Carica*. Nombre vulgar: caricáceas. Consideramos: papaya (*Carica papaya*), papaya silvestre (*Carica gouditiana*)

caricáceas. Véase: *Caricaceae*.

caricina. Alcaloide contenido en el fruto de la planta *Carica papaya*.

caricolé. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

caricote. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

carignan de Bedoin. Variedad de uva tinta. Sinónimo: uva aubum.

carín de espejuelos. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

carioca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **merluza**.

cariofiláceas. Véase: *Caryophyllaceae*.

Carissa macrocarpa. Familia: apocináceas. Originaria de África del Sur. El fruto es una baya ovalada, de color rosado fuerte, de 2 a 5 cm de largo, pulpa de color rojo fuerte y de agradable sabor y aroma. Nombre vulgar: ciruelo de natal.

carita. Designación oficial española del pez: *Selene vomer brevoorti*. Sinónimo oficial: Jorobado.

carita. Nombre vulgar del pez: *Scomberomorus maculatus*. Designación oficial: jorobado antena; jorobado carite.

carita celosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado espejo**.

carita coreana. Designación oficial española del pez: *Scomberomorus koreanus*.

carita del Atlántico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite pintado norteño**.

carita del Indo-Pacífico. Designación oficial española del pez: *Cybium guttatum*; *Indocybium guttatum*; *Scomberomorus guttatus*; *Scomberomorus leopardus*.

carita estriada del Indo-Pacífico. Designación oficial española del pez: *Cybium commersoni*; *Scomberomorus commersoni*.

carita lucio. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite lucio**.

carita oeste-africana. Designación oficial española del pez: *Cybium altipinnis*; *Scomberomorus argyreus*; *Scomberomorus tri-tor*.

carita oriental. Designación oficial española del pez: *Sawara hipponius*; *Scomberomorus nipponius*.

carita sierra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: carite pintado norteño; carite sierra.

carite. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: carite chinigua; carite lucio; carite pintado norteño; estornino.

carite atlántico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite pintado norteño**.

carite chinigua. Designación oficial española del pez: *Scomberomorus plumieri*; *Scomberomorus regalis*. Sinónimo oficial: Bonite; Caballa cero; Carite; Carito; Maquereau; Pintada; Sierra; Thazard franc.

carite del Índico. Designación oficial española del pez: *Grammatorcinus bilineatus*; *Grammatorcinus bicarinatus*.

carite lucio. Designación oficial española del pez: *Scomberomorus cavalla*. Sinónimo oficial: Bonite; Caballa moruna; Caballa real; Carita lucio; Carite; Cavala verdadeira; Maquereau; Rey; Serrucho; Sierra.

carite monterey. Designación oficial española del pez: *Scomberomorus concolor*. Sinónimo oficial: Sierra.

carite pintado. Designación oficial española del pez: *Scomberomorus brasiliensis*. Sinónimo oficial: Bonite; Maquereau; Serrá; Thazard franc.

carite pintado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite pintado norteño**.

carite pintado norteño. Designación oficial española del pez: *Scomberomorus maculatus*; *Scomberomorus maculatus sierra*. Sinónimo oficial: Caballa española; Caballa manchada; Carita del Atlántico; Carita sierra; Carite; Carite atlántico; Carite pintado; Sierra.

carite sierra. Designación oficial española del pez: *Scomberomorus sierra*. Sinónimo oficial: Carita sierra; Macarela; Serrucho; Sierra; Verle.

carito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite chinigua**.

carlet blanc. Nombre vulgar catalán de la seta: *Hygrophorus penarius*; *Tricholoma acerbum*.

carlet grog. Nombre vulgar catalán de la seta: *Tricholoma acerbum*.

carlet vermell. Nombre vulgar catalán de la seta: *Hygrophorus russula*.

carlou. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracola**.

carmelo ros. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chanquete**.

carmín de índigo. (E-132) IDA (ingestión diaria admisible) = 0-5 mg/kg. Véase: indigotina.

carmot. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lebranche; lisa pardete.

carn i xua. Otra especialidad de las Islas Baleares de derivado cárnico. Embutido de carne magra de cerdo y tocino fresco, aliñado con sal y pimienta en polvo y en grano. Se embute en la vejiga del cerdo. Véase: derivados cárnicos de Baleares.

Carna aenea. Pez. Designación oficial: **cherna de ley**.

carnada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoa rabo negro**.

carnada azul. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoa rabo negro**.

carnada verde. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoa rabo negro**.

carnaílla. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano**.

carnaroli, superfino. Arroz de grano largo especial para *risottos*, suelta su almidón al removerlo constantemente durante la coc-

ción en caldos. Véase: granos, cereales y harinas.

carnaval. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ochavo**.

carne a la borgoñona. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 3 horas y 15 minutos. **Ingredientes:** paletilla, ajo, vino tinto, tocino, cebollita, puré de tomate, champiñones, laurel, harina, tomillo, perejil, sal, pimienta, manteca de cerdo. Véase: carnes guisadas y estofadas.

carne a la sevillana. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** ternera, tomate, pimiento, cebolla, ajo, laurel, zanahoria, vino blanco, aceite, tomillo, pimienta sal.

carne al estilo de Moravia. Plato integrante de la cocina con carne (Eslovaquia). Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 1 hora y 30 minutos. **Ingredientes:** culata de ternera, huevo duro, pepino, cebolla, laurel, tomillo, perejil, cerveza, caldo, sal, pimienta. Véase: platos internacionales de carne.

carne al horno con patatas y tomates. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 45 minutos. **Ingredientes:** costillas de cordero, patatas, tomate, perejil, pan rallado, pimentón, aceite. Véase: carnes en la cocina clásica.

carne asada con salsa tártara. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 5 minutos. Cocción: 8 minutos. **Ingredientes:** carne de 1ª categoría, sal, pimienta, salsa tártara. Véase: carnes asadas.

carne cocida en rojo con brócoli. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** Pecho vacuno,

agua, sal, cebolla, jengibre, aceite vegetal, pimienta negra, salsa de soja oscura, casia, anís estrellado, agua caliente, vino Shaoh-sing, brócoli. Nombre en China; *huhng siu ngauh*.

carne con cacahuets. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 35 minutos. Cocción: 1 hora y 15 minutos. **Ingredientes:** carne de ternera, tomate, cebolla, cacahuets tostados y molidos, pimientos, aceite de cacahuete, arroz cocido en agua, mandioca, boniatos, berenjenas, calabaza, nabo, col, sal, pimienta. Véase: carnes en recetas curiosas. Nombre original: mafe.

carne con leche. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** carne de res, cebolla, tomate, ajo, tomillo, laurel, azafrán, clavillo, leche, almedra molida, sal.

carne con papas. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** carne de res, papas, aceite, cebolla, ajo, pimiento morrón, vino blanco, laurel, pimentón, azafrán, sal.

carne con puré de patatas. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** carne, puré de patata, limón, harina, ajo, perejil, vino blanco, pimienta, aceite, sal. Véase: ternera en la cocina de Asturias.

Carne de Ávila. Denominación Específica de carnes españolas de vacuno. La zona de producción se extiende por las sierras y montañas de algunas provincias de las Comunidades Autónomas de Andalucía, Aragón, Castilla-La Mancha, Castilla y León, Extremadura, La Rioja y Madrid. Por su parte, la zona de elaboración se concentra en Castilla y León. La Denominación Específica protege terneras, añejos y novillos de la raza Avileña Negra Ibérica. Los animales de esta raza, por su constitución, tiene una gran facilidad para caminar, cualidad indispensable para los desplazamientos trashumantes y para la búsqueda de su alimentación en régimen extensivo. Véase: carnes de España.

carne de ballena. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de ballena	
Energía (kJ)	549,86
Potasio (mg)	300,00
Fósforo (mg)	153,00
Energía (kcal)	131,55
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	100,00
Yodo (mg)	40,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	24,00
Proteína (g)	23,20
Calcio (mg)	12,20
Niacina (mg eq. niacina)	4,71
Hierro (mg)	4,22
Grasa (g)	3,38
Carbohidratos (g)	2,22
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,23
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Magnesio (mg)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	

carne de caballo. El consumo de carne de caballo es corriente en Europa, donde se aprecia su carne tierna y sabrosa. Se caracteriza por tener poco colesterol y ser muy magra. De color más rojizo que la vaca, se estropea con mayor facilidad. Los aderezos de la carne de vaca resultan muy adecuados para el caballo. Como esta carne es más magra, el tiempo de cocción suele ser más largo, ya que la temperatura de cocción es menos elevada. Véase: clasificación de las carnes. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de caballo	
Energía (kJ)	388,74

Fósforo (mg)	200,00
Potasio (mg)	130,00
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	93,00
Colesterol (mg)	78,00
Sodio (mg)	40,00
Magnesio (mg)	23,00
Proteína (g)	21,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	20,00
Calcio (mg)	12,00
Niacina (mg eq. niacina)	8,20
Hierro (mg)	7,00
Cinc (mg)	6,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	3,00
Grasa (g)	1,00
Grasa moninsaturada (g)	0,45
Grasa saturada (g)	0,25
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,23
Grasa poliinsaturada (g)	0,18
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,07
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Ácido fólico (µg)	
Carbohidratos (g)	tr.
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

carne de cabra. Este mamífero ha sido domesticado hace siglos por la piel, la leche, el vellón y su carne consistente de fuerte sabor. Con características nutritivas semejantes a las de la carne de vaca, la cabra se emplea normalmente en guisos y cocidos. Se vende en algunas carnicerías especializadas. Véase: cabra; vabrito. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de cabra	
Energía (kJ)	622,82
Energía (kcal)	149,00
Agua (g)	70,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	36,00
Proteína (g)	19,50
Calcio (mg)	10,00

Grasas totales (g)	7,90
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	4,90
Hierro (mg)	2,00
Vitamina E (mg)	1,00
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,28
Tiamina (B ₁) (mg)	0,15
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Carbohidratos (g)	tr.
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Flúor (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Magnesio(mg)	
Potasio (mg)	
Sodio (mg)	

carne de cabra en salsa. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** carne de cabra, pimienta dulce, ajo, cebolla, perejil, tomillo, laurel, nuez moscada, pimienta quemón, pimentón, sal, vino blanco, aceite.

carne de cangrejo. Se comercializa con este nombre la de diferentes cangrejos. Véanse: cangrejo nadador grande del Pacífico (*Portunus pelagicus*), cangrejos redondos comestibles (*Telmesus sp.*, *Erimacus isenbecki*). Véase: Surimi.

Carne de Cantabria. Denominación de calidad de carnes españolas de vacuno. Ampara la producción de carne de vacuno criado en cebaderos cántabros y sacrificado en mataderos autorizados de la Comunidad Autónoma. Del mismo modo se prevé para las razas Tudanca, Monchina, Pardo Alpina y sus cruces la Denominación Específica Carne de Cantabria – Carne de Alta Montaña, si las reses han nacido en Cantabria y su alimentación se adapta a las normas tradicionales de aprovechamiento de pastos. La carne identificada con Denominación de Calidad procede de animales alimentados de forma natural y acorde con las necesidades de cada una de las fases de su desarrollo, a base de

concentrado, pajas y heno. Todas las reses pertenecientes a una ganadería inscrita en los registros de la denominación deberán ser identificadas 15 días antes de que el animal entre en el cebadero, y 30 días después del nacimiento cuando se acojan a la Denominación Especial carne de Alta Montaña. Véase: carnes de España.

carne de carnero: La carne de carnero suele ser de un macho con más de 1 año y castrado; sin embargo, es posible encontrar en el mercado carne de carnero sin castrar. Al igual que el cordero, se cocina de muchas maneras: asado al horno, a la plancha, escalfado, salteado, braseado o en guisos. Su carne es de color rojo oscuro y está rodeada por una abundante capa de grasa. El sabor puede cambiar según la edad del animal, el origen y la época del año. Véase: oveja. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de carnero	
Potasio (mg)	301
Energía (kcal)	210
Fósforo (mg)	194
Porción comestible	100
Sodio (mg)	84
Agua (mg)	75,1
Colesterol (mg)	60
Retinol (mg)	45
Proteínas (g)	17,5
Grasa (g)	16
Calcio (mg)	10
Hierro (mg)	2,7
Cianocobalamina (µg)	2
Riboflavina (mg)	0,23
Carbohidratos (g)	0,2
Tiamina (mg)	0,18
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne de caza. Véase: caza.

carne de cerdo. Véase: cerdo; canal de porcino; despiece de la canal de porcino. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne magra de cerdo	
Potasio (mg)	300
Fósforo (mg)	170
Energía (kcal)	155
Porción comestible	100
Colesterol (mg)	80
Agua (mg)	71,7
Sodio (mg)	50
Proteínas (g)	20
Grasa (g)	8,3
Calcio (mg)	8
Ácido fólico (µg)	5
Cianocobalamina (µg)	3
Grasa poliinsaturada(g)	2,2
Hierro (mg)	1,5
Tiamina (mg)	0,89
Riboflavina (mg)	0,2
Ácido ascórbico (mg)	0
Carbohidratos (g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne de cerdo con leche de coco y cebollas en vinagre. Plato de la “cocina de Laos” perteneciente al grupo de “carnes”. Tal como sus vecinos tailandeses, los laosianos utilizan mucho la leche de coco para cocinar. Se sirve con arroz cocido al vapor. **Ingredientes:** Costilla de cerdo, ajo, pimienta blanca, sal, leche de coco, cebolla roja, azúcar, agua, salsa de pescado, cebolleta, hojas de cilantro. Nombre en Laos; *pad som sin moo*.

carne de cerdo con salsa agria de ají picante. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “carnes”. Este es un plato tradicional de Goa. Si se usan filetes, se cocina más rápido; la pata, en cambio, requiere una cocción lenta. **Ingredientes:** filete de cerdo, aceite vegetal, cebolla roja,

hojas de curry, agua caliente, sal, pimienta negra. Para la marinada: Vinagre de vino tinto, sal, chile en polvo. Para la pasta: Chalota, ajo, chile rojo fresco, pimienta morrón, jengibre, cilantro, comino, clavo, canela en rama, azúcar de palma, aceite vegetal, vinagre blanco, agua de tamarindo. Nombre en India; *vindaloo*.

carne de cerdo dulce con caléndulas. Plato de la “cocina de Tailandia” perteneciente al grupo de “carnes”. Plato fácil de preparar y popular. En éste el agregado de *kapi* da sabor al cerdo. Se sirve con pétalos de caléndula. **Ingredientes:** Lomo de cerdo, salsa de soja, sal, aceite de cacahuete, cebolla, azúcar de palma, salsa de pescado, salsa de soja, pimienta blanca, pimienta negra, agua caliente, pasta de camarones secos, hojas de cilantro, pétalos de caléndula. Nombre en Tailandia; *moo wan*.

carne de cerdo en adobo. Plato de la cocina de Tlaxcala en México. **Ingredientes:** carne de cerdo, zanahoria, papa, chile ancho, chile pasilla, cebolla, ajo, pimienta negra, clavo, canela, chocolate, vinagre, aceite, sal, pimienta. Véase: carnes en la cocina de México.

carne de cerdo picada. Corte de la canal de cerdo. Buena para albóndigas, hamburguesas y rellenos. Véase: canal de porcino; despiece de la canal de porcino.

carne de cerdo picada para salchichas. Carne picada y condimentada para la elaboración casera de salchichas y rellenos. Véase: canal de porcino; despiece de la canal de porcino.

carne de cerdo rellena con vegetales. Plato de la “cocina de Corea” perteneciente al grupo de “carnes”. A primera vista este plato puede parecer complicado, pero es bastante fácil. Se acompaña con arroz. **Ingredientes:** lomo de cerdo, sal, pimienta negra, aceite vegetal, piñón tostado. **Para**

el relleno: Aceite vegetal, aceite de sésamo, zanahoria, calabacín, champiñón, seta shiitake. **Para la salsa:** Camarones secos, jengibre, ajo, azúcar, salsa de soja, sal, agua. Nombre en Corea; *twaejigogi saektchim*.

carne de cerdo troceada. Corte de la canal de cerdo. Buena para guisos, cocidos y pasteles de carne. Véase: canal de porcino; despiece de la canal de porcino.

carne de ciervo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de ciervo	
Energía (kJ)	431,38
Potasio (mg)	340,00
Fósforo (mg)	210,00
Energía (kcal)	103,20
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	55,00
Colesterol (mg)	50,00
Magnesio (mg)	25,00
Proteína (g)	22,20
Calcio (mg)	5,00
Hierro (mg)	3,30
Cinc (mg)	2,40
Grasa (g)	1,60
Grasa saturada (g)	0,80
Grasa moninsaturada (g)	0,40
Grasa poliinsaturada (g)	0,40
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,25
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

carne de ciervo con salsa de coco. Plato de la “cocina de Laos” perteneciente al grupo de “carnes”. La carne de ciervo se cocina con leche de coco espesa hasta que se evapora toda el agua y, al finalizar la cocción, queda friéndose en el aceite. **Ingredientes:** Leche de coco espesa, carne de ciervo, sal, cebolleta. **Para la pasta:** Ajo, chile rojo, chalota, hojas de lima kaffir. Nombre en Laos; *khousa sin fahn*.

carne de ciervo troceada. Ideal para pasteles de carne, terrinas, patés, estofados y sopas. Véase: caza.

carne de conejo. Véase: conejo.

carne de cordero. Véase: cordero.

carne de cordero picada. Excelente para albóndigas, hamburguesas, *shish kebab*, *moussaka* y pastel de carne. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

carne de erizos. (*Heliocidaris* spp.) El erizo marino se puede encontrar en su concha, pero habitualmente se venden sólo sus huevas, envasadas en pequeñas cajas. Se pueden cocer brevemente o servir crudas rociadas con zumo de limón, untadas sobre pan o tostadas. Véase: marisco.

Carne de la Sierra de Guadarrama. Denominación de Calidad de carnes españolas de añejo procedente de vaca; Comunidad Autónoma de Madrid. Con la Denominación de Calidad se distinguen, exclusivamente, las carnes de añejos pertenecientes a las razas de aptitud cárnica Serrana, Avileña Negra Ibérica, Charolesa, Limousine y sus cruces. Los terneros deben ser destetados con una edad mínima de 5 meses, destinados al sacrificio con una edad máxima de 16 meses y con un peso en canal de 175 a 375 kg para hembras y de 225 a 375 kg para machos. El período mínimo de acabado en cebo intensivo de 3 meses. La carne se presenta en estado fresco, selecta, de color brillante, roja rosada, muy tierna, de gran succulencia, consistencia firme y textura fina. Véase: carnes de España.

carne de lidia. Véase: carnes defectuosas.

Carne de Morucha de Salamanca. Denominación Específica de carnes españolas de vacuno. La Denominación Específica avala la carne de la raza autóctona Morucha que se explota en régimen extensivo en toda la provincia de Salamanca. El hábitat natural de la raza Morucha son los encinares de Salamanca, donde los animales se crían en plena libertad. Las características más importantes y diferenciadas del resto de las razas productoras de carne es su rusticidad y su capacidad de adaptación al medio natural. Se alimentan, principalmente, de pastos, rastrojos, matorrales e incluso de bellotas. El ganado no se estabula en ningún momento del año y los terneros permanecen en el campo, con la madre, hasta los 7 o 9 meses. A continuación se procede al destete y engorde, con cereales y otros productos de la propia explotación. La carne, que procede de terneras, añejos y novillos es totalmente natural. La coloración es siempre más intensa de lo habitual, debido a las especificidades genéticas de la raza y a los pigmentos aportados por su alimentación. Véase: carnes de España.

carne de oveja. Comprende la parte comestible de las distintas razas de ovejas, en general, criadas al efecto. Véase: clasificación de carnes, despiece de la canal de ovino. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de oveja	
Fósforo (mg)	156
Potasio (mg)	138
Energía (kcal)	134
Porción comestible	100
Agua (mg)	72,7
Sodio (mg)	64
Colesterol (mg)	60
Retinol (mg)	40
Proteínas (g)	19,2
Calcio (mg)	12,1
Grasa (g)	6,6
Hierro (mg)	2,3
Cianocobalamina (µg)	2

Carbohidratos (g)	0,4
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Riboflavina (mg)	0
Tiamina (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne de ovino. Véase: carne de oveja.

carne de paloma. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de paloma	
Fósforo (mg)	348
Potasio (mg)	296
Energía (kcal)	135
Colesterol (mg)	80
Porción comestible	70
Sodio (mg)	61
Agua (mg)	46,7
Proteínas (g)	20,4
Calcio (mg)	16
Grasa (g)	12
Ácido ascórbico (mg)	9
Hierro (mg)	4,4
Carbohidratos (g)	0,5
Riboflavina (mg)	0,255
Tiamina (mg)	0,175
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne de perdiz. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de perdiz	
Potasio (mg)	386
Fósforo (mg)	287
Energía (kcal)	106
Sodio (mg)	93
Agua (mg)	75,4
Porción comestible	70
Calcio (mg)	46
Proteínas (g)	23
Colesterol (mg)	20
Hierro (mg)	7,7
Grasa (g)	1,6
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Carbohidratos (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Riboflavina (mg)	0
Tiamina (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne de pierna. Véase: *Beinfleisch*.

carne de pollo. Véase: despiece de pollo.

carne de pollo picada. Ideal para hamburguesas bajas en grasa o como sustituto de la carne de vacuno en pastel de carne, lasañas y albóndigas. Véase: despiece de pollo.

carne de pollo y cerdo con salsa de maní. Plato de la “cocina de Filipinas” perteneciente al grupo de “aves”. Se acostumbra preparar el pipian con una mezcla muy espesa de harina de arroz, carne y manteca de maní, ésta es una versión más suave, que lleva pollo, cerdo y jamón hervidos, cortados en rodajas y salsa de maní, acompañado con arroz. **Ingredientes:** Pollo, paleta

de cerdo, jamón, cebolla, ajo, agua. **Para la salsa de maní:** Aceite vegetal, chalota, ajo, pimentón dulce, cúrcuma, pimienta blanca, cacahuete, agua de tamarindo, sal. Nombre en Filipinas; *pipian*.

carne de ternera. Véase: despiece de la canal de ternera. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne magra de ternera	
Energía (kJ)	549,25
Potasio (mg)	350,00
Energía (kcal)	131,40
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	60,00
Proteína (g)	20,70
Magnesio (mg)	18,00
Niacina (mg eq. niacina)	8,10
Ácido fólico (µg)	8,00
Calcio (mg)	8,00
Grasa (g)	5,40
Cinc (mg)	3,80
Grasa moninsaturada (g)	2,26
Hierro (mg)	2,10
Grasa saturada (g)	2,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	2,00
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,32
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,22
Grasa poliinsaturada (g)	0,19
Vitamina E (mg)	0,15
Tiamina (B ₁) (mg)	0,06
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Carbohidratos (g)	tr.
Fósforo (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Yodo (mg)	

carne de ternera con cebollas. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 2 horas. **Ingredientes:** carne de ternera, cebolla, clavo, pimienta, sal, aceite. Véase: carnes guisadas y estofadas.

carne de toro. Sinónimo: carne de lidia. Véase: carnes defectuosas.

carne de toro a la taurina. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** aguja de toro, cebolla, aceite de oliva, pimentón, comino, pimienta negra, vino blanco, laurel, ajo, perejil.

carne de vaca. Comprende la parte comestible de las distintas razas de vaca, en general, criadas al efecto. Véase: carne de vacuno; clasificación de carnes, cría de vacuno, despiece de la canal de vaca; calidad y control de carne de vacuno. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne magra de vaca	
Potasio (mg)	334
Fósforo (mg)	276
Energía (kcal)	131
Porción comestible	90
Agua (mg)	73,9
Colesterol (mg)	70
Sodio (mg)	69
Proteínas (g)	20,7
Ácido fólico (µg)	8
Calcio (mg)	8
Grasa (g)	5,4
Hierro (mg)	2,1
Cianocobalamina (µg)	2
Riboflavina (mg)	0,22
Grasa poliinsaturada(g)	0,1
Tiamina (mg)	0,006
Ácido ascórbico (mg)	0
Carbohidratos (g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa moninsaturada (g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne de vaca con brotes de bambú. Plato de la “cocina de Vietnam” perteneciente al grupo de “carnes”. Este plato típico del Sudeste asiático se encuentra también en Indonesia, Malasia, Singapur y Filipinas, pero con distintas variantes. Se sirve con arroz o fideos. **Ingredientes:** aceite de cacahuete, cuadril de vaca, brotes de bambú,

cebolleta, semillas de sésamo. **Para el nuoc cham:** salsa de pescado, ajo, chile rojo, sal, azúcar. Nombre en Vietnam; *boxao mang*.

carne de vaca picada. Elija la carne de color rojo intenso; la más pálida contiene mucha grasa. Se emplea para elaborar pasteles de carne, salsa boloñesa y hamburguesas. Véase: despiece de la canal de vaca.

carne de vacuno. Desde la domesticación, la carne y la leche del vacuno han sido dos alimentos esenciales para cubrir las necesidades de proteínas animales de la dieta humana. Véase: despiece de la canal de vaca. El aporte nutritivo de la carne expresado en cantidad por 100 g de material comestible, es:

Carne de vacuno	proteína (g)	grasa (g)	energía (kcal/kJ)
Lomo	22,45	4,45	130/543
Tapa	21,80	2,60	111/463
Contra	21,75	3,05	114/479
Tito falso	21,35	2,35	107/446
Solomillo	21,20	4,00	121/506
Cadera	21,15	2,35	106/442
Redondo	21,10	2,00	102/425
Babilla	20,80	2,85	109/455
Lomo alto	20,55	8,05	155/647
Espalda	20,30	5,35	129/541
Morcillo trasero	20,30	5,35	129/541
Hígado	20,25	2,05	121/484
Pez	19,90	2,48	102/425
Tapa del lomo alto	19,40	10,60	173/724
Raballo de cadera	19,25	9,25	163/682
Pescuezo	19,00	8,85	156/651
Aleta	18,95	11,10	176/735
Lomo alto con la tapa	18,85	12,70	190/794
Pecho medio	18,35	14,45	203/851
Llano	18,25	8,85	153/639
Tapilla de cadera	18,15	12,25	183/765
Pecho delgado	17,40	19,05	241/1009
Punta del pecho	17,40	19,40	244/1022
Costillar cubierto	17,30	17,00	223/931
Guitarra	17,00	19,00	239/1000

carne de vacuno ahumada. Pieza de la contratapa curada y ahumada en frío. Esta especialidad holandesa es magra, de suave sabor sa-

lado y ahumado y se debe cortar en lonchas finas para bocadillos o platos de carnes frías. Véase: carnes y embutidos usuales.

Carne de Vacuno del País Vasco. Véase: Kallitateko Euskal Okela.

carne de vacuno salada. Falda de vacuno curada; debe tener un color rosado pálido y una textura seca. Normalmente tiene una capa de grasa lateral que se puede quitar. Empleada en ensaladas y bocadillos. Véase: carnes y embutidos usuales.

carne de venado. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** carne magra de venado, cebolla, ajo, pimienta negra molida, pimienta blanca molida, whisky o coñac. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne de venado	
Energía (kJ)	468,16
Potasio (mg)	330,00
Fósforo (mg)	249,00
Energía (kcal)	112,00
Colesterol (mg)	110,00
Agua (g)	74,70
Sodio (mg)	61,00
Magnesio(mg)	29,00
Proteína (g)	20,60
Calcio (mg)	7,00
Grasas totales (g)	3,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,25
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Carbohidratos (g)	
Fibra (g)	
Flúor (mg)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Hierro (mg)	
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina E (mg)	

carne empanada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne empanada	
Sodio (mg)	2000
Potasio (mg)	250
Fósforo (mg)	170
Energía (kcal)	141
Colesterol (mg)	125
Porción comestible	100
Agua (mg)	71,6
Proteínas (g)	19
Retinol (mg)	18
Calcio (mg)	13
Ácido fólico (µg)	9
Grasa (g)	5,8
Carbohidratos (g)	3,5
Hierro (mg)	2,1
Cianocobalamina (µg)	1,9
Riboflavina (mg)	0,22
Fibra vegetal (g)	0,13
Tiamina (mg)	0,06
Ácido ascórbico (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne en adobo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** carne de cerdo, ajo, pimentón, orégano, comino, sal, vinagre, aceite.

carne en daube. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 2 horas. **Ingredientes:** paletilla, vino tinto, tocino graso, cebolla, zanahoria, puré de tomates, perejil, laurel, sal, pimienta, almidón. Véase: carnes guisadas y estofadas.

carne en la cocina de España. Los platos de carne tienen una capital importancia en la historia de la gastronomía española. Desde los grandes asados medievales hasta las recetas más novedosas, contemplamos todo un mundo de sabores. Las principales recetas de la cocina de España se subdividen

en: Aves de corral, Caza, Cerdo, Cordero y cabrito, Vacuno. Véase: cocina de España.

carne en la cocina del Mediterráneo. Grupo de platos de la “cocina del Mediterráneo”. Los cocineros mediterráneos son económicos por naturaleza; la carne se suele usar sólo en pequeñas cantidades para reforzar el sabor de los platos de verdura y, además, se usan todas las partes del animal, con resultados deliciosos. Las carnes curadas y los embutidos juegan un importante papel y, en temporada, los animales de caza se encuentran con frecuencia en la mesa. Las ofertas de carne más comunes son el cerdo en la región del Oeste, el cordero en el Este y las aves en todas partes. En los días de fiesta, los platos de carne siempre ocupan el centro del escenario; una de las especialidades es cordero entero, al asador. Consideramos: albóndigas de cerdo y perejil; albóndigas de cordero y especias con piñones en salsa de tomate (*daoud pasha*); filete con salsa de tomate la (*pizzaiola*); capas de berenjenas y cordero al horno (*moussaka*); carne picada a la turca en pinchos (*sis köftesi*); cerdo al horno estilo italiano (*arrosta di maiale*); codorniz con uvas (*soumanate bi'leinab*); estofado de carne (*daube de boeuf*); fricasé de cordero con salsa de huevo y limón (*arni frikase avgo-lemono*); habas cocidas con cerdo y pato (*cassoulet*); hígado de ternera en salsa de tomate con alcaparras (*foie de veau aux câpres*); kebabs de cordero con yogur (*yogurtlu kebab*); kebabs española de cerdo (*pinchos morunos*); kebabs turca de cordero (*sis kebab*); pata de ternera guisada (*os-sobuco*); pato con aceitunas, naranja y jerez (pato a la sevillana); pinchos morunos; pollo saltado con hierbas y ajo en vino blanco (*paulet saute aux herbes de Provence*); pollos asados al estilo marroquí (*djej meshwi*); riñones al jerez; tagine marroquí de cordero con damascos (*tagine d'agneau aux abricots*); venado en salsa agri dulce (*capriolo in agrodolce*)

carne en la cocina de Francia. Consideramos. boeuf bourguignon (buey en vino tinto), entrecote au thym comme en Provence

(filetes de lomo estilo provenzal), filet de boeuf Luis XIV (filete con foie-gras, trufas y macarrones gratinados), tournedos montagnarde (tournedós con queso de cabra y piñones) Véase: platos principales en la cocina de Francia.

carne gobernada. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** carne, cebolla, vino blanco, ajo, aceite, sal. Véase: ternera en la cocina de Asturias.

carne mechada de hermana. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** carne de res, tocino, ajo, pimienta negra, sal, laurel, aceite, vino blanco.

carne mechada guayarmina. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** Para el relleno: carne de res, tocino, castaña, huevo duro, pimienta negra, ajo, jamón curado, zanahoria, pimiento verde. Para la salsa: ajo, cebolla, tomillo, laurel, pimentón, pimienta negra, sal, aceite, vino blanco.

carne o caldeiro. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “vacuno”. Cocina de Galicia. Plato sencillo de elaborar y cuyo único mérito estriba en la calidad del producto. El ganado vacuno gallego pasta toda la vida en el campo y eso se nota en la textura de su carne. Las patatas (llamadas cachelos cuando, como en este caso, son para hervir) son únicas en España, sobre todo las que se cosechan en torno a la orrensana de Xinzo de Limia. **Ingredientes:** carne, cachelos, grelos, unto de cerdo, pimentón picante, sal.

carne picada. Corte de la canal de ternera. Se usa para hacer albóndigas y es muy frecuente en las recetas italianas. Véase: picado de la carne; despiece de la canal de ternera; salazón cárnico. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne picada	
Potasio (mg)	300
Energía (kcal)	265
Fósforo (mg)	200
Colesterol (mg)	100
Porción comestible	100
Sodio (mg)	60
Agua (mg)	59
Retinol (mg)	50
Calcio (mg)	23
Grasa (g)	20,5
Proteínas (g)	15,2
Ácido fólico (µg)	12
Carbohidratos (g)	5,3
Hierro (mg)	2,5
Cianocobalamina (µg)	1
Riboflavina (mg)	0,21
Tiamina (mg)	0,04
Ácido ascórbico (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne picada a la turca en broquetas. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “asados en la cocina del Mediterráneo” y “carne en la cocina de España”. Estas *kebabs* o broquetas de carne picada pueden llamarse con justicia las hamburguesas del Mediterráneo oriental. Aunque se las suele hacer con cordero, también se usa carne de vaca si no es demasiado magra (la grasa le da sabor) **Ingredientes:** Cebolla, carne de cordero, ajo, perejil, páprika dulce, comino, Cayena, sal y pimienta negra, limón. Nombre original: *sis köftesi*.

carne picada de pato. Carne picada de pechuga y muslos de pato. A menudo se utiliza para elaborar el paté de campaña o para mezclar con bacón picado, naranja y *Cointreau* o brandy. Véase: oca y pato.

carne roja. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** carne de vaca, vinagre, pimentón, manteca de cerdo, vino blanco seco, ajo, cebolla, pimienta negra, sal, tomillo. Véase: bovino en la cocina clásica.

carne sanitario. Según el Código Alimentario, 2.08.06. Todo el personal que desempeñe actividades en el sector alimentario deberá poseer carne sanitario individual en el que, además de los datos personales del titular, se hará constar: a) Cometido profesional específico. b) Vicisitudes patológicas. c) Cuantas condiciones establezca la legislación correspondiente. d) Otros datos que dispongan las autoridades sanitarias. Véase: condiciones generales que debe cumplir el personal relacionado con los alimentos, establecimientos e industrias de la alimentación.

carne semigrasa de cerdo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne semigrasa de cerdo	
Potasio (mg)	300
Energía (kcal)	273
Fósforo (mg)	170
Colesterol (mg)	121
Porción comestible	100
Agua (mg)	60,4
Sodio (mg)	40
Grasa (g)	23
Proteínas (g)	16,6
Calcio (mg)	8
Ácido fólico (µg)	4
Grasa poliinsaturada(g)	2,2
Cianocobalamina (µg)	2
Hierro (mg)	1,3
Tiamina (mg)	0,7
Riboflavina (mg)	0,2
Ácido ascórbico (mg)	0
Carbohidratos (g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne semigrasa de vaca. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carne semigrasa de vaca	
Energía (kcal)	256
Potasio (mg)	235
Fósforo (mg)	167
Colesterol (mg)	90
Porción comestible	83
Agua (mg)	62,3
Sodio (mg)	48
Grasa (g)	21
Proteínas (g)	16,7
Ácido fólico (µg)	10
Calcio (mg)	7
Hierro (mg)	1,9
Cianocobalamina (µg)	1
Grasa poliinsaturada(g)	0,4
Riboflavina (mg)	0,2
Tiamina (mg)	0,05
Ácido ascórbico (mg)	0
Carbohidratos (g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

carne Stroganoff con macarrones. Plato integrante de la cocina con carne (Estados Unidos). Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 40 minutos. **Ingredientes:** carne picada, macarrones, champiñones, nata agria, mantequilla, p  prika, cebolla picada, ajo, vino tinto, lim  n, caldo concentrado, sal, pimienta, perejil picado. Véase: platos internacionales de carne.

carne y pollo en la cocina de Grecia. Los griegos poseen el don de saber cocinar el buey y el pollo de tal modo que resultan siempre platos muy especiales y, a menudo, espl  ndidos. Consideramos: Buey condimentado con cebollas; Cordero asado con patatas; Gratinado de buey con pasta; Guisado de buey y tomate; Moussaka; Pollo con coliflor a la canela; Pollo con miel

al limón; Pollo con okras; Rollitos de carne; Souvlakia. Véase: cocina de Grecia.

carne y riñón. Mezcla de dados de espaldilla y riñón de buey, ideal para preparar pasteles de carne. nombre original: steak and kidney. Véase: despiece de la canal de vaca.

carneiro. Nombre vulgar del molusco: *Acanthocardia echinata*; *Acanthocardia tuberculata*; *Cerastoderma edule*. Sinónimo oficial: berberecho. Designación oficial: escupiña grabada; berberecho.

carneirolo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: berberecho marolo; curruco; escupiña grabada; berberecho.

carnero. Morueco castrado. La castración se suele realizar dentro de las 4 semanas de vida. Véase: carne de carnero.

carnero. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **berberecho macho**.

carnes. Desde el punto de vista culinario consideramos: Cabrito asado; Caldereta de cabrito; Carne al horno con patatas y tomates; Cordero al chilindrón; Cordero al vino tinto; Cordero asado; Cordero con guisantes y piñones; Cordero lechal asado; Chuletas de cordero al ajo cabañil; Fritada de cabrito con ajos tiernos; Frito de cordero; Lechazo; Paletillas a la panadera; Pierna de lechal al horno. Véase: cocina clásica; carnes y derivados.

carnes asadas. Consideramos los platos siguientes: Carne asada con salsa tártara; Chateaubriand; Chuletas al perejil. Véase: carnes en la cocina.

carnes, aves y caza en la cocina de Sevilla. Consideramos los platos siguientes: Ajo de matanza, Albondigón, Aleta de ternera, Asadura en salsa de orégano, Asaduras en caldillo, Caldereta de cordero, Caldereta

pastoril (caldereta de chivo), Caldillo de matanza, Callos a la sevillana, Carne a la sevillana, Carne de toro a la taurina, Carne de venado, Chuletas con verduras, Codornices rellenas, Cola de toro con garbanzos, Cola de toro, Conejo a la cazadora, Conejo a la cazallera, Conejo a la marismeña, Conejo al estilo del monte Sibalbín, Conejo al salmorejo, Conejo campero al almorau, Conejo de campo, Cordero a la cerveza, Cordero con alcauciles, Cordero de Morón, Costilla de matanza, Falda de ternera rellena, Flamenquines, Ganso resfriado de la abuela, Homenaje a la matanza del cerdo, Jarrete de ternera con nabos y zanahorias, Lengua de buey con garbanzos, Lengua de cerdo con tomate, Lengua de vaca encebollada, Liadillos, Lomo con ciruela pasas, Lomo a la naranja, Manitas de cerdo, Manteca “colorá” con cabeza de lomo de cerdo, Manteca colorá, Manteca de costillas de La Puebla, Menudo de chivo, Menudo sevillano, Novillo a la taurina, Pastel de carne andalusí, Pavo relleno al horno, Pavo trufado doña Eulalia, Pechuga de vaca a la mostaza, Pechugas rellenas, Perdices a la torera, Perdices al estilo de mi abuela, Perdices al estilo de Morón, Perdiz con col, Pollo a la andaluza, Pollo con almendras, Pollo con pasas, Pollo con pimientos asados, Pollo en escabeche, Pollo en pepitoria, Pollo en salsa de ajos, Pollo frito con habas, Porra de asadura, Rabo de toro, Relleno, Riñones al Aljarafe, Riñones al Jerez, Riñones en salsa de trufas, Rollitos de pollo, Sangre encebollada, Serranitos (carnaval), Solomillo al pimiento, Solomillo de cerdo ibérico con faisanes de jara, Solomillos de cerdo al queso, Solomillos sabrosos, Tripa de colorines, Venado Mercedes. Véase: cocina de Sevilla.

carnes cocidas. Consideramos los platos siguientes: blanquette de ternera; Ropa vieja. Véase: carnes en la cocina.

carnes congeladas. Según el Código Alimentario, 3.10.12. Son las de procedencia nacional o extranjera que, además de las manipulaciones propias de las frescas, han sido sometidas a la acción del frío industrial hasta conseguir en el interior de la masa muscular una temperatura de -12 a -18 grados centígrados, según la especie y tiempo de conservación previsible. Estas carnes serán transportadas y conservadas hasta su venta al público a una temperatura no superior a -18 °C en los establecimientos de venta. Véase: disposiciones comunes sobre carnes. Clasificaciones de las carnes.

carnes de ave. Véase: clasificación de las carnes de ave; conejo y aves de corral en la cocina clásica.

carnes de bóvidos. Véase: clasificaciones de las carnes; bovino en la cocina clásica.

carnes de camélidos. Véase: clasificaciones de las carnes.

carnes de cápridos. Véase: clasificaciones de las carnes.

carnes de cetáceos. Véase: clasificaciones de las carnes.

carnes de équidos. Véase: clasificaciones de las carnes.

carnes de España. Las principales carnes elaboradas en España con Denominación Específica son: Carne de Ávila, Carne de Morucha de Salamanca, Cordero Manchego, Pollastre y Capó del Prat (Pollo y capón del Prat), Ternasco de Aragón, Ternera Gallega. Poseen la Denominación de Calidad las siguientes: Baserriko Oilaskoa (Pollo de case-río del País Vasco), Carne de Cantabria, Carne de la Sierra de Guadarrama, Esneko Euskal Bildotsa (Cordero lechal del País Vasco), Kalitateko Euskal Okela (Carne de vacuno del País Vasco), Pollos Camperos (Aragón), Ternera de Navarra, Vedella de Girona (Ternera de Gerona), Vedella dels Pi-rineus Catalans. Véase: alimentos de España.

carnes de óvidos. Véase: clasificaciones de las carnes.

carnes de suidos. Véase: clasificaciones de las carnes; cerdo en la cocina clásica.

carnes defectuosas. Según el Código Alimentario, 3.10.13. Es aquella que, por proceder de animales fatigados, mal nutridos o por otras causas, presentan disminuido su valor nutritivo, y las que tienen color, olor, sabor o consistencia anormales. * Estas carnes se venderán en los establecimientos denominados *baja tabajería*. * Se incluyen también en este grupo las carnes procedentes de las reses sacrificadas en lidia, que no podrán ser vendidas en las carnicerías normales al mismo tiempo que las incluidas en los artículos 3.10.10 al 3.10.12 (carnes frescas, carnes refrigeradas, carnes congeladas), ambos inclusive, siendo obligatorio colocar en estos establecimientos y con grandes caracteres, el letrero de "Carne de lidia". * Véase: disposiciones comunes sobre carnes; clasificaciones de las carnes.

carnes en aspic. La carne de vacuno, cocida o asada, armoniza perfectamente con la gelatina fría. Este campo culinario da un enorme juego a los cocineros creativos y ofrece soluciones económicas y esmeradas para aprovechar los restos. Un ejemplo perfecto es el tafelspitz en aspic, una jugosa combinación de carne y caldo. El caso de la terrina es algo diferente, ya que aquí lo que más se mira es una presentación sibarita. Véase: platos fríos.

carnes en la cocina. Clasificamos en los siguientes grupos las preparaciones culinarias con carnes: Carnes asadas; Carnes cocidas; Carnes guisadas y estofadas; Corazón y otros despojos en la cocina; Entrecotes; Filetes y escalopes; Lenguas en la cocina; Lomos y solomillos; Platos con carnes de caza; Platos internacionales de carne; Carnes en recetas curiosas; Sesos y riñones en la cocina.

carnes en la cocina clásica. Consideramos: Cabrito asado; Carne al horno con patatas

y tomates; Cordero al vino tinto; Cordero con guisantes y piñones; Cordero lechal asado; Fritada de cabrito con ajos tiernos; Lechazo; Paletillas a la panadera; Pierna de lechal al horno; Cabrito asado; Carne al horno con patatas y tomates; Cordero al vino tinto. Véase: cocina clásica.

carnes en la cocina de Grecia. Véase: carne y pollo en la cocina de Grecia.

carnes en la cocina de India. En la India gustan de cocinar ante todo carne de cabra y cordero, puesto que las creencias religiosas impiden el consumo de la carne de vaca. De todos modos, las recetas de esta sección resultarán igualmente apetitosas ya se elaboren con carne de vaca o de cordero. Consideramos: Buey al estilo de Madrás; Curry de carne de cerdo picante; Curry de cordero con espinacas; Kebabs de cordero; Pierna de cordero asada con especias; Roghanjosh de cordero. Véase: cocina de India.

carnes en la cocina de Marruecos. Ya sean marinados y asados lentamente en rustedera o cocidos en un caldo condimentado los platos resultan adecuados para un buen banquete. Consideramos los siguientes platos: Albóndigas de carne y arroz; Cordero asado con especias; Cordero con chermoula; Cordero con habas y alcachofas; Tagine de cordero con membrillo. Véase: cocina de Marruecos.

carnes en la cocina de Méjico. Albóndigas, Albóndigas en chipotle, Ancas de rana empanizadas, Barbacoa de lomo en olla, Cabrito en chile y consomé, Carne de cerdo en adobo, Carnitas de olla, Chicharrón en salsa roja, Chicharrón en salsa verde, Conejo enchilado, Costillas de cerdo a la crema, Espinazo de cerdo con verdolagas, Filete enchocolatado, Liebre campirana, Lomo encacahuete, Longaniza en salsa verde, Menudo duraguense, Mixiotes de

carnero en olla casera, Pizotl en chiltexitli, Pozole blanco, Pozole colorado estilo tapatío, Pozole verde, Puntas de filete a la mexicana, Tinga. Véase: cocina de Méjico.

carnes en la cocina de Sevilla. Véase: carnes, aves y caza en la cocina de Sevilla.

carnes en recetas curiosas. Consideramos los platos siguientes: Hena-ritra; Mafe (carne con cacahuetes); Sambos; Sofrito egipcio. Véase: carnes en la cocina.

carnes estofadas. Véase: carnes guisadas y estofadas.

carnes frescas. Según el Código Alimentario, 3.10.10. Son aquellas de procedencia nacional que sólo han sufrido las manipulaciones propias del faenado y oreo, previas a su distribución y que su temperatura de conservación no sea inferior a cero grados centígrados. Véase: disposiciones comunes sobre carnes; clasificaciones de las carnes.

carnes guisadas. Véase: carnes guisadas y estofadas.

carnes guisadas y estofadas. Consideramos los platos siguientes: Carbonada de carne a la cerveza; Carne a la borgoñona; Carne de ternera con cebollas; Carne en daube; Estofado de carne con patatas; Estofado de buey; Pecho de ternera relleno con castañas; Ternera rellena con mariscos. Véase: carnes en la cocina.

carnes impropias. Según el Código Alimentario, 3.10.14. Son las que por proceder de fetos que no han completado su proceso normal de desarrollo o las de aquellas especies animales cuyo consumo no está autorizado o no está comprendido en los hábitos alimenticios españoles, aún cuando tengan valor nutritivo, no se permite la venta ni el consumo de estas carnes. Véase: disposiciones comunes sobre carnes; clasificaciones de las carnes.

carnes nocivas. Según el Código Alimentario, 3.10.15. Son las portadoras de gérmenes patógenos o de sus toxinas, de parásitos y sus formas de desarrollo y las de degeneraciones neoplásicas, así como las putrefactas o mal conservadas, cuya ingestión puede provocar trastornos al consumidor. Estas carnes serán decomisadas. Véase: disposiciones comunes sobre carnes; clasificaciones de las carnes.

carnes refrigeradas. Según el Código Alimentario, 3.10.11. Son las de procedencia nacional o importada que, además de las manipulaciones propias de las frescas, han sufrido la acción del frío industrial a temperatura y humedad adecuadas hasta alcanzar en el centro de la masa muscular profunda una temperatura ligeramente superior a la de congelación de los jugos tisulares. Estas carnes, hasta su venta al público, se mantendrán en idénticas condiciones. Véase: disposiciones comunes sobre carnes; clasificaciones de las carnes.

carnes usuales. Véase: carnes y embutidos usuales.

carnes y derivados. Según el Código Alimentario, Capítulo X. 3.10.00. Sección 1ª **Generalidades sobre carnes y despojos.** Sección 2ª **Disposiciones comunes sobre carnes.** Sección 3ª **Derivados cárnicos.** Sección 4ª **Tripas.**

carnes y embutidos usuales. Con la nueva tendencia a mantener una dieta saludable y en un contexto de intercambio cultural, el papel de la carne ha cambiado. Entre las especies cárnicas que más consumo tienen en nuestros mercados se encuentran los siguientes artículos: Bacón; Carne de cerdo; Carne de cordero; Carne de ternera; Carne de vaca curada; Carne de vacuno ahumada; Carne de vacuno salada; Carne de vacuno; Cecina; Chorizo; Despojos cárnicos; Jamón cocido; Jamón y carne curados; Pastrami al estilo americano; Pastrami estilo Nueva York; Patés, terrinas y cabeza de jabalí; Pecho de vacuno; Salchichas europeas; Salchichón. Véase: clasificación de ingredientes.

carnicería equina. Véase: clasificación de carnes, venta de carnes, venta de carne de équidos.

carnita. Sinónimo: proteínas vegetales texturizadas.

carnitas de olla. Plato de la cocina de Aguascalientes en Méjico. **Ingredientes:** pierna de cerdo, chile ancho, ajo, comino, aguacate, hojas secas de maíz. Véase: carnes en la cocina de Méjico.

carnitina. Sinónimo: vitamina B₁₂.

carnizó. Nombre vulgar gallego de la seta: *Claviceps purpurea*.

carnoner. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula adusta*.

carnoso. Véase: vino carnososo.

caro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pastinaca; quimera.

carocha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cornuda común**.

carocho. Designación oficial española del pez: *Dalatias licha*; *Scymnorhius licha*; *Scymnus licha*; *Squalus americanus*; *Squalus licha*; *Squalus nicaensis*. Sinónimo oficial: Bastino; Cassó; Cazón; Cazón catalán; Lija; Lisha; Negra; Negret; Negrita; Negritu; Nioto; Orch-chirriquia; Ortiz txirrikia; Pailona; Pastino; Pastín.

carolea. Véase: aceituna carolea.

carotenoides. (E-160) Colorantes **anaranjados** naturales basado en extractos de plantas. El cuerpo los puede metabolizar en vitamina A. También pueden obtenerse sintéticamente. Comprende: Alfa, beta, gamma caroteno; Bixina, norbixina, rocou, anato; Caplantina, capsorubina; Licopenos; Beta-apo-8-carotenal; Éster etílico del ácido beta-apo-8-carotenoico. No son tóxicos. Véase: modificadores del color.

carp. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carp de Bohemia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carp de Franconia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carp de Holanda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carp de Japó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carp de Mirall. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carp de Turingia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa. Nombre vulgar del pez: *Cyprinus carpio*. Designación oficial: **carpa común.** La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Carpa	
Energía (kJ)	496,58
Fósforo (mg)	315,00
Potasio (mg)	120,00
Energía (kcal)	118,80
Colesterol (mg)	65,00
Porción comestible	60,00
Calcio (mg)	47,00
Sodio (mg)	47,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	44,00
Magnesio (mg)	30,00
Proteína (g)	18,00
Grasa (g)	5,20
Grasa moninsaturada (g)	1,98
Niacina (mg eq. niacina)	1,90
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,50
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,30
Hierro (mg)	1,20
Grasa poliinsaturada (g)	1,17
Yodo (mg)	1,00
Grasa saturada (g)	0,90
Vitamina E (mg)	0,50

Piridoxina (B ₆) (mg)	0,17
Tiamina (B ₁) (mg)	0,07
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,05
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Vitamina D (µg)	

carpa bermella. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín.**

carpa carassina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín.**

carpa collar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa común. Designación oficial española del pez: *Cyprinus carpio*; *Cyprinus elatus*; *Cyprinus kollari*; *Cyprinus nudus*; *Cyprinus specularis*. Sinónimo oficial: Carp; Carp de Bohemia; Carp de Franconia; Carp de Holanda; Carp de Japó; Carp de Mirall; Carp de Turingia; Carpa; Carpa collar; Carpa de Bohemia; Carpa de Franconia; Carpa de Holanda; Carpa de Turingia; Carpa de cuero; Carpa de espejuelos; Carpa de Mirall; Carpa del Japó; Carpa dorada; Carpa jorobada; Panocha; Tenca; Zamo; Zamo arrunta.

carpa crujiente en salsa agri dulce. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “pescados y mariscos”. **Ingredientes:** Setas perfimadas, zanahoria, brotes de bambú, cebolleta, jengibre picado, carpa, clara de huevo, agurdiente de arroz, fécula de maíz, harina, sal, pimienta. **Salsa agri dulce:** Aceite, vinagre, azúcar, salsa de tomate, salsa de soja, fécula de maíz, sal.

carpa de Bohemia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa de cuero. Nombre vulgar del pez: *Cyprinus carpio*. Designación oficial: **carpa común.**

carpa de espejuelos. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **carpa común.**

carpa de Franconia. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **carpa común.**

carpa de Holanda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa de la hierba. Nombre vulgar del pez: *Ctenopharyngodon idella.*

carpa de línea. Nombre vulgar del pez: *Cyprinus carpio.*

carpa de Mirall. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa de Turingia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa del Japó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa desnuda. Nombre vulgar del pez: *Cyprinus carpio.*

carpa dorada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa espejo. Nombre vulgar del pez: *Cyprinus carpio.*

carpa gibel. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín.**

carpa jorobada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común.**

carpa orgullosa. Nombre vulgar del pez: *Hypophthalmichthys nobilis.*

carpa plateada. Nombre vulgar del pez: *Hypophthalmichthys molitrix.*

carpa real. Designación oficial española del pez: *Cyprinus carpio royal.* Sinónimo oficial: Carpa reial; Errege-zamoa.

carpa reial. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa real.**

carpa rellena al horno. **Ingredientes:** Carpa, carne picada, cebolla, ajo, perejil, miga de pan, leche, huevo, vino blanco, limón, mantequilla aceite, sal, pimienta. Véase: cocina de Cantabria.

carpaccio. Un tema culinario de posibilidades casi infinitas. Estos filetes extrafinos crudos presentan una superficie amplia y fácil de aromatizar. Para el cocinero creativo el carpaccio ha llegado a ser sinónimo de todo aquello que se puede transformar en lonchas finas y marinar: carnes de las diversas variedades, como aves, pescados, o incluso verduras. Se especula que la idea se le ocurriría a Giuseppe Cipriani discutiendo como podía proporcionar el placer de un succulento filete a una condesa a la que el médico había puesto a dieta. La receta básica contiene aceite de oliva, sal, pimienta, zumo de limón, queso parmesano rallado (no siempre) y, por supuesto, carne de vacuno de primera calidad, preferentemente de solomillo o lomo bajo, aunque también valen otros cortes, como la cadera o el pez, siempre que presenten un buen engrasamiento. **Ingredientes:** solomillo de vacuno, aceite de oliva, sal, pimienta blanca. Para la **salsa de mahonesa:** mayones, mostaza de Dijon, queso parmesano. Para la **salsa de albahaca:** hojas de albahaca, piñones, ajo, queso parmesano, aceite de oliva virgen. Para **acompañar:** patata en dados, mantequilla, pimiento (variedades, roja, amarilla y naranja), hierbas frescas (albahaca, apio, perifollo) Véase: platos fríos.

carpaína. Sinónimo: caricina.

carpe. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: loro azul; loro guacamayo; loro jabonero; loro negro; loro perico; loro rayado.

Carperea marginata. Cetáceo. Designación oficial. **ballena pigmea.**

carpeta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mojarra rayada.**

carpeta mojarra. Designación oficial española del pez: *Eugerres awlae*.

carpi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

Carpillius corallinus. Crustáceo. Designación oficial: **cangrejo de piedra colorado**.

carpín. Designación oficial española del pez: *Carassius auratus*; *Carassius carassius*; *Cyprinus auratus*; *Cyprinus carassius*. Sinónimo oficial: Abanico; Arlequí; Arlequín; Cabeza de león; Carpa bermella; Carpa carassina; Carpa gibel; Carpi; Carín de espejuelos; Carpín gibelino; Celestial; Cola plegada; Cometa; Ninfa; Ojiverde; Ojos de dragón; Oranda; Peix de bassa; Peix roig; Peix vermell; Pez colorado; Pez de color; Pez de redoma; Pez dorado; Pez dorado de la China; Pez rojo; Telescopio; Tenca; Zamo txikia.

carpín. Nombre vulgar del pez: *Carassius carassius*. Designación oficial: **zapatero siete-cueros** (Pacífico).

carpín dorado. Nombre vulgar del pez: *Carassius auratus gibelio*.

carpín gibelino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

carpóforo. Aparato que posee los órganos esporíferos en los hongos ascomicetos y basidiomicetos. (Pie del cuerpo fructífero de un hongo)

Carpoides cyprinus. Pez. Designación oficial: **brema de Canadá**.

Carquiñol. Producto de pastelería y repostería de Aragón; protegido por la Denominación de Calidad de Productos de Pastelería y Repostería de Aragón. Es una pequeña torta ovalada elaborada con harina de trigo, huevos, almendras y azúcar.

carracha. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

carragaen. Sinónimo: carraguín.

carragheen. Sinónimo: carraguín.

carraguín. (E-407) IDA (ingestión diaria admisible) = 0-75 mg/kg. Sustancia viscosa que se obtiene de algunas especies de algas, entre las que destacan las algas rojas (*Chondrus crispus* y *Gigartina mamillosa*. Familia gigartináceas.) o musgo irlandés. En ese país se utiliza desde hace siglos para espesar el manjar blanco y otros productos lácteos. En la industria de la alimentación se emplea mucho como estabilizante, espesante y gelificante en la elaboración de helados, sorbetes, quesos, leches evaporadas, sopas instantáneas, pasteles, bizcochos y confitería. Según la comisión de la C. e. e. (1977 y 1983) el carragenato es admisible en el campo alimentario. Se cree que se une con la mucosa del estómago, debilitándolo ante las bacterias, y bloquea la digestión de proteínas. Se encuentra en jugos de frutas, helados y confitería. Pocos riesgos. La cantidad autorizada de este aditivo es: Alubias en lata 10 g/kg. Maíz en lata 10 g/kg. Champiñones en lata 10 g/kg. Espárragos en lata 10 g/kg. Sopas y consomés 5 g/kg. Helados 10 g/kg. Yogur 3 g/kg. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. 10.000 mg/kg. Fiambre de lomo 2.000 mg/kg. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida 2.000 mg/kg. Productos cárnicos tratados por el calor 10.000 mg/kg. Véase: denominación específica de estabilizadores, ingredientes para la cocción; musgo irlandés (*Chondrus crispus*) Sinónimo: carragaen, carragheen.

carrajuelo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mollera**.

carranc. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo de río**.

carranc de riu. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo de río.**

carranzana. Véase: oveja carranzana.

carrapateira. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla.**

carraspillúa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **porredana.**

carraspío. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **porredana.**

carrasqueña de Córdoba. Véase: aceituna carrasqueña de Córdoba.

carre de porc a la franc-comtoise. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cerdo”. Nombre español: lomo de cerdo al horno con relleno de riñones y hierbas. Véase: cerdo en la cocina de Francia.

carre de porc apicius. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cerdo”. Nombre español: cerdo al horno con especias. Véase: cerdo en la cocina de Francia.

carre d’agneau persille. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cordero”. Nombre español: costillar de cordero recubierto con ajo y perejil. Véase: cordero en la cocina de Francia.

carrete. Otro nombre de la pieza de pan: cate-to. Véase: panes de España.

carrillada. Piezas de carne suave y deliciosa correspondiente a los lados de la cabeza del cerdo que contienen los músculos masticadores del animal. Véase: **despiece de la canal de porcino.**

carrillo. Otro nombre de la pieza de pan: cate-to. Véase: panes de España.

carroich. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabracho.**

carromarro. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo verde.**

carrozo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **armado.**

carruca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro curruca.**

cártamo. Nombre vulgar de la planta: *Carthamus tinctorius*.

Carthamus tinctorius. Familia: compuestas. Se cultiva en China, India, Oriente medio, región Mediterránea occidental y Méjico. Mercaderes sin escrúpulos intentan venderlo a menudo como azafrán. Su color es menos vibrante y más anaranjado que el del azafrán; su precio es una fracción del coste de aquél. El romín colorea los alimentos pero no los aromatiza. Nombre vulgar: romín, azafrán bastardo, alazor, **cártamo.**

cartilla. Reservorio gástrico de los rumiantes. Véase: callos.

Carum ajowan. Otros nombres: *Trachyspermum ammi*; *Carum copticum*. Familia: umbelíferas. En un principio el ajowan se cultivó por su aceite, siendo su principal ingrediente el timol, bactericida y antiséptico. Planta anual que crece de 30 a 60 cm y requiere un terreno bien drenado en zonas soleadas. Cuando las semillas están maduras se ponen a secar y se machacan. Las semillas caen fácilmente si se cuelgan boca abajo los ramos de ajowan en un ambiente seco. Este eficaz proceso se puede realizar con la mayoría de las especias que pertenecen a la familia del perejil. Hasta que se muelen, las semillas tienen poco aroma, pero si se presionan suavemente en la palma de la mano, desprenden un vivo olor a tomillo. El sabor es fuerte, amargo y escuece la lengua si se prueban solas, pero cocinadas con otros ingredientes; las semillas de ajowan, parecidas a las del apio, cuyo sabor recuerda al tomillo, se usan en la cocina India para condimentar los *curries*, *chatnis* y *pappadams*. Véase: especia. Nombre vulgar: **ajowan.**

Carum carvi. Familia: umbelífera. Orden: umbelíflora. Miembro de la misma familia aromática que el perejil, se ha utilizado des-

de tiempos remotos y se viene cultivando en Europa desde la época medieval. Es una dura planta bienal que crece hasta alcanzar unos 80 cm. Las semillas aparecen durante todo el verano. La alcaravea crece mejor en un suelo de arcilla soleado. Los tallos se cortan cuando la fruta está madura. Las semillas se trillan entonces y se ponen a secar. La alcaravea tiene un fuerte aroma, así como su sabor, picante y ligeramente amargo. Cuando se combina con frutas y verduras, la alcaravea parece añadir un ligero toque de limón. Sus hojas tiernas se emplean en sopas y ensaladas, y para espolvorear sobre verduras. Estas semillas alargadas son esenciales en las pastas de semillas y el choucrout, y se utilizan en los panes y en cremas, como la del queso liptaeur. Combinan bien con las patatas, la oca, el pato y el cerdo. También se utilizan en la preparación de licores. Véase: especias; especias y semillas; hierbas aromáticas; semillas de alcaravea. Nombre vulgar: alcarahueya, **alcaravea**, alcarovea, carvi, carvía, comino de prado.

Carum copticum. Véase; *Trachyspermum ammi*; *Carum ajowan*; *Carum copticum*.

carusco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **remol**.

carvi. Nombre vulgar de la planta: *Carum carvi*.

carvía. Nombre vulgar de la planta: *Carum carvi*.

carxofa. Nombre vulgar catalán de la planta: *Cynara scolymus*. Sinónimo: **alcachofa**.

Carya illinoiillinoensis. Familia: juglandáceas. Género: carya. Durante mucho tiempo, este género se ha confundido con especies europeas, o sea con el género *Juglans*, hasta que a principios de este siglo, gracias a los estudios de un especialista americano (Nuttall) se puso orden en la sistemática y

se descubrieron las semejanzas y diferencias intrínsecas con las especies europeas. *Carya pecan*, que a menudo se conoce con el nombre equivalente de *Carya olivaeformis*, es una especie arbórea americana, grande y majestuosa. Se cultiva industrialmente, sobre todo en los Estados Unidos, donde existen numerosas variedades de tan preciados frutos. La parte comestible del fruto, una almendra bilobulada, está contenida en el involucro leñoso cubierto a su vez por una envoltura carnosa, que al llegar a la madurez se abre en cuatro lóbulos liberando varias nueces. Los frutos se reúnen en grupos de 3 a 10 hasta formar vistosos racimos. En Europa también se cultiva esta planta, que no sólo se destina a aprovechar el fruto, sino a la obtención de madera, cuya calidad no es inferior a nuestro nogal, y constituye además una especie ornamental. La nuez de pacana se utiliza en muchos platos, como el pastel de pacanas, un postre tradicional en Norteamérica. La materia grasa se compone de un 87% de ácidos insaturados. Es una fuente excelente de tiamina, cinc, cobre y magnesio. Nombre vulgar: nuez de pacana, **pacana**, pecán.

Carya olivaeformis. Familia: juglandáceas. Género: carya. Parecida a la especie *Carya pecan*. Nombre vulgar: nuez de Málaga. Según el Código Alimentario, 3.22.07. Es la fruta seca o de cáscara procedente del *Carya olivaeformis*, Koch. Véase: fruta seca.

Carya pecan. Familia: juglandáceas. Véase: *Carya illinoiillinoensis*.

Caryophyllaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: Archichlamydeae; apetalae y choripetalae (*Dialypetalae*) Orden: centrospermas (*Caryophyllales*). La familia, tiene aproximadamente 2.000 especies desparramadas por todas las latitudes, aun-

que con mayor abundancia de representantes en los países templados y subtropicales. Difiere de las demás familias de las Caryophyllales por la falta de betalaínas, pero en otros aspectos tienen los caracteres de su orden. Nombre vulgar: **cariofiláceas**. Consideramos: colleja (*Silene inflata*)

Caryophyllus aromaticus. Familia: mirtáceas.

Yema floral o capullo seco de la flor de un bello árbol, el **clavero**, procedente de Molucas y Filipinas y que actualmente se cultiva en numerosas regiones tropicales. Los árboles del clavo tardan 20 años en desarrollarse plenamente, y llegan a alcanzar entre 12 y 15 m de altura; a partir de entonces continúan produciendo fruto durante unos 50 años. Crecen en un ambiente marítimo tropical. Las flores, reunidas en cimas terminales, están formadas por un cáliz cilíndrico que mide aproximadamente 2 cm, terminado en 4 sépalos y en una corola formada también por 4 pétalos (sin embargo, la corola, no es visible en el momento de la recolección, ya que la flor está todavía cerrada), y forma una especie de cúpula que corona la estructura de la yema floral. La cosecha se realiza 2 veces al año, entre mediados y finales del verano y de nuevo a mitad del invierno. Los brotes se ponen a secar varios días al sol; pierden 2/3 de su grosor y se vuelven de color marrón oscuro. Los clavos de especia desprenden un aroma característico y tienen un sabor fuerte y picante, debido a la presencia de un aceite esencial (eugenol), presente en considerable cantidad. Si los clavos se desecan, forman una especia que viene siendo muy apreciada desde la antigüedad. Al probarlo, es picante ácido, fuerte y amargo y deja una última sensación de hielo en la boca. Su efecto se suaviza al cocinarlo y con los demás ingredientes. El aceite volátil tiene propiedades anestésicas, aprovechable en medicina, especialmente, como remedio para el dolor de muelas. * El clavo pierde su sabor con el tiempo. Si es fresco se hundirá en el agua o flotará en posición vertical; si está pasado se quedará en la superficie. Se puede usar entero o

molido con carne o pescado marinado o en ponches de vino y especias. Nombre vulgar: **clavo**; clavo de especia; clavo de olor; clavero. Sinónimo: *Eugenia caryophyllata*. Según el Código Alimentario, 3.24.26. Es el botón floral maduro y desecado del *Caryophyllus aromaticus*, L. * No sobrepasará las cifras siguientes: Humedad, 15%; cenizas, 8%; sílice, 1%; fibra bruta, máxima, 10% y, como mínimo, 10% de extracto etéreo volátil. Véase: clasificación de especias.

casabe. Designación oficial española del pez: *Chloroscombrus chrysurus*. Sinónimo oficial: Casabita; Casabito; Chicharra; Palombeta; Sapater.

casabe. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: casabe orqueta; jorobado lamparosa.

casabe chato. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe ñato**.

casabe chicharra. Designación oficial española del pez: *Alepes amblyrhynchus*; *Hemicaranx amblyrhynchus*; *Hemicaranx bicolor*. Sinónimo oficial: Catalina; Vuela chicharra.

casabe chumbo. Designación oficial española del pez: *Hemicaranx sechurae*; *Hemicaranx zelotes*. Sinónimo oficial: Chumbo; Cocinero ñato; Cocinero ñato norteño; Cojinúa chata; Dama; Jurelito; Palometa.

casabe ñato. Designación oficial española del pez: *Caranx atrimanus*; *Caranx furthii*; *Caranx leucurus*; *Hemicaranx leucurus*. Sinónimo oficial: Casabe chato; Chumbo; Cocinero con bandas; Cocinero ñato; Comegargajo; Dama jurelito; Jurel; Jurel arenero; Jurel de Castilla; Jurelillo; Jurelito; Monda; Pajarito; Palometa.

casabe ojón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe orqueta**.

casabe orqueta. Designación oficial española del pez: *Chloroscombrus orqueta*; *Chloroscombrus strirurus*. Sinónimo oficial: Abundancia; Anchoqueta; Bonito ojón; Ca-

sabe; Casabe ojón; Celosa; Chicharra; Chuyes; Citarita; Cucharita; Hojita; Horqueta; Jurel; Jurel de Castilla; Monda; orqueta; Pardo; Parvo; Peplillis; Riki-riki.

casabita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe**.

casabito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe**.

casalinga. Véase: salchichón Casalinga.

cascabel. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ochavo**.

cascabel. Véase: chile cascabel.

cascabel abalón. Designación oficial española del molusco: *Pododesmus cepio*.

cascabel peruano. Designación oficial española del molusco: *Anomia peruviana*.

cascaneiro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **escupiña grabada**.

cáscara de pelegrín. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira**.

cáscara delgada. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **colengue**.

cáscara dura. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón cáscara dura; camarón de piedra pintado.

cascarrón. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira**.

casco. Designación oficial española del molusco: *Cassidaria echinophora*; *Morio echinophora*. Sinónimo oficial: Kasko kozkorduna.

casco acanalado. Designación oficial española del molusco: *Phalium granulatum*.

casco de burro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **arco casco de burro**.

casco de caballo. Nombre vulgar de la seta: *Fomes fomentarius*.

casco de oro. Nombre vulgar de una variedad de la planta (*Cichorium endivia*)

casco granuloso. Designación oficial española del molusco: *Cassis centiquadrata*; *Phalium granulatum centiquadratum*; *Semicassis centiquadrata*.

casco imperial. Designación oficial española del molusco: *Cassis madagascariensis*.

casco llameante. Designación oficial española del molusco: *Cassis flammea*.

casco real. Designación oficial española del molusco: *Cassis tuberosa*.

casco redondo. Designación oficial española del molusco: *Phalium saburon*.

casco tirreno. Designación oficial española del molusco: *Cassidaria tyrrhena*.

cascote (potaje). Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** garbanzos, chícharos (judías blancas), arroz, morcilla, pimiento verde, ajo, pimentón dulce, aceite de oliva, patata, zanahoria, chorizo, cebolla, tomate, laurel.

cascote con fideos. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** guisantes secos remojados, tocino de jamón, tocino rancio, col, calabaza, fideos, hierbabuena, sal, agua, harina para rebozar.

cascudo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

caseína. Fosfoproteína que constituye el componente proteico más importante de la

leche. Precipita como un producto blanco, amorfo, por los ácidos diluidos y se redissuelve por los ácidos no diluidos y los álcalis. Sus sales, caseinatos, se usan en medicina. Según el Código Alimentario, 3.15.37. Es la materia proteica separada por procedimientos tecnológicos autorizados de las demás proteínas de la leche desnatada. 3.15.38. **Características.** Véase: derivados de la leche.

caseinato cálcico. (H-4.511) Sal cálcica de la caseína. Se emplea como aditivo del grupo de Estabilizantes, emulgentes, espesantes y gelificantes. La cantidad autorizada de este aditivo es: Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. 10.000 mg/kg.

caseinato sódico. (H-4.512) Sal sódica de la caseína. Se emplea como aditivo del grupo de Estabilizantes, emulgentes, espesantes y gelificantes. La cantidad autorizada de este aditivo es: Embutidos crudos curados BPF. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. 10.000 mg/kg.

casereccia. Pasta alimenticia en forma de aro retorcido. Véase: pastas cortas. Sinónimo: **strozzapreti** (estrangula curas).

casia. Nombre vulgar de la planta: *Cinnamomum cassia*.

Casina. Raza de vaca autóctona asturiana que produce una leche muy rica en grasa. Con ella se elabora el queso de Casín.

casís. Nombre vulgar de la planta: *Ribes nigrum*.

casó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cazón**.

casó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mielga**.

casón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cazón**.

Caspialosa caspia. Familia: clupeidos. Uno de los principales parientes del sáballo (*Alosa alosa*) que se puede hallar en el mar Negro y en el Caspio. Nombre vulgar: sáballo del Caspio.

Caspialosa kessleri. Familia: clupeidos. Otro nombre del pez: *Alosa kessleri*.

Caspialosa pontica. Familia: clupeidos. Uno de los principales parientes del sáballo (*Alosa alosa*) que se puede hallar en el mar Negro y en el Caspio. Nombre vulgar: sáballo del mar Negro.

caspín. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: zapatero caspín; zapatero sietecueros.

Caspimyzon wagneri. Familia: petromizónidos. La parte superior del disco bucal lleva un pequeño diente obtuso (excepcionalmente doble), mientras que la parte inferior tiene cinco dientes. El cuerpo es de color gris uniforme, más claro en la región ventral. La lamprea de Wagner vive en el mar Caspio y desova en el Volga, el Ural y el Terek y otros ríos que desembocan en este mar. Se conocen dos variedades que se distinguen por su tamaño. La mayoría de los adultos mueren después del desove. El desarrollo larvario es muy largo y se prosigue al menos durante tres años. Los adultos se alimentan de otros peces. Al principio atacan presas relativamente pequeñas, después se adhieren al flanco de un pez y le rasgan la piel, comiendo tanto ésta como los fluidos corporales y el músculo inferior. Longitud de la variedad grande 35 a 55 cm; de la pequeña 2º a 30 cm. Peso 0,2 – 1 kg. Nombre vulgar: lamprea de Wagner. Sinónimo: *Petromyzon wagneri*.

caspiroleta. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

Cassia lignea. Familia: lauráceas. La canela más famosa es la de Ceylán (hoy Sri Lanka), las procedentes de China y Malabar poseen un sabor menos depurado. Véase:

Cinnamomum zeylanicum. Nombre vulgar: canela de Malabar.

Cassidaria echinophora. Molusco. Designación oficial: **casco**.

Cassidaria tyrrhena. Molusco. Designación oficial: **casco tirreno**.

Cassis centiquadrata. Molusco. Designación oficial: **casco granuloso**.

Cassis flammea. Molusco. Designación oficial: **casco llameante**.

Cassis madagascariensis. Molusco. Designación oficial: **casco imperial**.

Cassis tuberosa. Molusco. Designación oficial: **casco real**.

cassó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: carochó; galludo; mielga; pez clavo; quelvacho.

cassoleta blava. Nombre vulgar catalán de la seta: *Sarcosphaera eximia*.

cassoleta bruna. Nombre vulgar catalán de la seta: *Peziza badia*.

cassoleta toronja. Nombre vulgar catalán de la seta: *Peziza aurantia*.

cassoletes vermelles. Nombre vulgar catalán de la seta: *Sarcoscypha coccinea*.

cassoulet. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: habas cocidas con cerdo y pato.

Castanea dentata. Familia: fagáceas. Variedad americana de la planta *Castanea sativa*.

Castanea sativa. Familia: fagáceas. El castaño es un árbol de magníficas características. Típico de la flora europea, en las condiciones climáticas adecuadas alcanza una

considerable altura, y su amplia copa lo convierte en un elemento pintoresco del paisaje de bosques, colinas y montano. Es una planta muy antigua, que apareció dentro del grupo de los primeros planifolios, y que, gracias al cultivo de que ha sido objeto, alcanza hoy en día una amplia distribución. En algunos casos existen formaciones de castaños de varios siglos de antigüedad. Actualmente, ni el castaño europeo, ni el americano (*Castanea dentata*) están en buena situación, debido en parte a la reducción de las áreas de bosque, a la difusión de nuevas especies de árboles de fruto y, finalmente, a la aparición de algunas enfermedades graves que amenazan su supervivencia. El consumo de las castañas es muy antiguo, y se encuentra en franca regresión. Pueden considerarse un alimento de elevado valor nutritivo y considerable valor energético. A las hojas se les reconocen también diversas propiedades terapéuticas, así como benéficos efectos en sus aplicaciones cosméticas. La parte comestible está contenida en el tipo involucro espinoso llamado “erizo”. En realidad, se consume la semilla, harinosa, dulce y perfumada, revestida por una película delgada y rojiza cubierta de una piel coriácea y brillante, de color castaño oscuro. Entre las diversas variedades se distinguen principalmente las “marrones”, grandes, pesadas y brillantes, y las llamadas “castañas domésticas, más pequeñas pero también muy gustosas”. Estos frutos aparecen en el mercado en octubre, y su presencia caracteriza en muchas zonas la época invernal. Sus glúcidos se componen de un 40% de almidón, es decir, contiene el doble que las patatas. Es un fruto seco, rico en almidón, con un bajo contenido en grasa y mucha fibra. Las castañas frescas se guardan en la nevera. Se emplean en sopas, rellenos, con verduras o, en forma de puré, para soufflés o helados. Nombre vulgar: **castaña**. Según el Código Alimentario, 3.27.07. Es la fruta

seca o de cáscara procedente del *Castanea vesca*, G. Véase: fruta seca.

castanha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato pargo**.

castanya. Nombre vulgar catalán de la planta: *Castanea sativa*. Sinónimo: **castaña**

castanyó. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chopito**.

castanyola. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: castañuela; japuta.

castanyoleta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañuela**.

castaña. Nombre vulgar de la planta: *Castanea sativa*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Castañas	
Energía (kJ)	689,91
Fósforo (mg)	256,00
Magnesio (mg)	234,00
Calcio (mg)	145,00
Ácido fólico (µg)	141,00
Energía (kcal)	105,05
Porción comestible	82,00
Carbohidratos (g)	36,60
Sodio (mg)	6,30
Fibra (g)	5,50
Hierro (mg)	5,10
Potasio (mg)	3,84
Cinc (mg)	3,00
Grasa (g)	2,20
Proteína (g)	2,00
Vitamina E (mg)	0,99
Grasa saturada (g)	0,72
Niacina (mg eq. niacina)	0,70
Grasa moninsaturada (g)	0,68
Grasa poliinsaturada (g)	0,32
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,28
Tiamina (B ₁) (mg)	0,12
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,02
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.

Yodo (mg)	
-----------	--

castaña. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

castaña asada. Según el Código Alimentario, 3.27.07.8. Es la castaña sometida a la acción del calor seco. Véase: clasificación de frutas secas.

castaña de agua. Nombre vulgar de la planta: *Trapa natans*.

castaña de Chocó. Nombre vulgar de la planta: *Pachira aquatica*.

castaña de mar. Nombre vulgar del pez: *Paracentrotus lividus*.

castaña del Brasil. Nombre vulgar de la planta: *Pachira aquatica*.

castaña desecada o pelada. Según el Código Alimentario, 3.22.11.3. Es la desecada libre del mesocarpio y tegumento. Véase: fruta desecada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Castaña seca	
Energía (kJ)	1335,30
Potasio (mg)	940,00
Energía (kcal)	319,45
Fósforo (mg)	140,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	87,00
Carbohidratos (g)	69,00
Magnesio (mg)	62,00
Sodio (mg)	21,00
Fibra (g)	7,70
Grasa (g)	5,10
Proteína (g)	3,70
Vitamina E (mg)	2,26
Hierro (mg)	1,70
Niacina (mg eq. niacina)	1,70
Grasa saturada (g)	1,54
Grasa moninsaturada (g)	1,45
Cinc (mg)	0,90
Grasa poliinsaturada (g)	0,68
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,64

Tiamina (B ₁) (mg)	0,26
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,04
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Ácido fólico (µg)	
Yodo (mg)	

castaña pelada. Según el Código Alimentario, 3.27.07.4. Es la castaña asada despojada de los tegumentos que la recubren. Véase: clasificación de frutas secas.

castañas en dulce. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

castañeta. Designación oficial española del pez: *Cheilodactylus bergi*. Sinónimo oficial: Papamoscas; Pez halcón; Pontudo.

castañeta. Nombre vulgar del crustáceo: *Squilla mantis*.

castañeta. Nombre vulgar del pez: *Brama raji*. Designación oficial: castañeta azulada; castañeta común; castañeta conguito; castañuela de peña; castañuela herrera; castañuela; japuta; jaqueta Acapulco; papagallos; petaca chopá; petaca rebozada.

castañeta azulada. Designación oficial española del pez: *Pomacentrus rectifraenum*. Sinónimo oficial: Castañeta; Castañuela; Tono.

castañeta azulada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jaqueta Acapulco**.

castañeta burrito. Designación oficial española del pez: *Chromis randalli*. Sinónimo oficial: Burrito; Castañeta.

castañeta común. Designación oficial española del pez: *Chromis crasma*. Sinónimo oficial: Arnillo; Boquilla; Burro; Cagavino;

Cagón; Castañeta; Castañuela; Castañuela común; Conguito; Fraile; Frailecillo; Juniche.

castañeta conguito. Designación oficial española del pez: *Chromis atrilobatus*. Sinónimo oficial: Burrito; Castañeta; Castañuela; Conguito; Conguyo; Herrero; Juniche.

castañeta del norte. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañuela zapata**.

castañeta encarnada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palometa roja**.

castañeta negra. Nombre vulgar del pez: *Abudefduf luridus*.

castañeta roxa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palometa roja**.

castaño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chopito**.

castaño. Nombre vulgar de la planta: *Pachira insignis*.

castaño. Nombre vulgar del molusco: *Seppia elegans*.

castaño de río negro. Nombre vulgar de la planta: *Pachira aquatica*.

castañola. Nombre vulgar del pez: *Brama raji*. Designación oficial: **japuta**.

castañuela. Designación oficial española del pez: *Chromis castanea*; *Chromis chromis*; *Heliases limbatus*; *Heliases marginatus*; *Heliases chromis*; *Sparus chromis*. Sinónimo oficial: Castanyola; Castanyoleta; Castañeta; Cigala; Escañas veas negres; Fula blanca; Fula negra; Kastainola; Moret; Murét; Negrita; Sardo; Soldado; Soldat; Sumera; Tuta.

castañuela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **arca castañuela**.

castañuela. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: castañeta azulada; castañeta común; castañeta conguito; castañuela zapata; jaqueta Acapulco.

castañuela común. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañeta común.**

castañuela de peña. Designación oficial española del pez: *Nexilosus latifrons*. Sinónimo oficial: Cagalo; Cagón; Castañeta; Chitilla; Coquito; Pampanito; Peje peine; Peje peña; Sargo; Sargo de peña.

castañuela herrera. Designación oficial española del pez: *Chromis punctipinnis*. Sinónimo oficial: Castañeta; Herrero.

castañuela zapata. Designación oficial española del pez: *Chromis intercrusma*. Sinónimo oficial: Burrito; Castañeta del norte; Castañuela; Chavelita; Frailecito; Pampanito; Zapata.

castellana. Variedad española de la planta *Olea europaea*. Difundida por Guadalajara y Cuenca. En una superficie de 22.000 ha. Destinada a aceite.

castellana. Véase: oveja castellana.

castellana negra. Véase: uva castellana negra.

castizo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **comiza.**

castona. Nombre vulgar de la planta: *Castanea vulgaris*.

***Castanea vulgaris*.** Familia: fagáceas. Originaria de Asia Menor. Los frutos vienen dentro de una cubierta en forma de erizo espinoso, y cada una contiene 2 o 3 granos comestibles. Nombre vulgar: castona.

castorex. Véase: conejo Rex.

castrón. Una de las principales especialidades de derivado cárnico en Castilla León. Cecina de cabra. Véase: derivados cárnicos de Castilla León.

casuariformes. Orden zoológico. Reino: animal. Rama: parazoos. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: tetrapodos. Clase: aves. Subclase: neornites. Superorden: neognatas. Casuarios, emús no vuelan; terrestres; alas reducidas; caracoides y escápula pequeños; esternón sin quilla; 3 dedos dirigidos hacia delante en cada pie; alas pequeñas; cuello y cuerpo desmesuradamente plumosos; plumas con raquis secundario casi igual al raquis; jóvenes precoces; plioceno a Reciente; australia, Nueva Guinea. Consideramos: emú (*Dromastus novaehollandiae*)

cat. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pintarroja.**

cata del aceite de oliva. Conjunto de factores sensoriales que percibe un probador humano en la prueba de un determinado aceite y que sirve para calificar los factores organolépticos de dicho aceite. Si queremos descubrir y apreciar plenamente el sabor de un aceite, debemos tomar una cucharada sopera del mismo y conservarlo durante un momento en la boca (10 segundos), y a continuación hay que masticarlo durante unos instantes a fin de que todas las partes de la lengua, que ofrecen una zona de percepción particular (lo amargo es percibido como sabor por una franja situada en todo el contorno de la lengua), puedan revelar plenamente el gusto del aceite. Al mismo tiempo, hay que expirar tranquilamente por la nariz. El Consejo Oleícola Internacional, COI, ha elaborado un criterio básico para evaluar las calidades sensoriales del aceite; y ha adoptado un vocabulario adecuado para describir el sabor y el olor del aceite de oliva virgen para su análisis sensorial, así: aguas de vegetación (alpechines), almen drado, amargo, apagado o plano, áspero, atrojado, avinado-avinagrado, basto, borras, capacho, cocido o quemado, dulce, esparto, frutado maduro, frutado, gusano, hierba, hojas verdes (amargo), humedad (a moho), jabonoso, manzana, metálico, orujo, pepino, rancio, salmuera, tierra, viejo. Explicamos cada término en el lugar alfabético correspondiente.

cata del vino. Valoración sensorial que se obtiene de los factores organolépticos de un vino; la realizan los catadores mediante un ritual que consiste en tomar pequeños (o grandes) sorbos, aspirar el aire (no precisamente en silencio) y masticar como si se estuviera batallando con un pedazo de carne dura, para luego escupir. Se emplean comúnmente los siguientes **términos**; abierto, acabado, aceitoso, acerado, acuoso, afrutado, agresivo, agrio, aguado, agudo, amargo, amargor, anguloso, aromático, áspero, astringente, aterciopelado, austero, avanzado, basto, blanco, blando, caliente, cargado, carnoso, cocido, color, completo, común, con aguja, correoso, corto, cremoso, crudo, de lágrima, de raza, delgado, delicado, denso, duro, elegante, encajes, equilibrado, espirituoso, espumoso, estofado, estructura, fácil, fino, firme, flexible, flojo, fofo, fragante, franco de sabor, frío, fruta, fuerte, garra, generoso, gordo, grande, grano, grasiento, herbáceo o herboso, hueco, largo, licoroso, ligero, llorar, madeira, madera, magro, masticado, mate, mejorado, mermelada, mosca, nervioso, neutro, oloroso, pañuelo, perfumado, pesado, picado, plano, poderoso, precinto, rábano, redondo, reseco, rico, robusto, sabroso, saciador, sangriento, savia, seco, sedimentado, sedoso, sidral, simple, sólido, suave, tallo, teja, terminar, terruño, ternera, terroso, tierno, tirar a, toscó, turbio, usado, uva, vaporoso, vegetal, verde, vigoroso, vinosidad, vinoso, vivo, yema. Para los **aromas y sabores** se emplean las siguientes palabras: albaricoque, almendra, alquitrán, bizcocho, bollo, café (fresco, en grano), caza, cedro (o caja de cigarros), cerezas, chocolate, clavo, crema Nivea o Pond's, cuero, espárrago, especias, eucalipto, floral frambuesa, fresas, gasolina o queroseno, goma de mascar, grosella, hierba, hoja de grosella, humo, lana (húmeda), lanolina, licor, limón, mantequilla, manzana, mazapán, melocotón, melón, menta, miel, naranja, nueces (o avellanas), oliva,

orina de gato, pan (recién hecho, con levadura), pasas, pedernal y piedras mojadas, pera/ pera madura, pieles de patata, pimienta (fresca en grano), pimiento, plátano, rollizo, pomelo, roble, rosa, sal, tabaco, tila, tostada, uva, vainilla, uva espina. Explicamos cada término en el lugar alfabético correspondiente.

cataco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro ojón**.

cataco garretón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro garretón**.

Cataetix messieri. Pez. Designación oficial: **brótula nebulosa**.

Cataetix simus. Pez. Designación oficial: **brótula ñata**.

Catagonus wagneri. Véase; *Tayassu tajacu*, *Tayassu pecari* y *Catagonus wagneri*.

catalana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: catalufa roca; catalufa toro.

catalina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: burro catalina; casabe chicharra; chancharro bronceado.

catalineta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: burro catalina; hurta; isabelita machín; isabelita medioluto; ronco ruco.

catalinete (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **hurta**.

catalucia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: catalufa roca; catalufa toro; catalufa.

catalufa. Designación oficial española del pez: *Priacanthus catalufa*; *Priacanthus fulgens*. Sinónimo oficial: Alfonsón; Catalucia.

catalufa. Nombre vulgar del pez: *Boops boops*. Designación oficial: boga; catalufa roca; catalufa toro.

catalufa de lo alto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **japuta antillana**.

catalufa espinosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **catalufa roca**.

catalufa roca. Designación oficial española del pez: *Priacanthus cruentatus*; *Serranus rufus*. Sinónimo oficial: Candil; Catalana; Catalucia; Catalufa; Catalufa espinosa; Juif; Ojudo; Ojón; Olho de boi; Soleil; Toro; Toro marino.

catalufa semáforo. Designación oficial española del pez: *Pristigenys serrula*; *Pseudopriacanthus serrula*. Sinónimo oficial: Candil; Ojo de plata; Ojón; Rey del pargo; Semáforo; Tira al sol; Zapallo.

catalufa toro. Designación oficial española del pez: *Priacanthus arenatus*. Sinónimo oficial: Catalana; Catalucia; Catalufa; Jif; Mojarra ojona; Ojona colorada; Ojón; Olho de cao; Soleil; Toro; Toro marino.

catango. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **petaca rebozada**.

catanuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pejepeine; pejesierra; pez rastrillo.

catarnica. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado espejo**.

catastómidos. Véase: *Catostomidae*.

Catathelasma imperialis. Otro nombre de la seta: *Biannularia imperialis*.

catavinos. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

catecismo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **paguala peluquero**.

categorías de arroz. Para identificar bien las distintas calidades de arroz que se encuentran en el mercado que existen 3 categorías: 1) **Categoría extra**, lleva etiqueta roja y la proporción de granos enteros que contiene está por encima del 92%. 2) **Catego-**

ría I que lleva etiqueta verde y la proporción de granos enteros debe ser, como mínimo, del 87%. 3) **Categoría II** lleva etiqueta amarilla y la proporción de granos partidos o defectuosos puede llegar al 19% y en consecuencia los granos enteros estarán alrededor del 80%. La calidad culinaria de un arroz depende, en buena parte, de su composición química. A más amilasa, mejor calidad y a más amilopectina, peor respuesta a la cocción. Dicho de otro modo, la calidad está en relación con su comportamiento durante la cocción; los factores más importantes son: Resistencia a que se abra el grano; Cantidad de agua que absorbe; Cantidad de sólidos cedidos al agua de cocción; Resistencia al empaste; Ha de tener pocos granos defectuosos o partidos; y, Sensación agradable al paladar.

categorías de carne. Según el Código Alimentario, 3.10.04. Se entiende por categoría el tipo de carne que dentro de la canal proporciona cada región anatómica en particular. Las reglamentaciones complementarias establecerán las distintas categorías de carne en las diferentes especies animales y canales. Véase: generalidades sobre carnes y despojos.

catequina. Constituyente sanguíneo que tiene acción restrictiva sobre una hormona. Véase: té blanco; té verde. En el té blanco los polifenoles más abundantes son las catequinas que son anticancerígenas y antibióticas, así como las responsables de luchar contra los radicales libres que son los responsables del envejecimiento de las células.

catero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **aguja azul**.

cateto. Nombre usual de una pieza de pan en Málaga. Hogaza típica de miga prieta, capaz de aguantar varios días. Variantes: Ronda, "carrete". Córdoba, "abogao". Canarias, "pan de campo". Huelva, "carrillo". Véase: panes de España.

Catharops hypophthalmus. Pez. Designación oficial: **bagre tristón**.

Catherhines pullus. Pez. Designación oficial: **lija pintada**.

catherina. Véase: melocotón catherina.

Cathorops spixii. Pez. Designación oficial: **bagre cuinche**.

catimba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejepuerco coche**.

catoche. Nombre vulgar de la planta: *Annona muricata*.

Catostomidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinoptergios. Infraclass: teleósteos. División: euteleósteos. Superorden: ostariofisios. Orden: cipriniformes. Peces chupadores. Labios carnosos para chupar barro del fondo, que contiene pequeños animales y plantas que utilizan como alimento. Consideramos: blue sucker (*Cycleptus elongatus*), pez búfalo (*Ictiobus* sp.), longnose sucker (*Catostomus catostomus*), white sucker (*Catostomus commersoni*), redhorse sucker (*Moxostoma* sp.). Sinónimo: peces chupadores; **catostómidos**

Catostomidae. Familia zoológica Véase: catostómidos.

Catostomus catostomus. Familia: catostómidos. Son los peces de agua dulce más comunes y populares de EE.UU. tiene un cierto parecido con las carpas y que se utilizan como sucedáneo, ya que las de allí son muy pequeñas. Este aparece extendido desde las Montañas Rocosas y Alaska hasta Maine. Nombre vulgar: longnose sucker.

Catostomus commersoni. Familia: catostómidos. Son los peces de agua dulce más comunes y populares de EE.UU. tiene un cierto parecido con las carpas y que se utilizan como sucedáneo, ya que las de allí son muy pequeñas. Habita desde el Norte de Canadá hasta Florida. Es el que tiene la mejor carne de todos. Nombre vulgar: white sucker. Designación oficial: **brema blanca**.

catuche. Nombre vulgar de la planta: *Annona muricata*.

Catulus stellaris. Pez. Designación oficial: **alitán**.

cau cau. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes**: mondongo, papa blanca, cebolla, limón, ají, leche, palillo, ajo, comino, sal. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

cauchi de queso. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes**: queso, tomate, ajo, cebolla, leche, agua, habas, ají amarillo, aceite, chuño, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

caujil. Nombre vulgar de la planta: *Anacardium occidentale*.

caulerpa. Designación oficial española del pez: *Caulerpa prolifera*.

Caulerpa prolifera. Pez. Designación oficial: **caulerpa**.

Caulolatilus affinis. Pez. Designación oficial: **blanquillo cabezón**.

Caulolatilus cabezon. Pez. Designación oficial: **blanquillo cabezón**.

Caulolatilus chrysops. Pez. Designación oficial: **blanquillo ojo amarillo**.

Caulolatilus cyanops. Pez. Designación oficial: **blanquillo raya negra**.

Caulolatilus guppyi. Pez. Designación oficial: **blanquillo vermiculado**.

Caulolatilus intermedius. Pez. Designación oficial: **blanquillo payaso**.

Caulolatilus microps. Pez. Designación oficial: **blanquillo lucio**.

Caulolatilus princeps. Familia: branquiostéjidos. Cuerpo alargado con largas aletas dorsales y anales, boca pequeña. Color verde pardo u oliva, aleta caudal amarillenta. Aparece en la costa del Pacífico, desde Vancouver hasta Baja California, en regiones alejadas de la costa, hasta los 150 m de profundidad. Alcanza 1 m de longitud y 5 kg de peso. Nombre vulgar: pez teja del Pacífico. Designación oficial: **blanquillo fino**.

Caulolepis subulidens. Pez. Designación oficial: **pez con colmillos**.

cauque. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejerrey chileno**.

cauque de Valdivia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejerrey de Valdivia**.

cauque del norte. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejerrey cauque**.

causa con chicharrones. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes**: carne de cerdo, huevo cocido, tomate, aceite, salsa criolla, masa de causa limeña. Véase: entradas en la cocina de Perú.

causa limeña. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes**: patata, limón, cebolla, aceite, ají, queso fresco, aceitunas negras, huevo cocido, sal, pimienta, Véase: entradas en la cocina de Perú.

causa rellena con atún. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes**: atún en conserva, mahonesa, cebolla, tomate, aguacate (palta), huevo cocido, aceitunas negras, masa de causa limeña. Véase: entradas en la cocina de Perú.

causa rellena con camarones. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes**: langostinos, patata, ají, vinagre, limones, tomate, apio, huevo cocido, mahonesa, sal, pimienta, masa de causa limeña. Véase: entradas en la cocina de Perú.

causa rellena con palta. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes**: aguacate (palta), jamón, tomate, limón, huevo cocido, cebolla, tallo de apio, aceitunas, mahonesa, sal, pimienta, masa de causa limeña. Véase: entradas en la cocina de Perú.

causa rellena con pollo. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes**: patata, pechuga de pollo, limón, cebolla, rama de apio, aceite, ají, huevo cocido, rocote, mahonesa, sal, pimienta, masa de causa limeña. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cava. Véase: vino de cava; vino espumoso de crianza en cava.

cava brut. Calificación para vinos espumosos, de acuerdo con la cantidad de azúcares que contiene, aportado en su mayor parte por el licor de expedición; es el vino espumoso cuando contiene menos de 14 g/l de azúcar. Véase: vino espumoso de crianza en cava. Las distintas clasificaciones son: dulce, seco, brut nature, semiseco, extraseco, brut, extrabrut. Véase: vino espumoso de crianza en cava.

cava brut nature. Nombre que recibe el cava al que no se le añade licor de expedición; es el cava que se presenta tal cual ha madurado en botellas en la bodega. Véase: vino espumoso de crianza en cava.

cava dulce. De acuerdo con la cantidad de azúcares que contiene, aportado en su mayor parte por el licor de expedición, es el vino espumoso cuando el contenido de azúcar es superior a 50 g/l de azúcar. Véase: vino espumoso de crianza en cava.

cava extra brut. De acuerdo con la cantidad de azúcares que contiene, aportado en su mayor parte por el licor de expedición, es el vino espumoso cuando contiene menos de 5,5 g/l de azúcares. Véase: vino espumoso de crianza en cava.

cava extra seco. De acuerdo con la cantidad de azúcares que contiene, aportado en su mayor parte por el licor de expedición, es el vino espumoso cuando contiene entre 12 y 20 g/l de azúcar. Véase: vino espumoso de crianza en cava.

cava seco. De acuerdo con la cantidad de azúcares que contiene, aportado en su mayor parte por el licor de expedición, es el vino espumoso cuando contiene entre 17 y 35 g/l de azúcar. Véase: vino espumoso de crianza en cava.

cava semi-seco. De acuerdo con la cantidad de azúcares que contiene, aportado en su mayor parte por el licor de expedición, es el vino espumoso cuando contiene entre 35 y 50 g/l de azúcar. Véase: vino espumoso de crianza en cava.

cavach. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: picón; raya bramante.

cavala verdadeira. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carite lucio**.

cavalha empinge. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

cavalinha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **estornino**.

cavalinha de reis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **macarela caballa**.

cavalinha deo norte. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sierra austral blanca**.

cavall. Nombre vulgar catalán del mamífero: *Equus caballus*. Sinónimo: **caballo**.

cavall marí. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caballito de mar**.

cavalla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **estornino**.

cavalla vera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **estornino**.

cavallas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **medregal limón**.

cavalleta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cocinero verde**.

cavatappi. Pasta alimenticia compuesta, tubular, originaria de Italia. Se parecen a una sección alargada de los fusilli largos. Son divertidos para comer pues sus formas retorcidas se envuelven de maravillas en las salsas. Nombre español: sacacorchos.

cavech. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **noriega**.

caviar. Manjar que consiste en huevas de pescado preparadas. Teóricamente, puede ser de cualquier tipo de pescado, siempre que no sea venenoso como es el caso de los lagocefálicos (*Lagocephalidae*), entre los que se encuentra el famoso y temido **fugu** (*Lagocphalus lunaris*). A lo largo de los tiempos, se ha evidenciado que las huevas de esturión son las más finas y que los rusos y los persas son quienes más saben sobre la preparación de este producto de lujo, obtenido de sus reservas de esturiones en el mar Caspio que, hasta entonces se habían diezmado y que desde hace años, van siendo cada vez más elevadas. * Naturalmente existen otros países productores de caviar por ejemplo China, en cuyos grandes ríos el esturión es el suministrador del mismo. Y en California, un fabricante sueco produce, con gran éxito, un exquisito "caviar ruso", partiendo de esturiones americanos. Son los rusos los de mayor experiencia. Pues, solamente se puede obtener un buen

caviar partiendo de esturiones vivos. Cuando las hembras de esturión remontan los brazos del delta del Volga, desde el mar Caspio, para desovar, son capturadas y depositadas en grandes acuarios a bordo de barcos, y transportadas a las industrias transformadoras a orillas del Volga o a los barcos-factoría. Para conseguir las huevas se adormece a los peces. Desde que se obtienen las huevas, hasta que se envasa el caviar en latas herméticas, transcurren sólo 10 minutos. Imposible más frescos. * Sin embargo, la calidad del caviar no se determina sólo por su frescura, gusto y consistencia, sino también, y sobre todo, por su contenido en sal, que hace que el caviar fresco se pueda consumir. La famosa denominación de “**Malossol**” para el caviar ruso, indica que contiene “poca sal”; las mejores calidades se salan sólo en la medida necesaria para su limitada conservación. las modernas posibilidades de congelación y transporte hacen posible que se pueda conseguir caviar fresco en cualquier lugar del mundo. Este precioso manjar no es precisamente magro, ya que su contenido en grasa es de un 16%, además de aportar 270 kcal/100g, aproximadamente. El contenido en proteínas está entre 25 y 30%. El caviar debe consumirse frío, si es posible sobre hielo. Para manejar el caviar no debe usarse cucharas de plata, ésta se oxida y le da al caviar sabor a pescado. Tampoco conviene utilizar acero. En el mercado existen cubiertos neutros al sabor fabricados en nácar; también son apropiadas las cucharas de asta, concha e incluso madera para el consumo de estos costosos granos. Quien quiera hacerlo con una elegancia extrema, que utilice una cuchara de oro. Existen varias clases de caviar, según el tipo de esturión del que procedan: caviar beluga, caviar osietra, **caviar sevruga**. Además de los: sucedáneos de caviar. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caviar	na- tural	suce- dáneo
Energía (kJ)	1036,64	475,79
Sodio (mg)	814,00	1500,00

Vitamina A (µg eq. retinol)	560,00	
Colesterol (mg)	440,00	310,00
Potasio (mg)	422,00	90,00
Energía (kcal)	248,00	113,83
Fósforo (mg)	176,00	330,00
Calcio (mg)	137,00	57,00
Porción comestible	100,00	100,00
Ácido fólico (µg)	30,00	
Proteína (g)	29,00	14,00
Magnesio (mg)	22,00	22,00
Grasa (g)	17,10	5,30
Vitamina B ₁₂ (µg)	10,00	
Vitamina D (µg)	5,80	
Vitamina E (mg)	5,80	
Grasa poliinsaturada (g)	5,70	2,48
Carbohidratos (g)	4,00	2,70
Grasa moninsaturada (g)	3,50	1,10
Grasa saturada (g)	2,50	0,86
Hierro (mg)	1,40	1,00
Cinc (mg)	0,95	
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,30	
Niacina (mg eq. niacina)	0,01	
Tiamina (B ₁) (mg)	0,01	
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00	0,00
Fibra (g)	0,00	0,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,00	
Yodo (mg)		

caviar alemán. Véase: caviar de lumpo.

caviar asetra. Sinónimo: caviar osietra.

caviar beluga. Huevas salpresas del esturión beluga (*Huso huso*) Es el caviar superlativo; el más fino, más caro y, con una media de 3,5 mm por grano, el de mayor tamaño. También el esturión beluga, tan poco común, es el mayor de su familia. alcanza una longitud de 4 m y puede llegar a pesar 1.200 kg. Un 12% de este peso es caviar; un rendimiento realmente considerable.

caviar de bagre. Véase: *Silurus glanis*.

caviar de berenjenas. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** berenjenas, cebolla, aceite, sal. Véase: purés de verduras.

caviar de lumpo. Véase: huevas de lumpo (*Cyclopterus lumpus*),

caviar de trucha. Véase: huevas de trucha.

caviar del hombre pobre. Véase: puré libanés de berenjenas asadas (*baba ghanoush*).

caviar dorado. Huevas salpresas de los peces del género coregonus. Véase: coregonus.

caviar en conserva. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Caviar en conserva	
Sodio (mg)	458
Colesterol (mg)	409
Energía (kcal)	276
Potasio (mg)	200
Fósforo (mg)	190
Porción comestible	100
Calcio (mg)	86
Agua (mg)	57
Proteínas (g)	32
Grasa (g)	16
Hierro (mg)	2,8
Cianocobalamina (µg)	2
Tiamina (mg)	0,9
Riboflavina (mg)	0,65
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	
Carbohidratos (g)	

caviar keta. Bajo esta denominación se ofrece en el mercado las huevas de salmón, sin importar de que tipo de salmón procedan. Los mayores productores son Rusia y EEUU, en la costa Oeste. El principal proveedor es el salmón keta (*Oncorhynchus keta*). Sus huevas tienen un color ligeramente más pálido que las del salmón rosado (*Oncorhynchus gorbuscha*) y las del salmón Coho o salmón plateado (*Oncorhynchus kisutch*), pero los expertos lo prefieren; es un producto que

procede principalmente de Rusia. Los granos de las huevas del salmón rosado y el salmón Coho, son algo más pequeños, pero tienen un color más oscuro. Las huevas del salmón real o Chinook (*Oncorhynchus tshawytscha*) no sirven para su exportación debido a su escasa duración. Véase: sucedáneos de caviar.

caviar osietra. Huevas salpresas del esturión osietra (*Acipenser güldenstädti*) Es el favorito entre los entendidos, es de grano claramente menor que el de beluga y también de cáscara más dura y menos delicado. Se dice que tiene un cierto sabor a nuez, ligeramente yodado y de hecho, su especial aroma no es comparable al de ningún otro tipo de caviar. El esturión osietra puede llegar a pesar 200 kg, pero su peso medio está alrededor de 70 kg. Representa el 30% de las capturas

caviar sevruga. Huevas salpresas del esturión estrellado (*Acipenser stellatus*) Alcanza 1,50 m de longitud y raras veces pesa más de 25 kg. El peso de sus huevas está entre 1 y 3 kg por pez. Es el más barato, lo que no quiere decir que sea el peor. Este caviar tiene una cáscara muy fina y en consecuencia es muy delicado, sin embargo los entendidos elogian su aroma, especialmente intenso y picante. Es de color semigris tirando a gris acero. Representa el 50% de las capturas.

caviar sterlet. Existe otro tipo de caviar el procedente del esturión sterlet, cuyas huevas son muy pequeñas y casi parecen arena. Su sabor no es muy apreciado, pero sí lo es la carne del pescado.

caviar sustituto. Véase: sucedáneos de caviar.

caxifa. Nombre vulgar catalán de la planta: *Cynara scolymus*. Sinónimo: **alcachofa**

cayata. Variedad de uva tinta. Véase: uva monastrell.

cayela. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cañabota**.

cayena. Véase: pimienta de cayena; guindilla cayena.

cayetana. Véase: uva cayetana.

caza. La caza es una de las actividades más antiguas del hombre. Antes, cazaba para comer, de ahí que el recetario histórico esté repleto de platos con carne de caza. Hoy, la caza es un deporte que nos permite mantener el aprecio por los platos hechos con carne de caza. A continuación enumeramos los animales más comunes que son objetivo de los cazadores e incluimos las partes de las piezas cobradas que se expenden normalmente en las tiendas especializadas. Así podemos encontrar las siguientes preparaciones: Agachadiza común (*Capella gallinago*); Ánade rabudo (*Anas acuta*), Ánade real (*Anas platyrhynchos*), Ánade silbón (*Anas penelope*), Ancas de rana (*Rana esculenta*), Ánsar común (*Anser anser*), Avestruz (*Struthio camelus*), Barnacla canadiense (*Branta canadensis*), Becacina (*Gallinago* spp), Becada, Cabra montés (*Capra hispanica*), Cadera de ciervo, Canguro (*Macropus* spp.), Carne de ciervo troceada, Cerceta común (*Anas crecca*), Chocha perdiz (*Scolopax rusticola*), Ciervo (*Cervus elaphus*), Cocodrilo (*Crocodylidae* spp.), Codorniz (*Coturnix coturnix*), Codorniz deshuesada, Comadreja (*Trichosurus* spp.), Conejo de campo (*Oryctolagus* spp.), Conejo de granja (*Oryctolagus* spp.), Conejo europeo (*Oryctolagus cuniculus*), Contratapa de ciervo (deshuesada y lista para asar), Contratapa de ciervo, Eider (*Somateria mollissima*), Emú (*Dromatus novaehollandiae*), Entrecot de ciervo sin grasa ni nervios, Entrecot de ciervo, Faisán vulgar (*Phasianus colchicus*), Falda de ciervo, Filete de cadera de ciervo, Filete de contratapa de ciervo, Filete de falda de ciervo, Filete de tapa de ciervo, Focha común (*Fulica atra*), Frailecillo (*Puffinus tenuirostris*), Gallo lira (*Lyrurus tetrix*), Gamo (*Dama dama*), Gamuza (*Rupicapra rupicapra pyrenaica*), Jabalí (*Sus scophra*), Liebre (*lepus euro-*

paeus), Lomo de ciervo sin grasa ni nervios, Lomo entero de ciervo, Morcillo de ciervo (deshuesado), Morcillo de ciervo, Músculo de contratapa, Ortega (*Pterocles orientalis*), Ossobuco de ciervo, Paletilla de ciervo (deshuesada y enrollada), Paletilla de ciervo (deshuesada), Paloma torcaz (*Columba palumbus*), Pato real (*Anas platyrhynchos*), Perdiz común (*Alectoris rufa*), Perdiz de pata gris, Perdiz de pata roja, Perdiz nival (*Lagopus mutus*), Perdiz pardilla (*Perdix perdix*), Pierna de ciervo (deshuesada y lista para asar), Pierna de ciervo, Pierna de conejo, Pierna de jabalí, Pierna de liebre, Porrón común (*Aythya ferina*), Porrón moñudo (*Aythya fuligula*), Reno (*Rangifer tarandus*), Salchichas de ciervo, Salchichas de jabalí y manzana, Silla de ciervo, Silla de conejo, Silla de jabalí, Silla de liebre, Solomillo de búfalo (*Bubalus bubalus*), Tapa de ciervo (deshuesada y lista para asar), Tórtola (*Streptopelia turtur*), Urogallo (*Tetrao urogallus*), Zorzal común (*Turdus philomelos*), Zorzal real (*Turdus pilaris*). Desde el punto de vista culinario consideramos: Albóndigas de venado; Becadas asadas al jerez; Caldillo de conejo de monte; Ciervo braseado con salsa al whisky; Civet de jabalí; Civet de liebre; Civet de pato salvaje al vino tinto; Civet de rebeco; Chuletas de corzo; Chuletas de jabalí a la parrilla; Estofado de jabalí; Faisán a las uvas; Jabalí a la cazadora; Jabalí al vino tinto; Liebre estofada con judías; Lomo de jabalí asado; Perdices a la segoviana; Perdices escabechadas; Pichón a la vinagreta; Pierna de corzo asada; Venado astur. Véase: aves y caza; cocina clásica.

caza. Véase: vino aroma caza.

caza en la cocina clásica. Albóndigas de venado; Becadas asadas al jerez; Caldillo de conejo de monte; Chuletas de corzo; Chuletas de jabalí a la parrilla; Ciervo braseado con salsa al güisqui; Civet de jabalí; Civet de liebre; Civet de pato salvaje al vino tinto; Civet de rebeco; Estofado de jabalí; Faisán a las uvas; Jabalí a la cazadora; Jabalí al vino tinto; Liebre estofada con judías; Lomo de jabalí asado; Perdices a la se-

goviana; Pichones a la vinagreta; Pierna de corzo asada; Venado astur. Véase: cocina clásica.

caza en la cocina de España. Recordemos: Conejo a la alicantina, Conejo al alioli, Conejo al salmorejo, Conejo con caracoles, Jabalí con castañas, Perdices al modo de Alcántara, Perdices escabechadas. Véanse: tiempo de mortificación, cocina de España.

caza en la cocina de Francia. Véase: pollo y animales de caza en la cocina de Francia.

caza en la cocina de Sevilla. Véase: carnes, aves y caza en la cocina de Sevilla.

caza mayor. Con este nombre se designa la carne de las piezas con pelo de gran tamaño; las más comunes son el ciervo, el corzo, el alce, el gamo y, a veces, el jabalí. En la actualidad, la caza llamada “salvaje” sólo tiene de salvaje el nombre, pues muchas piezas de las cacerías vendidas como caza proviene de la cría, lo que permite obtener una carne más tierna pero también menos sabrosa, ya que la alimentación de estos animales no es la misma que la de los que viven en libertad. Véase: tiempo de mortificación, mamíferos de caza; aves y caza.

cazo de cobre. Utensilio básico de la cocina de Méjico. Los cazos de cobre originarios de Michoacán y especialmente de Santa Clara, son utilizados para el pozole, las carnitas, cocimientos al vapor tamales, calabaza en piloncillo y otros dulces. Véase: Utensilios básicos de la cocina de Méjico.

cazoleta. Nombre vulgar de la seta: *Peziza aurantia*.

cazón. Designación oficial española del pez: *Eugaleus galeus*; *Galeorhinus capensis*; *Galerhinus capensis*; *Galeorhinus galeus*; *Galeus canis*; *Galeus galeus*; *Galeus vulgaris*; *Squalus galeus*. Sinónimo oficial: Apatril; Boca dulce; Bocablanca; Bostio;

Bostrich; Bostrio; Ca marí; Camarí; Can de mar; Can mariño; Casó; Casón; Caçao; Caçó; Entú; Galeo; Galludo; Gat; Gato; Gelba; Janiquín; Katu-arrain; Kazoi; Lija; Lixa; Mozuela; Musola; Musola caralló; Peje peine; Pez peine; Tolia; Toll; Tolla; Tolle; Tollo.

cazón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bocanegra; carochó; musola dentuda; musola; negrito; pintarroja; tiburón coralino; tiburón hocicón; tiburón trozo; tollo negro narigón, tollo vitamínico.

cazón amarillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón amarillo**.

cazón australiano. Designación oficial española del pez: *Galeorhinus australis*.

cazón catalán. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carochó**.

cazón chino. Designación oficial española del pez: *Rhizoprionodon lalandei*; *Scoliodon lalandei*.

cazón chino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cazón de ley**.

cazón de espinas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **galludo cubano**.

cazón de leche. Designación oficial española del pez: *Eulamia aetholorus*.

cazón de leche. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lamia; tollo blanco.

cazón de ley. Designación oficial española del pez: *Rhizoprionodon terraenovae*; *Scoliodon tarraenovae*. Sinónimo oficial: Cazón chino; Tollito; Tollo hocicón.

cazón de lo alto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo cunaro**.

cazón de playa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón sarda**.

cazón de puas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **galludo cubano**.

cazón de Terranova. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo hoción**.

cazón espinoso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **galludo**.

cazón picudo. Designación oficial española del pez: *Carcharhinus oxyrhynchus*; *Iso-gomphodon oxyrhynchus*.

cazón picudo del pacífico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón hoción**.

cazón playón. Designación oficial española del pez: *Rhizoprionodon porosus*. Sinónimo oficial: Requin blanc; Tollito; Tollo hoción.

cazón trozo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tiburón trozo**.

cazón vitamínico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tollo vitamínico**.

cazón, a la yucateca. Plato integrante de la cocina con pescado de Méjico. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** cazón, tomate maduro, cebolla, chile habanero, aceite, sal, pimienta, rama de epazote, ajo. Véase: pescados en platos internacionales.

cazón, con gambas y almejas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** cazón, gambas, almejas, ajo, cebolla, pimienta blanca.

cazón, con tocineta. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “pescados”. Cocina de Andalucía. Muchos lo han visto y saboreado en el plato, aunque desconozcan como es este pescado. Parece un pequeño tiburón, cuya carne es extraordinaria. En Andalucía se prepara también al adobo, lo que le confiere un sabor exquisito. **Ingredientes:** cazón, tocineta fresca, pimienta verde, cebolla, ajo, tomate, vino

blanco, harina, perejil, pimienta, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cazón, en amarillo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** cazón, patatas, pimienta, ajo, tomate, cebolla, vino de Jerez, perejil, laurel, rebanada de pan frito, aceite de oliva, sal, azafrán, comino.

cazón, en pepitoria. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** cazón, cebolla, almendras crudas peladas, vino blanco, harina, aceite de oliva, sal, ajo, perejil, huevos duros, agua, azafrán.

cazuela de bocartes pejinós. Cocina de Cantabria. **Ingredientes:** Bocarte grande, diente de ajo, cebolla, guindilla, pimienta, vino blanco, vinagre, laurel, harina, aceite, pimienta molida, sal.

cazuela de cachete. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** pescado salado (cachete), cebolla, tomate, papas, garbanzas, pimienta dulce, ajo, laurel, vino blanco, cominos, perejil, aceite, agua.

cazuela de cherne con papas. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “pescados”. Cocina de Canarias. En Canarias, al bacalao le llaman cherne y lo preparan con sus pequeñas y exquisitas patatas. El bacalao demuestra, una vez más, que sabe adaptarse a todas las culturas y a todos los gustos. **Ingredientes:** cherne (bacalao) fresco, patatas, cabeza de pescado, ajo, tomate, cebolla, vino blanco, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cazuela chilena. Plato integrante de la cocina de las aves. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 1 hora y 15 minutos. **Ingredientes:** gallina, manteca, cebolla, laurel, orégano, tomillo, comino, apio, maíz, caldo, pimentón, guisantes, calabaza, boniato, leche, yema, sal, pimienta. Véase: aves en platos internacionales. Chile

cazuela de habas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** habas, zanahorias, patatas, alcachofas, perejil, hierbabuena, cebolla, cabeza de ajo, aceite, pimentón molido, comino.

cazuela de pescado. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** mero (cherne, sama, etc.), papas, cebolla, tomate, ajo, perejil, pimiento morrón, comino, laurel, azafrán, aceite, sal, pimentón.

cazuela de pescado (tresmall). Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. **Ingredientes:** pescado, sepia, merluza, langosta, escórpora, congrio, cigala, ajo, aceite, vino blanco, harina, salsa alioli, perejil, caldo de pescado, sal. Véase: pescados y mariscos en la cocina clásica.

cazuela de setas de álamo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** setas de álamo, aceite, ajos enteros, pan duro, pimentón, azafranada, comino, sal.

cazuela marinera de pescado. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** rape, dorada, escórpora, gambas, mejillones, patatas, cebolla, caldo de pescado, aceite de oliva, vino blanco, aguardiente, sal. **Picada:** hígado de rapealmendras tostadas, harina, rebanadas de pan frito, guindilla, perejil, azafrán, pimentón. **Salsa:** aceite, ajo. Véase: pescados y mariscos en la cocina clásica. Nombre original: **suquet de peix**.

cazuela salteña. Plato integrante de la cocina argentina con arroz. Tiempo de preparación 20 minutos. Coccción: 1 hora. **Ingredientes:** gallina, cebolla, aceite, arroz, patatas, huevo, sal, pimienta. Véase: arroz en platos internacionales.

cazuelas, ollas y jarros. Utensilio básico de la cocina de Méjico. La mayoría de los alfareos usan la técnica de modelado a mano y tornos. Dependiendo de la calidad del barro éste puede ser puro o mezclado con dos o varias clases de arcilla o incluso con plumilla de tule como sucede en Metepec. Las cazuelas se utilizan especialmente para los guisos poco caldosos o secos como el arroz. En cambio, las ollas por su profundidad se utilizan para los caldos, pozoles, ponches, café. Véase: Utensilios básicos de la cocina de Méjico.

ceba. Nombre vulgar catalán de la planta: *lilium cepa*. Sinónimo: **cebolla**

cebada. Nombre vulgar de la planta: *Hordeum vulgare*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cebada	
Energía (kJ)	1259,43
Potasio (mg)	560,00
Fósforo (mg)	380,00
Energía (kcal)	301,30
Porción comestible	100,00
Magnesio (mg)	91,00
Carbohidratos (g)	64,00
Ácido fólico (µg)	50,00
Calcio (mg)	50,00
Fibra (g)	14,80
Proteína (g)	10,60
Yodo (mg)	10,00
Niacina (mg eq. niacina)	7,80
Hierro (mg)	6,00
Sodio (mg)	4,00
Cinc (mg)	3,30
Grasa (g)	2,10
Vitamina E (mg)	0,90
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,56
Tiamina (B ₁) (mg)	0,31
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00

Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	

cebada perlada. Granos de cebada descascarillados y pulidos, empleados sobre todo en sopas y guisos, para espesarlos, y en coci- dos. Véase: granos, cereales y harinas.

cebada tostada. Según el Código Alimentario, 3.25.18. Es el producto obtenido por el tos- tado de la cebada, añadiendo en el proceso de elaboración el 10% de azúcar o glucosa. Contendrá, como mínimo, 12% de materia seca soluble en agua, y, como máximo, 6% de humedad. Sus cenizas totales no excede- rán del 3% sobre materia seca. Véase: clasi- ficación de sucedáneos de café.

cebiche. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “ensaladas”. Nombre español: **pescado marinado con lima, pimienta y chile.** Véase: ensaladas en la cocina de Francia; entradas en la cocina de Perú; ceviche.

cebiche a la piedra. Plato de la cocina de Pe- rú del grupo de entradas. **Ingredientes:** lenguado, sillao, rocote, limón, sal, pimien- ta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche caliente de gallina. Plato de la coci- na de Perú del grupo de entradas. **Ingred- ientes:** gallina, limón, ají, cebolla rocote, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche caliente de pescado. Plato de la co- cina de Perú del grupo de entradas. **Ingred- ientes:** pescado, limón, pan seco, rocote, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de alcachofas. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** alcachofas, limones, mostaza, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de atún. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** atún en cconserva, limones, cebolla, aji, lechu-

ga, camote, choclo, apio, cilantro, perejil, ají amarillo, ajo, sal, pimienta. Véase: en- tradas en la cocina de Perú.

cebiche de bonito. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** boni- to, camote, cebolla, rocote, rama de apio, cilantro, limón, ajo, ají, sal, pimienta. Véa- se: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de calamares. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** calamar fresco, limón, ajo, tomate, cebolla, ají verde, rocote, perejil, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de camarones. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** langostino, cebolla, limón, rocote, perejil, ají, sal, pimienta. Véase: entradas en la co- cina de Perú.

cebiche de cangrejos. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** cangrejos, limón, ají, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de caracoles. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** caracoles, limón, cebolla, ají, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de champiñones. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredien- tes:** champiñón, limón, cebolla roja, ajo, rocote, choclo, aceite, perejil, aceite de oli- va, sal, pimienta negra. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de corvina. Plato de la cocina de Pe- rú del grupo de entradas. **Ingredientes:** corvina, limón, ajo, cebolla, ají montaña rojo, ají verde, perejil, cilantro, sal, pimien- ta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de langostinos. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** langostinos, cebolla, limón, rocote, perejil, ají mirasol, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de mariscos. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** caracoles, machas, camarones, calamares, langostinos, conchas de abanico, conchas negras, choros, almejas, ostras, cangrejo, pulpo, pota, limón, rocote, choclo, camote, cebolla, ají amarillo, sal, perejil, cilantro. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de pato. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** pato, naranja agria, limón, cebolla, ajo, mantequilla, ají amarillo, sal. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de pollo. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** pollo, camote, limón, ajo, cebolla, ají verde, sal, pimienta, comino. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de pota. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** pota, ají verde, ajo, cebolla, rocote, limón, yuca, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de pulpo. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** pulpo, limón, camote, choclo, cebolla, ají verde, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de sardinas. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** lata de sardinas, cebolla, ají verde, tomate, limón, papa sancochada, perejil, sal, pimienta, comino. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche de trucha. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** trucha, limón, ajo, cebolla, ají montaña rojo, ají verde, perejil, cilantro, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

cebiche mixto. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** pescado,

limón, camarón, calamar, concha de abanico, concha negra, choro, pulpo, pota, rocote, cebolla, ají amarillo, sal, pimienta, cilantro. Véase: entradas en la cocina de Perú.

***Cebidichthys violaceus*.** Familia: blénidos. Alcanza hasta 75 cm de largo. Nombre vulgar: pez caramono de dorso espinoso.

ceboleiro. Una de las principales especialidades gallegas de derivado cárnico. Es como un morcillón o morcela, ya que tiene sangre, pimentón, cebolla, bofe (pulmón), vino y especias diversas. Se incluye en algunos platos de verduras, especialmente en su región de origen, Orense. Sinónimo: chorizo de cebolla gallego. Véase: derivados cárnicos de Galicia.

cebolla. Nombre vulgar de la planta: *Allium cepa*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cebolla		seca
Potasio (mg)	175,00	1040,00
Energía (kJ)	137,94	1095,16
Agua (g)	88,00	10,80
Fósforo (mg)	42,00	243,00
Energía (kcal)	33,00	262,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	33,00	50,00
Calcio (mg)	27,00	162,00
Magnesio(mg)	11,00	
Ácido ascórbico (C) (mg)	10,00	42,00
Sodio (mg)	9,00	105,00
Carbohidratos (g)	6,20	52,90
Fibra (g)	3,10	21,90
Proteína (g)	1,30	10,50
Hierro (mg)	0,50	3,30
Grasas totales (g)	0,30	0,90
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	0,20	1,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,13	0,50
Vitamina E (mg)	0,10	
Flúor (mg)	0,04	
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,03	0,20
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03	0,30
Colesterol (mg)	0,00	0,00
Grasa poliinsaturada (g)	tr.	tr.

cebolla blanca. Más suave que la cebolla española. Se almacena muy bien y se puede

emplear para todo tipo de cocciones, o cruda en ensaladas. Véase: bulbos.

cebolla de Figueras. Conocida también como cebolla española, es dulce, suave y deliciosa, sobre todo cruda en ensaladas y entremeses. Véase: bulbos.

cebolla enlatada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cebolla enlatada	
Sodio (mg)	660
Porción comestible	100
Agua (mg)	93,9
Potasio (mg)	78
Calcio (mg)	24,4
Energía (kcal)	20,2
Fósforo (mg)	19
Ácido fólico (µg)	10
Retinol (mg)	10
Ácido ascórbico (mg)	4,5
Carbohidratos (g)	4,3
Fibra vegetal (g)	1
Proteínas (g)	0,4
Hierro (mg)	0,25
Grasa (g)	0,2
Riboflavina (mg)	0,021
Tiamina (mg)	0,015
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

cebolla española. Grande, con hojas de color marrón cobrizo, es suave y dulce. Es ideal para ensaladas, pero también se puede freír o asar. Véase: bulbos.

cebolla roja redonda. Es más picante que la cebolla de Figueras, pero se conserva mejor. Se puede consumir cruda o cocinada. Véase: bulbos.

cebolla verde. Ideales para encurtir cuando son tiernas. Se pueden consumir crudas o

emplear de la misma manera que la cebolleta. Véase: bulbos.

cebollado de arafo. Véase: encebollado de arafo.

cebollas al gratín con tomates. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 35 minutos. **Ingredientes:** cebolla, tomate, rebanada de pan de molde, queso rallado, mantequilla, pan rallado, sal, pimienta, orégano. Véase: verduras al gratín.

cebollas asadas. Véase: pimientos, berenjenas y cebollas asadas.

cebollas en vinagre. Cebollas pequeña fermentadas en vinagre con sal, azúcar blanco, ácido alimenticio, colorantes y especias. Combinan bien con carnes frías y queso y, en Gran Bretaña, se utilizan especialmente en un plato típico de queso, pan y encurtidos llamado *ploughman's lunch*. Véase: encurtidos, aderezos y chatnis.

cebollas fritas crocante. Plato de la “cocina de Malasia/Indonesia” perteneciente al grupo de “salsas y guarniciones”. En el Sudeste de Asia, el arroz frito y una gran variedad de sopas y ensaladas se sirven acompañadas con cebolla frita crocante. Para hacerla en casa es recomendable usar cebollas rojas asiáticas o chalotes, pues se ponen crocantes mucho más rápido que las cebollas comunes y no hace falta rebozarlas con harina antes de freír. También se pueden comprar en los comercios de alimentos asiáticos. **Ingredientes:** Aceite vegetal, cebolla roja asiática cortadas en rodajas delgadas. Nombre en Malasia/Indonesia; *goreng bawang*.

cebollas rebozadas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** cebollas, claras de huevo, harina, aceite, sal.

cebollas rellenas. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** cebollas, carne guisada o bonito en lata, lata de pimientos, salsa de

tomate, huevo cocido, vino blanco, perejil, ajo, harina, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias; verduras rellenas.

cebollas rellenas al estilo de Cáceres. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “verduras y hortalizas”. Ya en el año 1745, Juan de Altamiras explicaba en su libro “Nuevo arte de cocina” la forma de preparar este plato, lo que da razón de su fecunda tradición. La cebolla es un excelente acompañamiento en la cocina. Cocina de Extremadura. **Ingredientes:** cebolla, tocino, huevo, leche, carne, pimienta, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cebollas rellenas de bonito. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “verduras y hortalizas”. Cocina de Asturias. En el Norte es bastante habitual combinar los maravillosos frutos del mar (en este caso, el bonito) con los humildes productos de la huerta. En este caso, la sencilla cebolla adquiere carácter propio gracias a su sabrosa combinación con un pescado que es exclusivo del Cantábrico. **Ingredientes:** cebollas, bonito, pimientos verdes, tomates, vino blanco, caldo, laurel, ajo, pimienta negra, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cebolleta. La cebolla (*Allium cepa*) sin madurar, cuyo bulbo aún no está desarrollado, tiene un sabor muy suave. Se puede emplear en entremeses y platos de quesos, sopas, ensaladas y salteados. Véase: bulbos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cebolletas	
Potasio (mg)	137
Agua (mg)	92,2
Porción comestible	85
Fósforo (mg)	42
Calcio (mg)	31
Energía (kcal)	25
Ácido ascórbico (mg)	19

Ácido fólico (µg)	16
Sodio (mg)	8,2
Carbohidratos (g)	5,1
Proteínas (g)	1,4
Fibra vegetal (g)	1,27
Hierro (mg)	0,8
Grasa (g)	0,2
Riboflavina (mg)	0,04
Tiamina (mg)	0,04
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0
Retinol (mg)	0

cebolleta francesa. Nombre vulgar de la planta: *Allium fistulosum*.

cebolli. Nombre vulgar catalán de la planta: *Allium ampeloprasum*. Sinónimo: **cebolli-no**.

cebololino. Nombre vulgar de la planta: *Allium schoenoprasum*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cebollino	
Vitamina A (µg eq. retinol)	500,00
Potasio (mg)	275,00
Ácido fólico (µg)	130,00
Energía (kJ)	100,32
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	86,00
Fósforo (mg)	54,00
Magnesio (mg)	40,00
Energía (kcal)	24,00
Proteína bruta (g)	3,00
Sodio (mg)	3,00
Fibra (g)	2,30
Carbohidratos (g)	1,90
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,00
Vitamina E (mg)	0,90
Niacina (mg eq. niacina)	0,65

Grasa (g)	0,50
Cinc (mg)	0,40
Hierro (mg)	0,40
Grasa poliinsaturada (g)	0,22
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,13
Grasa saturada (g)	0,12
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,11
Grasa moninsaturada (g)	0,08
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Yodo (mg)	

cebollino chino. Nombre vulgar de la planta:
Allium tuberosum.

cebollino de flor. (*Allium tuberosum*) Uno de los varios tipos de cebollino chino. Tiene el tallo hueco, hojas anchas y brotes redondos. Es más fuerte de sabor que el cebollino utilizado en la cocina occidental y se utiliza en salteados, sopas y ensaladas. Véase: ingredientes de la comida asiática.

cebollita. Nombre vulgar de la planta: *Allium cepa*; *Allium schoenoprasum*. Se denomina, en general, a cualquier variedad de cebolla temprana seca. Véase: bulbos.

cebollita azul. Nombre vulgar de la planta:
Allium ascalonicum.

cebollita china. Nombre vulgar de la planta:
Allium tuberosum.

cebollitas agridulces. Plato de la “cocina de Italia” perteneciente al grupo de “platos clásicos” y de “verduras en la cocina del Mediterráneo”. Los italianos suelen incluir en sus antipastos verduras en conserva. Estas cebollas no dejan un sabor amargo en la boca, ya que el gusto del vinagre está atenuado por el azúcar. Son excelentes para comer con fiambres como el jamón, y el agregado de clavos de olor les confiere un sabor festivo y las hace muy adecuadas para servir las, calientes, con carne asada, o frías con jamón, pato, ganso o pavo como aperitivo. **Ingredientes:** Cebollita, aceite de oliva, ajo, clavo, vinagre de vino tinto,

azúcar, sal y pimienta negra, laurel, chile rojo picante. Nombre en italiano: *cipolline in agrodolce*.

cebollitas asadas. Plato de la cocina de Cantabria “Cieza” perteneciente al grupo de “entrantes y guisos”. **Ingredientes:** cebollitas, tomate maduro, mantequilla, azúcar, pimienta negra, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cebollitas en vinagre. Estas cebolletas agrias se pueden encontrar en una variada gama de colores; verdes, amarillas y rojas. Se emplean picadas finas en salsas frías, o se sirven con queso o con huevos con jamón. Véase: encurtidos, aderezos y chatnis.

cebollón. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprícnico; eretismo cardiovascular.

cebón. Nombre vulgar del animal familia de los *Suidos*. Véase: cerdo.

cebra. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón carabali; camarón cebra; camarón fijador indio; camarón pinto; camarón tigre.

cebra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: morena de pecas claras; morena pecosa.

cebú. Raza primitiva. Este buey es el descendiente directo de los bisontes indios (*Bos indicus*) El cebú se diferencia de los bueyes de tipo europeo sobre todo por su estructura corporal (esqueleto y joroba, robustos), la piel floja y delgada, que cuelga en el cuello formando muchos pliegues, tanto finos como gruesos, una extraordinaria instalación para la regulación del calor. Posibilita a los animales el soportar las altas temperaturas y la humedad del aire de los trópicos sin dificultades especiales. Mientras que los bueyes de tipo europeo son sensibles a todas las enfermedades infecciosas y parasitarias tropicales, el cebú permanece inmune. Se cruza con los bueyes europeos obteniéndose descendientes con capacidad para la reproducción. El co-

lor del pelaje del cebú es variable, de gris, pasando por marrón, hasta blanco. Es muy modesto en lo que se refiere a alimentación y a condiciones de existencia. **Características:** No se ha fijado un patrón de raza. Véase: buey doméstico.

cebú brahma. Raza primitiva. Este buey es el resultado de cruces sucesivos entre distintos tipos de cebúes. El rendimiento en carne y leche no satisfacía las exigencias de los criadores de Méjico, Brasil y Centroamérica. El colorido es desde marrón claro a marrón, pasando por todos sus matices. El cebú brahmánico y sus cruces soportan las altas temperaturas ambientales gracias a la piel plegada, los grandes lóbulos de la garganta y los músculos de las orejas. La superficie corporal así aumentada, forma un sistema regulador del calor. Están equipados de modo parecido a otras razas adaptadas a la vida de tierras extremadamente calurosas. **Características:** Dado que la raza es poco uniforme en aspecto exterior y producción útil, no se indican ni medidas corporales ni aprovechamiento. Véase: buey doméstico.

cecina. Tiras secas de carne de vacuno o de venado sin grasa, según una receta original de suráfrica. Se puede cortar en virutas o en rodajas muy finas, pero se deben comer con moderación, ya que se hinchan en el estómago y pueden causar pesadez. Véase: carnes y embutidos usuales.

cecina. Otra especialidad valenciana de derivado cárnico. De buey o de toro. Típica en Ports de Morella. Véase: derivados cárnicos del País Valenciano.

cecina. Una de las principales especialidades de derivado cárnico en Castilla León. Jamón de vacuno adobado con sal, ajo, pimentón y orégano. Secado y ahumado. Véase: derivados cárnicos de Castilla León.

Cecina de León. Denominación de Calidad de embutidos españoles; provincia de León. La cecina procede del despiece de los cuartos traseros del ganado vacuno mayor, preferentemente de razas autóctonas de Castilla y León. Para obtener una buena cecina, la carne ha de proceder de animales viejos y cuanto más grasa contenga la carne, más jugoso será el producto. La materia prima se sala y, tras el lavado y asentamiento de las piezas, se ahuma con leña de roble o encina, todo ello hasta completar un proceso que debe durar un mínimo de 7 meses, a partir de la fecha del salado. Las piezas, con un peso de 3 a 5 kg, presentan en el exterior un color tostado y, en el corte, granate con ligero ve-teado. Hasta hace pocos años, también elaboraban cecina procedente de machos caprinos que se castran de pequeños para obtener carnes dedicadas a salar, a estos animales se les conoce con el nombre de “castrones”. La Cecina de León ofrece apreciaciones gustativas aromáticas que la diferencian con claridad de cualquier otro producto cárnico. Véase: embutidos de España.

cecina de Potes. Otra especialidad cántabra de derivado cárnico. Véase: derivados cárnicos de Cantabria.

cecina frita. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** carne de cerdo, yuca, plátano verde, sal. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

cecina gallega. Otra especialidad gallega de derivado cárnico. Carne salada de buey, ternero, corzo, etc. Véase: derivados cárnicos de Galicia.

cedoaria. Nombre vulgar de la planta: *Curcuma zedoaria*; *Curcuma zerumbet*.

cedro. Véase: vino aroma cedro

cedrón. Nombre vulgar de la planta: *Lippia triphylla*; *Melissa officinalis*.

cefalacántidos. Véase: *Cephalacanthidae*.

céfalo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cacho**.

cefalópodos. Véase: *Cephalopoda*.

cefalópodos de diez brazos. Véase: *Decabrachia*. Sinónimo: decápodos. Consideramos: sepias (*Sepioidea*), calamares (*Teuthoidea*) Véase: cefalópodos.

cefalópodos de ocho brazos. Véase: *Octobraquia*. Sinónimo: octópodos.

ceibo de agua. Nombre vulgar de la planta: *Pachira aquatica*.

celacanto. Designación oficial española del pez: *Latimeria chalumnae*.

celerí. Nombre vulgar catalán de la planta: *Apium graveolens* var. *rapaceum*. Sinónimo: **apionabo**.

celestial. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

celigall. Nombre comercial de un producto, marca Sanavi; de alimento sin gluten. Véase: galletas sin gluten vainilla.

celobiosa. Véase: carbohidratos

celosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe orqueta**.

celulosa. Polisacárido lineal constituido por restos de D-glucopiranosas, unidos entre sí por uniones β -(1→4) Existe en las paredes celulares de plantas, en la mayoría de algas y en especies de ciertas clases de hongos. Algunos procarióticos originan películas o microcápsulas de celulosa. Se encuentra casi pura en el algodón hidrófilo; constituye la mayor parte de la masa de la médula de saúco, de la madera, etc.; es sólida, incolora, insoluble en el agua y en los disolventes neutros, soluble en las soluciones cuproamoniacaes. Véase: carbohidratos; hidratos de carbono.

celulosa microcristalina (E-460) Producto químico basado en celulosa natural. Puede producir perturbaciones digestivas. Se encuentra en alimentos de dietética. No es tóxico. Véase: denominación específica de estabilizadores.

cencíbel. Véase: uva cencíbel.

cenicienta. Nombre vulgar de la seta: *Cantharellus cinereus*.

cenizo. Nombre vulgar de la planta: *Chenopodium album*.

cent en boca (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **boquerón**.

centeno. Nombre vulgar de la planta: *Secale cereale*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Centeno	
Energía (kJ)	1163,37
Potasio (mg)	510,00
Fósforo (mg)	336,55
Magnesio (mg)	120,00
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	78,32
Calcio (mg)	64,00
Carbohidratos (g)	60,71
Ácido fólico (µg)	42,00
Sodio (mg)	40,00
Fibra (g)	13,15
Yodo (mg)	10,00
Proteína (g)	8,82
Hierro (mg)	4,60
Vitamina E (mg)	1,95
Niacina (mg eq. niacina)	1,81
Grasa (g)	1,70
Cinc (mg)	1,30
Grasa poliinsaturada (g)	0,74
Grasa moninsaturada (g)	0,42
Tiamina (B ₁) (mg)	0,35
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,29
Grasa saturada (g)	0,28
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,17
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	

Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	

centeredo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabracho**.

centola. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

centolha. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla patagónica**.

centolla. Designación oficial española del crustáceo: *Maia squinado*; *Maja squinado*. Sinónimo oficial: Amiarma; Araña; Boc; Brumo; Bruño; Cabra; Cachola; Cangrejo velludo; Carracha; Carrapateira; Cascudo; Centola; Centolla europea; Centollo; Centolo; Cranca; Cámbara; Eliseo; Felpudo; Labrella; Ladilla; Paitela; Pateiro; Pato; Peludo; Rabuda; Rañoto; Txangurro; Xentollo.

centolla. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: centolla panameña; centolla patagónica. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Centolla	
Energía (kJ)	531,70
Sodio (mg)	370,00
Potasio (mg)	270,00
Energía (kcal)	127,20
Colesterol (mg)	100,00
Magnesio (mg)	48,00
Porción comestible	44,00
Yodo (mg)	40,00
Calcio (mg)	29,00
Proteína (g)	20,10
Ácido fólico (µg)	20,00
Niacina (mg eq. niacina)	6,10
Cinc (mg)	5,50
Grasa (g)	5,20
Grasa poliinsaturada (g)	2,22
Hierro (mg)	1,30
Grasa moninsaturada (g)	1,15
Grasa saturada (g)	0,71
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,35

Riboflavina (B ₂) (mg)	0,15
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Fósforo (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Vitamina E (mg)	

centolla chilena. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla patagónica**.

centolla de Juan Fernández. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla de Juan Fernández**.

centolla del sur. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla patagónica**.

centolla espinuda. Designación oficial española del crustáceo: *Lithodes murrayi*.

centolla europea. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

centolla neocelandesa. Designación oficial española del crustáceo: *Jacquinitia edwardsii*.

centolla panameña. Designación oficial española del crustáceo: *Lithodes panamensis*. Sinónimo oficial: Centolla.

centolla patagónica. Designación oficial española del crustáceo: *Lithodes antarcticus*. Sinónimo oficial: Centolha; Centolla; Centolla chilena; Centolla del sur.

centolla patagónica. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centollón**.

centolla peluda. Designación oficial española del crustáceo: *Maia verrucosa*. Sinónimo oficial: Bros; Bruño; Peluda; Rabuda.

centolleta de Juan Fernández. Designación oficial española del crustáceo: *Paromola rathbuni*. Sinónimo oficial: Centolla de Juan Fernández.

centollo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

centollón. Designación oficial española del crustáceo: *Paralomis granulosa*. Sinónimo oficial: Centolla patagónica.

centollos a la marinera. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** centollo, mejillones, besamel, yema de huevo, cebolla, zanahoria, ajo, perejil, laurel, vino blanco, pan molido, sal. Véase: cocina de Asturias.

centollos rellenos. Plato de la cocina de Cantabria “Valdáliga” perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** centollo, huevo cocido, vino blanco, agua, sal gorda. Véase: cocina de Cantabria. Véase: txangurro relleno.

centollos a la vasca. Plato correspondiente al grupo de centollos. Tiempo de preparación 40 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** centollo, cebolla, zanahoria, puerros, ajo, tomate concentrado, aceite, mantequilla, caldo de pescado, brandy, pan rallado, sal, pimienta, rama de perejil. Véase: centollos.

centollos con nata. Plato correspondiente al grupo de centollos. Tiempo de preparación 10 minutos. **Ingredientes:** centollo en lata, nata, zumo de limón, sal, pimienta, perejil picado. Véase: centollos.

centollos con salsa remolada. Plato correspondiente al grupo de centollos. Tiempo de preparación 5 minutos. **Ingredientes:** centollo cocido (frío), cebolla o escalonia, perejil, huevo duro, aceite, vinagre, sal, pimienta. Véase: centollos.

centollos en la cocina. Consideramos los siguientes platos: Centollo a la vasca; Centollo con nata; Centollo con salsa remolada;

Pomelos rellenos con centolla. Véase: mariscos.

centolo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

Centracanthidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Subclase: actinoptergios. Superorden: teleósteos. Orden: perciformes. Suborden: percoides. Se compone de dos géneros repartidos en siete especies que viven a lo largo de las costas orientales del Atlántico. Son peces de cuerpo alargado y ligeramente comprimido. Esta familia tiene como característica más notable una mandíbula inferior que sobresale ampliamente y una mancha con ángulos rectos en medio de cada lado. Nombre vulgar: centracántidos. Consideramos: caramel (*Spicara alcedo*), chucla (*Spicara smaris*).

Centracanthus cirrus. Pez. Designación oficial: **jerret imperial**.

centracántidos o ménidos. Véase: *Centracanthidae*.

Centrarchidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinoptergios. Infraclase: teleósteos. División: euteleósteos. Superorden: acantoptergios. Orden: perciformes. Comprende especies dulceacuícolas que poseen una única aleta dorsal y cuya parte anterior es más baja que la posterior. El cuerpo es alto y aplastado lateralmente. Son peces originarios de América del Norte, pero un gran número de especies, han sido progresivamente naturalizadas en Europa y otros sitios, la familia comprende un total de treinta y dos especies depredadoras que se alimentan de peces e invertebrados. Algunas son conocidas como apreciados peces de acuario. Consideramos: black crappie (*Pomoxis nigromaculatus*), bluegill (*Lepomis microchirus*), flier (*Cen-*

trarchus macropterus), longear sunfish (*Lepomis megalotis*), nariz azul (*Hyperogliphe antarctica*), perca americana (*Micropterus salmoides*), perca de dolomien (*Micropterus dolomei*), pez negro (*Centrolophus niger*), reदार sunfish (*Lepomis microlophus*), robalo de roca (*Ambloplites rupestris*), perca sol (*Lepomis gibbosus*), white crappie (*Pomoxis nigromaculatus*).

Centrarchus macropterus. Familia: centrárquidos. En América tiene gran importancia en la pesca deportiva. Esta especie origina en primavera, entre la población de Tejas, Missouri, Mississippi y Florida, una auténtica fiebre de pescadores, tanto de red como de anzuelo. Un pez que también resulta muy buen pescado de mesa, y que aparece desde Virginia hasta Tejas y desde Mississippi hasta Illinois. Véase: centrárquidos. Nombre vulgar: flier.

centrárquidos. Véase: *Centrarchidae*.

Centridermichthys uncinatus. Pez. Designación oficial: **platija ártica**.

Centrina centrina. Pez. Designación oficial: **cerdo marino**.

Centrina nigra. Pez. Designación oficial: **negrito**.

Centrina paradoxa. Pez. Designación oficial: **cerdo marino**.

Centrina salviani. Pez. Designación oficial: **cerdo marino**.

Centrina vulpecula. Pez. Designación oficial: **cerdo marino**.

Centris scolopax. Pez. Designación oficial: **trompetero**.

Centriscus gracilis. Pez. Designación oficial: **trompetero**.

Centriscus scolopax. Pez. Designación oficial: **pito real**.

Centriscus squamosus. Pez. Designación oficial: **trompetero**.

Centristhmus signifier. Pez. Designación oficial: **serrano ravijunco**.

Centroberix affinis. Pez. Designación oficial: **palometa australiana**.

centrolabro. Designación oficial española del pez: *Acantholabrus microstoma*; *Centrolabrus exoletus*; *Labrus exoletus*. Sinónimo oficial: Durdo; Pequeña vieja; Porredana; Vieja.

Centrolabrus exoletus. Pez. Designación oficial: **centrolabro**.

Centrolabrus hepatus. Pez. Designación oficial: **merillo**.

Centrolophus britanicus. Pez. Designación oficial: **romerillo**.

Centrolophus liparis. Pez. Designación oficial: **romerillo**.

Centrolophus newtoni. Pez. Designación oficial: **romerillo**.

Centrolophus niger. Familia: centrárquidos. Cuerpo alargado, cabeza redondeada y boca roma. Este pez es de color gris oscuro tirando a marrón negro, moteado con puntos plateados; se vuelve más clara en la parte del vientre. Aparece en zonas cálidas del Atlántico oriental. Este habitante de alta mar se alimenta de cangrejos y pequeños peces y alcanza una longitud de hasta 1,20 m. Es un pescado de mesa muy apreciado. Nombre vulgar: pez negro. Designación oficial: **romerillo**.

Centrolophus peruanus. Pez. Designación oficial: **cojinoba palmera**.

Centrolophus pompilus. Pez. Designación oficial: **romerillo**.

Centrolopus crassus. Pez. Designación oficial: **mupo imperial**.

Centrolopus medusophagus. Pez. Designación oficial: **mupo**.

Centrolopus ovalis. Pez. Designación oficial: **mupo imperial**.

Centronotus gardenii. Pez. Designación oficial: **cobia**.

Centronotus glaycos. Familia: carángidos. Nombre vulgar: **palometa blanca**.

Centronotus glaycos. Pez. Designación oficial: **palometa blanca**.

Centronotus gunnelus. Pez. Designación oficial: **gonello**.

Centronotus ovalis. Pez. Designación oficial: **palometa blanca**.

Centronotus vadigo. Pez. Designación oficial: **lirio; palometón**.

Centropholis goodei. Pez. Designación oficial: **voladora**.

Centrophorus bragancae. Pez. Designación oficial: **quelvacho**.

Centrophorus calceus. Pez. Designación oficial: **sapata**.

Centrophorus crepidalbus. Pez. Designación oficial: **sapata**.

Centrophorus crepidater. Pez. Designación oficial: **sapata negra**.

Centrophorus granulosus. Pez. Designación oficial: **quelvacho**.

Centrophorus lusitanicus. Pez. Designación oficial: **quelvacho**.

Centrophorus ringens. Pez. Designación oficial: **bruja**.

Centrophorus scalpratus. Pez. Designación oficial: **tollo negro merga**.

Centrophorus squamosus. Pez. Designación oficial: **quelvacho negro**.

Centrophorus squamosus dumerilii. Pez. Designación oficial: **quelvacho negro**.

Centrophorus uyato. Pez. Designación oficial: **quelvacho negro**.

Centropogon lehmannii. Familia: lobeliáceas. Fruta comestible. Las hojas de su árbol tienen propiedades narcóticas y producen embriaguez. Nombre vulgar de su fruta: **huevo de gallo**.

Centropomus armatus. Pez. Designación oficial: **robalo gualajo**.

Centropomus ensiferus. Pez. Designación oficial: **robalo maqueque**.

Centropomus nigrescens. Pez. Designación oficial: **robalo redondo**.

Centropomus parallelus. Pez. Designación oficial: **robalo chucumite**.

Centropomus pectinatus. Pez. Designación oficial: **robalo constantino**.

Centropomus poeyi. Pez. Designación oficial: **robalo prieto**.

Centropomus robalito. Pez. Designación oficial: **robalo aleta amarilla**.

Centropomus undecimales. Pez. Designación oficial: **robalo blanco**.

Centropomus unionensis. Pez. Designación oficial: **robalo serrano**.

Centropristis hepatus. Pez. Designación oficial: **merillo**.

Centropristis melana. Pez. Designación oficial: **serrano estriado**.

Centropristis merus. Pez. Designación oficial: **mero negro**.

Centropristis philadelphica. Pez. Designación oficial: **baila de roca**.

Centropristis striata. Familia: serránidos. Cuerpo grande, aletas con radios; resulta curiosa la aleta caudal, que termina en un radio alargado con forma de bandera. Color negro o marrón oscuro. Aparece mayoritariamente en el Atlántico Norte. Se alimenta de crustáceos y animales blandos, así como de pequeños peces. Tiene importancia comercial en EE.UU. y en Australia se considera uno de los principales, culinariamente hablando. Se encuentra en aguas tropicales calientes y puede llegar a ser muy grande. Tiene carne rosada con capas de tamaño mediano de textura consistente y sabor suave. Es indicado para cocinar con salsas. Véase: pescados. Nombre vulgar: **mero negro**. Designación oficial: **serrano estriado**.

Centropristis striatus. Pez. Designación oficial: **serrano estriado**.

Centropyge passer. Pez. Designación oficial: **isabelita machín**.

Centroscyllium granulatum. Pez. Designación oficial: **tiburón negro**.

Centroscyllium nigrum. Pez. Designación oficial: **tollo negro espinoso**.

Centroscymnus coelolepis. Pez. Designación oficial: **pailona**.

Centroscymnus crepidater. Pez. Designación oficial: **sapata negra**.

Centroscymnus macracanthus. Pez. Designación oficial: **tollo negro jume**.

Centrurophis remicaudatus. Pez. Designación oficial: **culebrita roja marina**.

Cenyphterus maculatus. Familia: ofídidos. Longitud aproximada 20 y 80 cm. habita en profundidades de 20 a 200 m, y aparece en las franjas costeras de China y Argentina. De internacional importancia comercial. La principal zona de capturas es la bahía de Valparaíso. Alrededor del 97% de las capturas se venden como pescado fresco, el resto se congela. Sinónimo: congrio negro, pistolero.

ceo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez de San Pedro**.

cep. Nombre vulgar catalán de la seta: *Boletus pinicola*; *Boletus reticulatus*.

cep negro. Nombre vulgar catalán de la seta: *Boletus aereus*.

cepa de Madrigal. Variedad de uva blanca. Véase: uva verdejo.

Cepea memoralis. Otro nombre del molusco: *Helix memoralis*.

Cepea nemoralis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracol moro**.

Cephalacanthidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase osteíctios. Subclase actinopterygios. Superorden: teleósteos. Orden: dactilopteriformes. Consideramos: chicharra (*Cephalacanthus volitans*)

Cephalacanthus spinerella. Pez. Designación oficial: **chicharra**.

Cephalacanthus volitans. Familia: cefalacántidos. Cuerpo fusiforme, grueso, alargado y cubierto de escamas rudas y adherentes. Cabeza fuerte, cuboide, algo deprimida y con

los lados inferiormente convergentes, enteramente acorazada. Rostro terminado en una visera muy pequeña, con una escotadura central diminuta y boca relativamente pequeña. Color achocolatado, con pequeñas manchas oscuras o azuladas, escapulares azuladas, con diminutos ocelos orlados de negro y centro más claro que el de la aleta. Boca y cámara branquial anaranjadas. Talla hasta 50 cm. Atlántico y Mediterráneo, bastante común. Nombre vulgar: chicharra, murciélago, pez volador, roncador.

Cephalacanthus volitans. Pez. Designación oficial: alón; chicharra.

Cephalopholis acanthistius. Pez. Designación oficial: **mero ambulú**.

Cephalopholis cruentata. Pez. Designación oficial: **cherná enjambre**.

Cephalopholis fulva. Familia: serránidos. Es uno de los meros más comunes en los arrecifes de las islas al Oeste del océano Índico y en el Sur de Florida, también aparece en el golfo de Méjico hasta el Sudeste del Brasil. Este pez de color marrón anaranjado se halla salpicado de puntos azules. Nombre vulgar: cherna cabrilla, coney. Designación oficial: **cherná cabrilla**.

Cephalopholis fulvus. Pez. Designación oficial: **cherná cabrilla**.

Cephalopholis pachycentrum. Familia: serránidos. Es uno de los 3 parientes asiáticos de los meros que sólo alcanza los 25 cm de longitud. Los otros dos son: el pez pantera (*Cromileptes altivelis*) y la perca de roca leopardo (*Plectropomus leopardus*). Nombre vulgar: mero marrón.

Cephalopholis propino. Pez. Designación oficial: **mero ambulú**.

Cephalopoda. Clase zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: moluscos. Los cefalópodos constituyen la clase de moluscos más desarrollados. Son, sin

excepción, habitantes del mar. Entre ellos se encuentran los animales marinos invertebrados de mayor tamaño. Al mismo tiempo, son los habitantes del mar más rápidos. Los cefalópodos, que están mucho más próximos a los caracoles que a los peces, tienen unos órganos de los sentidos y un sistema nervioso altamente desarrollados. Tienen visión tridimensional y pueden diferenciar los colores. También son capaces de “aprender” y de “recordar”. La cabeza, con los grandes ojos en forma de lente, sobresale claramente del cuerpo. Aparte de la lengua masticadora (rádula) como los caracoles que, en este caso únicamente sirve como lengua para ayudar a tragar los animales capturados, tienen en la boca dos quijadas que son como el pico de un loro. Con ellas, estos animales, pueden desmenuzar su captura, principalmente conchas, cangrejos y peces. La boca está rodeada de brazos muy móviles y a menudo provistos de ventosas que utilizan para agarrar a sus presas, tantear y arrastrarse. En el lado del vientre del cuerpo en forma de saco hay una amplia cavidad del manto en la que desembocan los intestinos, las vías urinarias y sexuales y donde también se encuentran las branquias. Por la cavidad del manto, abierta hacia delante, afluye el agua que respiran y es expulsada por un tubo estrecho, el embudo. Si esta expulsión se realiza a sacudidas bruscas, el animal puede desplazarse a gran velocidad debido a la enorme fuerza de propulsión. Mientras que esto suele emplearse para huir, muchas especies también disponen de aletas a los lados del tronco para movimientos más lentos. * Casi todos los cefalópodos poseen una glándula colorante, la denominada bolsa de la tinta. Si se acerca un enemigo, ésta glándula, que desemboca en la cavidad de manto, produce un líquido de color marrón negro que es expulsado por el embudo al nadar en retroceso. Se esparce como una nube en torno al animal y le hace invisible ante el agresor. A menudo la nube de color expulsada imita incluso la forma del cefalópodo, de modo que el atacante intenta cogerle a menudo en vano. * La piel de la

mayoría contiene células colorantes móviles que posibilitan al animal cambiar de color. Esto juega un papel importante en el galanteo previo al apareamiento, también sirve para camuflarse en el caso de los animales que viven sobre el fondo marino.

* Todos los cefalópodos son unisexuales. Ponen huevos de los que salen las crías acabadas y completamente desarrolladas. La mayoría de los cefalópodos que viven en la actualidad carecen de conchas exteriores como los bivalvos y los caracoles, sin embargo tienen una valva que se encuentra en el interior del cuerpo. Pocas especies carecen en absoluto de valva. * La concha atrofiada y calcárea, suele ser ovalada a lo largo y ligeramente abombada. A causa de las minúsculas cámaras interiores y llenas de gas, es porosa y muy ligera. A menudo se encuentran estas valvas en la playa. Estas se venden en los comercios con el nombre de “sepia” como piedra de afilar para los pájaros. * Según el número de branquias los cefalópodos se dividen entre los que tienen 4 y los que tienen 2 branquias. De las especies que hoy viven, sólo el nautilo (*Nautilus*) pertenece a los de 4 branquias, todos los demás cefalópodos tienen 2 branquias. En el Sudeste asiático, el nautilo se pesca en grandes cantidades, sobre todo en Burma, no sólo por su carne, sino también por su codiciada concha. * Los cefalópodos de 2 branquias se dividen según el número de sus brazos, los hay de 8 brazos (*Octobranchia*) y de 10 brazos (*Decabrachia*), cuyos 2 brazos extras son más largos y sirven para apresar. * Los cefalópodos están abundantemente representados en todos los mares del mundo y han constituido desde siempre un alimento muy importante para los habitantes de las costas. Gracias a las técnicas de conservación y refrigeración, la sepia, el calamar y el pulpo pueden adquirirse prácticamente en todas partes. Probablemente su importancia para la alimentación humana aumentará de cara al futuro, ya que están muy extendidos

y, de momento, sus existencias están mucho menos amenazadas que las de la mayoría de los animales marinos. Consideramos: decápodos (cefalópodos de diez brazos) (*Decabrachia*), octópodos (cefalópodos de ocho brazos) (*Octobranchia*).

Cephaloptera edentula. Pez. Designación oficial: **manta**.

Cephaloptera massera. Pez. Designación oficial: **manta**.

Cephalorhynchus commersoni. Familia: delfínidos. Distribuido a lo largo de las costas de Patagonia, Tierra de Fuego, hasta las islas Malvinas. Longitud total de 1,5 m aproximadamente y 50 kg de peso. La frente no muestra un perfil tan pronunciado como otras especies de delfines y el color de la piel hace que sea fácilmente identificable: la cabeza y la parte dorsal de la aleta hasta la cola (incluida ésta) son de color negro, mientras que el resto es blanco. Presenta 30 pequeños dientes puntiagudos en cada hemimaxila. Vive en aguas costeras, bahías y fiordos. Es una especie muy poco conocida y su observación es rara. Vive en pequeños grupos formados por 3-5 animales y se alimenta de *krill* además de peces, aunque la forma de la boca hace pensar que generalmente no consume grandes presas. No parece realizar movimientos migratorios y la distribución de la especie raras veces rebasa el paralelo de 40° de latitud Sur. No vacila en penetrar en los estuarios de los ríos aunque las aguas sean turbias y fangosas, al contrario de los otros delfínidos, que evitan esas situaciones. Nombre vulgar: delfín urraca.

Cephalorhynchus haevisidei. Mamífero cetáceo. Designación oficial: **delfín**.

Cephalus orthroriscus. Pez. Designación oficial: **pez luna**.

cepola. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cinta**.

Cepola gladius. Pez. Designación oficial: **rey del arenque**.

Cepola iris. Pez. Designación oficial: **lista**.

Cepola macrophthalmia. Familia: cepólidos. Aparece en el Atlántico nororiental, desde Senegal hasta las Islas Británicas y en el Mediterráneo, a profundidades de hasta 200 m. Se alimenta generalmente de cangrejos que encuentra entre el plancton. Longitud media: 30 a 50 cm. Longitud máxima 70 cm. Carne aceptable. Nombre vulgar: cinta, látigo, pez llama, favia. Designación oficial: **cinta**.

Cepola rubescens. Familia: cepólidos. El pez tenia se reconoce por su cuerpo largo y anguiliforme, dotado de una larga dorsal y una larga anal, llevando cada una de estas aletas 60 radios. Los grandes ojos ocupan 1/3 de la longitud de la cabeza. Las escamas son muy pequeñas. Sin importancia económica, el pez tenia es a veces capturado con caña. El pez tenia se alimenta de crustáceos planctónicos del grupo de los copépodos, así como de sus larvas (nauplios). Sirve de alimento a otras especies. Nombre vulgar: pez tenia. Designación oficial: **cinta**.

Cepola serpentiformis. Pez. Designación oficial: **cinta**.

Cepola taenia. Pez. Designación oficial: **cinta**.

Cepola trachyptera. Pez. Designación oficial: **lista**.

Cepolidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Superorden: teleósteos. Orden: perciformes. Suborden: percoides. La familia se compone de dos géneros que agrupan alrededor de cinco o seis especies. Perciformes con forma aberrante ya que su aspecto es anguiliforme y lateralmente muy comprimido, sobre todo en la región caudal que es acintada y de considerable longitud. Ale-

tas dorsal y anal muy largas y reunidas por detrás con la caudal, que termina en forma de pincel; ambas sostenidas por radios blandos, salvo los 3 primeros de la dorsal, que son espinosos y libres, aunque no acerados. Cabeza relativamente corta y desnuda, morro chato y abertura bucal oblicua, con maxilares protráctiles y dientes diminutos. Ojos grandes. Escamas cicloides pequeñas, no imbricadas. Coloración encarnada. Consideramos: cinta (*Cepola macrophthalmia*), cinta (*Cepola rubescens*).

cepólidos. Véase: *Cepolidae*.

cera. Sustancia plástica que fabrican algunos insectos (*cera animal*) u obtenida de las plantas (*cera vegetal*) La cera más empleada es, generalmente, la de abejas, el material de los alveolos que contienen la miel, que consta principalmente de cerina y miricina. En estado natural es amarilla (*cera amarilla*), pero expuesta al aire, a la luz solar, en láminas delgadas y humedecidas, se convierte en blanca (*cera blanca*). Las ceras vegetales se parecen a menudo, por su composición, a las grasas. Véase: barnices, ceras y encáusticos.

cera de abejas amarilla. (E-901 ii) Es la cera en su estado natural. En bollería, chicle, frutas frescas, productos de confitería, aperitivos, café, chocolate. Véase: productos cuya función no se especifica.

cera de abejas blanca. (E-901 i) Es la cera natural, amarilla, expuesta al aire, a la luz solar, en láminas delgadas y humedecidas. Se emplea en: bollería, chicle, frutas frescas, productos de confitería, aperitivos, café, chocolate. En bollería, chicle, frutas frescas, productos de confitería, aperitivos, café, chocolate. Véase: productos cuya función no se especifica.

cera de candelilla. (E-902) En bollería, chicle, frutas frescas, productos de confitería, aperitivos, café, chocolate. Véase: productos cuya función no se especifica.

cera de carnauba. (E-903) Cera obtenida en grandes cantidades de una palmera de América del Sur (*Copernicia cerifera*) En bollería, chicle, frutas frescas, productos de confitería, aperitivos, café, chocolate. Véase: productos cuya función no se especifica.

cera de germen de arroz. (E-908) Véase: productos cuya función no se especifica.

cera de lana. Véase: churre de lana.

cera microcristalina refinada. (E-907) Véase: productos cuya función no se especifica.

Ceranium rubrum. Pez. Designación oficial: **trillo.**

Cerastocopelus maderensis. Pez. Designación oficial: **pez linterna.**

Cerastocopelus warmingi. Pez. Designación oficial: **pez linterna de Evermann.**

Cerastoderma edule. Familia: cárdidos. Este berberecho vive principalmente a profundidades de hasta 10 m en las zonas de marea, sobre suelos arenosos y blandos. Se encuentra en el Atlántico Norte, en el Mediterráneo, en el mar Negro, mar del Norte y en el Báltico hasta el golfo de Botnia. El que pueda vivir en aguas tan diversas se debe a su formidable capacidad de adaptación, que se hace especialmente evidente cuando se trata de aguas cuyo contenido en sal va decreciendo de manera progresiva. La valva de este molusco tiene un color marfil, que, incluso puede llegar a ser marrón, sus pliegues radiales se encuentran bien pronunciados. Alcanza unos 5 cm de diámetro. Nombre vulgar: perdigone, berberecho, carneiro. Designación oficial: **berberecho.**

Cerastoderma glauculus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **berberecho verde.**

Ceratias holboelli tentaculatus. Pez. Designación oficial: **pescador de profundidad.**

Ceratonia siliqua. Familia: papilionáceas. Fruto del algarrobo azucarado en vaina, contienen hasta el 26% de sacarosa. Este árbol es originario de Arabia, y se cultiva en toda la región mediterránea, en la que se ha asilvestrado. Las algarrobas son comestibles, aunque principalmente se benefician para dársele al ganado caballar. Nombre vulgar: algarroba, garrofa. Según el Código Alimentario, 3.18.02. i. Legumbre seca obtenida de *Ceratonia siliqua*, L. Véase: legumbre seca.

cerceta común. Nombre vulgar del ave: *Anas crecca.*

cercobajo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro corcovado.**

cerdito de mar. Nombre vulgar del pez: *Scorpaena porcus.*

cerdo. Nombre vulgar de los animales de la Familia: suidos. El cerdo es un mamífero, con hocico terminado en morro, que se cría por su carne y su piel. El macho se llama verraco, la hembra marrana y la cría cochinito. Un ejemplar de 3 a 4 semanas de vida que todavía se amamanta recibe el nombre de lechón. El cerdo es prolífico y más fácil de criar que otros animales para carne, pues se trata de una especie pacífica que se alimenta de cualquier cosa. Su valor no solo estriba en que proporciona una cantidad considerable de carne, sino que casi todas sus partes, como la grasa fundida (manteca), las orejas, las cerdas (los pelos), las patas, las manos, las entrañas y la cola, se aprovechan como carne fresca o embutido. Antaño el cer-

do se consideraba inmundo por su forma de comer. Se cree, por otra parte, que la prohibición entre judíos y musulmanes de no ingerir esta carne se debió a que, en aquellos tiempos, su consumo provocaba enfermedades. Los antiguos egipcios, por ejemplo, creían que transmitía la lepra y prohibían la entrada de los porquerizos al templo. Por entonces se ignoraba que la causa de la enfermedad (la triquinosis) se debía a la presencia en la carne del cerdo de un gusano parásito (*Trichinella spiralis*), invisible al ojo humano, que muere con una cocción a temperatura elevada (temperatura interna de 60 °C) Existen diversas razas de cerdos, entre las que destacan la Duroc, la ibérica, la Landrace y la Yorkshire, que han originado numerosos cruces. La demanda de una carne menos grasa ha llevado al desarrollo de razas con un 30% a un 50% menos de grasa (tal y como se puede medir por el espesor de la grasa dorsal) que hace unos treinta años, gracias a la genética y los nuevos modos de alimentación. Es en los cortes de la canal de cerdo donde, sin duda, se aprecian más diferencias entre Norteamérica y Europa. En el continente europeo existe una tradición más antigua que se estableció antes de que dominara el anhelo de rentabilidad. La carne de cerdo más tierna procede del lomo (espalda), de donde se obtienen filetes, carne para asados y chuletas. La del muslo o la paletilla es menos tierna pero también se obtienen trozos para asados así como otras tajadas: manos, jarretes, colas, etc. El cerdo se consume fresco, salado o ahumado. Desde el punto de vista gastronómico consideramos, entre otros, los platos siguientes: Cochinillo asado; Chuletas de cerdo especiadas; Engravá; Filetes de cerdo con castañas glaseadas; Greixera de pies de cerdo; Jamón serrano al estilo de Huelva; Lechona rellena; Lomo de cerdo en adobo; Magras con tomate; Manos de cerdo con judías; Miolada de Orense; Morro y oreja de cerdo

con judías; Pernil asado al estilo Mansilla; Tostón. Véase: cocina clásica; despiece de la canal de porcino. Nombres vulgares con que se designa a este animal son: cebón, cerdo, chanco, gocho, gochu, gorrín, gorrino, gruñete, gruñeto, gruñente, letón, marrancho, marranchón, marrano, marranchón, porcachón, porcallón, porco, porquezuelo, puerco, sute, tocino, varraco, verriondo. Al animal se le llama con las siguientes voces: Coche, cochi, cocho, cuchí, cuino. Por su etapa de crianza se clasifica: cochinillo; cochino; dos-agostos; frajenco; garrapo; lechón; malandar; marranete; marranete; marranillo; porcino; primal; primor; recebo; rungo; tetón; verdeo, de. Otras características: agostón; campero; cochino chino; cochino de monte; corezuelo; granillero; guarrito; jaro; jeta; anfla; rostrizo; tarasca; tostón; trasca; tunco; verraco; verrón.

cerdo Alemán. Raza porcina de carne. Resultado de cruces entre primitivos cerdos autóctonos alemanes de orejas flexibles, los llamados cerdos de las marismas, Yorkshire y el “middle white” inglés. El cerdo noble alemán es un cerdo del tipo de carne, con una gran masa muscular (perniles, costillas y otras partes de carne noble) frente a la grasa. Las cerdas son muy prolíficas, suelen tener 10-12 lechones en cada camada y también leche suficiente, así que los lechones lactantes crecen rápidamente. **Características:** peso de la hembra 250-280 kg, del verraco: 300-350 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo Beltsville. Véase: cerdo Poland-China.

cerdo Berkshire. Raza porcina grasa. El cerdo oriundo del condado inglés de Berkshire después de muchos cruces y generaciones dio lugar a cerdos con marcas blancas en el hocico, extremidades y cola, de dimensiones medias y con una fertilidad de 7 a 10 lechones por camada, precoz, al principio un tipo de carne y grasa, después un cerdo de grasa. En la actualidad ya no

se cría en su país de origen, y sólo se tiene como reserva energética. Por el contrario, está ampliamente difundido en América del Sur y Central, Canadá y Japón. El cerdo berkshire es una de las razas que más influyeron en la creación de toda una serie de nuevas razas porcinas. **Características:** peso de la hembra 160-200 kg, del verraco: 200-280 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo Cornwall. Sinónimo: cerdo de Cornualles.

cerdo Danés. Raza porcina de carne. La raza campesina danesa ha sentado las bases para desarrollar otras muchas razas de carne, y se han seguido criando, hasta hoy, como raza pura. Los cerdos de la raza campesina danesa tienen una piel blanca y cerdas del mismo color. Las hembras son extraordinariamente prolíficas (12-14 lechones en una camada) y tienen mucha leche. Un mes después del parto todavía producen 10 l diarios de leche, y, por ello, los lechones se desarrollan rápidamente. Con 21 días, los lechones de una sola camada pesan juntos de 50 a 60 kg. El aumento medio diario del engorde precoz, hasta 90 kg, llega a los 700 g. **Características:** peso de la hembra 230-250 kg, del verraco: 270-290 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo de Cornualles. Raza porcina de carne y grasa. La nueva denominación para este cerdo es "Large black" pero la más utilizada es la de "cornwall". Esta raza surgió en los condados ingleses de Cornwall y Suffolk por el cruce de un cerdo grande y primitivo, negro y de orejas caídas con los pequeños cerdos negros de Suffolk y Essex. El resultado del cruce fue una raza de cerdos espesos, negros y piel gris negruzca. Es muy popular entre los criadores de cerdo del subtrópico, sobre todo en la península Balcánica. Utilizada en la Denominación: Los Pedroches. **Características:**

peso de la hembra 200-240 kg, del verraco: 300 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo de Hallig. Sinónimo: cerdo de Suabia.

cerdo de pasto. Raza porcina de carne. El cerdo alemán de pasto que se ha cruzado con razas francesas de color negro manchado y con el cerdo hampshire norteamericano. Es un cerdo de tamaño mediano. Es un ejemplo de individuo poco exigente que tiene utilidad si se le ceba con buen pasto. Sólo se cría localmente por pequeños granjeros. **Características:** peso de la hembra 220-235 kg, del verraco: 240-275 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo de silla inglés. Sinónimo: cerdo Inglés.

cerdo de Suabia. Raza porcina grasa. En Schleswig-Holstein se crió una antigua raza, el cerdo suab o de Hallig, de partes altas, con cabeza alargada y estrecha, orejas flexibles y una característica banda en el tronco. Después de cruces infructuosos se cruzó con el cerdo inglés pescador de silla. Así surgió el actual cerdo Suab o de Hallig que era precoz y muy prolífico (más de 12 lechones por camada) y que engordaba rápidamente. La exigencia de los consumidores de carne pobre en grasa ha relegado la cría de estos cerdos a criadores aislados. **Características:** peso de la hembra 225-275 kg, del verraco: 275-350 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo de pata negra. Véase: cerdo ibérico.

cerdo doméstico. (*Sus scrofa t. domestica*)

La domesticación del cerdo sólo fue posible cuando el hombre se convirtió en sedentario, probablemente entre el IX y VIII milenio a. C. El origen del cerdo doméstico parece ser el jabalí (*Sus scrofa*). Desde las primeras fases de la domesticación del cerdo, el hombre ha ido seleccionando poco a poco para la cría, animales con partes físicas significativas y bien formadas, pues le

ofrecían el mayor aprovechamiento. Mientras que en el jabalí la cabeza y la parte delantera están muy desarrolladas, las razas de cerdos nobles tienen una parte trasera especialmente bien desarrolladas, mejor musculatura del lomo y de los perniles, así como un esqueleto menos macizo con el cráneo ligero. Consideramos las siguientes clases de cerdos actuales: cerdo Alemán; cerdo Berkshire; cerdo Danés; cerdo de Cornualles; cerdo de pasto; cerdo de Suebia; cerdo Duroc; cerdo ibérico; cerdo Inglés; cerdo Mangalica; cerdo Mangalica blanco; cerdo Palouse; cerdo Pietrain; cerdo Poland-China; cerdo Tamworth; cerdo Yorkshire; cerdo Yorkshire Americano.

cerdo Duroc. Raza porcina de carne. Originalmente esta raza se llama Duroc-Jersey. Los cerdos de raza duroc tienen una piel de rojo a rojo de ladrillo, son resistentes a las enfermedades y de gran desarrollo. Las cerdas paren 10-12 lechones de una vez y dan bastante leche. En los grandes criaderos se aprecia el carácter tranquilo y apacible de estos cerdos y su robusta constitución; estas dos características la convierten en una raza porcina significativa hoy en día. **Características:** peso de la hembra 320 kg, del verraco: 400 kg. Véase: cerdo doméstico. Sinónimo: cerdo duroc-jersey. Utilizada en las Denominaciones: Jamón de Teruel; Los Pedroches; Llonganissa de Vic.

cerdo Duroc-Jersey. Sinónimo: cerdo Duroc.

cerdo ibérico. Nombre vulgar del mamífero: *Sus ibericus*.

cerdo Inglés. Raza porcina de carne y grasa. El origen de esta raza se remonta a más de 100 años. Los cerdos negros autóctonos de Hampshire y de Berkshire fueron cruzados con cerdos Sussex, que tenían las extremidades negras y una banda blanca en las paletillas o en el centro del tronco. **Características:** peso de la hembra 250-280 kg, del verraco: 300-350 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo Large black. Sinónimo: cerdo de Cornualles.

cerdo Large white. Sinónimo: cerdo Yorkshire.

cerdo Mangalica. Raza porcina grasa. Esta raza procede del cruce de primitivos cerdos de carne y grasa húngaros, con cerdos szalanti. Los híbridos así obtenidos proporcionaban una carne mejor y maduraban antes que las razas de procedencia. Actualmente la demanda de carne supera a la de manteca y sólo crían cerdos magalicza pequeños criadores húngaros. **Características:** peso de la hembra 140-160 kg, del verraco: 150-180 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo Mangalica blanco. Raza porcina grasa. En la Voivodina servia, mediante el cruce de la raza primitiva local con las razas inglesas Yorkshire y Lincoln, fue criada una raza porcina que poseía las características más favorables del cerdo mongolico. Los cerdos de la nueva raza maduraban antes, tenían mejor carne, eran mayores, las cerdas las cerdas eran ensortijadas, finas y, según la calidad del agua y las características del suelo, de color blanco, amarillo, gris o rojo. Algunos animales habían heredado de sus antepasados una piel gris clara, hasta blanca. Este cerdo es un ejemplo del fracaso en el cruce de cerdos con poco rendimiento útil, con razas porcinas pronunciadamente útiles, pues ni ha conseguido la precocidad ascendente ni una mejor producción de carne. Hoy, esta raza sólo se cría aisladamente. **Características:** peso de la hembra 200 kg, del verraco: 250 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo, manitas. Véase: manitas de cerdo.

cerdo, manteca. Véase: manteca de cerdo.

cerdo marino. Designación oficial española del pez: *Centrina centrina*; *Centrina paradoxo*; *Centrina salviani*; *Centrina vulpecula*; *Oxynotus centrina*; *Oxinotus paradoxus*; *Squalus centrina*. Sinónimo oficial:

Caballo de mar; Chon de mar; Cochino; Guarrito; Itsas-zerri; Itsasoko zerri; Mielga; Negra; Negrita; Peix xovato; Pez zorro; Porc; Porc de la mar; Porc marí; Porch; Porch marí; Purco; Puerco de mar; Pímpido; Quelme; Quelve; Rema; Truchona; Truja.

cerdo Minnesta 2. Véase: cerdo Poland-China.

cerdo Minnesta 3. Véase: cerdo Poland-China.

cerdo, paleta. Véase: paleta de cerdo.

cerdo Palouse. Raza porcina de carne. El palouse es la única raza blanca de origen norteamericano, surgió por el cruce del Chester white con la raza campesina danesa importada. Se trataba de criar un cerdo de poca grasa, buenos perniles musculosos y lomo semejante. Las cerdas tienen 10-14 lechones en una camada y son buenos animales madres. **Características:** peso de la hembra 160-230 kg, del verraco: 180-270 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo pata negra. Véase: cerdo ibérico.

cerdo pierna. Véase: pierna de cerdo.

cerdo Pietrain. Raza porcina de carne. En el municipio belga de Pietrain, en la provincia de Brabante surgió en la primera mitad del siglo XX una raza porcina que tomó el nombre del lugar de origen. en su cría intervinieron cerdas berkshire y jabalíes, así como razas belgas autóctonas, cruzadas con yorkshire, berkshire o razas ibéricas. Actualmente, no hay ningún país en Europa en el que no sea utilizado como animal de cría, para el ennoblecimiento de razas locales o para cruzamientos de alto rendimiento. Este cerdo es de raza pura, pero no se utiliza para la cría a gran escala. En su país de origen, los cerdos pietrain se crían en 3 tamaños: pequeño, semigrande y

grande. En lo que atañe al valor de matanza, los pietrain son una de las mejores razas de carne del mundo. En los tipos grandes, la espaldilla y los perniles están bien dotados de carne, por lo que también se denomina al pietrain “cerdo con cuatro jamones”. El espesor del tocino es mínimo. Con razón se considera al cerdo pietrain como raza de primera calidad. La fertilidad de la cerda es de 10 o más lechones por camada. El color de la piel es negro manchado. **Características:** peso de la hembra 240 kg, del verraco: 280 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo Poland-China. Raza porcina de carne. Surgió a principios del siglo XIX, en Ohio, en donde es una de las razas más antiguas. Con esta raza, los criadores estadounidenses han conseguido unas destacadas razas porcinas de carne (Minnesta 2 y 3, Beltsville 1) En Europa, el poland-china sólo se cría en Gran Bretaña, traído desde Estados Unidos, para la crianza de híbridos. **Características:** peso de la hembra 320-340 kg, del verraco: 400-430 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo pulmones. Véase: Pulmones cerdo.

cerdo riñón. Véase: Riñón de cerdo.

cerdo sangre. Véase: sangre de cerdo

cerdo sesos. Véase: sesos de cerdo.

cerdo Small white. Véase: cerdo Yorkshire.

cerdo Suab. Véase: cerdo de Suabia.

cerdo Tamworth. Raza porcina de carne. La raza tamworth surgió del cruce de raza berkshire. El color de la piel de este cerdo es marrón rojizo, las cerdas son algo más claras, con un matiz dorado o una pintada en rojo cereza. El colorido le ha valido la denominación de cerdos mahagoni o cerdos grizzly. Su promedio de fertilidad está

en 10-11 lechones por camada. Las características de matanza son buenas; su carne es magra, y también se utiliza para la obtención de bacón. **Características:** peso de la hembra 260 kg, del verraco: 300 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo Yorkshire. Raza porcina de carne. Mediante complejos cruces de cerdos ingleses de Leicester con razas precoces de Portugal y Nepal, así como con distintos cerdos chinos, surgió una raza que, con el nombre de Yorkshire forma parte de los más difundidas del mundo. Un tipo más pequeño recibe el nombre de “Small white”. Se destacan por su fertilidad; un promedio de 10-11 lechones por camada. Las cerdas madres tienen mucha leche, con la que los lechones se desarrollan rápidamente. A los 95 días aproximadamente alcanzan una masa de 95 kg. **Características:** peso de la hembra 280-350 kg, del verraco: 350-425 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo Yorkshire americano. Raza porcina de carne. Proveniente de Yorkshire inglés. Se obtiene, por cruce, cerdos blancos, con dimensiones corporales medias, esqueleto delicado y patas robustas, y que resulta de mejor calidad que los animales de grandes dimensiones. **Características:** peso de la hembra 275-350 kg, del verraco: 325-450 kg. Véase: cerdo doméstico.

cerdo, agridulce. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** Lomo de cerdo, salsa de soja, huevos, harina, cebolla, ajo, pepino, tomate, zanahoria, azúcar, vinagre o aguardiente de arroz, fécula de patata, aceite de sésamo, cebollino (o cilantro), sal, pimienta.

cerdo, al horno con especias. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cerdo”. **Ingredientes:** comino, jengibre, tomillo, cilantro, lomo de cerdo, sal, mirepoix de verduras, agua, fécula de patata. Nombre en Francia: *carre de porc apicius*. Véase: cerdo en la cocina de Francia.

cerdo, al horno con relleno de salvia y salsa de manzanas. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cerdo”. **Ingredientes:** lomo de cerdo, mirepoix de verduras, caldo de ternera oscuro, bouquet garni, manzana, mantequilla, azúcar. Para el **relleno:** cebolla, mantequilla, yemas, atado de salvia, perejil, pan fresco, sal, pimienta. Nombre en Francia: *roti de porc a l’anglaise*. Véase: cerdo en la cocina de Francia.

cerdo, al horno estilo italiano. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “carne en la cocina de España”. El romance de los italianos con el cerdo alcanza su punto máximo en la *porchetta*, el lechón relleno y asado. El hinojo es un ingrediente esencial del relleno, y también se usa en asados más pequeños, como aquí. El vino en el asador asegura que la carne se mantenga húmeda, aunque no habrá chisporroteo. **Ingredientes:** Ajo, sal, hinojo, semillas de hinojo, aceite de oliva, vino blanco, pata de cerdo, pimienta negra, romero, marsala o jerez. Nombre italiano: *arrosta di maiale*.

cerdo, en la cocina clásica. Consideramos los platos siguientes: chuletas de cerdo especiadas; Engravá; Filete de cerdo con castañas glaseadas; Greixera de pies de cerdo; Jamón serrano al estilo de Huelva; Lechona rellena; Lomo de cerdo en adobo; Manos de cerdo con judías; Miolada de Orense; Morro y oreja de cerdo con judías; Pernil asado al estilo Mansilla; Tostón. Véase: cocina clásica.

cerdo, en la cocina de España. Un refrán popular asegura “del cerdo gustan hasta los andares”. Mejor aún el cerdo ibérico. Hay pocos animales de los que se aproveche tanto para la cocina popular. Recetas de todo tipo, platos fríos y calientes, embutidos y jamones de larga conservación. Todo se aprovecha. Recordamos: Cochinillo asado, Lacón con grelos y chorizos, Lomo al ajillo, Manitas y orejas de cerdo a la leonesa, Ofegat de la Segarra, Pies de cerdo a la catalana, Zorza con huevos fritos. Véase: cocina de España.

cerdo, en la cocina de Francia.

Consideramos: **carre de porc a la franc-comtoise** (lomo de cerdo al horno con relleno de riñones y hierbas), **Chou farci entier a l'auvergnate** (repollo relleno con cerdo, setas y hierbas), **Carre de porc apicius** (cerdo al horno con especias), **Echine de porc au cresson** (cerdo salteado con berro), **Choucroute d'alsace chucrut** (con cerdo y salchichas), **Longe de porc farci au miel** (lomo de cerdo al horno con relleno de miel), **Roti de porc a l'anglaise** (cerdo al horno con relleno de salvia y salsa de manzanas) Véase: platos principales en la cocina de Francia.

cerdo, salteado con berro. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cerdo”. **Ingredientes:** lomo de cerdo embuchado, aceite vegetal, caldo de pollo, sal, pimienta, atado de berro, jugo de limón. Para el **arroz frito con huevo:** arroz, arvejas, huevo batido, jamón. Nombre en Francia: echine de porc au cresson. Véase: cerdo en la cocina de Francia.

cereales. Nombre que se da a ciertas de plantas de las familias gramíneas y poligonáceas que se cultivan para producir granos comestibles para el hombre y el ganado. Los más significativos son el maíz, el arroz y el trigo. Un nuevo cereal, desarrollado científicamente es el triticale que se deriva del cruzamiento del trigo con el centeno, forma en la cual se duplica el número de cromosomas en el híbrido. También se considera como cereal el trigo sarraceno que pertenece a la familia de las poligonáceas. De los granos de los cereales se preparan cuatro grupos generales de alimentos: 1) los productos horneados, hechos de harina o granos molidos, entre los que se incluyen el pan, galletas y pasteles; 2) los productos de granos molidos, que se hacen al retirar el salvado y por lo general el germen (o embrión de la semilla), incluyen arroz pulido, harina de cereales, harina de

trigo, harina de maíz, maíz machacado, granos de maíz, cebada perla, semolina (para productos de pasta tipo italiano), cereales para el desayuno preparados, sopas, salsas y diversos espesadores; 3) las bebidas como la cerveza y el whisky, que se hacen de productos de granos fermentados (destilados o sin destilar), así como de granos tostados y cocidos; 4) los productos completos de grano, entre los que se incluyen la avena balanceada, el arroz pardo, el maíz palomero, los granos desmenuzados e inflados, y alimentos para el desayuno. Todos los cereales poseen un alto valor energético, principalmente de almidón pero también de grasa y proteínas. En general, los cereales son bajos en contenido proteico, aunque la avena y ciertos mijos son una excepción. Consideramos: **alforfón** (*Fagopyrum esculentum*), **amaranto** (*Amaranthus viridis*; *Amaranthus retroflexus*), **arroz arborio** (*Oryza sativa*), **arroz basmati** (*Oryza sativa*), **arroz blanco** (*Oryza sativa*), **arroz de cocción rápida** (*Oryza sativa*), **arroz glutinoso** (*Oryza sativa*), **arroz integral** (*Oryza sativa*), **arroz jazmín** (*Oryza sativa*), **arroz sancocado** (*Oryza sativa*), **arroz sazonado** (*Oryza sativa*), **arroz silvestre** (*Zizania aquatica*), **arroz vaporizado: avena** (*Avena sativa*), **bulgur** (*Triticum* sp.), **cebada** (*Hordeum vulgare*), **centeno** (*Secale cereale*), **copo de avena** (*Avena sativa*), **copos de trigo** (*Triticum* sp.), **cusús** (*Triticum* sp.), **escanda** (*Triticum speltum*), **germen de trigo** (*Triticum* sp.), **kasha** (*Fagopyrum esculentum*), **maíz mote** (*Zea mays*), **maíz triturado y hervido** (*Zea mays*), **mijo** (*Panicum miliaceum*; *Setaria italica*), **mijo negro** (*Pennisetum americanum*), **palomitas de maíz** (*Zea mays*), **quinoa** (*Chenopodium album*), **salvado de trigo** (*Triticum* sp.), **seitán** (*Triticum* sp.), **sémola** (*Triticum* sp.), **sorgo** (*Sorghum vulgare*), **teff** (*Eragrostis abyssinica*), **trigo** (*Triticum* sp.), **trigo hinchado** (*Triticum* sp.), **trigo triturado** (*Triticum* sp.), **triticale** (*Triti-*

cum X Secale) **cereales**. Según el Código Alimentario, Capítulo XVII. 3.17.00. Consta de: 3.17.01 **Denominación genérica**. 3.17.02 **Usos alimenticios**. 3.17.03 **Transporte**. 3.17.04 **Almacenamiento**. 3.17.11 **Alpiste**. 3.17.12 **Arroz**. 3.17.13 **Avena**. 3.17.14 **Cebada**. 3.17.15 **Centeno**. 3.17.16 **Maíz**. 3.17.17 **Mijo, panizo y panizo de Daimiel**. 3.17.18 **Trigos**. 3.17.19 **Alforfón**. 3.17.20 **Sorgo**. 3.17.21 **Semillas de siembra**. 3.17.22 **Semillas puras**. 3.17.23 **Manipulaciones**. 3.17.24 **Prohibiciones**. Véase: alimentos y bebidas. La mezcla de cereales integrales preparados para el consumo humano tienen un contenido en nutrientes, expresado en gramos por cada 100 g de porción comestible, es:

Cereales integrales Kelloggs	
Energía (kJ)	1070,08
Hierro (mg)	340,00
Energía (kcal)	256,00
Ácido fólico (µg)	125,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	46,00
Fibra (g)	28,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	26,00
Proteína (g)	13,00
Niacina (mg eq. niacina)	11,30
Calcio (mg)	8,80
Vitamina E (mg)	4,30
Grasa (g)	3,50
Vitamina D (µg)	3,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	1,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,00
Sodio (mg)	0,90
Tiamina (B ₁) (mg)	0,90
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,60
Grasa saturada (g)	0,50
Colesterol (mg)	0,00
Cinc (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Magnesio (mg)	
Potasio (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Yodo (mg)	

cereales germinados. Los germinados de cereales son alimentos vivos, que tienen por sí mismos un valor alimenticio completo para una dieta sana y equilibrada. Su gran abundancia en vitaminas, minerales, enzimas, proteínas y clorofila, contenidos en proporciones adecuadas y su bajo contenido en hidratos de carbono, los sitúan entre los alimentos más completos y de los que menos engordan. Tienen un alto rendimiento y se pueden incluir en la confección de múltiples platos: ensaladas, purés, sopas, hervidos de verduras, rellenos, bocadillos, con arroz y acompañando cualquier carne o pescado.

cereixo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **bogavante**.

cereza. Véase: vino sabor cerezas.

cereza. Nombre vulgar de la planta: *Prunus avium*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cereza	
Potasio (mg)	260,00
Energía (kJ)	243,80
Porción comestible	87,00
Energía (kcal)	58,33
Fósforo (mg)	21,00
Calcio (mg)	16,00
Carbohidratos (g)	13,50
Magnesio (mg)	11,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	8,00
Ácido fólico (µg)	8,00
Sodio (mg)	3,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	3,00
Fibra (g)	1,50
Proteína (g)	0,80
Grasa (g)	0,50
Hierro (mg)	0,40
Niacina (mg eq. niacina)	0,30
Grasa poliinsaturada (g)	0,15
Grasa moninsaturada (g)	0,13
Cinc (mg)	0,12
Grasa saturada (g)	0,11
Vitamina E (mg)	0,10
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,06
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,05

Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Yodo (mg)	tr.

cereza bing. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante, Cireres del Baix Llobregat.

cereza blanca. Variedad de cereza de color amarillo pálido con tonos rosados. Excelente para macedonias. Véase: frutas con hueso.

cereza burlat. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante, Cireres del Baix Llobregat.

cereza cuallarga. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cireres del Baix Llobregat.

cereza del gobernador. Nombre vulgar de la planta: *Flacourtia indica*.

cereza dulce. Variedad de cereza. Véase: *Prunus avium*.

cereza forta. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cireres del Baix Llobregat.

cereza gaucher. Variedad de cereza inglesa de textura consistente y jugosa, con un sabor a frutas y ácido. Véase: frutas con hueso.

cereza geant. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante, Cireres del Baix Llobregat.

cereza guillaume. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cireres del Baix Llobregat.

cereza hedelfingen. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cireres del Baix Llobregat.

cereza moreau. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cireres del Baix Llobregat.

cereza nadal. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante.

cereza picota. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante, Cireres del Baix Llobregat. Véase: frutas con hueso.

cereza planera. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Montaña de Alicante.

cereza sabanera. Nombre vulgar de la planta: *Prunus serotina*.

cereza Stark Hardy. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante, Cireres del Baix Llobregat.

cereza stella. Variedad de cereza inglesa, grande, muy sabrosa y sumamente jugosa. Véase: frutas con hueso.

cereza tierna. Variedad de cereza. Véase: *Prunus avium*.

cereza tilagua. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante.

cereza van. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante, Cireres del Baix Llobregat.

cereza villareta. Variedad de cereza. Utilizada en la Denominación: Cerezas de la Montaña de Alicante, Cireres del Baix Llobregat.

cerezas confitadas. Cerezas confitadas, glaseadas con jarabe de azúcar para su conservación. Se usan en repostería y para decorar postres y pasteles. Véase: Aditivos y productos para repostería.

Cerezas de la Montaña de Alicante. Denominación Específica de Frutas. Ampara la zona de producción constituida por 24 términos municipales del N de Alicante y otros 2 más del S de la provincia de Valencia. Las cerezas protegidas por la D.E. pertenecen a las variedades: Burlat, Tilagua, Planera, Nadal y Picota; como polinizadoras se utilizan las Stark Hardy, Geant, Bing y Van. Las cerezas presentan un color brillante, son de gran tamaño y calidad, y tienen un apreciado carácter de producción de primor, con el inicio de la recolección a finales del mes de Abril. Véase: frutas de España.

Cerezas del Baix Llobregat. Véase: Cireres del Baix Llobregat.

cerezas enlatadas. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cerezas enlatadas	
Potasio (mg)	108
Porción comestible	100
Retinol (mg)	90
Agua (mg)	89,2
Calcio (mg)	71
Energía (kcal)	23
Carbohidratos (g)	9,1
Fósforo (mg)	7,4
Ácido ascórbico (mg)	6
Sodio (mg)	1,5
Proteínas (g)	0,8
Fibra vegetal (g)	0,5
Grasa (g)	0,4
Hierro (mg)	0,11
Tiamina (mg)	0,03
Riboflavina (mg)	0,02
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

cerezas secas. Se conserva durante 6 meses. Las cerezas secas se dejan en remojo en agua muy caliente durante 30 minutos y se

utilizan en madalenas y pasteles o en forma de puré en salsas para platos salados y dulces, y para aromatizar soufflés y helados. Véase: frutas y frutos secos.

cerezo. Nombre vulgar de la planta: *Phyllanthus acidus*.

cerezo agrio. Nombre vulgar de la planta: *Phyllanthus acidus*.

cerezo de los Andes. Nombre vulgar de la planta: *Prunus serotina*.

cerezo de los Méjico. Nombre vulgar de la planta: *Prunus serotina*.

cerezo de Santa Lucía. Nombre vulgar de la planta: *Prunus mahaleb*.

cerillas. Nombre vulgar de la seta: *Xylaria hypoxilon*.

***Cerithium vulgatum*.** Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cuerno**.

cerna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cherná**.

***Cerna canina*.** Pez. Designación oficial: **mero cherne**.

***Cerna chysotaenia*.** Pez. Designación oficial: **falso abadejo**.

***Cerna gigas*.** Pez. Designación oficial: **mero**.

***Cerna nebulosa*.** Pez. Designación oficial: **gitano**.

cernecho. Nombre vulgar gallego de la seta: *Claviceps purpurea*.

cernúa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **acerina**.

cerrajón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bonito del Pacífico Este**.

cerrote. Nombre vulgar gallego de la seta: *Macrolepiota procera*.

cerveza. La bebida más extendida del mundo se fabrica con agua, malta (cebada desecada) y lúpulo fermentado (levadura), *Saccharomyces cerevisiae*). Existen varios tipos de cervezas que se diferencian por el color (de rubio pálido a marrón oscuro casi negro) y el sabor. La cerveza forma parte de la preparación de varios platos como sopas, guisos y pescados, y puede sustituir a la levadura en buñuelos y crepés. Existen muchas variedades de cerveza, que se clasifican según el lugar de origen, el tipo de elaboración y los ingredientes utilizados. Las variedades clásicas son las siguientes: **cerveza ale; cerveza de trigo; cerveza lager; cerveza abadía; cerveza stout; cerveza pilsen.** Según el Código Alimentario, 3.30.50.6. Bebida resultante de fermentar mediante levadura seleccionada el mosto procedente de malta de cebada, sólo o mezclado, con otros productos amiláceos transformables en azúcares por digestión enzimática, cocción y aromatizado con flores de lúpulo. Su graduación alcohólica no será inferior a 3°. Véase: materias primas y productos elaborados de cervezas; agua para la cervezas; malta. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cerveza	oscura 8°-9°	rubia 4°-5°
Energía (kJ)	275,88	137,94
Porción comestible	100,00	100,00
Potasio (mg)	92,00	35,00
Energía (kcal)	66,00	33,00
Fósforo (mg)	34,00	16,00
Magnesio (mg)	16,00	7,00
Sodio (mg)	12,00	11,00
Calcio (mg)	11,00	5,00
Ácido fólico (µg)	10,00	4,00
Etanol (% en vol)	6,20	3,40
Azúcares	5,30	2,10
Carbohidratos (g)	5,30	2,10
Niacina (mg eq. niacina)	0,82	0,33
Proteína (g)	0,60	0,20
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,28	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,05	0,02
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00	0,00
Colesterol (mg)	0,00	0,00

Fibra (g)	0,00	0,00
Grasa (g)	0,00	0,00
Grasa moninsaturada (g)	0,00	0,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,00	0,00
Grasa saturada (g)	0,00	0,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,00	0,00
Vitamina D (µg)	0,00	0,00
Vitamina E (mg)	0,00	0,00
Cinc (mg)	tr.	0,00
Hierro (mg)	tr.	tr.
Tiamina (B ₁) (mg)	tr.	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.	tr.

cerveza abadía. Son cervezas de fermentación alta, con un grado de alcohol elevado. Pueden ir del dorado al marrón y presentar grandes variedades en amargor y malteado. Son densas y su sabor permanece durante un largo tiempo en la boca. Véase: cerveza.

cerveza ale. Tradicionalmente fabricadas en las Islas Británicas. Son cervezas de fermentación alta, con una lupulización variable y un grado alcohólico moderado (de 3,5° a 6°, como mínimo) Tienen un color oscuro y su aroma y sabor son afrutados. Véase: cerveza.

cerveza de cereales. Según el Código Alimentario, 3.30.50.7. Bebida obtenida a partir de la malta de cereales. Llevará la denominación del cereal de procedencia. Véase: materias primas y productos elaborados de cervezas; cerveza.

cerveza de trigo. Para elaborarlas se sustituye gran parte de la cebada por grano de trigo. Son muy refrescantes, tienen un color amarillo pálido y contienen poco alcohol. Además poseen una fresca acidez, difícil de encontrar en otros estilos. Las más conocidas son las elaboradas al sur de Alemania y en Bélgica. Véase: cerveza; cerveza de cereales.

cerveza lager. Son cervezas de baja fermentación, muy refrescantes y con un marcado sabor a lúpulo. Se almacena a una temperatura cercana a los 0 °C y una vez filtrada y embotellada, no se conserva durante mu-

cho tiempo. Generalmente, es una cerveza rubio con matices dorados oscuros. Véase: cerveza.

cerveza pilsen. Dentro de la familia de las Lager, a la cual pertenecen, son las más fabricadas. Tienen un buen carácter a malta, pero acentúan más su lupulizado, con su aroma floral y su sequedad final. Véase: cerveza.

cerveza sin alcohol. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cerveza sin alcohol	
Porción comestible	100,00
Energía (kJ)	96,14
Potasio (mg)	31,00
Sodio (mg)	31,00
Energía (kcal)	23,00
Fósforo (mg)	17,00
Magnesio (mg)	6,00
Azúcares	4,70
Carbohidratos (g)	4,70
Ácido fólico (µg)	4,00
Calcio (mg)	4,00
Niacina (mg eq. niacina)	0,70
Etanol (% en vol)	0,40
Proteína (g)	0,20
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,10
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,01
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Grasa (g)	0,00
Grasa moninsaturada (g)	0,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,00
Grasa saturada (g)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Vitamina E (mg)	0,00
Cinc (mg)	tr.
Hierro (mg)	tr.

cerveza stout. La más popular es la irlandesa “Guinness” que se distingue por su carácter muy seco y bastante amargo, existen tam-

bién stout inglesas, más azucaradas y con notas marcadas de chocolate. Son cervezas para degustar, que piden tiempo para ser apreciadas en toda su plenitud. Véase: cerveza.

cervezas. Según el Código Alimentario, Capítulo XXX. Sección 9ª. Comprende: 3.30.50 **Materias primas y productos elaborados.** 3.30.51 **Características de cervezas.** 3.30.52 **Manipulaciones.** 3.30.53 **Cervezas impropias para el consumo.** 3.30.54 **Prohibiciones.** 3.30.55 **Envasado.** 3.30.56 **Venta para consumo.** Véase: bebidas alcohólicas.

cervezas de baja graduación. Véase: características de cervezas.

cervezas especiales. Según el Código Alimentario, 3.30.50.8. Son las que por sus características deban clasificarse como selectas. La reglamentación correspondiente fijará las calidades con arreglo a sus densidades respectivas y caracteres organolépticos. Véase: materias primas y productos elaborados de cervezas.

cervezas impropias para el consumo. Según el Código Alimentario, 3.30.53. Se considerarán cervezas impropias para el consumo: a) Las que se presenten turbias o contengan un sedimento apreciable a simple vista. b) Las que tengan color, olor o sabor anormales. c) Las que por su análisis químico o examen microscópico u organoléptico acusen enfermedad o alteración en fase avanzada o defectos. Todas la cervezas alteradas no podrán destinarse al consumo humano. Véase: cervezas.

Cervidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: parazoos. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: tetrápodos. Clase: mamíferos. Subclase: terios. Infraclase: euterios. Orden: artiodáctilos. Suborden: rumiantes. Infraorden: pecorinos. Cabeza de los machos con un par de astas óseas macizas que se mudan y crecen de nuevo cada año. Véase: caza mayor, mamíferos de caza, clasificación de las carnes. Nombre vulgar:

cérvidos. Consideramos: alce (*Alces alces*), ciervo (*Cervus elaphus*), corzo (*Capreolus capreolus*), gamo (*Dama dama*), reno (*Rangifer tarandus*).

cérvido. Véase: clasificación de mamíferos de caza.

cérvidos. Véase: *Cervidae*.

***Cervimunida johni*.** Familia galateas. Véase: *Pleurocodes monodon* y *Cervimunida johni*. Designación oficial: **langostino azul**.

***Cervus elaphus*.** Familia: cérvidos. Contiene 23 subespecies presentes en el Norte de África, Europa, Asia y América del Norte. El animal macho está armado de cuernos ramosos que pierde y vuelven a aparecer al año siguiente con una ramificación suplementaria; es animal tímido y puede domesticarse fácilmente; la subespecie más abundante en España (*Cervus elaphus hippelaphus*) mide 2 m de largo y 1,5 de alto. Los machos adultos forman rebaños separados de las hembras, que incluyen también a las crías y a los ejemplares inmaduros. Durante la época de celo se disuelve el rebaño de los machos y cada individuo conquista un territorio hacia el que intentará atraer el mayor número posible de hembras hasta formar un harén. Durante esta época los machos se hacen muy agresivos ante cualquier intento de penetrar en su territorio y apoderarse de las hembras del harén, con lo que tienen lugar violentas luchas entre rivales a golpe de cuernos. Al cabo de 34 semanas del apareamiento la hembra pare una única cría. Véase: caza mayor. Nombre vulgar: **ciervo**.

cesclet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucleto; pejerrey**.

***Cestacion leeuwenii*.** Pez. Designación oficial: **cornuda común**.

***Cestracion zygaena*.** Pez. Designación oficial: **pez martillo**.

***Cestrus acoupa*.** Pez. Designación oficial: **corvinata amarilla**.

cetáceos. Orden zoológico. Reino: animal. Rama: parazoos. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: tetrápodos. Clase: mamíferos. Subclase: terios. Infraclase: euterios. Mamíferos pisciformes, marinos, algunos de gran tamaño, que tienen las aberturas nasales en lo alto de la cabeza, por las cuales sale el aire espirado, cuyo vapor acuoso, cuando el ambiente es frío, suele condensarse en forma de nubecillas que simulan chorros de agua; los miembros anteriores transformados en aletas, sin los posteriores, y el cuerpo terminado en una sola aleta horizontal; Como las ballenas, delfines, marsopas y cachalotes. Tamaño mediano o muy grande, el cuerpo suele tener forma fusiforme; cabeza alargada, a menudo puntiaguda, unida directamente al cuerpo, sin región del cuello) Viven en todos los mares. Véanse: carne; clasificación de las carnes.

***Cetengraulis edentulus*.** Pez. Designación oficial: **anchoveta rabo amarillo**.

***Cetengraulis mysicetus*.** Pez. Designación oficial: **achoveta chuchueco**.

***Cetorhinidae*.** Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: condríctios. Subclase: seláceos. Superorden: pleurotremos. Orden: galeiformes. Suborden: iSuroideos. Se compone de un género único con una sola especie. Consideramos: peregrino (*Cetorhinus maximus*).

***Cetorhinus maximus*.** Familia: cetorrínidos. Probablemente el único representante de su familia, cetorrínidos (*Cetorhinidae*) se parece en la forma del cuerpo al cailón. Con una longitud máxima de 15 m. Cuerpo más alargado en los jóvenes, cuyo morro termina en una especie de nariz, haciéndose corto y có-

nico en los adultos. Ojos reducidos. Primera dorsal situada entre las escapulares y las pelvianas, grande y alta. Peso máximo 8.000 kg, es uno de los más grandes vertebrados. De su gran hígado se saca aceite. Vive en el Atlántico y Mediterráneo. Relativamente común. Comestible, aunque no muy apreciado. No figura en el mercado como plato culinario. Nombre vulgar y designación oficial: **peregrino**.

cetorrínidos. Véase: *Cetorhinidae*.

ceviche. Plato de la cocina de Veracruz en Méjico. **Ingredientes**: pez sierra, jitomate, chile serrano en vinagre, caldillo, cebolla, vinagre, orégano, aguacate, aceite de oliva, limón, sal, pimienta. Véase: mariscos y pescados en la cocina de Méjico; cebiche.

cha dum. Nombre del plato de la cocina de Vietnam. Nombre español: carne de cerdo con leche de coco y cebollas en vinagre.

chaabela. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **paguala**.

chabelita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado antena**.

chablis. Variedad de uva blanca. Véase: uva chardonnay.

chacal. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón brazolargo**.

chacales de parral (ezquites) Plato de la cocina de Chihuahua en Méjico. **Ingredientes**: elote, mantequilla, queso, limón, epazote, cebolla, chile piquín. Véase: chiles rellenos en la cocina de Méjico.

chacalín. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: camarón botalón; camarón fijador indio; camarón siete barbas.

chacarona. Nombre vulgar del pez: *Dentex maroccanus*. Designación oficial: sama de pluma; sama.

chacarona morena. Nombre vulgar del pez: *Pagrus aurata*. Designación oficial: **dorada**.

chacarona negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dorada**.

chacha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congribadejo negro**.

chachafruto. Nombre vulgar de la planta: *Erythrina edulis*.

chachi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco chere-chere**.

chacina. Véase: derivados cárnicos.

chaclet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bocón; pez plata.

chacolí. Véase: vinos verdes y chacolí.

chacolí de Getaria. Utilizada en la Denominación: Getariako Txakolina.

chacolí de Vizcaya. Véase: Bizkaiko Txakolina.

Chaenomugil proboscideus. Pez. Designación oficial: **lisa hociconá**.

Chaetodipterus faber. Pez. Designación oficial: **paguala**.

Chaetodipterus zonatus. Pez. Designación oficial: **paguala peluquero**.

Chaetodon capistratus. Pez. Designación oficial: **isabelita pintona**.

Chaetodon humeralis. Pez. Designación oficial: **mariposa**.

Chaetodon ocellata. Pez. Designación oficial: **isabelita ojitos**.

Chaetomorpha aerea. Pez. Designación oficial: **quetemorfo**.

chafarrocas. Designación oficial española del pez: *Apletodon dentatus*; *Apletodon micro-*

cephalus; *Cyclopterus bimaculatus*; *Diplecogaster bimaculata*; *Diplecogaster bimaculata bimaculata*; *Lepadogaster bimaculatus*; *Lepadogaster desfontanii*; *Lepadogaster gastrocellata*; *Lepadogaster mirbeli*; *Lepadogaster pinctatus*; *Lepadogaster reticulatus*. Sinónimo oficial: Lapati orbanbikoa; Pega roques; Peix porch; Peixe lapa; Peixe porch; Xucladó.

chafarrocas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cabot chuclador; chucladit; pez puerco.

chahlik. Nombre húngaro del plato: broquetas de carne a la húngara.

chai. Mezcla de té del norte de India, donde las familias tienen sus propias recetas y el sabor varía de una a otra. Siempre contiene té negro, canela, cardamomo, jengibre y clavos de especia. Es un excelente té para entrar en calor. Véase: cafés, té y otras bebidas.

chai siu ngo. Nombre del plato de la cocina de China. Nombre español: ganso para vegetarianos.

chairo. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** carne de res, chalonga, papa, cebolla, zapallo, zanahoria, habas, chuño, ají amarillo, col, choclo, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chakchouka. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: pimientos y tomates tunecinos, picantes, con huevos.

chala. Brácteas foliáceas que envuelven el fruto del maíz, véase: *Zea mays*.

chalaco. Designación oficial española del pez: *Auchenionchus microcirrhys*; *Auchenionchus miniatus*; *Auchenionchus tentaculatus*; *Auchenionchus verrucosus*; *Clinus peruvianus*. Sinónimo oficial: Chalapo; Peje

viejo; Tomollo; Trambollo; Trambollo con escamas.

chalaco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: brujo; chalapo; pejesapo chino; pejesapo común; trambollo curiche.

chalapo. Designación oficial española del pez: *Clinus chilensis*; *Labrisomus philippii*. Sinónimo oficial: Chalaco; Chalapo ojos azules; Tomollo; Tomoyo; Trambollo; Trambollo de Philipi.

chalapo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chalaco; trambollo curiche; trambollo moteado.

chalapo ojos azules. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chalapo**.

Chalcarburnus alburnus. Familia: ciprínidos. Pariente del alburno (*Alburnus alburnus*)

Chalciporus piperatus. Otro nombre de la seta: *Boletus piperatus*

chaleco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brinconcito**.

chalhua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejegallo**.

chalonga (Bol.) Carne de oveja, salada y seca al sol. (Perú) Carne de carnero acecinada. Cecina.

chalota. Nombre vulgar de la planta: *Allium ascalonicum*.

chalota roja de Asia. De la cocina de Asia. Es una pequeña cebolla de color morado rojizo, crecen en bulbos y se venden en porciones como dientes de ajo. Su sabor es concentrado, y resultan fáciles de cortar y de moler. Pueden ser sustituidos, en la cocina, por cebollas rojas.

chamache. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: achoolveta chuchueco; anchoa trompuda.

chamaco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chancharro cabrilla; chancharro chamaco; lebranche.

Chamaerops humilis. Familia: palmáceas. La única palmácea que se cría espontáneamente en la región mediterránea. La parte interior del tallo es comestible y recibe el nombre de palmito. Aunque se pueden comer crudos, se venden precocinados en conserva. Cortados en rodajas se pueden servir con una vinagreta. Tiene un sabor parecido al de la alcachofa y combina bien con ensaladas, mariscos, salsas besamel con jamón y gratinados. Nombre vulgar: **palmito**.

Chamalea gallina. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chirla**.

chambo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **paguala peluquero**.

chamburo. Nombre vulgar de la planta: *Carica papaya*.

chamcharro español. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chancharro cabrilla**.

Chamelea gallina. Familia: venéridos. Molusco bivalvo de concha fuerte, cuya superficie está Surcada de costillas cada vez más juntas según se aproximan a la zona ventral. Esta característica puede diferenciarla de otros bivalvos parecidos. El color de las valvas varía entre el blanco y el gris más o menos oscuro. Su presencia en el mercado español es continua y se comercializa viva, como todos los bivalvos y la producción nacional, abundante en los meses más cálidos y en la región Suratlántica sobre todo, es completada con el comercio intracomunitario, principalmente de origen italiano. Su diferencia con las almejas y otros bivalvos es ostensible. Concha con finas estrías o resaltes transversales, constituidos por sus costillas concéntricas, laminares, algo flexuosas y subdivididas hacia la charnela;

3 dientes cardinales, sin dientes laterales. Color blanco, con 3 bandas radiales que se ensanchan hacia los bordes. Talla hasta 5 cm. Mediterráneo y Atlántico. Muy frecuente. Nombre vulgar: chirla, almeja del Mediterráneo; mechillón. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Molusco, bivalvo, *Venus gallina*, Linneo. Véase: marisco. Según la Orden de la Consejería de Agricultura y Pesca de Andalucía de 12 de Noviembre de 1984; la talla biológica de esta especie, en el Atlántico es de 24 mm, en el Mediterráneo de 25 mm. Véase: chirlas.

chamicado. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

Chamomilla recutita. Otro nombre de la planta: *Matricaria recutita*.

chamón guisado. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** carne de chamón, cebolla, tomate, perejil, ajo, vino blanco, caldo, aceite, sal. Véase: ternera en la cocina de Asturias.

champiñón. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pastas colorata. El champiñón proporciona una coloración pajiza oscura a la pasta.

champiñón anisado. Nombre vulgar de la seta: *Psalliota silvicola*.

champiñón de cultivo. Nombre vulgar de la seta: *Psalliota campestris*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Champiñón cultivado	
Potasio (mg)	470,00
Fósforo (mg)	115,00
Energía (kJ)	83,70
Porción comestible	80,00
Ácido fólico (µg)	23,00
Energía (kcal)	20,03
Magnesio (mg)	12,20
Calcio (mg)	10,80

Sodio (mg)	10,00
Yodo (mg)	10,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	4,00
Niacina (mg eq. niacina)	3,50
Fibra (g)	1,90
Proteína (g)	1,80
Grasa (g)	1,20
Hierro (mg)	1,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,71
Carbohidratos (g)	0,54
Cinc (mg)	0,46
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,31
Grasa saturada (g)	0,20
Vitamina E (mg)	0,13
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,09
Grasa moninsaturada (g)	0,06
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00

champiñón de dos anillos. Nombre vulgar de la seta *Psalliota edulis*.

champiñón negro chino. Nombre vulgar de la seta: shiitake gourmet, seco (*Lentinus edodes*)

champiñón silvestre. Nombre vulgar de la seta: *Psalliota bispora*.

champiñones a la parrilla. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 20 minutos. Si prefiere dejar solo la umbrela de los champiñones, no tire los tallos. Pueden servir para completar un tortilla o para hacer una estupenda salsa para el arroz blanco, que le dará exquisito sabor. **Ingredientes:** champiñones, limón, aceite, nata, ketchup, mostaza, yema de huevo, sal. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

champiñones a la provenzal. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 25 minutos. Cocción: 25 mi-

nutos. **Ingredientes:** champiñones, mantequilla, ajo, sal, pimienta, aceite de oliva, perejil picado. Véase: champiñones en la cocina.

champiñones al ajillo. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “tapas en la cocina del Mediterráneo”. Esta es la forma favorita de preparar los champiñones y se adapta muy bien a todo tipo de setas, cultivadas o silvestres. Las setas son salteadas en aceite de oliva con ajo y por encima se les echa perejil fresco y un chorrito de jugo de limón. **Ingredientes:** Champiñones, aceite de oliva, ajo, sal y pimienta negra, jugo de limón, perejil fresco.

champiñones al ajillo. Plato de la cocina de Cantabria “Villaverde de Trucios” perteneciente al grupo de “entrantes y guisos”. **Ingredientes:** champiñones frescos, jamón serrano, ajo, perejil, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria.

champiñones en cazuela. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. **Ingredientes:** champiñones, cebolla, ajo, aceite, limón, pan rallado, vino blanco, sal, pimienta, perejil picado. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

champiñones en la cocina. Consideramos los platos siguientes: champiñones a la provenzal; champiñones salteados con patatas; setas a la bretona. Véase: verduras en la cocina.

champiñones en la cocina oriental. Los principales champiñones o setas utilizadas en la cocina oriental son: Cantarela (*Cantharellus cibarius*); Cantarela de pie amarillo (*Cantharellus infundibuliformis*); Cantarela gris (*Cantharellus* spp.); Champiñón de sombrerillo plano; Champiñón grande; Champiñón salvaje var. romana; Champiñón salvaje var. suiza; Hongo blanco; Hongo negro; Lengua de vaca (*Hydnum*

repandium); Pholiota (*Pholiotte* spp.); Pie azul (*Lepista nuda*); Seta castaña; Seta enokitake; Seta nameko; Seta orellanes; Seta shiitake; Seta shiitake gourmet; Seta shimeji; Trompeta de la muerte (*Craterellus cornucopioides*); Trufas. Véase: frutas, verduras y setas.

champiñones en vino tinto con semillas de cilantro. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “verduras en la cocina del Mediterráneo”. Los chipriotas tienen una particular adicción, las semillas de cilantro, cuyo aroma a naranja perfuma este plato de champiñones cocidos, en vino tinto. Se puede servir como entrada, como parte de una selección de *meze*, o con carne asada. **Ingredientes:** Champiñones pequeños, aceite de oliva, vino tinto, sal y pimienta negra, semillas de cilantro aplastadas. Nombre original: *manitaria afelia*.

champiñones salteados con patatas. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** champiñones, patata, mantequilla, zanahoria cocida, cebolla, sal, pimienta. Véase: champiñones en la cocina.

Champsocephalus esox. Pez. Designación oficial: **draco tsataki**.

champurrado. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** masa de maíz, chocolate, azúcar pilón, canela, agua. Véase: tamales y atoles en la cocina de Méjico.

chamuscán. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lagartina**.

chancha. Nombre vulgar del molusco: *Seppia officinalis*. Designación oficial: **chopito**.

chancharra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chancharro común**.

chancharro. Designación oficial española del pez: *Helicolenus lengeriche*. Sinónimo oficial: Chancharro de Lengerich; Gallineta

suramericana; Penegal; Pez diablo de profundidad.

chancharro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chancharro chamaco; chancharro Hernández; chancharro hocicón.

chancharro a cuadros. Designación oficial española del pez: *Sebastes hopkinsi*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro agalla negra. Designación oficial española del pez: *Sebastes melanostomus*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro alacrán. Designación oficial española del pez: *Sebastolobus alascanus*. Sinónimo oficial: Escorpión; Rocote.

chancharro amarillo. Designación oficial española del pez: *Sebastolobus carnatus*. Sinónimo oficial: Lapón; Rocote.

chancharro azul. Designación oficial española del pez: *Sebastes glaucus*; *Sebastes mystinus*; *Sebastodes glaucus*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro bandera. Designación oficial española del pez: *Sebastes rubrivinctus*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro bocacio. Designación oficial española del pez: *Sebastes paucispinis*; *Sebastodes paucispinis*. Sinónimo oficial: Falsa cabrilla de roca; Rocote.

chancharro bronceado. Designación oficial española del pez: *Sebastes gilli*. Sinónimo oficial: Catalina; Rocote; Salmón.

chancharro cabrilla. Designación oficial española del pez: *Sebastes oculatus*; *Sebastodes oculatus*. Sinónimo oficial: Cabrilla; Cabrilla española; Chamaco; Chamcharro español; Gallineta del sur; Vieja colorada.

chancharro calico. Designación oficial española del pez: *Sebastes dalli*; *Sebastodes dalli*. Sinónimo oficial: Falsa cabrilla de roca; Rocote.

chancharro chamaco. Designación oficial española del pez: *Sebastes chamaco*; *Sebastodes chamaco*. Sinónimo oficial: Cabrilla; Chamaco; Chancharro.

chancharro cola amarilla. Designación oficial española del pez: *Sebastes flavidus*; *Sebastodes flavidus*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro cola listada. Designación oficial española del pez: *Sebastes saxicola*; *Sebastodes saxicola*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro común. Designación oficial española del pez: *Sebastes chilensis*. Sinónimo oficial: Cabrilla; Chancharra; Pez colorado; Vieja colorada.

chancharro de coral. Designación oficial española del pez: *Sebastes macdonaldi*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro de Darwin. Designación oficial española del pez: *Sebastes darwini*. Sinónimo oficial: Cabrilla.

chancharro de Juan Fernández. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: rascacio de Juan Fernández.

chancharro de Lengerich. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chancharro**.

chancharro de olivo. Designación oficial española del pez: *Sebastes rastrelliger*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro del Cabo. Designación oficial española del pez: *Sebastes capensis*.

chancharro del Pacífico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallineta del Pacífico**.

chancharro doble hocico. Designación oficial española del pez: *Sebastes diploproa*; *Sebastodes diploproa*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro espinoso. Designación oficial española del pez: *Sebastolobus altivelis*. Sinónimo oficial: Escorpión; Rocote.

chancharro estrellado. Designación oficial española del pez: *Sebastes constellatus*. Sinónimo oficial: Lapón; Rocote.

chancharro falsa cabrilla. Designación oficial española del pez: *Sebastes serranoides*. Sinónimo oficial: Falsa cabrilla de roca.

chancharro flioma. Designación oficial española del pez: *Sebastes pinniger*; *Sebastodes pinniger*. Sinónimo oficial: Flioma; Lapón; Rocote.

chancharro garrupa. Designación oficial española del pez: *Sebastes atrovirens*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro Hernández. Designación oficial española del pez: *Sebastes hernandez*. Sinónimo oficial: Cabrilla; Chancharro.

chancharro hocicón. Designación oficial española del pez: *Sebastes prognathus*. Sinónimo oficial: Cabrilla; Chancharro; Pez colorado; Vieja colorada.

chancharro inspector. Designación oficial española del pez: *Sebastes semicinctus*. Sinónimo oficial: Inspector; Rocote.

chancharro jordán. Designación oficial española del pez: *Sebastes jordani*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro kichiji. Designación oficial española del pez: *Sebastolobus macrochir*.

chancharro manchado. Designación oficial española del pez: *Sebastes unimaculatus*. Sinónimo oficial: Cabrilla.

chancharro moreno. Designación oficial española del pez: *Sebastes auriculatus*. Sinónimo oficial: Rocote.

nimo oficial: Bolina; Falsa cabrilla de roca; Rocote.

chancharro motas verdes. Designación oficial española del pez: *Sebastes rosenblatti*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro moteado. Designación oficial española del pez: *Sebastes helvomaculatus*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro negro amarillo. Designación oficial española del pez: *Sebastes chrysomela*. Sinónimo oficial: Falsa cabrilla de roca; Rocote.

chancharro panal. Designación oficial española del pez: *Sebastes umbrosus*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro panza blanca. Designación oficial española del pez: *Sebastes vexillaris*. Sinónimo oficial: Falsa cabrilla de roca; Palermotana; Rocote.

chancharro pecoso. Designación oficial española del pez: *Sebastes ovalis*. Sinónimo oficial: Rocote; Viuva; Zipola.

chancharro pimienta. Designación oficial española del pez: *Sebastes goodei*. Sinónimo oficial: Falsa cabrilla de roca; Rocote.

chancharro presidiario. Designación oficial española del pez: *Sebastes serriceps*. Sinónimo oficial: Falsa cabrilla de roca; Rocote.

chancharro reina. Designación oficial española del pez: *Sebastes elongatus*; *Sebastes elongatus*. Sinónimo oficial: Reina; Rocote.

chancharro rocote. Designación oficial española del pez: *Sebastes ensifer*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro rojo. Designación oficial española del pez: *Sebastes rufus*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro rosa. Designación oficial española del pez: *Sebastes rosaceus*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro santa maría. Designación oficial española del pez: *Sebastes eos*. Sinónimo oficial: Rocote; santa maría.

chancharro vaquilla. Designación oficial española del pez: *Sebastes levis*. Sinónimo oficial: Rocote.

chancharro verde. Designación oficial española del pez: *Sebastes chlorostictus*. Sinónimo oficial: Falsa cabrilla de roca; Rocote.

chancharro vermillón. Designación oficial española del pez: *Sebastes miniatus*; *Sebastes miniatus*. Sinónimo oficial: Borracho; Borrachón; Falsa cabrilla de roca; Rasciera; Rocote.

chanchito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cacique; salmón de mar.**

chanchito de mar. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **muy-muy limanche.**

chancho. Nombre vulgar del animal familia de los *Suidos*. Véase: cerdo.

chancho. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cacique; pejeperco coche.**

chancho asado con tamarindo. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** carne de cerdo, nabo encurtido, cebollita china, kion, ají verde, pimienta, azúcar, vino blanco, caldo, chuño, sillao, aceite, sal. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chancleta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado antena; jorobado carite; jorobado espejo.**

chancre. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **jaiba roma.**

chandarme. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **quisquilla.**

chandarme. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mula**.

chandelle. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: agujeta blanca; picuda china.

chanfaina. Una de las principales especialidades gallegas de derivado cárnico. Longaniza de Lugo elaborada con menudillos (pulmones, corazón, etc.) y aliñados con pimentón, ajo y orégano. Véase: derivados cárnicos de Galicia.

chanfaina lebaniega. Plato de la cocina de Cantabria (Cabezón de Liébana) perteneciente al grupo de “entrantes y guisos”. **Ingredientes:** hígado de cordero, pulmón (corá), cebolla, ajo, perejil, sebo de cordero, aceite, pimentón, huevos, pan rallado, mantequilla, pimienta blanca, sal. Véase: cocina de Cantabria.

chanfainita. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** papa blanca, carne de cerdo, ají panca, maní, ajo, cebolla, limón, caldo de carne, aceite, comino, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

changa. Nombre vulgar de la planta: *Bactris gasipaes*.

changallo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón changallo**.

changlot real. Véase: aceituna changlot real.

chango. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa criolla**.

chani. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chano**.

Chanidae. Familia zoológica. Reino: animal. Subreino: metazoos. Tipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterigios. Infraclass: teleósteos. División: euteleósteos. Superorden:

protacantopterigios. Orden: salmoniformes. Familia más conocida de los peces areneros (*Gonorhynchiformes*) que, externamente, no se parecen en nada. El tipo de pez más conocido es el sabalote (*Chanos chanos*), único representante de su familia (*Chanidae*).

chanita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe ratón**.

channa. (*Pisum sativum*) Guisantes amarillos partidos procedentes de la India, más pequeños que los guisantes amarillos normales y con sabor a nuez. En el sur de India este *dhal* se tuesta, se muele y se utiliza como especia. Tiempo de cocción aproximado: 40-60 minutos. Véase: legumbres; Véase: channa dhal.

channa aur simla mirch. Nombre hindú del plato: garbanzos fritos con pimientos

channa dhal. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de dhales y sopas. Procedente de una variedad de *Pisum sativum*. Es mayor que el moong dhal, redondo y de color amarillenta. El channa es uno de los miembros más pequeños de la familia de los garbanzos (*Cicer aurietinum*. Familia: papilionáceas) y tiene un rico sabor dulzón. Si no se puede disponer de él, puede sustituirse por guisantes partidos amarillos procedentes de la India, más pequeños que los guisantes amarillos normales y con sabor a nuez., se obtendrá un buen sabor, casi como el de un dhal auténtico. En el sur de India este *dhal* se tuesta, se muele y se utiliza como especia. Tiempo de cocción aproximado: 40-60 minutos. Véase: legumbres; dhales y sopas en la cocina védica.

channa masala. Nombre hindú del plato: ensalada de garbanzos

channa raita. Nombre hindú del plato: garbanzos fritos al yogur, con especias

Channomuraena vittata. Pez. Designación oficial: **morena franjeada**.

chano. Designación oficial española del pez: *Chanos chanos*; *Mugil chanos*. Sinónimo oficial: Albula; Chani; Sábalote.

chano. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinón chano; corvinón gurrubato; lambe bocadulce; lambe gurrubato; lambe ratón; verrugato cochicato.

Chanos chanos. Familia: chínidos. Este pescado, de gran importancia como plato culinario, aparece a lo largo de las costas tropicales del Pacífico y del Índico, en aguas saladas, fangosas y dulces. Llega a medir hasta 1,8 m de largo. Su cuerpo, similar al del arenque, está cubierto de escamas redondeadas medianas; sus tonos van desde el plateado hasta el blanco lechoso. Se alimenta sobre todo de plancton vegetal y algas. Es un pez ideal para la acuicultura; en Indonesia y en Filipinas se capturan los ejemplares más pequeños, de 1 a 2 cm, con finas redes y se depositan en estanques planos donde son cebados y crecen rápidamente; justo después de 9-12 meses alcanza la longitud que permite venderlos 30-40 cm (300 a 600 g de peso) Ambos países comercializan anualmente una cantidad aproximada de 100.000 toneladas de pescado. La carne es compacta, sabrosa y muy apreciada aunque los grandes ejemplares tienen muchas espinas. Nombre vulgar: sabalote. Designación oficial: **chano**. Véase: cultivo de sabalote

chanque. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: loco; chanque abulón.

chanque abulón. Designación oficial española del molusco: *Synum cymba*. Sinónimo oficial: Albulón; Babosa; Caracol; Chanque; Orejón; Tapadora.

chanquet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chanquete**.

chanqueta. Nombre vulgar del pez: *Aphia minuta*.

chanquete. Designación oficial española del pez: *Aphia meridionalis*; *Aphia minuta*; *Aphia pellucida*; *Atherina minuta*; *Boreogobius stuvitzii*; *Gobiosoma stuvitzii*; *Gobius pellucidus*; *Latrunculus albus*. Sinónimo oficial: Carmelo ros; Chanquet; Jonquet; Jonquillo; Langueta; Llanqueta; Llangueta; Lorcho; Roseti; Txaketea; Xanguet; Xanquet; Yonquet; Yonquillo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chanquete	
Calcio (mg)	2250,00
Potasio (mg)	325,00
Energía (kJ)	131,68
Sodio (mg)	117,00
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	79,35
Magnesio (mg)	56,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	28,00
Proteína (g)	11,40
Niacina (mg eq. niacina)	8,30
Vitamina D (µg)	8,00
Grasa (g)	3,00
Carbohidratos (g)	1,80
Hierro (mg)	1,00
Cinc (mg)	0,60
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,30
Tiamina (B ₁) (mg)	0,06
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Colesterol (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

chao tom. Nombre del plato de la cocina de Vietnam. Nombre español: pincho de langostinos y albóndigas de langostinos.

chapa. Nombre vulgar del molusco: *Iberus alonensis*. Designación oficial: lapa criolla;

lapa mañehue; lapa negra; lapa pintada; lapa radiada.

chapa. Nombre vulgar que, en Andalucía y Cataluña, se da al caracol terrestre: *Iberus gualtierianus*.

chapana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe gurrubato**.

chaparella. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **oblada**.

chaparra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arenquillo chaparra**.

chaparreta (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dorada**.

chaparro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corocoro mapache; lambe bocadulce.

chaparrudo. Designación oficial española del pez: *Bathygobius jozo*; *Gobius jozo*; *Gobius longiradiatus*; *Gobius nebulosus*; *Gobius niger*; *Gobius punctulatus*. Sinónimo oficial: Bobi; Borriquet; Burra; Burret; Burro; Burro menor; Burru; Buzurco; Cabot; Cabot d'alga; Cabot de roca; Cabot mucós; Cala cabot; Cangüeso; Escamón; Goaito; Gobit; Gobit d'alga; Gobit de roca; Lorcho; Makon; Mallaroca; Paparrudo; Peix del diable; Peje diablo; Pez del diablo; Ruch; Ruch d'alga; Ruch de roca; Sarbo; Torillo; Zarbo; Zarbúa.

chaparrudo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: gobio dorado; tabernero.

chaparrudo de fondo. Designación oficial española del pez: *Pomatochistus norvegicus*.

chapas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **oblada**.

chapati. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “guarniciones”. Ideal para cualquier plato. Disco de pan plano con la miga un poco abultada y crujiente, originario de la India. Se suele elaborar con harina de trigo (o harina de semillas de fruta del pan, *Artocarpus heterophyllus*), sal y agua y se puede adquirir en las tiendas de comestibles indias. Se usa como cuchara para tomar otros alimentos o se consume caliente con verduras y arroz. Se debe comer fresco, ya que no se puede congelar. Tiempo de preparación: 20 minutos; tiempo de cocción 20 minutos. **Ingredientes:** harina atta, ghee, sal, agua caliente. Véanse: cocina de India; denominaciones de pan; guarniciones en la cocina de India; panes de India. Nombre hindú de: torta de harina integral.

chapchae. Nombre del plato de la cocina de Corea. Nombre español: fideos de arroz con vegetales.

chape. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: lapa criolla; lapa mañehue; lapa negra; lapa pintada; lapa radiada.

chapeca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado espejo**.

chapeta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: jorobado antena; jorobado carite; raspallón.

chapilla. Nombre vulgar que, en Andalucía y Cataluña, se da al caracol terrestre de la región: *Iberus gualtierianus* var. *minor*.

chapín baqueta. Designación oficial española del pez: *Lactophrys triqueter*; *Rhinesomus triqueter*. Sinónimo oficial; Cofre liso.

chapín búfalo. Designación oficial española del pez: *Lactophrys trigonus*.

chapín pintado. Designación oficial española del pez: *Lactophrys bicaudalis*; *Rhinesomus bicaudalis*.

chaquedit. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **escorpión**.

chaqueta de cuero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: zapatero raspa balsa; zapatero sierrita; zapatero sietecueros (Pacífico).

char kwee teow. Nombre del plato de la cocina de Singapur. Nombre español: fideos de arroz con carne de cerdo y langostinos.

char masala. De influencia India. En Afganistán se utiliza esta preparado de especias, más sencillo que los de la India, para condimentar los platos de arroz. **Ingredientes:** canela, clavos, semillas de comino, semillas de cardamomo negro. Véase: mezclas de especias.

char siu. Nombre del plato de la cocina de India. Nombre español: tiras de carne de cerdo asado.

char siu paaiah gwat. Nombre del plato de la cocina de China. Nombre español: carne de cerdo rellena con vegetales.

Charadriidae. Familia zoológica. Reino: animal. División: bilaterales. Rama: eumetazoos. Subdivisión: protostimas. Sección: pseudocelomados. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: tetrapodos. Clase: aves. Subclase: neornites Superorden: neognatas. Orden: caradriformes. Limícolas. En playas marinas o en llanos inundados en el interior, excavan para recoger alimento en la arena, en el barro o en aguas someras; muchas anidan en las regiones árticas y emigran hacia el Sur para pasar el invierno; antes se cazaban para venderlas. Considerados: agachadiza común (*Capella gallinago*).

charal. Nombre vulgar del pez: *Chirostoma jordani*. Designación oficial: **pejerrey charal**. Ingredientes de la cocina de Méjico.

co. Pescado pequeño y blanco que abunda en el lago de Pátzcuaro. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

charales en pasilla. Plato de la cocina de Michoacán en Méjico. **Ingredientes:** charal, chile pasillo, chile ancho, cebolla, ajo, comino, nopal, manteca. Véase: mariscos y pescados en la cocina de Méjico.

Charax cervinus. Pez. Designación oficial: **sargo breado**.

Charax puntazzo. Pez. Designación oficial: **sargo picudo**.

charbrier vert. Variedad de uva blanca. Véase: uva colombard.

chardonnay. Véase: uva chardonnay.

charentais. Véase: melón charentais.

charlote. Véase: patata charlote.

charneca. Nombre vulgar de la planta: *Pistacia lentiscus*.

charolaise. Véase: vaca Charolaise.

charolesa. Véase: vaca Charolais.

Charonia rubicunda. Pez. Designación oficial: **cornio**.

Charonia tritonis. Anfibio. Designación oficial: **tritón**.

Charonia variegata. Anfibio. Designación oficial: **tritón atlántico**.

charquicán. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** cuy seco, papa, charqui, cebolla, chicha de jora, aceite, ají panca, comino, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

charrasco. Nombre vulgar del pez: *Cottus gobio*. Designación oficial española del pez: *Acanthocottus scorpio*; *Cottus scor-*

pio; Cottus scorpius; Myxocephalus scorpius; Myxocephalus scorpius scorpius.

charret. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **caramel.**

charrito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro garretón.**

charrito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chicharro ojetón; macarena mejicana.

charro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: sapo aleta pintada; sapo charro; sapo luminoso.

charrón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto.**

Charybdis cruciata. Familia: portúnidos. Esta clase de cangrejos vive en las regiones tropicales del Indopacífico y en el Mar Chino. El caparazón de la espalda, en forma de trapecio, puede alcanzar de 10 a 15 cm de anchura. El liso caparazón tiene un llamativo dibujo a rayas que recuerda una máscara. Los tailandeses lo llaman, también cangrejo cebra. * En las articulaciones de las pinzas, que son más largas que el resto de las patas, se encuentran unas púas afiladas. El quinto par de patas acaba, como en el caso de todos los cangrejos nadadores, en dos remos. El cangrejo cruz vive en los suelos arenosos, en los que se entierra hasta los 2 m de profundidad. Nombre vulgar: cangrejo cruz.

chaso. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pámpano paloma.**

chasselas. Véase: uva chasselas.

chat masala. Es una preparación refrescante y algo ácida que resulta ideal con las ensaladas de frutas y verduras. Si fuera imposible conseguir sal negra, sencillamente se puede incrementar la cantidad de sal gorda.

Ingredientes: semillas de comino, granos de pimienta negra, semillas de *ajowan*, semillas de granada, sal negra, sal gorda, hojas picadas de menta seca, asafétida molida, polvos de mango, cayena, jengibre molido. Véase: mezclas de especias.

chateaubriand. Corte de la canal de vaca consistente en la parte central del solomillo. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 15 minutos. **Ingredientes:** filetes de lomo bajo (chateaubriand), sal, salsa bearnesa, patatas soufflés o fritas. Véase: carnes asadas; despiece de la canal de vaca.

chatni. Los chatnis son salsas de frutas y hortalizas que constituyen un buen acompañamiento para carnes frías, pescado, pasteles de carne y currys. Pueden variar de muy suaves a muy picantes. La palabra hindú *chatni*, significa “salsa dulce fuerte”, y precisamente de eso se trata.

chatni de cilantro fresco. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de chatni. El cilantro se puede reconocer por su olor y por la forma de sus hojas, las cuales son parecidas a una pluma en la parte superior de la planta y a un abanico en la parte baja. Para hacer el chatni de cilantro debe utilizar sólo las hojas de la parte alta de la planta; los tallos de las de abajo son fibrosos. El chatni de cilantro debe consumirse el mismo día de su preparación. El yogur da suavidad. Para una comida es suficiente una pequeña cantidad, 2 ó 3 cucharadas. **Ingredientes:** hojas de cilantro; coco rallado; jengibre; guindillas frescas; zumo de limón; yogur; azúcar; sal; comino. Véase: chatnis en la cocina védica. Nombre hindú: *dhanya chatni*.

chatni de coco. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de chatni. Cuida que los cocos que compre sean frescos. No deben estar agrietados, deben ser pesados (a causa

del agua que contienen) El agua de coco deberá ser dulce y de sabor agradable. Si huele a aceite y sabe amarga el coco lo sabrá también. El chatni de coco es un acompañante excelente de las *dosas* y puede ser empleado para untar con él algunos entremeses tales como las *doklas*, *pakorás* y los *gajar vadas*. **Ingredientes:** coco fresco; azúcar granulado; jengibre; hojas de cilantro; guindillas frescas; zumo de limón; sal; yogur. Véase: chatnis en la cocina védica. Nombre hindú: *narial chatni*.

chatni de dátiles y tamarindos. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de chatni. Este chatni es dulce, agrio y picante a la vez. Acompaña excelentemente a la mayoría de los entremeses fritos. **Ingredientes:** tamarindo; agua; dátiles; azúcar; sal; comino molido; pimienta de Cayena. Véase: chatnis en la cocina védica. Nombre hindú: *kajur mli ki chatni*.

chatni de fruta. Preparado con manzanas, azúcar, tomates, cebolla, melaza, sal, ácido alimenticio, cáscara de limón, pasas de Corinto, pasas sultanas y especias. Combina bien con carnes frías y quesos. Véase: encurtidos, aderezos y chatnis.

chatni de mango. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de chatni. Condimento agridulce de origen indio basado en mangos frescos, azúcar y vinagre. Esta mermelada espesa con sabor agridulce suele condimentarse con comino, cardamomo, ajo y guindilla. Muy apreciado en la cocina India, también puede untarse en pan para acompañar el queso, la carne fría y las ensaladas. Excelente para servir con platos de *curry*, carnes frías o quesos. Se vende en los buenos supermercados y en establecimientos especializados. Quizás le sorprenda descubrir que el sabor de un mango sin madurar puede rivalizar con el sabor y el color de uno maduro. A menudo la pulpa del mango verde es de color naranja. Añadiendo azúcar a esta receta se consigue un chatni de sabor agridulce. **Ingredientes:** mango verde; guindilla fresca; jengibre; sal; azúcar; hojas de menta. Véase: condimentos preparados,

salsas y condimentos; encurtidos, aderezos y chatnis; chatnis en la cocina védica. Nombre hindú: *aam chatni*.

chatni de manzana. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de chatni. Puede conseguir un buen chatni de manzana con cualquier variedad que emplee. Elíjelas firmes y maduras, evitando las que sean muy grandes o harinosas. Esta receta puede también seguirse para preparar chatnis de melocotón, ciruela, albaricoque, mango, guayaba, grosella y mora. Si prefiere puede omitir el asafétida y emplear las guindillas de acuerdo a su gusto. **Ingredientes:** manzanas; ghee; jengibre; canela en rama, anís; guindillas secas; clavos; cúrcuma; asafétida; agua; azúcar moreno. Véase: chatnis en la cocina védica. Nombre hindú: *seb ki chatni*.

chatni de menta fresca. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de chatni. Este chatni en pequeñas cantidades combina con cualquier comida. **Ingredientes:** hojas de menta; jengibre; guindillas; zumo de limón; sal; azúcar. Véase: chatnis en la cocina védica. Nombre hindú: *pušina chatni*.

chatni de mirto de limón y munthari. Chatni de sabor a limón, especias y manzana, con frutos *munthari* enteros, y una textura consistente. Se usa como acompañamiento o como salsa base para platos de pollo, pescado y cerdo o en aperitivos. Véase: ingredientes silvestres de Australia.

chatni de piña. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de chatni. Véase: cocina védica. Las piñas son frutas muy populares en la India. Las mejores son aquellas que maduran en el campo. Para saber si están maduras pruebe a tirar algunas de sus hojas superiores; saldrán fácilmente si lo están. También están maduras si sobresalen los ojos de su corteza y la fruta despiden un aroma dulzón. **Ingredientes:** piña; ghee; comino; guindillas frescas; cúrcuma; canela en polvo; agua; azúcar moreno. Véase: chatnis en la cocina védica. Nombre hindú: *ananas ki chatni*.

chatni de tomate. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de chatni. Aunque puede parecerse al *ketchup*, el chatni de tomate sabe mucho mejor y no contiene vinagre ni cebolla que son ingredientes, que los vedas no pueden ofrecer, ya que aumentan la influencia de la ignorancia. **Ingredientes:** tomates; agua; ghee; mostaza negra; guindillas frescas; clavos; hojas de laurel; varita de canela; comino; cilantro molido; jengibre; asafétida; sal; azúcar moreno. Véase: chatnis en la cocina védica; encurtidos, aderezos y chatnis. Nombre hindú: *tamatar chatni*.

chatni de tomate silvestre. Salsa de tomate y manzana con tomates silvestres molidos. Para servir con carnes rojas, pasteles de carne y verduras. Se adorna con tomate fresco picado y albahaca para *bushetta* (preparado con pan a la pimienta silvestre) Véase: ingredientes silvestres de Australia.

chatnis en la cocina védica. Los chatnis son salsas de frutas y hortalizas que constituyen un buen acompañamiento para carnes frías, pescado, pasteles de carne y currys. Pueden variar de muy suaves a muy picantes. La palabra hindú *chatni*, significa “salsa dulce fuerte”, y precisamente de eso se trata. Son preparaciones culinarias que hacen resaltar el sabor de los platos fuertes. Los chatnis bien condimentados realzan los platos suaves, los colores vivos realzan el aspecto de una comida. Consideramos: chatni de cilantro fresco (*dhanya chatni*); chatni de coco (*narial chatni*); chatni de dátiles y tamarindos (*kajur mli ki chatni*); chatni de mango (*aam chatni*). chatni de manzana (*seb ki chatni*); chatni de menta fresca (*pudina chatni*); chatni de piña (*ananas ki chatni*); chatni de tomate (*tamatar chatni*) Véase: cocina védica.

chats. Véase: patata chats.

chauca. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **jibia**.

chaucha. Nombre vulgar de la planta: *Erythrina edulis*.

chaucha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bonito del Pacífico Este**.

chauchas con tomate y ajo. Plato de la “cocina de Italia” perteneciente al grupo de “platos clásicos”. Este plato es tan bueno a temperatura ambiente como caliente. Las chauchas deben ser jóvenes, mantecosas y tiernas. Chaucha, sal, aceite de oliva virgen extra, ajo, tomate, albahaca, pimienta. **Ingredientes:** Nombre en italiano: *fagiolini al pomodoro*.

chauchilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bonito del Pacífico Este**.

chauffé soleil. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **petaca rayada**.

Chauliodus barbatus. Pez. Designación oficial: **pez víbora**.

Chauliodus danae. Pez. Designación oficial: **pez víbora**.

Chauliodus sloanei. Pez. Designación oficial: **pez demonio**.

chavaloa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **solla**.

chavaloiia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **platija; solla**.

chaveco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pluma marotilla**.

chavela. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado carite; mojarra blanca; paguala peluquero**.

chavela corvina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata rolliza**.

chavelita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: castañuela zapata; curaca; jorobado carite; jorobado espejo.

chavelito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **paguala peluquero.**

chavelo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **machuelo hebra pinchagua.**

chavito. Nombre vulgar del pez: *Capros aper.* Designación oficial: **ochavo.**

chavo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ochavo.**

chawal. Nombre hindú del plato: arroz blanco sencillo.

chaya. Ingredientes de la cocina de Méjico. Planta comestible. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

chayote. Nombre vulgar de la planta: *Sechium edule.* Ingredientes de la cocina de Méjico. Fruto de la chayotera (*Sechium edule*) muy usado en ensaladas y otras viandas. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

chayotes rellenos. Comida de la cocina de Guanajuato en Méjico. **Ingredientes:** chayote, pan blanco duro, pasitas, mantequilla, pan molido, canela, azúcar, sal. Véase: legumbres y ensaladas en la cocina de Méjico.

cheddar pyengana cloth. Véase: queso cheddar pyengana cloth.

Cheilodactylidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Superorden: teleósteos. Orden: perciformes. Suborden: percoides. Esta familia aparece en las aguas del Japón, Australia, Sudáfrica y América del Sur. Consideramos: tarakihi (*Nemadactylus macleayi*).

Cheilodactylus antonii. Pez. Designación oficial: **pintadilla bocadulce.**

Cheilodactylus bergi. Familia: cheilodactílidos. Cuerpo alto y comprimido, cubierto de escamas grandes. Línea lateral evidente, nace en el ángulo superior del opérculo y corre desde allí paralela a la línea media dorsal del cuerpo. cabeza relativamente corta, ocupa un 25% del largo total. Boca terminal, pequeña y protráctil, cubierta de gruesos labios. Hocico ligeramente giboso. Narinas pares grandes, próximas a los ojos, el diámetro de éstos corresponde a un 25% del largo de la cabeza. Una sola aleta dorsal, nace en línea recta con respecto al ángulo superior del opérculo. Los primeros radios (16-20) son duros, los demás blandos. Caudal ahorquillada. La anal presenta los tres primeros radios duros (el segundo es el mas alto y robusto), los demas son blandos. Las aletas pectorales nacen por debajo de la línea media de los flancos, tienen un radio muy prolongado, que sobrepasa el origen de la anal. Pélvicas en posición abdominal. Dorsal gris acero oscuro, se aclara en los flancos y vientre, que son plateados. Dorsal y caudal oscuras, las demas aletas son transparentes. La talla máxima observada es de 54 cm. y las mas frecuentes en las capturas están comprendidas entre 25 y 35 cm. aproximadamente. Nombre vulgar: papamoscas (Argentina), besugo (Brasil) Designación oficial: **castañeta.**

Cheilodactylus bicornis. Pez. Designación oficial: **pintadilla bilgagai.**

Cheilodactylus gayi. Pez. Designación oficial: **pintadilla de Juan Fernández.**

Cheilodactylus macropterus. Pez. Designación oficial: **pintadilla de Juan Fernández.**

Cheilodactylus spectabilis. Pez. Designación oficial: **nácar australiana.**

Cheilodipterus aquila. Pez. Designación oficial: **corvina.**

Cheilodipterus heptacanthus. Pez. Designación oficial: **anjova**.

Cheilopogon atrisignis. Pez. Designación oficial: **volador planeador**.

Cheilopogon cyanopterus. Pez. Designación oficial: **volador bordiblanco**.

Cheilopogon dorodomaculata. Pez. Designación oficial: **volador lomo manchado**.

Cheilopogon exsiliens. Pez. Designación oficial: **pez volador**.

Cheilopogon furcatus. Pez. Designación oficial: **volador manchado**.

Cheilopogon heterurus heterurus. Pez. Designación oficial: **pez volador**.

Cheilopogon heterurus. Familia: exocétidos. Diferenciable de (*Exocoetus volitans*) porque las aletas pelvianas están implantadas más lejos de la punta del morro que del origen de la caudal y alcanzan por detrás el origen de la anal y de altura inferior a 1/10 de la longitud total. Talla hasta 40 cm. Bastante común en el Atlántico y Mediterráneo. Nombre vulgar: pez volador. Sinónimo: *Cypselurus heterurus*.

Cheilopogon melanurus. Pez. Designación oficial: **volador atlántico**.

Cheilopogon papilio. Pez. Designación oficial: **volador papilio**.

Cheilopogon pinnatibarbatus. Pez. Designación oficial: **pez volador**.

Cheilopogon pinnatibarbatus. Pez. Designación oficial: **volador de Bennet**.

Cheilopogon spilonotus. Pez. Designación oficial: **volador espejuelo**.

Cheilopogon xenopterus. Pez. Designación oficial: **volador gorrión**.

Cheilotrema fasciatum. Pez. Designación oficial: **arnillo**.

Cheilotrema saturnum. Pez. Designación oficial: **corvinata negra**.

Cheimerius nufar. Pez. Designación oficial: **sama de pluma**.

Chelidonichthys cuculus. Pez. Designación oficial: **arete**.

Chelidonichthys gurnardus. Pez. Designación oficial: **borracho**.

Chelidonichthys kumu. Familia: trígidos. Pertenece a la misma familia de la golondrina de mar. Habita en aguas de Sudáfrica, el Sur de Australia, Nueva Zelanda y Japón. Alcanza 1,5 kg de peso. Su carne es compacta y rosada con un contenido de grasa medio. Nombre vulgar: golondrina de mar Indopacífica. Designación oficial: **arete**.

Chelidonichthys lastoviza. Pez. Designación oficial: **rubio**.

Chelidonichthys obscura. Pez. Designación oficial: **bejel**.

Chelidonichthys pictus. Pez. Designación oficial: **rubio de Juan Fernández**.

Chelon labrosus. Otro nombre del pez: *Mugil labrosus*. Designación oficial: **lisa**.

Chelonia caudata. Familia: quelónidos. Tortuga con escudos córneos grandes, adultos de 90 cm a 1,5 m de longitud y más de 100 kg de peso, estimado como alimento. Nombre vulgar: caguama.

chelva. Véase: uva chelva.

chelva de Cebreros. Variedad de uva blanca. Véase: uva chelva.

chelva de Guareña. Variedad de uva blanca. Véase: uva chelva.

chemin. Véase: uva chemin.

chenin blanc. Véase: uva chenin blanc.

chemlali de Sfax. Véase: aceituna chemlali de Sfax.

chenin blanc. Variedad de uva blanca de origen francés, buena para vinos espumosos y vinos secos. De brotación y vendimia precoz. Bastante sensible a las enfermedades. Rendimiento desde 30 a 100 hl/ha. Véase: uvas.

Chenopodiaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae; apetalae y choripetalae (o dialypetalae) Orden: centrospermas. Con más de 1.400 especies se compone de plantas que, en la mayoría de los casos, son herbáceas, menos comúnmente arbustivas; las hojas se disponen de forma esparcida y tienen la superficie glabra o tomentosa a menudo son más o menos carnosas, de bordes enteros o dentados, y sin estípulas. Poseen flores reducidas, por lo común verdosas. Se crían, y a menudo tan abundantemente que llegan a determinar el aspecto de la vegetación, en las playas salinas, por ejemplo con la *Salicornia* y otras. Sinónimo: **quenopodiáceas**. Consideramos: acelga (*Beta vulgaris* var. *rapa* for. *cycla*), barrilla (*Salicornia* sp.), espinaca (*Spinacia oleracea*), pazote (*Chenopodium ambrosioides*), quinoa (*Chenopodium album*), remolacha de mesa (*Beta vulgaris* var. *rapa* for. *rubra*), salicornia (*Salicornia europaea*).

Chenopodium album. Familia: quenopodiáceas. Antiguo cereal muy rico en proteínas, originario de los Andes. La quinoa sustituye a la mayoría de los cereales. Se promociona como el “**supercereal**” del futuro. Está recubierta de una resina que produce espuma al entrar en contacto con el agua y que se debe eliminar. Para ello se lava antes de cocer para eliminar el sabor amargo. La quinoa se cocina como la sémola y se

añade a sopas, empanadas y croquetas. Molida se incorpora a los panes, las *crêpes* y los *muffins*. En América del Sur se utiliza para preparar la chicha, una bebida alcohólica. Es una fuente excelente de magnesio, hierro y potasio. Contiene más proteína que la mayoría de los cereales y además éstas son de mejor calidad. Nombre vulgar: arrocillo, jora, **quinoa**, trigo inca. Véase: cereales; granos, cereales y harinas.

Chenopodium ambrosioides. Familia: quenopodiáceas. Es una hierba anual o, en ciertos casos, perennizable, hasta 1 m de altura. Con escasos pelitos cortos y tiesos en el tallo, que tiene surcos longitudinales poco profundos, verdes, y, entre ellos, listeles aplanados, blanquecinos o rosáceos. Tiene las hojas esparcidas, de figura lanceolada, con rabillo breve y bordes más o menos sinuosos, provistas de pelitos cortos y ralos, glandulíferos en la cara inferior. Las flores son muy pequeñas, de 1 mm de diámetro o de poco más, con 4 o 5 hojitas verdes y otros tantos estambres, aunque hay flores que carecen de estambres y son femeninas. Se aglomeran en breves ramilletes que surgen de la axila de las hojas superiores formando en conjunto una larga panícula hojosa. El fruto tiene escasamente 1 mm, redondeado, deprimido y de un negro brillante. Las hojas tienen sabor aromático, más notable y algo desagradable en las sumidades floríferas. Florece en verano y otoño. Se emplea como condimento. Combina perfectamente con chiles, cilantro y orégano, principales condimentos de los países del Norte de América del Sur. Se emplea en platos de frijoles, estofados y sopas, y también con pescado y marisco. Véase: ingredientes de comida mejicana. Nombre vulgar: paico macho, pazote, pozote, **epazote**, pasote.

Chenopus pes pelicani. Pez. Designación oficial: **pie de pelicano**.

chepa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chopá; oblada.

Cherax destructor. Familia: parasatácidos. Se encuentra en ríos, lagos, pantanos y arro-

yos, y es de color marrón. Se consume la carne de la cola y de las pinzas. Nombre vulgar: **cangrejo de río americano**. Designación oficial: **cangrejo de Australia**.

Cherax destructor-albidus. Familia: parastácidos. Véase: *Cherax tenuimanus*.

Cherax glaber. Familia: parastácidos. Véase: *Cherax tenuimanus*.

Cherax plebejus. Familia: parastácidos. Nombre vulgar: gilgie. Véase: *Cherax tenuimanus*.

Cherax tenuimanus. Familia: parastácidos. Este cangrejo de río, el tercero más grande del mundo, sólo existe en el Sudoeste de Australia. Alcanza un peso de hasta 2 kg, se han pescado ejemplares de hasta 2,7 kg. Son rasgos distintivos específicos, sus cinco apéndices maxilípedos en la parte de la cabeza, aparte de eso, tiene dos característicos aguijones al final de la cola. * Por su buen sabor, este animal es muy codiciado y popular, tanto que tuvieron que tomarse severas medidas para protegerle. Aparte de las épocas de protección (de principios de mayo a mediados de diciembre), se ha prescrito para su pesca un tamaño mínimo del caparazón de 76 mm de longitud. Su captura sólo está autorizada para el consumo privado, la comercialización de este cangrejo está estrictamente prohibida. * Desde 1976 se cría el marrón en embalses artificiales. Ya que crece relativamente deprisa (en 1 año puede alcanzar el tamaño prescrito) y su mantenimiento en estanques creados artificialmente no ofrece dificultades especiales, el “**Marron armings**” se va haciendo cada vez más popular, a menudo únicamente en el consumo privado. Desde hace algunos años se están emprendiendo grandes esfuerzos para mejorar las técnicas y métodos de cría del marrón, de modo que sea posible un aprovechamiento comercial a gran escala. En Europa y en los EE.UU.

ya existe un gran interés en importar el marrón. Otros cangrejos australianos, que se crían en la zona Oeste el continente son el Gilgie (*Cherax plebejus* y *Cherax glaber*) y el Yabbie (*Cherax destructor-albidus*) que recuerda al cangrejo de piedra europeo. El último citado no habita en Australia Occidental, sino que fue llevado allí desde el Este o Sudeste del continente. Los tres pueden sobrevivir largos períodos de sequía, enterrándose o retirándose en cavidades hechas en la arena. Nombre vulgar: cangrejo australiano, **marrón**. Véase: cangrejos de río. Designación oficial: **cangrejo de Australia**.

chere. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **agujón chere**.

chere-chere. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco chere-chere**.

cherla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: boca de oro; cherna; serrano.

cherná. Designación oficial española del pez: *Amphiprion americanus*; *Amphiprion australe*; *Polyprion americanus*; *Polyprion cernium*; *Polyprion massiliense*; *Sparus adottus*. Sinónimo oficial: Cerna; Cherla; Cherna; Chernó; Dot; Errondo; Jarna; Jer-na; Mero; Mero beltza; Mero de roca; Meru; Pampol; Pampol rascás; Rascás; Rome-rete; Txerna; Xerna; Yerna.

cherná. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cherna criolla; cherna pintada; garropa jaspeada; garropa parda; jaboncillo; merillo; mero ambulú; mero colorado; mero guasa; mero listado; mero panameño; mero.

cherná afanecada. Nombre vulgar del pez: *Serranus hepatus*. Designación oficial: **merillo**.

cherná americana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero americano**.

cherna cabrilla. Designación oficial española del pez: *Cephalopholis fulva*. *Cephalopholis fulvus*. *Epinephelus fulva*. Sinónimo: Cabrilla. Canario. Corruncha. Guatalibi. Guativere. Guativere amarillo. Mamita. Mero fino. Ouatalibi. Tofia.

cherna chilena. Designación oficial española del pez: *Polyprion yañezi*. Sinónimo: Bacalao. Mero.

cherna común. Nombre vulgar del pez: *Epinephelus guaza*.

cherna criolla. Designación oficial española del pez: *Epinephelus striatus*. Sinónimo oficial: Cherna. Mero batata. Mero de Nassau.

cherna de arribazón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero americano**.

cherna de Juan Fernández. Designación oficial española del pez: *Polyprion oxigeneios*. Sinónimo oficial: Bacalao de Juan Fernández. Salmón de roca.

cherna de ley. Designación oficial española del pez: *Carna aenea*. *Epinephelus aeneus*. Sinónimo oficial: Anfós blanc. Cherne de ley. Mero berdea.

cherna de lo alto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cherna pintada**.

cherna de Nueva Zelanda Nombre vulgar del pez: *Polyprion oxigeneios*.

cherna de vivero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero americano**.

cherna enjambre. Designación oficial española del pez: *Cephalopholis cruentata*. *Epinephelus cruentatus*. *Petrometopon cruentatus*. Sinónimo oficial: Cuna cabrilla. Enjambre. Mamita.

cherna jaspeada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garropa jaspeada**.

cherna neozelandesa. Designación oficial española del pez: *Polyprion moeone*.

cherna pintada. Designación oficial española del pez: *Alphestes scholanderi*; *Epinephelus niveatus*; *Serranus margaritifer*. Sinónimo oficial: Cabrilla; Cherna; Cherna de lo alto; Mero; Mero gallina; Mero manchado; Mero pintado; Munrique; Pargo blanco.

cherna roja. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero americano**.

cherne. Nombre que en Canarias se da al bacalao.

cherne. Nombre vulgar del pez: *Serranus cabrilla*; *Serranus caninus*, Linneo.

cherne. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cherna; gitano; guaseta cherne; guaseta guato; mero guasa.

cherne amarillo. Designación oficial española del pez: *Morone mississippiensis*.

cherne amarillo. Designación oficial española del pez: *Morone mississippiensis*.

cherne americano. Designación oficial española del pez: *Morone chrysops*.

cherne americano. Designación oficial española del pez: *Morone chrysops*.

cherne de Ley. Nombre vulgar del pez: *Serranus aeneus*, Geoffroy. Designación oficial: **cherna de ley**.

cherne de ley. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cherna de ley**.

chernó. Nombre vulgar del pez: *Epinephelus guaza*. Designación oficial: cherna; falso abadejo; mero.

chernó de lo alto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero listado**.

Cherublemma emmelas. Pez. Designación oficial: **brótula negra**.

cheshire. Véase: queso cheshire.

chetoui. Véase: aceituna chetoui.

cheviot. Véase: oveja Cheviot.

chevrier. Variedad de uva blanca. Véase: uva semillon.

chía. Ingredientes de la cocina de Méjico. Semilla de una especie de sandía Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

chía. Agua fresca de Méjico. **Ingredientes:** agua, limón, chía, azúcar. Véase: aguas frescas, pulques y bebidas fuertes en la cocina de Méjico.

chianina. Véase: vaca Chianina.

chibichibe. Nombre vulgar de la planta: *Bromelia chrysantha*.

chicaguay. Nombre vulgar de la planta: *Bac-tris gasipaes*.

chicahrrón de camarones. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **In-gredientes:** camarones, harina, aceite, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chicahrrón de cerdo. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingre-dientes:** carne de cerdo, ajo, aceite, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chicahrrón de gallina. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingre-dientes:** pechuga de pollo, limón, aceite, sillao, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chicahrrón de mariscos. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **In-gredientes:** calamares, camarones, harina, aceite, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chicahrrón de pulpo. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingre-dientes:** pulpo, harina, aceite, sal, pimien-ta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chícaro. Molusco, nombre vulgar. Designa-ción oficial: berberecho macho; berberecho.

chicha. Bebida alcohólica. Véase: *Chenopo-dium album*.

chicha. Pez, nombre vulgar. Designación ofi-cial: **sargo picudo**.

chícharo. (seca) Nombre vulgar de la planta: *Phaseolus vulgaris*; *Lathyrus sativus*.

chicharra. Designación oficial española del pez: *Cephalacanthus spinnerella*; *Cephalacanthus volitans*; *Dactylopterus pirapoda*; ***Dactylopterus volitans***; *Trigla fasciata*; *Trigla volitans*. Sinónimo oficial: Alón; Choric; Choric vuledor; Chorrigués; Golondrina; Golondrina de mar; Juriola voladora; Marmota; Murciélago; Oroneta; Oronol; Peix volador; Perloi hegalaria; Pez volador; Pez volante; Roncador; Soliguer; Verat volador; Volador; Volante; Xoric; Xoric volador; Xorich; Xorigué; Xuriguer; Xurriel.

chicharra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: casabe orqueta; casabe.

chicharreru. Pez, nombre vulgar. Designa-ción oficial: **pez mular**.

chicharri. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel**.

chicharro. Nombre vulgar del pez: *Decap-te-rus ronchus*; *Trachurus mediterraneus*; *Trachurus trachurus*. Designación oficial española del pez: *Caranx cuvieri*; *Caranx melanosaurus*; *Seriola picturata*; *Trachu-rus melanostomus*; *Trachurus picturatus*.

Sinónimo oficial: Chicharro francés; Jurel; Jurel de altura; Jurel negro; Jurel pintado; Txitxarro; Xixarro; Xurelo.

chicharro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chicharro ojón; chicharro ojotón; jurel del Pacífico sur; jurel real; jurel; macarena mejicana. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chicharro	
Potasio (mg)	200
Fósforo (mg)	190
Energía (kcal)	127
Sodio (mg)	100
Agua (mg)	76,7
Porción comestible	71
Colesterol (mg)	60
Retinol (mg)	36
Calcio (mg)	17
Proteínas (g)	15,7
Cianocobalamina (µg)	10
Grasa (g)	6,8
Hierro (mg)	1
Carbohidratos (g)	0,8
Riboflavina (mg)	0,3
Tiamina (mg)	0,09
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Fibra vegetal (g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

chicharro al horno. Plato de la cocina de Cantabria “Vilaescusa” perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. **Ingredientes:** chicharro, patata, cebolla, ajo, limón, perejil, pan rallado, vino blanco, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria.

chicharro al horno. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** chicharro, cebolla, ajo, vino blanco, caldo, perejil, patata, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

chicharro común. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro ojón.**

chicharro de ojo grande. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro ojón.**

chicharro francés. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro.**

chicharro garretón. Designación oficial española del pez: *Trachurus australis*; *Trachurus binghami*; *Trachurus lathami*; *Trachurus picturatus australis*. Sinónimo oficial: Cataco garretón; Charrito; Jurel; Jurel antártico; Surel;

chicharro ojón. Designación oficial española del pez: *Scomber crumenophthalmus*; *Selar crumenophthalmus*; *Trachuroops crumenophthalmus*. Sinónimo oficial: Bonito ojón; Carapau; Cataco; Chicharro; Chicharro común; Chicharro de ojo grande; Cocinero; Cojinoa; Cojinúa; Coulisou; Jiguagua; Jurel de ojo grande; Medregal; Ojona; Ojotón; Ojón; Pepona; Sábalo de ojo grande; Tamalito.

chicharro ojotón. Designación oficial española del pez: *Caranx symmetricus*; *Decapterus polyaspis*; *Trachurus symmetricus*; *Trachurus symmetricus symmetricus*. Sinónimo oficial: Charrito; Chicharro; Jurel del norte; Jurelito.

chicharrón. Ingredientes de la cocina de Méjico. Residuo de las pellas del cerdo derretidas para sacar manteca; epidermis de cerdo. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

chicharrón. Otra especialidad en Tenerife (Islas Canarias) de derivado cárnico. Al estilo cubano. A trozos grandes y con carne. Véase: derivados cárnicos de Canarias; chicharrones. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chicharrón	
Energía (kJ)	1512,18
Energía (kcal)	601,00
Colesterol (mg)	100,00
Porción comestible	94,00

Grasa (g)	57,00
Grasa saturada (g)	23,18
Grasa moninsaturada (g)	22,22
Proteína (g)	22,00
Grasa poliinsaturada (g)	5,90
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Calcio (mg)	
Carbohidratos (g)	
Cinc (mg)	
Fósforo (mg)	
Hierro (mg)	
Magnesio (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Sodio (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

chicharrón de calamares. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** calamares, huevo, harina, aceite, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chicharrón en salsa roja. Plato de la cocina del Valle de Méjico. **Ingredientes:** chicharrón, jitomate, chile verde serrano, cebolla, ajo, cilantro, manteca. Véase: carnes en la cocina de Méjico.

chicharrón en salsa verde. Plato de la cocina del Valle de Méjico. **Ingredientes:** chicharrón, tomate verde, chile verde serrano, cebolla, ajo, cilantro, manteca. Véase: carnes en la cocina de Méjico.

chicharrón ibérico al estilo gallego: Plato realizado fundamentalmente con chicharrón ibérico. **Ingredientes:** Chicharrones

ibéricos en lonchas gruesas, patatas cocidas, aceite, pimentón dulce, sal gorda. Véase: chicharrones.

chicharrón ibérico. Se llama así a los elaborados exclusivamente con carne de cerdo ibérico. Con ellos se pueden elaborar platos como: revuelto de chicharrones, canapés burgaleses, san Jacobo de jabalí, salpicón de chicharrón ibérico, rollitos ibéricos de verano, chicharrón ibérico al estilo gallego, croquetas de chicharrones. Véase: fiambres; chicharrones.

chicharrones. Según el Código Alimentario, 3.10.27. Es el fiambre elaborado con trozos de piel, orejas, tocino de papada y residuo de fusión de pellas, todo ello de reses porcinas, así como carne y lengua de vacuno, aglutinados por gelatina y prensados en moldes adecuados. Véase: fiambres.

chicharros en mojo encarnado. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** chicharros, aceite, vinagre, ajo, pimienta picona, sal gruesa, comino, pimentón.

chicharrua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel**.

chicken in the basket. Plato integrante de la cocina de las aves. (Estados Unidos) Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 35 minutos. **Ingredientes:** pollo, harina, pimentón, pimienta, sal, sal de ajo. Véase: aves en platos internacionales.

chicle. Véase: vino sabor goma de mascar.

chicle. Véase: goma de mascar.

chicora. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoveta peruana**.

chicoreta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoa plata**.

chicoria. Nombre vulgar de la planta: *Cichorium intybus*.

chicoria. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoveta peruana**.

chicotera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoa chicotera**.

chicotle. Ingredientes de la cocina de Méjico. Color rojizo oscuro; se usa seco, adobado. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico.

chicozapote. Nombre vulgar de la planta: *Achras sapota*. *Manikara Achras*.

chicuaca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cocinero chicuaca; pámpano de hebra.

chidwa. Nombre hindú del plato de entremeses de la cocina védica: entremeses fritos con especias

chifferi lisci. Pasta alimenticia compuesta, tubular, originaria de Italia. Véase: maccheroni.

chifferi rigati. Pasta alimenticia compuesta, tubular, originaria de Italia. Véase: maccheroni.

chifles. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** plátano verde, aceite, sal. Véase: entradas en la cocina de Perú.

chiflete. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **espetón**.

chihuil. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bagre chihuil; bagre cominate; Bagre cuate; bagre cuatete; bagre tete.

chilaca. Ingredientes de la cocina de Méjico. Color amarillo; se usa fresca. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico.

chilacuan. Nombre vulgar de la planta: *Carica gouditiana*.

chilaquil. Recado en la cocina de Méjico. **Ingredientes:** pimienta, clavo, achiote, ajo, orégano, pimienta de Tabasco, seis chiles secos (pasilla, guajillo, chipotle o mulato) Véase: Recados en la cocina de Méjico; recado de especias.

Chilara taylori. Pez. Designación oficial: **congriperla moteada**.

chilcano de camarones. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** camarones, limón, chilcano de pescado, cebollita china, cebolla, hierbabuena, perejil, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chilcano de cangrejos. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** cangrejos rojos, limón, cebolla china, cebolla, agua, hierbabuena, perejil, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chilcano de choros. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** choros, limones, cebolla china, perejil, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chilcano de pescado. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** pescado, patata, limón, cebolla, ajo, perejil, agua, ají colorado, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chilcano de señoritas. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** señorita, limón, ajo, perejil, agua, ají amarillo, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chile. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lagarto chile, lagarto garrobo; lagarto gigante; lagarto iguana; lagarto liguisa; macabí.

chile. Sinónimo: guindilla; pimienta.

chile anaheim. Véase: guindilla anaheim.

chile ancho. Chile mejicano usual en la cocina de Méjico. Se trata de la guindilla poblano desecada. Posee un sabor dulce y de fruta y es bastante suave (2) Tiene color marrón rojizo y presenta la piel arrugada. Véase: guindilla. **guindilla árbol.** De sabor a frutos secos, son más picantes cuanto más pequeñas. Se añaden a fríjoles fritos o, tostadas y molidas, se mezclan con otros ingredientes para preparar salsas picantes o se espolvorean sobre cacahuètes, fruta, pepinillos o jicama. Picantes. Véase: ingredientes de comida mejicana; chiles en la cocina de Méjico. Sinónimo: cuindilla ancho.

chile cascabel. Chile mejicano usual en la cocina de Méjico. De color rojo oscuro; se usa seco. Llamada así porque sus semillas hacen ruido al sacudir la guindilla. Al tostarla desarrolla un aroma a tierra. Se pueden hacer salsas semejantes a las del chile pasilla y guajillo, pero lo más común es que el chile cascabel se use en los caldos dejándolo hervir en ellos. Tiene la particularidad de que, siendo un chile bola, al hervir su interior se llena de caldillo sin enchilar el caldo. Quien quiere picante lo revienta en su propio plato consiguiendo un picantísimo zumo natural. Medio fuerte. Véase: condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico; salsas y picantes en la cocina de Méjico. Sinónimo: guindilla cascabel.

chile cayena. Véase: pimienta de cayena.

chile chipotle. Chile mejicano usual en la cocina de Méjico. De color rojizo oscuro; se usa seco, adobado. Se emplea en salsas y sopas o se muele para usar como aderezo. Su uso más habitual es en escabeche, entera o partida, o para aderezar caldos. Se pueden encontrar en conserva, en forma de salsa para adobos. Véase: ingredientes de comida mejicana. Sinónimo: **jalapeño**; guindilla chipotle.

chile cuaresmeño. Chile mejicano usual en la cocina de Méjico. De color verde; se usa seco.

chile de Chiapas. Ingredientes de la cocina de Méjico. Fruto cónico de color rojo oscuro. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico. Sinónimo: pico de paloma.

chile en conserva. Sinónimo: pimienta en conserva.

chile guajillo. Chile mejicano usual en la cocina de Méjico. Es una guindilla suave, procedente del centro de Méjico, que se comercializa en muchos lugares. Mide entre 10 y 15 cm de longitud, y su piel es áspera y de color púrpura, tiene un sabor ligeramente amargo. Es recomendable retirar la piel antes de usarla, porque es un poco dura. Es una de las guindillas secas más utilizadas. Tostadas y molidas, se emplean en salsas, sopas, salsas de chile o cocidos y, molidas con otros ingredientes, se utilizan para elaborar pastas condimentadas. Véase: ingredientes de comida mejicana; guindilla; condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico. Sinónimo: guindilla guajillo.

chile habanero. De las Indias occidentales estos pimientos de formas curvas bastante irregulares, con piel muy brillante, en forma de farolillos. Puede ser de muchos colores (de verde a púrpura) y mide unos 5 cm de longitud. Son rabiosamente picantes; intensidad (5) Probablemente la más picante de las guindillas; puede ser 30-50 veces más picante que el jalapeño. Se recomienda prudencia durante su manipulación e ingestión. Se dice que, cuando está maduro y rojo, su sabor es tropical, como de fruta, pero puede ser difícil apreciarlo con lo picante que es. Probablemente esta sea una de las guindillas más picantes que se pueden encontrar. Se cultivan en Centroamérica y en

el Caribe. El sabor intenso y afrutado de estas guindillas combina bien con el pescado y el marisco, pero también sirve para aromatizar vinagres, aceites, encurtidos y salsas. Véase: condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; ingredientes de comida mejicana; pimientos de España; guindillas; verduras de fruto. Sinónimo: pimiento habanero; guindilla habanero; **habanero**.

chile jalapeño. Sinónimo: chile chipotle.

chile lombok. Sinónimo: pimiento lombok.

chile malaguetta. Véase: guindilla malaguetta.

chile morita. Ingredientes de la cocina de Méjico. Color rojizo; se usa seco o fresco. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico. Sinónimo: guindilla morita.

chile mulato. Chile mejicano usual en la cocina de Méjico. Otra guindilla suave y muy popular, también procedente del centro de Méjico. Mide entre 10 y 14 cm de longitud y su piel es de color marrón oscuro. Tiene un sabor ahumado, parecido al del regaliz. No es muy picante (uno o dos) Véase: guindilla; condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico. Sinónimo: guindilla mulato.

chile new mexican. Véase: chile nuevo méjico.

chile nuevo méjico. Chile mejicano usual en la cocina de Méjico. Emparentado con la guindilla *Anaheim*, el sabor de esta guindilla de múltiples usos es un valioso componente de las salsas de chiles. Guindilla de varios colores (desde verde oliva pálido a escarlata vivo); Bastante suave (1 ó 2) y con un sabor muy característico de guindilla que, al ser poco picante, se puede apreciar. Véase: guindilla; ingredientes de comida mejicana; condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico. Sinónimo: chile

new mexican; chile nuevo méjico; guindilla new mexican.

chile pasilla. Chile mejicano usual en la cocina de Méjico. Una guindilla relativamente suave (3), procedente del Méjico central. Mide unos 15 cm de longitud y su piel es prácticamente negra, brillante y arrugada. Las hay muy picantes, por lo que debe tener cuidado al escogerlas. Se utilizan tostadas y remojadas y se mezclan con otros ingredientes para preparar salsas calientes, especialmente con marisco y en moles. Se pueden rehidratar, rellenar y freír. También se comercializa en polvo. Véase: ingredientes de comida mejicana; condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico. Sinónimo: guindilla pasilla.

chile piquín. Picante a la mesa de Méjico. Cuando aún está verde se prepara en vinagre. Por ser muy pequeños se los conoce como municiones. Se usa fresco o seco. Cuando madura tomando tonos rojos se deja secar y se muele. El polvo es muy usado para comer frutas y verduras. Véase: salsas y picantes en la cocina de Méjico. Sinónimo: guindilla piquín.

chile poblano. Una de las guindillas frescas más populares de Méjico. Se usa fresco. Es bastante suave (2) Es roja o verde, de carne compacta y mide entre 10 y 15 cm. Tiene una textura carnosa y se suele asar para intensificar su sabor. A menudo se emplea para preparar chiles rellenos, en salsas y guisos, o trituradas para añadir a salsas y sopas. Desecada se conoce como **ancho**. Véase: verduras de fruto; guindilla; chile ancho; condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico. Sinónimo: guindilla poblano.

chile pulla. Emparentada con la guindilla guajillo, tiene piel fina y un sabor picante, seco e intenso. Se utiliza como aderezo para salsas y cocidos. Véase: ingredientes de comida mejicana.

chile scoth bonnet. Véase: guindilla scoth bonnet.

chile serrano. Véase: guindilla serrano.

chile tailandés. Véase: guindilla tailandesa.

chile verde serrano. Ingredientes de la cocina de Méjico. Cultivado en las regiones del centro y sur de Méjico, color verde. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico; chiles en la cocina de Méjico. Sinónimo: guindilla verde serrano.

chileño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chorito quilmahue**.

chiles. Véase: guindillas. Sinónimo: pimientos; guindillas.

chiles anchos rellenos. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** chiles jalapeños, papa, zanahoria, aceitunas, pasitas, cebolla, jitomate, acitrón, aceite, pimienta, sal. Véase: chiles rellenos en la cocina de Méjico.

chiles de España. Los chiles ligeramente picantes, secos y ahumados juegan un papel importante en la cocina de España. El ñora, pimienta de Cayena, pimienta en conserva, pimienta lombok, guindilla, pimienta habanero, pimienta romesco y pimienta chorice-ro tienen usos específicos para condimentar platos como el bacalao a la vizcaína, la salsa romesco y el chorizo.

chiles en la cocina de Méjico. La planta *Cap-sicum longum*, originaria de Méjico, tiene un fruto picante. Se obtienen muchas variedades de chiles, sobre todo en la cocina de Méjico. Las más conocidas son: Chile de Chia-pas, Chile verde serrano, Chile pasilla, Chile guajillo, Chile ancho, Chile mulato, Chile morita, Chile cascabel, Chile pobla-no, Chile jalapeño, Chilaca, Chicotle, Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

chiles en nogada. Plato de la cocina de Puebla en Méjico. **Ingredientes:** chile pobla-no, huevo, harina, manteca. Para el **relleno** del picadillo de carne: manteca, cebolla, ajo, jitomate, lomo de cerdo, canela, acitrón, pasitas, almendras, durazno, pera, manzana. Para la **salsa:** nueces de Castilla, almendras, queso de cabra, leche, granada, perejil, azúcar. Véase: chiles rellenos en la cocina de Méjico.

chiles en vinagre. Picante de Méjico. Ingredientes: chile serrano o jalapeño, vinagre, aceite, zanahoria, cebolla, ajo, coliflor, pimienta, clavo, laurel, tomillo, mejorana. Véase: salsas y picantes en la cocina de Méjico.

chiles habaneros. Picante a la mesa de Méjico. Se asan, se pican y se combinan con cebolla finamente picada, jugo de naranja agria y sal. Véase: salsas y picantes en la cocina de Méjico.

chiles jalapeños. Picante a la mesa de Méjico. Estos se pueden poner al natural, o bien asados después de torearlos, partarlos y sazonzarlos con limón y sal. Los chiles serranos en vinagre son muy comunes en todo Méjico. Véase: salsas y picantes en la cocina de Méjico.

chiles manzanos. Picante a la mesa de Méjico. Se asan, se pican y se combinan con cebolla finamente picada, jugo de limón y sal. Véase: salsas y picantes en la cocina de Méjico.

chiles rellenos de atún. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** lata de atún, papa, zanahoria, aceitunas, pasitas, cebolla, jitomate, acitrón, aceite, pimienta, sal. Véase: chiles rellenos en la cocina de Méjico.

chiles rellenos de carne. Comida de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** carne de res, papa, zanahoria, aceitunas, pasitas, cebolla, jitomate, acitrón, aceite, pimienta, sal.

Véase: chiles rellenos en la cocina de Méjico.

chiles rellenos de flor de calabaza. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** flor de calabaza, papa, zanahoria, aceitunas, pasitas, cebolla, jitomate, acitrón, aceite, pimienta, sal. Véase: chiles rellenos en la cocina de Méjico.

chiles rellenos de frijoles refritos. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** frijoles refritos, papa, zanahoria, aceitunas, pasitas, cebolla, jitomate, acitrón, aceite, pimienta, sal. Véase: chiles rellenos en la cocina de Méjico.

chiles rellenos de queso. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** queso, papa, zanahoria, aceitunas, pasitas, cebolla, jitomate, acitrón, aceite, pimienta, sal, aguacate para adornar. Véase: chiles rellenos en la cocina de Méjico.

chiles rellenos en la cocina de Méjico. Consideramos. Chacales de parral (ezquites), Chiles anchos rellenos, Chiles en nogada, Chiles rellenos de atún, Chiles rellenos de carne, Chiles rellenos de flor de calabaza, Chiles rellenos de queso, Ensalada nochebuena, Ensalada tricolor. Véase: cocina de Méjico.

chiles verdes serranos. Picante a la mesa de Méjico. Estos se pueden poner al natural, o bien asados después de torearlos, partirlos y sazónarlos con limón y sal. Los chiles serranos en vinagre son muy comunes en todo Méjico. Véase: salsas y picantes en la cocina de Méjico.

chilhuacán. Nombre vulgar ecuatoriano de la planta: *Carica papaya*.

chilibitu. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

chillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pargo colorado; pargo de lo alto.

chillo prieto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo mulato**.

***Chilomycterus atringa*.** Pez. Designación oficial: **tamboril de altura**.

***Chilomycterus reticulatus*.** Pez. Designación oficial: **tamboril de altura**.

***Chimaera argenta*.** Pez. Designación oficial: **quimera**.

***Chimaera borealis*.** Pez. Designación oficial: **quimera**.

***Chimaera chimaera*.** Familia: quiméridos. Aparece en aguas europeas muy a menudo; sin embargo, no es apropiado para el consumo y no existe en el mercado. Nombre vulgar: gato marino. chimaere, pejerrey, alitán.

***Chimaera cristata*.** Pez. Designación oficial: **quimera**.

***Chimaera dubia*.** Pez. Designación oficial: **quimera**.

***Chimaera mediterranea*.** Pez. Designación oficial: **quimera**.

***Chimaera monstrosa*.** Familia: quiméridos. Posee un cuerpo desnudo, comprimido lateralmente, desarrollado en longitud y fuertemente adelgazado hacia la cola. A menudo se encuentran en las redes barrederas hasta cien gatas de mar e incluso más, pero su carne no es comestible. En ocasiones, se extrae aceite de su voluminoso hígado. Nombre vulgar: gata de mar. Designación oficial: **quimera**.

chimaere. Nombre vulgar del pez: *Chimaera chimaera*.

***Chimaeridae*.** Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: condríctios. Subclase: holocefalos. Orden: quimeriformes. Son peces cartilaginosos; hendiduras branquiales cu-

biertas por un opérculo; sin cloaca ni espiráculos; la primera aleta dorsal muy hacia delante con una fuerte espina que, al final, tiene cápsulas de veneno; la cola es larga y delgada parecida a un látigo.; las aletas caudales se han desarrollado como fuertes y grandes palos de remo. La mandíbula superior está unida al cráneo; cada mandíbula tiene una gran placa dentaria; los adultos sin escamas; ovíparos. Nombre vulgar: quiméridos. Consideramos: gata de mar (*Chimaera monstrosa*), gato marino (*Chimaera chimaera*), pejegallo sudamericano (*Callorhynchus callorhynchus*), pez elefante (*Callorhynchus capensis*).

chimbera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinilla blanca; corvinilla chimbera; corvinilla mayita; verrugato cochicato.

chimichurri. El chimichurri es el aderezo casi imprescindible, en Argentina, del asado y la parrilla criolla. **Ingredientes:** Ajo o cebolla, pimiento picante molido, sal gruesa, aceite, vinagre, orégano. Véase: salsas y condimentos; salsas internacionales.

chiminia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **anchoa chiminia**.

chimpti. Utensilio utilizado en la cocina de la India. Consiste en unas pinzas largas y planas con puntas romas que se utilizan para dar la vuelta al chapati y sujetarlo sobre la llama, sin pincharlo. Cualquier par de pinzas largas con los bordes romos pueden servir igualmente. Véase: utensilios alimentarios en la cocina India.

china. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinilla blanca; corvinilla chimbera; corvinilla mayita; verrugato cochicato; vieja de piedra; vieja mulata.

china rayada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato cochicato**.

chinchilla. Véase: conejo chinchilla.

chincho (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: jurel real; jurel.

Chinchón. Denominación Geográfica de Bebidas Espirituosas. Ampara la zona de elaboración y embotellado de anises, constituida por el término municipal de Chinchón, en el SE de la Comunidad de Madrid. La fórmula de elaboración de esta bebida, catalogada como espirituosa, radica en la destilación en alambique de cobre de la matalahuga o anís verde. El producto obtenido del destilado, alcoholato de anís, que lleva los aceites esenciales extraídos y destilados de la matalahuga, constituye la base para la elaboración de los distintos tipos y clases de anís de Chinchón: seco especial, extra-seco, seco y dulce. Véase: bebidas espirituosas de España.

Chinchón Dulce. Véase: Chinchón. (Denominación Geográfica de Bebidas Espirituosas)

Chinchón Extra-Seco. Véase: Chinchón. (Denominación Geográfica de Bebidas Espirituosas)

Chinchón Seco. Véase: Chinchón. (Denominación Geográfica de Bebidas Espirituosas)

Chinchón Seco Especial. Véase: Chinchón. (Denominación Geográfica de Bebidas Espirituosas)

chincoteague. Nombre vulgar del molusco: *Crassostrea virginica*.

chineza. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cigarro chino**.

chínfanu. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **aguja**.

chinga. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

chingarse. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

chinguillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejesapo común**.

chínidos. Véase: *Chanidae*.

chinilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco ruco**.

chinita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina ciega**.

chino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: negrito; papagallo; pargo biajaiba; pejesapo chino.

Chione californiensis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus mantecosa**.

Chione cancellata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus cuadrilla**.

Chione compta. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus blanca**.

Chione fluctifraga. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus lisa de Bahía**.

Chione gnidea. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus vistosa**.

Chione intestinalis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **budell**.

Chione subrugosa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus rayada**.

Chione undatella. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus roñosa**.

Chionoecetes bairdii. Otro nombre del crustáceo: *Chionoecetes opilio*. Designación oficial: **cangrejo de nieve**.

Chionoecetes japonicus. Otro nombre del crustáceo: *Chionoecetes opilio*.

Chionoecetes opilio, Familia: máyidos. Las grandes arañas de mar de largas patas que

se crían abundantemente en el Pacífico Norte no se comercializan en EE.UU. Mientras que en el Japón, el cangrejo de nieve hace tiempo que es apreciado y se encuentra en el mercado, en los EE.UU., en cambio, no fue estimado en un principio; principalmente por la dificultad que presenta desprender su carne. En torno a 1967, cuando el cangrejo real ya no se podía pescar a tan gran escala como hasta entonces, y para no poner en peligro sus existencias, se centró la atención en el camarón de nieve. Se desarrollaron nuevas técnicas para hacer menos problemática la complicada extracción de la carne, animados sobre todo porque desde tiempo atrás Japón estaba exportando esta sabrosa carne a los EE.UU. Según una estadística realizada por la filial de la FAO (organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación en Roma), en 1977 se pescaron en los EE.UU. 44.602 toneladas de cangrejos de nieve, y en Japón, más de 21.000 toneladas. * El camarón de nieve es más pequeño que el cangrejo real. Un ejemplar adulto puede llegar a tener un caparazón de 18 cm de ancho y un peso de 2,5 kg. Aproximadamente el 20% del peso del cuerpo es carne aprovechable. El cangrejo de nieve también se cría en el Atlántico Norte y en las aguas costeras de Canadá. A los mercados europeos las exquisitas pinzas de estos cangrejos sólo llegan cocidas y congeladas. Nombre vulgar: cangrejo glacial nórdico, cangrejo de nieve. Designación oficial: **cangrejo de nieve**. Sinónimo: *Chionoecetes bairdi*, *Chionoecetes Tanneri*, *Chionoecetes japonicus*.

Chionoecetes tanneri. Otro nombre del crustáceo: *Chionoecetes opilio*. Designación oficial: **cangrejo de nieve**.

chipa. Nombre vulgar del pez: *Rutilus arcasi*.

chipi chipi. Nombre vulgar del molusco: *Donax denticulatus*; *Donax striatus*.

chipirón. Nombre vulgar del cefalópodo *Loligo vulgaris*, cuando pequeño. Designa-

ción oficial: calamar veteado; calamar; globito.

chipirón volantín. Designación oficial española del molusco: *Thysanoteuthis rhombus*.

chipirones al ajillo. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** chipirones, ajo, perejil, aceite. Véase: cocina de Asturias.

chipirones en su tinta. Plato de la cocina de Cantabria “Santa Cruz de Bezana” perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** chipirones, cebolla, ajo, salsa de tomate, perejil, pimentón, vino blanco, aceite de oliva, sal. Véase: crustáceos y moluscos; cocina de Cantabria.

chipirones fritos. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** aceite caliente, ajo, guindilla. Véase: cocina de Asturias.

chipirones rellenos. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pescados y mariscos. **Ingredientes:** chipirones, cebolla, tomate, calamares en salsa americana, pescadilla, Maíz, lecha, sal, aceite de oliva, vino (manzanilla), perejil.

chipolata. Pequeña salchicha cruda sólo de carne de cerdo o de cerdo y vaca, sazonada por lo general con tomillo, cebollino, cilantro y clavo. Estas salchichas suelen utilizarse para acompañar un plato de almuerzo, pero también pueden servirse a la plancha, preparada con un risotto, o emplearlas para completar un plato de ave asada al horno o braseada. Unos 100 g de chipola equivalen a 280 calorías. Véase: embutido de carne.

chipotle. Véase: chile chipotle.

chiquito. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **nécora**.

chiquiuites. Véase: tenates.

chireta. Una de las preparaciones chacineras aragonesas, de carne de cordero. Igual a la girella leridana. Véase: derivados cárnicos de Aragón.

chiri. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera**.

chiribito. Nombre vulgar del pez: *Labrus bimaculatus*. Designación oficial: gallano; maragota.

chirilitua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallano**.

chirimorriñón. Nombre vulgar de la planta: *Annona cherimolia*.

chirimoya. Nombre vulgar de la planta: *Annona cherimolia*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chirimoya	
Energía (kJ)	337,74
Energía (kcal)	80,80
Porción comestible	60,00
Calcio (mg)	30,00
Carbohidratos (g)	20,00
Fósforo (mg)	20,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	18,00
Fibra (g)	1,90
Proteína (g)	1,00
Niacina (mg eq. niacina)	0,90
Hierro (mg)	0,60
Grasa (g)	0,20
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Colesterol (mg)	0,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	

Magnesio (mg)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Sodio (mg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

chirimoya. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tintorera**.

chirimpico. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** menudencias de cabrito, jora, ají montaña, cilantro, pimienta, pimentón, loche, sal. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chiriquín. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **muy-muy achiquil**.

chirito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallano**.

chiritua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallano**.

chirivía. Nombre vulgar de la planta: *Pastinaca sativa*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chirivía	
Potasio (mg)	450,00
Energía (kJ)	267,42
Porción comestible	100,00
Ácido fólico (µg)	87,00
Fósforo (mg)	74,00
Energía (kcal)	63,98
Calcio (mg)	41,00
Magnesio (mg)	23,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	17,00
Carbohidratos (g)	12,50
Sodio (mg)	10,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	5,00
Fibra (g)	4,60
Proteína (g)	1,80
Niacina (mg eq. niacina)	1,50
Grasa (g)	1,10
Vitamina E (mg)	1,00
Hierro (mg)	0,60
Grasa moninsaturada (g)	0,45
Cinc (mg)	0,30

Tiamina (B ₁) (mg)	0,23
Grasa poliinsaturada (g)	0,18
Grasa saturada (g)	0,18
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,11
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,01
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Yodo (mg)	

chirivía enlatada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chirivía enlatada	
Sodio (mg)	410
Potasio (mg)	293
Porción comestible	100
Agua (mg)	90
Fósforo (mg)	62
Calcio (mg)	42
Energía (kcal)	34
Ácido ascórbico (mg)	12
Carbohidratos (g)	8,5
Fibra vegetal (g)	2
Proteínas (g)	1,1
Hierro (mg)	0,5
Grasa (g)	0,4
Riboflavina (mg)	0,08
Tiamina (mg)	0,045
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0
Retinol (mg)	0

chirivita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cachama blanca; cachama negra.

chirla. Designación oficial española del molusco: *Chamalea gallina*; *Venus gallina*. Sinónimo oficial: Almeja; Almeja del Mediterráneo; Ameixoa fina; Ameixola fina; Arola; Corneiro; Escupiña maltesa; Fraile; Fraire; Marjarita; Marolo arrabiado; Mechillón; Pula; Rosellona; Txirlatxikia.

chirla. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: almeja babosa; almeja margarita; almeja perro; coquina. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chirla	
Sodio (mg)	320
Potasio (mg)	195
Energía (kcal)	126
Fósforo (mg)	118
Porción comestible	100
Calcio (mg)	98
Retinol (mg)	33
Proteínas (g)	12,8
Hierro (mg)	7
Carbohidratos (g)	3,4
Cianocobalamina (µg)	2
Grasa (g)	1,4
Riboflavina (mg)	0,18
Tiamina (mg)	0,1
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Agua (mg)	0
Colesterol (mg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

chirla del Caribe. Nombre vulgar del molusco: *Donax denticulatus*.

chirla del Pacífico. Nombre vulgar del molusco: *Venus lamellaris*.

chirla dorada. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja margarita**.

chirla gigante. Nombre vulgar del molusco *Callista gigantea*.

chirla grande del Pacífico. Nombre vulgar del molusco: *Callista lilacina*.

chirla Nombre vulgar del molusco: *Donax vittatus*.

chirlas. Véase: *Veneridae*.

chirnola. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bejel**.

chiro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: macabí de hebra; macabí; malacho del Pacífico; malacho.

Chirocentrodon bleekermanus. Pez. Designación oficial: arenquillo dentón.

Chirocentrus dorab. Familia: engráulidos. Pertenece a una familia primitiva de arenques. Su cuerpo, alargado y con los laterales claramente planos, está cubierto de pequeñas escamas. Al contrario que el resto de los peces de la familia de los arenques, tiene grandes dientes en las extendidas hendiduras de su boca, que le sirven para capturar otras especies de peces. Aparece en todo el territorio tropical de los océanos Índico y Pacífico. Llega a medir 3,6 m de largo; su carne se considera sabrosa, aunque tiene muchas espinas. Nombre vulgar: arenque grande, gran arenque.

Chirolophis ascanii. Familia: blénidos Es de un marrón verdoso o amarillento, con rayas verticales sobre fondo de color marrón oscuro. Aparece en la zona Sur del mar del Norte hasta Noruega. Alcanza los 25 cm de longitud. Nombre vulgar: pez baboso de dorso puntiagudo.

Chirolophius forbesii. Pez. Designación oficial: **rape bocón**.

Chirostoma jordani. Familia: aquerínidos. Pequeño pez lacustre de cuerpo muy comprimido, de unos 5 cm de largo, lleno de espinas, y de color plateado, que se cría con abundancia en las lagunas del estado de Michoacán y Jalisco, en Méjico (Muy abundante en el lago de Pátzcuaro. Este pez, sa-

lado y curado al sol, es artículo de comercio bastante importante. Nombre vulgar: **charal**.

Chiroteuthos veranyi. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamarín volador**.

chirrete (joven) Pez. Designación oficial: abichón; pejerrey.

chirrete. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chucla; chucleto; pejerrey.

chirriola. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **garneo**.

chirurgien. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **navajón pardo**.

chispa. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprinico; eretismo cardiovascular.

chispo. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprinico; eretismo cardiovascular.

chispolvo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **buey**.

chistorra. Una de las principales especialidades navarras de derivado cárnico. Puede llevar carne de vacuno. Se suele aromatizar con pimentón y ajo. Una de las delicias del “tapeo” en todo el territorio español. Se caracteriza por su color rojo, la cantidad de pimentón oscila entre 25 y 30 g/kg. Es muy sabroso a la plancha, frita, cocidos con vino blanco o agua, a la parrilla, envueltas en papel de aluminio sobre las ascuas o enterradas en el rescoldo. Véase: derivados cárnicos de Navarra; chorizos caseros. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chistorra cruda	
Energía (kJ)	2148,52
Sodio (mg)	1000,00
Energía (kcal)	514,00
Potasio (mg)	232,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	181,00

Porción comestible	100,00
Fósforo (mg)	90,00
Colesterol (mg)	76,00
Grasa (g)	49,00
Grasa moninsaturada (g)	21,48
Grasa saturada (g)	20,26
Proteína bruta (g)	17,40
Calcio (mg)	13,00
Grasa poliinsaturada (g)	4,41
Niacina (mg eq. niacina)	2,49
Ácido fólico (µg)	2,00
Hierro (mg)	2,00
Magnesio (mg)	1,70
Cinc (mg)	1,40
Carbohidratos (g)	0,90
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,85
Vitamina E (mg)	0,57
Tiamina (B ₁) (mg)	0,56
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,25
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,16
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Vitamina D (µg)	tr.
Yodo (mg)	

chistorra blanca. Véase: chorizos caseros.

chita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **burro chita**.

chita del norte. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **burro rompepaila**.

chitilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañuela de peña**.

chitita. Designación oficial española del pez: *Xenistius peruanus*. Sinónimo: Cabritilla.

chitita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chula pajarilla**.

chitón. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: quitón apretador; quitón piragüero; barquillo barbudo.

Chiton cumigsi. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **quitón piragüero**.

Chiton granosus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **quitón apretador**.

Chiton magnificus. Molusco, nombre vulgar.
Designación oficial: **quitón magnífico**.

chivato. Designación oficial española del pez:
Polymixia lowei.

chivato. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: salmonete barbón; salmonete gringuito; salmonete rayuelo.

chivato negro. Designación oficial española del pez: *Polymixia nobilis*.

chivilico. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco chere-chere**.

chivillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salmonete gringuito**.

chivito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salmonete barbón**.

chivo. Cría de la cabra. Véase: cabrito.

chivo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bagre de faja; salmonete barbón; salmonete gringuito.

chivo blanco Pez. Designación oficial: bagre bandera; bagre blanco.

chivo cazón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bagre cazón**.

chivo rojo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salmonete barbón**.

Chlamydoselachus anguineus. Pez. Designación oficial: **tiburón anguila**.

Chlamys delicatula. Molusco, nombre vulgar.
Designación oficial: **vieira neozelandesa**.

Chlamys felipponei. Molusco, nombre vulgar.
Designación oficial: **pecten felipone**.

Chlamys hastata hericiia. Familia: pectínidos.
Las valvas, casi circulares, presentan entre 10 y 20 grandes pliegues radiados y varios

más pequeños en los espacios intermedios. El color oscila de un rosa rojizo hasta un amarillo suave o blanco. Vive en aguas poco profundas, hasta 35 m, y se cría en la costa del Pacífico, desde Alaska hasta California. Nombre vulgar: pechina de Alaska.

Chlamys islandicus. Familia: pectínidos. Junto al scallop atlántico esta es la segunda clase de pechina en importancia en las regiones al Norte de la costa atlántica americana. Las mayores existencias se dan al Norte de Terranova. El diámetro de sus valvas llega a los 10 cm, el color de fondo de la superficie es gris – marrón. Toda la superficie está recorrida por surcos radiales, ásperos y parcialmente blancos por los bordes. Las orejas son desiguales. Esta pechina está extendida desde Islandia, pasando por Groenlandia y el mar Ártico, hasta las costas japonesas. nombre vulgar: pechina islandesa. Designación oficial: **vieira de Islandia**.

Chlamys lischkei. Molusco, nombre vulgar.
Designación oficial: ostión de los canales; **pecten patria**.

Chlamys opercularis. Familia: pectínidos. Muy parecida a la zamburiña, de la que se diferencia por tener la concha más redondeada, con la valva inferior (derecha) notoriamente menos convexa que la superior (izquierda), que no es espinosa, como lo era en la zamburiña, sino lisa; ambas presentan únicamente 20 costillas, más anchas y redondeadas que las de la zamburiña. Además, el alerón anterior de la charnela es sólo un poco más largo que el posterior. El color es muy variable, generalmente manchado o con bandas. Talla hasta 9 cm. Atlántico y Mediterráneo. Carne apreciada. Nombre vulgar: volandeira, golondrina. Designación oficial: **volandeira**. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Molusco, bivalvo, *Chlamis operlucaris*, Linneo. Véase: marisco.

Chlamys patagonicus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pecten patagónico**.

Chlamys patriæ. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: ostión de los canales; **pecten patria**.

Chlamys varius. Familia: pectínidos. Concha de contorno oval, constituida por 2 valvas abombadas, muy similares, pero no exactamente iguales; ambas presentan mucho más desarrollo uno de los alerones laterales de la charnela y están Surcadas radialmente por unas 28 costillas provistas de dientes escamiformes, que se desgastan fácilmente y que nunca se observan en el borde de las mismas. La charnela tampoco tiene dientes y su longitud es casi igual a la mitad de la anchura de la concha. Coloración muy variable, siempre abigarrada, compuesta por manchas blancas amarillentas, pardo rojizas, purpúreas y negras. Su hábitat va de Noruega hasta África Occidental y la zona Oeste del Mediterráneo. Carne exquisita que en realidad es el músculo que abre y cierra las valvas, y el coral, una parte de color anaranjado que corresponde a las glándulas sexuales. En su madurez, estas glándulas adquieren una tonalidad rojo coral en las hembras y crema en los machos; en cuanto se captura, la zamburiña se extrae de la concha. Sabe deliciosa bañada con zumo de limón, en *sashimi* o en *cerviche*. Se prepara a la parrilla, escalfada, empanada, salteada, estofada, frita o marinada. Nombre vulgar: **zamburiña**, volandeira, golondrina. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Molusco, bivalvo, *Chlamys varius*, Linneo. Véase: marisco.

Chloromya chorus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **choro zapato**.

Chlorophthalmidae. Familia zoológica. Sinónimo: cloroftálmidos. Consideramos: ojo-verde atlántico (*Chlorophthalmus agassizi*).

Chlorophthalmus agassizi. Familia: cloroftálmidos. Pez (*Chlorophthalmidae*), de hasta 20 cm de longitud, habitante de los mares

profundos, tiene el cuerpo alargado, la boca corta y aplastada y escamas en forma de peine; sus grandes ojos verdes resultan llamativos y poco comunes. Se vende como pescado fresco. Nombre vulgar: **ojoverde atlántico**. Designación oficial: **ojiverde**.

Chloroscombrus chrysurus. Pez. Designación oficial: **casabe**.

Chloroscombrus orqueta. Pez. Designación oficial: **casabe orqueta**.

Chloroscombrus strirurus. Pez. Designación oficial: **casabe orqueta**.

Chlorosplenium aeruginosum. Familia: helotiaceae. Género: chlorosplenium. Características: Receptáculo primero cupuliforme, luego aplastado. Generalmente con pie. Sub-características: Receptáculos verdosos azulados. Esporas oblongas. No es comestible. En vascuence: **gardinga**.

Chlorotocus crassicornis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón verde**.

choborro blanco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cococha negra; corvinilla blanca; corvinilla chimbera; corvinilla mayita; corvinilla pizarra.

choca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: agujeta blanca; agujeta choca.

chocha. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja babosa**.

chocha. Nombre vulgar del ave: *Scolopax rusticala*.

chochas. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes**: chochaperdiz, cebolla, perejil, azafrán, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias; perdices escabechadas.

chochaperdiz. Nombre vulgar del ave: *Scolopax rusticala*.

chochero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

chochi espada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez zorro**.

chocho de mar. Designación oficial española del pez: *Coryphaena perciformis*; *Hyperoglyphe perciformis*; *Mupus perciformis*; *Pimelepturus cornubiensis*.

chochoque. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla pizarra**.

choclé. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **abichón**.

choclo. Fruto tierno del maíz. Véase: *Zea Mays*.

choclos a la huancaína. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** choclo, queso fresco, leche, aceite, palillo, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

choco. Nombre vulgar del molusco: *Rossia macrosoma*; *Seppia officinalis*; *Seppia orbignyana*.

choco canario. Designación oficial española del molusco: *Sepia bertheloti*. Sinónimo oficial: Jibia africana; Txoko afrikarra; Xibia.

chocoano. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro mapache**.

chocolate. Véase: vino sabor chocolate.

chocolate. Pasta homogénea que se obtiene mezclando, batiendo, calentando y enfriando la pasta de cacao con azúcar y manteca de cacao. El chocolate de calidad es brillante y se parte en un corte claro y mate, sin burbujas explotadas ni puntos blancos. No emplear el chocolate sin brillo, grisáceo, blanquecino o cristalizado, pues es un indicio de que no es fresco. El cacao y el chocolate aromatizan una gran variedad de alimentos. En España y México se

usa en la preparación de platos salados. El chocolate sazona las salsas de ciertos platos, entre los que destaca el famoso *mole poblano* y un guiso de pavo con chocolate, pimienta y sésamo. Si se pretende fundir chocolate para añadirlo a una preparación, hay que respetar algunas reglas sencillas pero esenciales; la temperatura del chocolate no debe superar los 50 °C para no alterar su sabor, y no debe utilizarse agua que entre en contacto con el chocolate, pues se tornaría grumoso. Por lo general, para calentarlo se recurre al baño María y se añade el chocolate partido en pequeños trozos; cuando comienza a fundir se deja de revolver. Las innumerables características organolépticas del chocolate le hacen comparable al vino, pues dependiendo de la calidad del cacao, la tierra donde se produce y el proceso de elaboración, proporciona infinidad de matices y sabores. Como ejemplo, Valrhona produce más de 10 variedades de altísima calidad de diferentes cacaos y en algunos de ellos se determina el año de cosecha y producción. En Astorga aún se elabora una variedad, "La Maragatina" para la que se muelen las semillas de cacao en molino de piedra, como tradicionalmente. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de México. Según el Código Alimentario, 3.25.51. Es el producto obtenido por la mezcla íntima y homogénea de cantidades variables de cacao en polvo o pasta de cacao y azúcar finamente pulverizada, adicionada o de manteca de cacao. * Contendrá, como mínimo, el 35% de componentes del cacao. El contenido en cacao seco desengrasado no será nunca inferior al 14% ni el de manteca de cacao inferior al 18%, todo ello expresado sobre materia seca. * Se denominará "**chocolate fino**" el que contenga más del 26% de manteca de cacao, sin exceder del 32%, todo ello expresado sobre materia seca; y "**chocolate fundente**" si excediera de dicho 32%. Véase: prohibiciones de cacao y derivados; chocolate y derivados.

La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chocolate	
Energía (kJ)	2165,66
Energía (kcal)	518,10
Potasio (mg)	397,00
Fósforo (mg)	287,00
Magnesio (mg)	100,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	56,40
Calcio (mg)	40,00
Grasa (g)	30,60
Sodio (mg)	19,00
Ácido fólico (µg)	10,00
Proteína (g)	2,80
Hierro (mg)	2,20
Niacina (mg eq. niacina)	1,20
Cinc (mg)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,17
Tiamina (B ₁) (mg)	0,16
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,05
Yodo (mg)	0,01
Fibra (g)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina E (mg)	

Véase: cafeína; ácido salicílico; ácido oxálico; alteraciones del peso en algunos alimentos durante su preparación y cocción; contenido de grasas de los alimentos; contenido de nitratos de algunos alimentos; purina; vitamina B₁; vitamina B_{10,11}; vitamina B₂; vitamina K.

chocolate a la nata. Véase: chocolate con leche.

chocolate al café. Véase: chocolates especiales.

chocolate al estilo mejicano. Tableta de chocolate de textura granulada y sabor especiado, elaborada con cacao, azúcar, canela

y almendra molida. Se utiliza en platos salados, preparados con chiles, llamados *moles* y en el plato festivo de Méjico, *mole poblano*. Véase: ingredientes de comida mejicana.

chocolate amargo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chocolate amargo	
Potasio (mg)	570
Energía (kcal)	518
Fósforo (mg)	411
Porción comestible	100
Carbohidratos (g)	56,4
Calcio (mg)	40
Grasa (g)	30,6
Sodio (mg)	24
Ácido graso saturado (g)	19,8
Grasa poliinsaturada(g)	11
Ácido fólico (µg)	10
Proteínas (g)	7,8
Agua (mg)	5,2
Hierro (mg)	2,2
Grasa poliinsaturada(g)	1
Ácido linoléico (g)	0,95
Riboflavina (mg)	0,17
Tiamina (mg)	0,16
Ácido linolénico (g)	0,06
Ácido ascórbico (mg)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0

chocolate bitter, sin azúcares, bajo en calorías. Alimento para diabéticos, marca Sanavi. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chocolate bitter, sin azúcares bajo en calorías Sanavi	
Energía (kJ)	1751,45
Energía (kcal)	419,00
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	50,00
Carbohidratos (g)	49,70
Grasa (g)	29,40

Grasa saturada (g)	18,20
Grasa moninsaturada (g)	9,70
Fibra (g)	9,00
Proteína (g)	8,70
Grasa poliinsaturada (g)	1,50
Colesterol (mg)	1,00
Cinc (mg)	0,00
Hierro (mg)	0,00
Magnesio (mg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Calcio (mg)	
Fósforo (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

chocolate blanco. Elaborado con manteca de cacao a la que se añade leche condensada o en polvo, azúcar y esencia de vainilla; su sabor es más dulce y su textura más cremosa que el chocolate con leche. Se utiliza poco en confitería. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chocolate blanco	
Energía (kJ)	2210,07
Energía (kcal)	528,23
Calcio (mg)	270,00
Fósforo (mg)	230,00
Potasio (mg)	150,00
Sodio (mg)	110,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	58,30
Grasa (g)	30,90
Magnesio (mg)	26,00
Grasa saturada (g)	18,20
Ácido fólico (µg)	10,00
Grasa moninsaturada (g)	9,90

Proteína (g)	8,00
Niacina (mg eq. niacina)	2,80
Vitamina E (mg)	1,14
Grasa poliinsaturada (g)	1,10
Cinc (mg)	0,90
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,49
Hierro (mg)	0,20
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,07
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Colesterol (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Yodo (mg)	

chocolate con cereales. Véase: chocolate con frutos secos o con cereales.

chocolate con frutas. Según el Código Alimentario, 3.25.54. Es el “chocolate” o “chocolate con leche” adicionado frutas, enteras o troceadas, desecadas o confitadas. * El contenido mínimo en tales frutas será del 5%, sin sobrepasar el 40%. * La masa del chocolate, una vez separada en su totalidad de tales adiciones, responderá, según el caso, a las características establecidas en los artículos 3.25.51 (Chocolate) y 3.25.52 (Chocolate con leche) de este Código. Véase: chocolate y derivados.

chocolate con frutos secos o con cereales. Según el Código Alimentario, 3.25.53. Es el “chocolate” o “chocolate con leche” al que se han adicionado, enteros o troceados, almendras, avellanas, nueces y piñones o granos de cereales tostados o insuflados. * El contenido mínimo de tales frutos o granos será del 8%, sin sobrepasar el 40%. * La masa del chocolate, una vez separada en su totalidad de tales adiciones, responderá, según el caso, a las características establecidas en los artículos 3.25.51 (Chocolate) y 3.25.52 (Chocolate con leche) de este Código. Véase: chocolate y derivados.

chocolate con harina. Según el Código Alimentario, 3.25.63. Es el “chocolate” o “chocolate con leche” elaborado con harinas de trigo o arroz, sus féculas o la de maíz, para su consumo cocido. * Sus características fundamentales son: Contendrá, como mínimo, 14% de cacao seco y desengrasado, 16% de manteca de cacao, y máximo de 15% de harina de trigo o arroz, sus féculas o la de maíz. Véase: derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao; envasado y rotulación de derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao.

chocolate con leche. Según el Código Alimentario, 3.25.52. Es el producto homogéneo obtenido de cantidades variables de los componentes del chocolate, adicionados de leche, desengrasada o no.* Contendrá, como mínimo, en materia seca 4% de cacao seco desengrasado: 22% de componentes totales del cacao; 10,5% de los sólidos desengrasados de la leche en sus proporciones naturales, y 20% de materia grasa total. * Se denominará “**chocolate a la nata**” el que contenga más del 7% de grasa de leche, siempre que el extracto seco magro de la misma se encuentre entre el 3% y el 14%. Véase: chocolate y derivados. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chocolote con leche Nestlé	
Energía (kJ)	2121,04
Energía (kcal)	507,43
Potasio (mg)	275,00
Fósforo (mg)	176,00
Calcio (mg)	171,00
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	69,00
Carbohidratos (g)	55,50
Vitamina A (µg eq. retinol)	54,00
Magnesio (mg)	41,70
Grasa (g)	30,50
Grasa saturada (g)	19,10
Yodo (mg)	13,00
Proteína (g)	6,20
Ácido fólico (µg)	3,00

Fibra (g)	2,50
Cinc (mg)	1,00
Hierro (mg)	0,50
Vitamina E (mg)	0,40
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,39
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,38
Niacina (mg eq. niacina)	0,30
Vitamina D (µg)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,05
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	

chocolate con leche desnatada, sin azúcar, bajo en calorías. Alimento para diabéticos, marca Sanavi. Véase: alimentos para diabéticos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chocolate con leche desnatada, sin azúcar, bajo en calorías Sanavi	
Energía (kJ)	2056,56
Energía (kcal)	492
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	80,00
Carbohidratos (g)	50,20
Grasa (g)	32,40
Grasa saturada (g)	19,40
Grasa moninsaturada (g)	11,70
Proteína (g)	11,70
Colesterol (mg)	5,00
Fibra (g)	2,30
Grasa poliinsaturada (g)	1,30
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Fósforo (mg)	
Hierro (mg)	
Magnesio (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	

Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

chocolate de agua. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** agua, chocolate amargo, azúcar, anís, sal. Véase: chocolates en la cocina de Méjico.

chocolate de leche. Plato de la cocina de Méjico. **Ingredientes:** leche, agua, chocolate amargo, azúcar, anís, sal. Véase: chocolates en la cocina de Méjico.

chocolate de régimen. Según el Código Alimentario, 3.25.65. Son aquellos productos derivados del cacao o chocolate que, cumpliendo los mínimos establecidos para las proporciones de manteca de caco y cacao seco desengrasado se ajusten a lo dispuesto en los artículos 3.26.26 al 3.26.29 (productos dietéticos y de régimen) ambos inclusive. * Estos productos deberán presentarse de tal forma que no puedan confundirse con el cacao en polvo, el chocolate u otros de sus derivados. En la envoltura, además de la fórmula cualitativa, se consignará de manera destacada, la expresión "**chocolate dietético**" o "**chocolate de régimen**". Véase: derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao.

chocolate dietético. Véase: chocolate de régimen.

chocolate especial: Véase: envasado y rotulación de derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao)

chocolate fino. Véase: chocolate.

chocolate fondant. Es una mezcla de cacao, licor de chocolate y manteca de cacao. Con un contenido de azúcar más bajo que el chocolate habitual, se emplea en la preparación de platos dulces. Se comercializa puro o compuesto en la variedades de cho-

colate negro, con leche o blanco. Véase: jarabes y condimentos dulces.

chocolate frío. Plato de la cocina de Méjico.

Ingredientes: chocolate, azúcar, crema dulce, leche, extracto de vainilla, canela, nuez moscada, sal. Véase: chocolates en la cocina de Méjico.

chocolate fundente. Véase: chocolate.

chocolate negro. El chocolate negro incluye el amargo y el semiazucarado. Contiene entre un 35% y un 70% de pasta de cacao, además de manteca de cacao, azúcar y, en ocasiones, emulsionantes. Se puede comer tal cual y se utiliza sobre todo para cocinar. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chocolate negro	
Energía (kJ)	2231,00
Energía (kcal)	533,75
Potasio (mg)	364,00
Fósforo (mg)	213,00
Magnesio (mg)	108,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	67,00
Carbohidratos (g)	65,00
Grasa (g)	30,00
Sodio (mg)	18,00
Grasa saturada (g)	17,80
Grasa moninsaturada (g)	9,60
Ácido fólico (µg)	6,00
Proteína (g)	5,00
Hierro (mg)	2,70
Grasa poliinsaturada (g)	0,90
Niacina (mg eq. niacina)	0,60
Vitamina E (mg)	0,25
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,13
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,04
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00

Cinc (mg)	
Fibra (g)	
Yodo (mg)	

chocolate relleno. Véase: chocolates rellenos.

chocolate sin azúcar. Este chocolate, o pasta de cacao, es la masa de chocolate solidificada, sin añadir azúcar o sólidos lácteos. Los chocolateros y confiteros lo emplean para la cocción. Su sabor amargo no lo hace apto para tomarlo tal cual.

chocolate y derivados. Según el Código Alimentario, Capítulo XXV. Sección 6ª. Comprende: 3.25.51 Chocolate. 3.25.52 Chocolate con leche. 3.25.53 Chocolate con frutos secos o con cereales. 3.25.54 Chocolate con frutas. 3.25.55 Cobertura dulce. 3.25.56 Cobertura con leche. 3.25.57 Manipulaciones. 3.25.58 Prohibiciones. 3.25.59 Almacenamiento y transporte. 3.25.60 Envasado y rotulación. Véase: alimentos estimulantes y derivados.

chocolates en la cocina de Méjico. el chocolate es una de las bebidas tradicionales en Méjico y cuenta con excelentes zonas productoras en cacao. En la actualidad se encuentra una gran cantidad de marcas comerciales de chocolates elaborados con sabores, nuez, avellanas o piñones; éstos sólo basta mezclarlos con leche hirviendo y batirlos. Para mayor placer y por tradición, los mejicanos prefieren comprar el chocolate elaborado por los indígenas quienes muelen el cacao en el metate formando unas tabletas llamadas “medallones” y que envuelven en hoja de maíz, casi siempre se trata de chocolate amargo, sin endulzar ni condimentar para que uno elija el sabor deseado. Consideramos: Chocolate de agua, Chocolate de leche, Chocolate frío.

chocolates especiales. Según el Código Alimentario, 3.25.64. Son el “chocolate” o “chocolate con leche”, adicionado de miel, extracto de malta, huevos, café, concentrados y zumos de frutas, que formen un todo homogéneo con la masa del chocolate. * Sus características fundamentales serán, según el

caso, las establecidas para el "chocolate y el "chocolate con leche", modificadas por los alimentos añadidos. * El contenido en café del "chocolate al café" no será inferior al 15 por mil de café tostado natural molido, o a la cantidad correspondiente de extracto de café. Véase: derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao.

chocolates rellenos. Según el Código Alimentario, 3.25.66. Son preparados de composición variada, presentados en forma de barras o tabletas, recubiertas de chocolates o coberturas, con o sin leche, cuyo interior o “relleno” está constituido por diversos productos de confitería o licores. * La cobertura exterior de chocolate representará, como mínimo, el 35% del peso total. * El "relleno" deberá distinguirse de la cobertura exterior y responder a las características exigidas para los productos que los componen. Véase: derivados especiales de cacao, de chocolate y de manteca de cacao.

chocolitos. Nombre comercial de un alimento para diabéticos marca Sanavi. Véase: roscos de chocolate con fructosa; alimentos para diabéticos. Nombre comercial: chocolitos La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chocolitos Sanavi	
Energía (kJ)	1906,08
Energía (kcal)	456,00
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	54,30
Carbohidratos (g)	54,18
Grasa (g)	21,70
Proteína (g)	11,10
Grasa saturada (g)	10,59
Grasa moninsaturada (g)	8,59
Fibra (g)	5,30
Grasa poliinsaturada (g)	2,52
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fósforo (mg)	

Hierro (mg)	
Magnesio (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

chocón. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **jibia**.

chocorrón. Nombre vulgar de la planta: *Bromelia chrysantha*.

choelo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: agujeta blanca; agujeta californica; agujeta choca; agujeta choelo.

Choerodon schoenleini. Familia: lábridos. Es el más importante de los lábridos del indopacífico. Su cuerpo fuerte y rechoncho es oliváceo claro, con bandas azules sobre las escamas. Nombre vulgar: merlo de punto oscuro.

chogorro blanco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla blanca**.

Choiromyces meandriformis. Familia: tuberáceas. Género: choiromyces. Receptáculo que mide de 9 a 12 cm parecido a una patata más o menos gruesa, que esté agrietada y tenga huecos. Su color blanquecino cremoso luego se hace amarillo pardo o leonado. La gleba al principio blanca, toma una coloración amarillo grisácea y está jaspeada con venas sinuosas ocráceas dando lugar a unas líneas meandriformes con muchas curvas sinuosas y mezcladas. * Esta gleba o carne donde se encuentra el himenio, al principio es inodora pero luego despiden un fuerte olor. Se suele consumir aunque no mucho y parece ser que puede

producir algún ligero trastorno gástrico con desagradables efectos laxantes. Se la encuentra a final del verano y en otoño en diversos bosques, sobre todo hayales y robledales, en los bordes de los caminos y en lugares sin arbolado emergiendo algo de la tierra. Esporas amarillentas esféricas con numerosos aguijones. Nombre vulgar: trufa de meandros. Vascuence: Txerri-grisola.

chokkope. Nombre vulgar de la planta: *Arachis hypogaea*.

chola. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: guitarra chola; malacho del Pacífico.

cholga. Designación oficial española del molusco: *Aulacomya ater*; *Aulacomya mangellicana*. Sinónimo oficial: Cholgua; Choro; Mejillón; Mejillón grande de Magallanes; Mejillón rayado.

cholga. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: chorito; choro zapato.

cholgua. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cholga**.

cholito. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo de roca**.

cholo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: papagallo; roncacho.

chomolgoren. Véase: vaca Jomolgoren.

chon de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cerdo marino**.

choncholines dorados. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** intestino delgado de res de cordero, papas, vinagre, ají panca, achiote, aceite, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

Chondrostereum purpureum. Otro nombre de la seta: *Stereum purpureum*.

Chondrostoma miegii. Pez. Designación oficial: **madrilla**.

Chondrostoma nasus. Familia: ciprínidos. Cuerpo delgado con boca muy saliente, labios en forma de cuerno y angulosos (para arrancar las algas de las piedras) Aparece desde la región del Ródano, Rhin, Danubio, hasta el mar Caspio. Por lo general vive formando bancos cerca del fondo, en aguas fluviales, y se alimenta de algas y pequeños animales. Puede alcanzar 50 cm de largo y 1,5 kg de peso. La carne del condrostoma común no es particularmente sabrosa y posee pequeñas y abundantes espinas. El pez constituye, sin embargo, una presa apreciada por los pescadores y es capturado frecuentemente con nasas. Nombre vulgar: condrostoma común. Designación oficial: **gran boca**.

Chondrostoma polylepis. Familia: ciprínidos. Cuerpo esbelto, con aletas rojizas de bordes negros. Morro alargado, con boca ínfera de bordes labiales bastante rectos, con una lámina córnea en la mandíbula inferior y sin barbillas bucales. Frecuentemente presenta una banda negruzca y estrecha a lo largo del cuerpo. Talla hasta 60 cm. Habita los ríos de la vertiente atlántica de la Península, más frecuente en el curso medio, especialmente en los ríos Miño, Duero y Tajo. Nombre vulgar y designación oficial: **boga de río**. Según el Código Alimentario, 3.12.02. Pescado teleósteo, cipriniforme. *Chondrostomas*. Véase: pescado.

Chondrostoma polylepis willkommi. Pez. Designación oficial: **boga del Guadiana**.

Chondrostoma rhodanensis. Pez. Designación oficial: **madrilla**.

Chondrostoma soetta. Familia: ciprínidos. Pariente del condrostoma común (*Chondrostoma nasus*) que habita en los ríos del valle del Pó. Nombre vulgar: condrostoma italiana.

Chondrostoma toxostoma. Familia: ciprínidos. Cuerpo esbelto, alargado, con altura máxi-

ma y longitud de la cabeza contenida unas 5 veces en la longitud total. Ojos algo grandes. Coloración verde oliva en el dorso, haciéndose amarillenta en los flancos y plateada en el vientre. Talla hasta 30 cm. Vive en ríos del Norte de España y Cuenca del Ebro, centro de la Península y Sur de Portugal. La madrilla es importante como componente de la alimentación de las truchas, a veces como objeto de pesca deportiva. Su carne es menos abrosa, más grasa y con más espinas que la del condrostoma común (*Chondrostoma nasus*) Carne poco apreciada. Nombre vulgar y designación oficial: **madrilla**.

chondrus. Nombre vulgar del alga: *Chondrus crispus*.

Chondrus crispus. Familia: gigartináceas. El musgo irlandés abunda en el Atlántico Norte. De talo carnoso y aplanado, bifurcado en su extremo. Esta alga no se puede comer cruda. De ella se extrae el carraguín (carragaen), una sustancia muy utilizada como estabilizante, espesante y gelatinizante. El musgo irlandés se añade a sopas y platos cocidos a fuego lento. También puede utilizarse como verdura. Sinónimo: *Fucus crispus*. Nombre vulgar: musgo irlandés, chondrus. Véase: algas, carraguín.

chono. Designación oficial: **berberecho**.

chonta. Nombre vulgar de la planta: *Bactris gasipaes*.

chontaduro. Nombre vulgar de la planta: *Bactris gasipaes*.

chontorurú. Nombre vulgar de la planta: *Bactris gasipaes*.

chop suey. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “platos únicos”. Con este nombre se designan diversos platos confeccionados basándose en verduras. Pueden ser preparados con verduras solamente, o con carne, carne de cerdo, pollo, pavo, pescado, etc. Los platos que, a su vez, se preparan basado en tallarines se denomi-

nan **chow mein**. Como los anteriores, reciben el nombre de los distintos elementos que pueda integrarlos, ya sea chow mein de pollo, chow mein de cerdo, de carne, etc. Tanto los chop suey como los chow mein pueden ser también mixtos, cuando se preparan con más de uno de sus ingredientes. **Ingredientes:** Setas perfumadas, magro de cerdo, pechuga de pollo, clara de huevo, germen de soja, aceite, ajo, puerro, judías verdes, fideos de arroz, gambas, aguardiente de arroz, salsa de soja, azúcar, aceite de sésamo, sal, pimienta.

chop suey de pollo. Plato integrante de la cocina de las aves. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 18 minutos. **Ingredientes:** pechuga de pollo en tiritas, repollo chino, brotes de bambú, brotes de soja, maicena, agua, salsa de soja, jerez, azúcar, sal, GMS (glutamato monosódico), pimienta, aceite de maní para freír, cebollino, cebolleta, cebolla, ajo, jengibre en polvo. Véase: aves en la cocina china.

chopa. Designación oficial española del pez: *Cantharus brama*; *Cantharus cantharus*; *Cantharus griseus*; *Cantharus lineatus*; *Cantharus orbicularis*; *Cantharus senegalensis*; *Cantharus tanuda*; *Cantharus vulgaris*; *Sparus brama*; *Sparus cantharus*; *Sparus lineatus*; *Sparus sciandra*; *Spodyliosoma cantharus*. Sinónimo oficial: Anello; Anillo; Arrain gurbil; Baut; Begut; Beut; Cachucho; Calet; Cantero; Chepa; Choupa; Cántara; Cántera; Cántere; Dentol; Jargueta; Jopa; Lusun-arrain; Mojarra; Motxarra; negrón; Ollaca; Pachona; Pancha; Panoso; Pargo chopá; Pañoso; Pañón; Perezona; Pica; Roncador; Sardo; Sopa; Txopa; Variada; Xargueta; Xopa; Zalema.

chopa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chopá chopá; chopá cortez; chopá gris; chopá medialuna; chopá salema; chopá verde; curaca; jaqueta gigante; jaqueta vistosa;

mojarra; oblada; paguala peluquero; petaca chopá; petaca rayada; sargo amarillo.

chopa a la sidra. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** chopá, cebolla, tomate, pimienta, ajo, perejil, sidra, caldo, patata, agua, sal. Véase: cocina de Asturias.

chopa amarilla. Designación oficial española del pez: *Kyphosus incisor*; *Pimelepterus flavolineatus*; *Pimelepterus incisor*. Sinónimo oficial: Calicagre; Morocota; Morpion.

chopa amarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sargo amarillo**.

chopa australiana. Designación oficial española del pez: *Girella tricuspidata*.

chopa azul. Designación oficial española del pez: *Hermosilla azurea*. Sinónimo oficial: Chopá blanca.

chopa blanca. Designación oficial española del pez: *Kyphosus sectatrix*. Sinónimo oficial: Calicagre; Mojarra isleña; Morocota; Morpion.

chopa blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chopá azul; verrugato croca.

chopa chopá. Designación oficial española del pez: *Kyphosus lutescens*. Sinónimo oficial: Chopá.

chopa cortez. Designación oficial española del pez: *Kyphosus elegans*. Sinónimo oficial: Chopá; Chopá gris; Roncacho; Salema; Salmón; Vieja.

chopa espina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sargo amarillo**.

chopa espinosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sargo salema**.

chopa feliciana. Designación oficial española del pez: *Girella feliciana*.

chopa gris. Designación oficial española del pez: *Kyphosus analogus*. Sinónimo oficial: Acha; Chopa; Salema; Salmón.

chopa gris. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chopa cortez**.

chopa jerguilla. Designación oficial española del pez: *Girella albotriata*. Sinónimo oficial: Jerguilla de Juan Fernández.

chopa medialuna. Designación oficial española del pez: *Medialuna californiensis*. Sinónimo oficial: Chopa.

chopa negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo mulato**.

chopa pandera. Designación oficial española del pez: *Scorpius chilensis*. Sinónimo oficial: Pampanito de Juan Fernández.

chopa salema. Designación oficial española del pez: *Sectator ocyurus*. Sinónimo oficial: Chopa; Salema; Salmón.

chopa verde. Designación oficial española del pez: *Girella nigricans*. Sinónimo oficial: Chopa.

chopeta. Nombre en Cantabria del pez: sargo (*Diplodus srague cadenati*)

chopín de mariscos. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** calamar, camarón, cangrejo, choro, macha, tomate, vino blanco, queso, culantro, cebollita china, pasta de tomate, ajo, laurel, comino, perejil, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chopiño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **globito**.

chopito. Nombre vulgar del molusco: *Seppia orbignyana*. Designación oficial española del molusco: *Rhombosepion elegans*; *Rhombosepion rupellarium*; *Rossia macrosoma*; *Sepia bisserialis*; *Sepia elegans*; *Sepia rupellaris*. Sinónimo oficial: Castanyó; Castaño; Chancha; Choco; Chopo; Choquito; Choquito sin punta; Chouquiño; Jibia;

Rellena; Sepia; Sepia de punxa; Sepió; Txoko dorotea; Xiba.

chopito. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **choquito picudo**.

chopito común. Designación oficial española del molusco: *Rossia tenera*; *Semirossia tenera*. Sinónimo oficial: Calamarcito; Calamarete.

chopo. Nombre vulgar del molusco: *Seppia orbignyana*. Designación oficial: chopito; globito.

chopped. Fiambre muy usual. Materia prima: Para tropezos: 80% magro de cerdo, 17,5% hielo o agua muy fría y 2,5% fécula de patata más aditivos y especias. Para pasta fina: 50% magro de cerdo, 17% grasa papada, 25% hielo o agua muy fría y 8% fécula de patata más aditivo y especias. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chopped	cerdo	pavo
Energía (kJ)	733,59	548,10
Energía (kcal)	175,50	131,13
Porción comestible	100,00	100,00
Colesterol (mg)	64,00	
Proteína (g)	13,50	14,50
Grasa (g)	13,00	7,50
Grasa moninsaturada (g)	5,85	
Grasa saturada (g)	4,30	
Grasa poliinsaturada (g)	2,00	
Carbohidratos (g)	1,20	1,50
Fibra (g)	0,00	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)		
Ácido fólico (µg)		
Calcio (mg)		
Cinc (mg)		
Fósforo (mg)		
Hierro (mg)		
Magnesio (mg)		
Niacina (mg eq. niacina)		
Piridoxina (B ₆) (mg)		
Potasio (mg)		
Riboflavina (B ₂) (mg)		
Sodio (mg)		
Tiamina (B ₁) (mg)		
Vitamina A (µg eq. retinol)		
Vitamina B ₁₂ (µg)		
Vitamina D (µg)		
Vitamina E (mg)		
Yodo (mg)		

choquiño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **jibia**.

choquito. Nombre vulgar del molusco: *Seppia elegans*. Designación oficial: **chopito**.

choquito con punta. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **choquito picudo**.

choquito picudo. Designación oficial española del molusco: *Sepia orbignyana*. Sinónimo oficial: Chopito; Choquito con punta; Chouquiño; Txoko arrosa.

choquito sin punta. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chopito**.

choric. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharra**.

choric vuledor. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharra**.

choricito. Variedad pequeña del clásico chorizo de cerdo español. Véase: salchichas europeas.

Chorinemus altus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **zapatero sierrita**.

chorito. Designación oficial española del molusco: *Mytilus chilensis*; *Mytilus edulis chilensis*. Sinónimo oficial: Cholga; Mejillón chileno; Mejillón del sur.

chorito. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: chorito quilmahue; choro negro; mejillín púrpura.

chorito maico. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **mejillín púrpura**.

chorito negro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **choro negro**.

chorito norteño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **choro negro**.

chorito quilmahue. Designación oficial española del molusco: *Mytilus chilensis*; *Mytilus edulis chilensis*. Sinónimo oficial: Chileno; Chorito; Dayes; Mejillón; Mejillón chileno; Quilmahue.

chorizo. Embutido crudo español que tiene muchas variaciones. Se elabora con carne de cerdo y/o vacuno y suele condimentarse con mucho pimentón. Véase: chorizos caseros; salchichón. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chorizo	
Energía (kJ)	1136,44
Sodio (mg)	1060,00
Energía (kcal)	271,88
Potasio (mg)	210,00
Fósforo (mg)	160,00
Porción comestible	99,00
Colesterol (mg)	60,50
Proteína (g)	27,00
Calcio (mg)	18,40
Grasa (g)	18,00
Yodo (mg)	10,90
Magnesio (mg)	10,30
Grasa moninsaturada (g)	8,10
Niacina (mg eq. niacina)	7,40
Grasa saturada (g)	6,45
Grasa poliinsaturada (g)	2,55
Hierro (mg)	2,10
Cinc (mg)	1,20
Ácido fólico (µg)	0,90
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,90
Carbohidratos (g)	0,50
Tiamina (B ₁) (mg)	0,33
Vitamina E (mg)	0,29
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,15
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,14
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.

chorizo. Ingredientes de la cocina de Méjico. Pedazos de tripa de cerdo rellenos de carne

de puerco molida y adobada. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

chorizo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **langostino moruno**.

chorizo andaluz. Otra especialidad andaluza de derivado cárnico. Blanco cular, de magro, de bofe, de patata, etc. Véase: derivados cárnicos de Andalucía.

chorizo asturiano. Materia prima: 60% magro de cerdo, 40% tocino y lardeo. Condimentos y especias: sal, pimentón dulce y picante, azúcar, orégano y ajo. Picado y tripas: Picado y amasado. Reposo 12-14 horas. Embutición en tripa delgada de cerdo o gruesa rizada, según curación. Maduración: 24 horas a 25-30 °C y 80-85% de humedad relativa. Ahumado durante 2-3 días y traslado a locales adecuados durante 12-13 días. Cuando la embutición se realiza en tripa gruesa la curación se prolonga hasta 2-3 meses. Presentación: En ristras para tripa delgada, piezas de unos 15 cm y en vela para tripa gruesa. Consumo crudo y cocido. Véase: cocina de Asturias.

chorizo blanco (Cáceres y Salamanca). En estas provincias se elabora desde tiempos inmemorables este tipo de chorizo blanco, con carnes y grasas procedentes del cerdo ibérico. Materia prima: 80% cabezas de lomo y carne de paleta, 20% tocino o panceta. Picado con placa de 6-8 mm, embutición en tripa cular de cerdo de 50 mm Presentación en vela, piezas de 40 cm de longitud. Condimentos y especias: sal, pimienta molida y en grano, orégano, ajo y vino blanco. Reposo de la masa 12-24 horas. Secado durante 30-40 días, temperaturas de 10-12 °C y humedad relativa del 80-90%. Posterior curación a temperatura ambiente. Consumo crudo.

chorizo blanco. Nombre vulgar del crustáceo: *Aristeus antennatus*. Designación oficial: **gamba rosada**.

chorizo blanco aragonés. Otra especialidad aragonesa de derivado cárnico. Al estilo de Soria. Véase: derivados cárnicos de Aragón.

chorizo blanco canario. Otra especialidad en las Islas Canarias de derivado cárnico. Con pimienta blanca y nuez moscada. Véase: derivados cárnicos de Canarias.

chorizo blanco extremeño. Otra especialidad extremeña de derivado cárnico. Véase: derivados cárnicos de Extremadura.

chorizo cántabro. Una de las principales especialidades asturianas de derivado cárnico. Con pimiento choricero, pimentón y ajo. Ahumado con madera de encina y roble. Véase: derivados cárnicos de Cantabria.

chorizo casero. Sinónimo: zistorra.

chorizo cresponi. Embutido seco de sabor suave elaborado con carne de cerdo y/o vacuno.

chorizo cular de Castilla y León. Una de las principales especialidades de derivado cárnico en Castilla León. En Salamanca, longaniza-chorizo embutido en tripa cular, para comer en crudo. Véase: derivados cárnicos de Castilla León.

chorizo cular extra. Materia prima: 60% magro de cerdo de 1ª, 40% panceta magrosa y lardeos. Picado: magro con placa de 3 ojos o a mano. Panceta con placa de 18 mm. Tripa cular de cerdo de 40-60 mm Presentación en piezas de 50-60 cm. Aditivos y especias: sal fina, nitrato potásico, ácido ascórbico, fosfatos, caseinato sódico, dextrosa, dextrina, pimienta blanca molida, pimentón dulce de la Vera, orégano, ajo liofilizado. Curación en ambiente natural, temperaturas 10-12 °C y humedad relativa 80-90% durante 2-3 meses. Consumo crudo.

chorizo cular tipo Salamanca. Materia prima: 80% magro de cerdo ibérico, 20% tocino (lardeo). Picado con placa de 3 ojos o a mano. Tripa cular de cerdo de 40-60 mm Presentación en piezas de 50-60 cm. Aditivos y

especias: sal fina, nitrato potásico, dextrosa o azúcar, salvia molida, pimentón dulce de la Vera, orégano, ajo liofilizado, vino blanco y aceite. Reposo de la masa 24-48 horas. Curación de 5 meses con temperaturas 6-10 °C.

chorizo de Aragón. (Zaragoza) Materia prima: 70% magro de cerdo, 30% tocino, panceta o papada. Condimentos y especias: sal, pimentón dulce y picante, pimienta, nuez moscada, orégano y ajo. Picado y tripas: Picado con placa de 8 mm, embutición en tripa de cerdo o cordero de 28-32 mm. Reposo 24-36 horas. Maduración: Durante 8-10 horas se escurre el embutido. Estufaje de 24 horas a temperaturas de 20-25 °C, posterior colocación en secadero con temperaturas de 15-18 °C y del 70-80% de humedad relativa. Tiempo total 72 horas. Presentación: En ristras de 35-40 cm y piezas de 8-10 cm. Consumo: Frito, asado, también crudo cuando está curado. Una de las principales especialidades aragonesas de derivado cárnico de Zaragoza. Véase: derivados cárnicos de Aragón.

chorizo de bofe extremeño. Otra especialidad extremeña de derivado cárnico. Con pulmón, lengua, etc. Para cocer. Véase: derivados cárnicos de Extremadura.

chorizo de Cantimpalos. Materia prima: 70% magro de cerdo, 30% tocino. Picado con placa de 30 mm. Tripa de vacuno de 40 mm, puede ser de mayor calibre. Presentación en ristras, piezas de unos 12 cm. Aditivos y especias: sal fina, ácido ascórbico, dextrosa o azúcar, fosfatos, caseinato sódico, pimentón dulce de la Vera, orégano, ajo majado (sin centro). Curación en locales sin nada de corriente con temperaturas de 12-18 °C y humedad relativa del 90%, durante 10 días. Posteriormente ventilación muy tenue y temperaturas de 14-18 °C y humedad relativa 75-80%, durante un mínimo de 60 días. En la actualidad el secado se efectúa some-

tiendo a los embutidos a temperatura de 25 °C y humedad relativa del 90%, durante 30 horas. Posterior curación a temperaturas entre 14-18 °C y humedad relativa del 70%, durante 20 días. Una de las principales especialidades de derivado cárnico en Castilla León. En Segovia. Quizá el más famoso de los chorizos, para cocer y comer en crudo. Se aliña con pimentón, ajo y orégano. Véase: derivados cárnicos de Castilla León; chorizos caseros.

chorizo de Castilla La Mancha. Otra especialidad castellano manchega de derivado cárnico. De bofe, característicos de Oropesa (Toledo) Véase: derivados cárnicos de Castilla La Mancha.

chorizo de cebolla gallego. Sinónimo: ceboleiro.

chorizo de Extremadura. Una de las principales especialidades extremeñas de derivado cárnico. Materia prima: 79% magro de cerdo ibérico, 21% tocino. Picado, placa de 8 mm. tripa natural de cerdo de 40-50 mm. Presentación en vela de 45 cm, en ristra piezas de 6-10 cm y en sarta (herradura). Aliñado con pimentón de la Vera, sal fina, orégano, ajo majado y jerez seco. Reposo de la masa 24-48 horas. Curación: estufaje 2-3 días, temperatura 10-15 °C y humedad relativa del 80%. Pasado a secadero con temperatura ambiente durante 1-2 meses. Para comer crudo, frito, cocido y asado. Véase: derivados cárnicos de Extremadura.

chorizo de Galicia. Una de las principales especialidades gallegas de derivado cárnico. Suele ser ahumado y aliñado con pimentón, ajo, orégano, etc. Hay muchas variedades locales: de cebolla, de Ouzande de Bandeira, de boche (con pulmones), de La Coruña: Materia prima: 50-57% magro de cerdo, 50-53% tocino y/o grasa. Condimentos y especias: sal, pimentón dulce y picante, ajo. Picado y tripas: Picado con placa de 8-10 mm.

Tripa de cerdo 34-36 mm. Reposo 24 horas. Maduración: Ahumado con madera de roble y laurel en chimeneas, maduración hasta 30 días. Presentación: En ristras, piezas de 12-15 cm. Consumo: Crudo, frito, cocido y asado. Véase: derivados cárnicos de Galicia.

chorizo de Hierro. Otra especialidad en Hierro (Islas Canarias) de derivado cárnico. Aliñado con ajos, pimienta picona, nuez moscada, vinagre y, a menudo, tomillo y orégano. Se olean y se ahúman. Véase: derivados cárnicos de Canarias.

chorizo de Huelva. Una de las principales especialidades andaluzas de derivado cárnico. Materia prima: 80% magro de cerdo ibérico, 20% tocino. Picado de magro previamente refrigerado durante 24 horas, con placa de 35 mm. Tocino placa de 10-12 mm. Tripa cular de cerdo o roscal de vacuno de 50-55 mm. Presentación según la tripa empleada, siendo la más habitual en piezas de 40-50 cm. Especies: sal fina, pimentón y ajo. Reposo de la masa 24 horas. Curación: en locales con ambiente natural durante 45 días, si la temperatura es muy fría, se regula mediante braseros con carbón de encina. Para comer crudo.

chorizo de Jabugo. Véase: chorizos caseros.

chorizo de La Palma. Otra especialidad en La Palma (Islas Canarias) de derivado cárnico. Aliñado con ajo, vino, vinagre, pimienta y pimentón. Véase: derivados cárnicos de Canarias.

chorizo de La Rioja. Materia prima: 70% magro de cerdo, 30% panceta o lardeo con grasa. Condimentos y especias: sal, pimentón y ajo. Picado y tripas: Picado y embutido en tripa gruesa cular y artificial de origen animal de 32-34 mm. Reposo 24 horas. Maduración: Secado durante 4 días en ambiente caldeado a base de carbón de encina. Maduración en ambiente natural y 60-80% de humedad relativa, tiempo 15-18 días para tripa de 32-34 mm y de 25-30 días para tripa gruesa. Presentación: En sarta (herradura) para tripa delgada y en vela para gruesa.

Consumo: Crudo tipo vela y crudo, frito y cocido en sarta. Véase: chorizos caseros.

chorizo de la sierra de Aracena. Una de las principales especialidades andaluzas de derivado cárnico. De Huelva. Materia prima: 60% magro de cerdo ibérico, 40% de pancea y papada. Picado, placa de 8 mm, previamente refrigerada la carne 10-12 horas. Tripa de vaca de 40-45 mm Presentación en forma de herradura (sarta) pequeña formando piñas de 1-15 cm. Se conocen en el mercado estos chorizos como “jabuguitos” o “chorizo tipo Madrid”. Especies: sal fina, pimentón y ajo. Reposo de la masa 12-24 horas. Curación: ahumado en locales con ambiente natural. Consumo: crudo, frito, cocido y asado. Véase: derivados cárnicos de Andalucía.

chorizo de Lanzarote. Otra especialidad en Lanzarote (Islas Canarias) de derivado cárnico. Aliñado con pimienta negra, pimientos molidos y ajo. Véase: derivados cárnicos de Canarias.

chorizo de Murcia. Otra especialidad murciana de derivado cárnico. Véase: derivados cárnicos de Murcia.

chorizo de Pamplona. Una de las principales especialidades navarras de derivado cárnico. Muy aromático y con carne troceada muy fina. Puede ser tierno o muy seco. El tierno se embute en tripa gorda y se como frito o asado. El seco se utiliza para bocadillos y en lonchas fritas, para acompañar huevos. Véase: derivados cárnicos de Navarra; chorizos caseros.

chorizo de Potes. Una de las principales especialidades asturianas de derivado cárnico. Incluye orégano, tomillo, pimienta, etc. Es un embutido ahumado y curado. Véase: derivados cárnicos de Cantabria.

chorizo de Salamanca. Véase: chorizos caseros.

chorizo de Soria. Materia prima: 70% magro de cerdo, 30% tocino o panceta. También se

fabrica con mezcla de carne de vacuno un 15%. Condimentos y especias: sal, pimentón y ajo. Picado y tripas: Picado grueso y embutido en tripa de cerdo, vacuno o artificial de origen animal de distintos calibres. Reposo 24 horas. Maduración: Curación en secadero natural aprovechando las condiciones ambientales, tiempo desde 20 a 50 días, según época y calibre de la tripa. Presentación: En tripa delgada herradura y ristras, en gruesa vela. Consumo: Crudo, frito, asado y cocido. Una de las principales especialidades de derivado cárnico en Castilla León. Un sabroso embutido, secado con los aires del Moncayo y con la ayuda del carbón de encina. Véase: derivados cárnicos de Castilla León.

chorizo de Tenerife. Otra especialidad en Tenerife (Islas Canarias) de derivado cárnico. Véase: derivados cárnicos de Canarias.

chorizo de Valencia. Otra especialidad valenciana de derivado cárnico. Elaborados con magro, tocino fresco y papada, o bien con magro, ternera y grasas. Véase: derivados cárnicos del País Valenciano.

chorizo de Villarcayo. Materia prima: 70% magro de cerdo, 30% panceta o lardeo. Condimentos y especias: sal, pimentón, ajo y otras especias. Picado y tripas: Picado con placa de 30 mm, embutido en tripa cular de cerdo o roscal de vacuno. Reposo 24 horas. Maduración: Estufaje durante 48 horas con temperaturas de 20-25 °C, con carbón vegetal y leña de encina. Posterior traslado a secadero con temperaturas de 12-18 °C y del 60-80% de humedad relativa. Presentación: En sarta (herradura) y en vela. Consumo: Crudo, frito y cocido. Una de las principales especialidades de derivado cárnico en Castilla León. En Burgos. Véase: derivados cárnicos de Castilla León.

chorizo de Zamora. Una de las principales especialidades de derivado cárnico en Castilla

León. Materia prima: 80% magro de cerdo, 20% tocino. Condimentos y especias: sal, pimentón dulce y picante, ajo y tripas: Picado con placa de 8 mm, embutición en tripas naturales de 20-25 mm y 50-60 mm. Reposo 24 horas. Maduración: Secadero natural durante 5 días a temperaturas de 10-14 °C, luego a 12-14 °C y posteriormente a 18-20 °C. curación total de 2-4 meses, dependiendo del calibre de la tripa. Presentación: En ristras o herradura en tripa delgada y en vela tripa gruesa. Consumo: Crudo y cocido. Véase: derivados cárnicos de Castilla León.

chorizo negro. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **langostino moruno**.

chorizo ouzande de bandeira. (Pontevedra) Materia prima: 70% magro de cerdo, 30% tocino. Condimentos y especias: sal, pimentón dulce y picante, ajo y otras especias. Picado y tripas. Picado con placa de 8-10 mm. Tripa de cerdo 32-34 mm. Reposo 24 horas. Maduración: Con humo natural hasta una consistencia semidura. Presentación: En ristras, piezas de 12-15 cm. Consumo: Crudo, cocido y frito.

chorizo patatero de Monroy. (Cáceres) Materia prima: 10% magro y panceta, 40% otras grasas, 50% patata cocida. El magro y grasa son de cerdo ibérico. Condimentos y especias: sal, pimentón de la Vera y ajo. Picado y tripas. Picado y embutido en tripa de vaca. Reposo 6 horas. Maduración: Curación en secadero durante 35 días, temperatura de 10-12 °C y 80% de humedad relativa. Posterior colgado de las piezas a temperatura ambiente hasta completar la maduración unos 6° días. Presentación: En ristras con piezas grandes. Consumo: Crudo o frito. Una de las principales especialidades extremeñas de derivado cárnico. En Cáceres. Un chorizo que incluye patata. Véase: derivados cárnicos de Extremadura.

chorizo patatero rojo. Materia prima: 25% magro de cerdo, 49% tocino, 25% patata cocida, 1% sangre. Condimentos y especias: sal, pimentón dulce y/o picante, ajo. Picado y tripas. Picado muy fino de magro, tocino y patata. Tripa de cerdo 28-40 mm, según comarca. Reposo 24 horas. Maduración: Curación en ambiente natural o regulado, temperaturas de 14-16 °C y 75-80% de humedad relativa, durante 10-15 días. Presentación: En ristras y herradura. Consumo: Crudo o asado.

chorizo picante. Embutido elaborado con carne de cerdo y condimentado con pimentón picante. Véase: salchichas europeas.

Chorizo riojano. Véase: Jamón y Chorizo Riojano.

chorizo rojo. Nombre vulgar del crustáceo: *Plesiopenaeus edwardsianus*. Designación oficial: **capuco verde**.

chorizo rojo canario. Una de las principales especialidades de derivado cárnico en las Islas Canarias. De las Palmas de Gran Canaria. Está adobado al estilo andaluz, con pimentón, ajo, vino blanco, orégano y especias. Se suele comer crudo. Véase: derivados cárnicos de Canarias.

chorizo ruso. Embutido de carne ligeramente condimentado y de textura compacta elaborado con carne de cerdo y/o vacuno. Véase: carnes y embutidos usuales.

chorizo socochao de Extremadura. Otra especialidad extremeña de derivado cárnico. Es un embutido cocido, normalmente en agua y vino. Véase: derivados cárnicos de Extremadura.

chorizo tipo Madrid. Véase: chorizo de la sierra de Aracena.

chorizo toscana. Este chorizo de textura compacta tiene un sutil sabor dulzón. Elaborado con carne de cerdo y/o vacuno y dados de grasa. Véase: carnes y embutidos usuales.

chorizos. Embutido de carne, principalmente, de cerdo, picada, adobada con pimentón y otras especias, y embutida en tripa natural o artificial. Consideramos: chorizo andaluz, chorizo blanco aragonés, chorizo blanco canario, chorizo blanco extremeño, chorizo cántabro, chorizo cular de Castilla y León, chorizo de Aragón, chorizo de bofe extremeño, chorizo de Cantimpalos, chorizo de Castilla La Mancha, chorizo de cebolla gallego, chorizo de Hierro, chorizo de La Palma, chorizo de la sierra de Aracena, chorizo de Lanzarote, chorizo de Pamplona, chorizo de Potes, chorizo de Soria, chorizo de Tenerife, chorizo de Villarcayo, chorizo extremeño, chorizo gallego, chorizo murciano, chorizo patatero de Monroy, chorizo rojo canario, chorizo socochao extremeño, chorizo valenciano, chorizo zamorano. Según el Código Alimentario, 3.10.24. Es el embutido de carne crudo, curado y encarnado elaborado con carne de cerdo o de cerdo y vacuno, metido en tripa natural o artificial de diámetro superior a 22 mm. El de diámetro inferior se denomina “**longaniza**”. Véase: embutidos de carne.

chorizos a la sidra. Es un plato moderno de la cocina asturiana. sin embargo, los chorizos cocidos en vino blanco, o en agua, con un buen chorro de vino blanco, era costumbre vieja. Los chorizos, para este preparado, no deben ser muy curados, más bien tiernos y con una parte de tocino. Se ponen a cocer en una cazuela con sidra, a la que se puede añadir algo de vino blanco. Ya cocidos se sirven partidos en trozos y bien calientes. Véase: cocina de Asturias.

chorizos blancos. Son los embutidos entre cuyos condimentos no interviene el pimentón, el verdadero color que presentan estos chorizos es sonrosado. En cuanto a la materia prima empleada en nada difiere a la de los chorizos rojos culares de gran calidad; siendo los mejores chorizos blancos los fabricados con carnes y grasas procedentes del cerdo ibérico. Materia prima: 60% magro de cerdo refrigerado o muy frío, 20% lardeo-recortes magro semicongelados, 20% pance-

ta magrosa. Picado: magro con placa de 30 mm. Lardeo y panceta con placa de 12 mm. Tripa cular de cerdo o natural cosida de 60-80 mm Presentación en vela, piezas de 50-60 cm de longitud. Aditivos y especias: sal gorda, nitrato potásico, ascorbato sódico, lactosa, dextrina, fosfatos, caseinato sódico, pimienta negra molida, pimienta negra en grano, nuez moscada molida, ajo liofilizado, brandy seco de calidad, agua muy fría. Reposo de la masa 24 horas a temperatura de 4-6 °C. Estufaje, temperatura de 24 °C y humedad relativa del 90-95%, durante 24-36 horas. Secadero, temperaturas de 12-14 °C y humedad relativa del 75-80%, hasta su completa curación que puede prolongarse hasta 3 meses.

chorizos caseros. Se realizan con una mezcla y un embutido similar al de las longanizas, pero se diferencian en que a éstos se añade mucho más pimentón que a las longanizas. La abundancia del pimentón asegura la conservación de las piezas. Se suelen presentar en embutidos de pequeño tamaño, lo cual prolonga todavía más su conservación. En algunas partes, se sirven de la cordelería para indicar la variedad del chorizo; así, si es blanca, es que su carne está condimentada suavemente, casi dulce; si el cordel es blanco y rojo indicará que está un poco más sazonada; y si el cordel es rojo, su carne será fuerte y picante. * El **chorizo de La Rioja** está condimentado con ajo, pimienta, sal y pimentón molido. Primero se mezclan bien las especias y luego se moja la masa con agua. Se amasa bien y se deja formando una pasta de adobo durante todo un día. Después se embute en piezas que midan entre 10 y 15 cm de largo, y se cuelgan al aire para que sequen durante 3 ó 4 días, al cabo de los cuales se procede al ahumado. Cuando la piel empieza a arrugarse y a encogerse, se suspende el ahumado continuo para ahumar las piezas solamente durante un tiempo por la mañana y otro por la tarde, hasta que queden bien se-

cas. * El **chorizo de Cantimpalos** es de superior calidad por el tipo de carne que emplea: magro de cerdo, lo más prieto posible, mezclado con lomo y jamón. Con el condimento, la masa permanece en adobo durante 2 días y después se embute en tripas, permanecerá en una habitación completamente cerrada, durante 10 días más. Después se deja al aire hasta que se seca. El **chorizo de Jabugo** utiliza para rellenar su mezcla la carne del lomo. En la mezcla, la parte magra pesa el doble que el de la parte grasa. La condimentación se efectúa con sal, ajo y pimienta. Se embute en piezas pequeñas. * El **chorizo de Pamplona** emplea en su mezcla carne en un 80% y tocino en el resto. Se pica muy fino, y se sazona con 20 g de sal, 20 g de pimentón dulce y 6 g de ajo por kg. Se embute en tripas por piezas enteras, alargadas y gruesas. * El **chorizo de Salamanca** mezcla una quinta parte del tocino a la carne. Se embute en tripa cular de cerdo. Por último, la **chistorra** es una modalidad de chorizo en la que se emplea únicamente magro de cerdo. Por cada kg de mezcla, se añaden 20 g de sal, 20 g de pimienta dulce o picante y 2 g de ajo. También se suele añadir al adobo vino añejo en poca cantidad. Hay una variedad, la **chistorra blanca**, en la que se emplea tocino en una proporción del 50%, y se le añaden 2 g de canela, 5 g de anises, 3 g de pimienta y 1 g de clavo; pero no lleva ajo. Se embute y se ahuma durante 8 días.

chorizos estilo Mieres. Mieres, como otros muchos lugares de Asturias, tiene fama por sus embutidos. La forma de preparar los chorizos en esta zona asturiana, sirve perfectamente para toda la región. Todas las mondongueras de esta zona recomendaban para hacer buenos chorizos adobo con pimentones de primera calidad (el grado de picante dependía de los gustos familiares), un poco de orégano tostado en el horno y bien desmenuzado y vino blanco. El secre-

to de estos chorizos depende del toque del vino blanco en el adobo. El curarlos al humo con buena madera, es punto importante de estos embutidos. Véase: cocina de Asturias.

chorizos frescos. Al igual que ocurre con las salchichas, en toda España, existen artesanos que elaboran riquísimos chorizos para consumir en fresco. También las grandes empresas fabrican este producto para los aficionados a la barbacoa y son presentados envasados al vacío con lo cual se conservan blandos. Los chorizos frescos además de con la barbacoa, se consumen cocidos con vino blanco o agua, a la parrilla, envueltos en papel de aluminio sobre las ascuas o enterrados en el rescoldo. Los más sibaritas los asan a una lumbre donde solo quedan cenizas, previamente envueltos en papel de estraza mojado con vino blanco, totalmente enterrados en las cenizas, al cabo de unos 10 minutos cuando salga un tufillo, es la señal de que están listos. Los grandes maestros de la cocina los preparan al vapor, consiste en poner vino blanco y agua en un recipiente, encima los chorizos, sobre una rejilla, sin tocar el líquido y tapados, se deja que el vapor que suelta en vino y agua al cocer los asen lentamente. Cualquiera que sea el sistema utilizado el resultado dependerá de la calidad del chorizo. En algunos lugares se sigue celebrando el “día del chorizo”, justamente el 17 de enero, festividad de San antonio Abad, que es, además, el Santo Patrón de los carniceros, chacineros y charcuteros.

choró. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo real**.

choro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: cholga; choro zapato; mejillón huaquilla; mejillón tulipán; pina hacha larga.

choro de mangle. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **mejillón fanguero de Guayanas**.

choro gigante. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **púrpura gigante**.

choro negro. Designación oficial española del molusco: *Semimytilus algosus*. Sinónimo oficial: Chorito; Chorito negro; Chorito norteño.

choro negro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **mejillín púrpura**.

choro playero. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **mejillín púrpura**.

choro zapato. Designación oficial española del molusco: *Chloromya chorus*; *Choromytilus chorus*. Sinónimo oficial: Cholga; Choro; Mejillón choro.

choros a la chalaca. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** choro, choclo, limón, cebolla, rocote, ají amarillo, perejil, sal, pimienta. Véase: entradas en la cocina de Perú.

Choromytilus chorus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **choro zapato**.

chorra. Designación oficial española del molusco: *Arenicola marina*. Sinónimo oficial: Xorra.

chorrigués. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharra**.

Chorus giganteus. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **púrpura gigante**.

chosco. Véase: choscu asturiano.

choscu asturiano. Una de las principales especialidades asturianas de derivado cárnico. Embutido en el intestino ciego o en el estómago. Se compone de trozos de lomo, o lomo y lengua, muy bien adobado, como los chorizos, y curado al humo. Se suele atar por fuera, para darle cierta forma y que las carnes queden más apretadas. Se suele tomar cocido y partido en lonchas, algunas personas lo prefieren crudo, es decir, sin cocerlo, y partido en lonchas muy finas como el lomo curado. Se puede emplear para potes. Materia prima: 50% lengua de cerdo, 35% magro y/o lomo de cerdo, 15% papada. Condimentos y especias: sal, pi-

mentón dulce y agua. picado a mano de la materia prima en porciones gruesas. Reposo 24 horas. Curación lenta durante varios meses. Presentación en pieza redondeada. En alguna zona se confunde con la andoya, que normalmente contiene menudillos y sangre. En algunos lugares, como las cuencas mineras, le dicen: **xuanicu** y **pedro**. Véase: cocina de Asturias; derivados cárnicos de Asturias. Sinónimo: **chosco**.

choto. Sinónimo: cabrito.

chou farci entier a l'auvergnate. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cerdo”. Nombre español: repollo relleno con cerdo, setas y hierbas. Véase: cerdo en la cocina de Francia.

chouba (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sardina**.

choucroust. Nombre francés de: col fermentada. Véase: encurtidos y conservas; col fermentada. Sinónimo: chucrut.

choucrouste d'alsace. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cerdo”. Nombre español: chucrut con cerdo y salchichas. Véase: cerdo en la cocina de Francia.

choupa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: globito; volador.

choupa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chopá; mojarra.

chouquiño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: chopito; choquito picudo.

chourizo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **langostino moruno**.

choux de gambas. Plato correspondiente al grupo de gambas. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 25 minutos. **Ingredientes**: mantequilla, harina, huevo, gam-

bas peladas, crema, sal, pimienta, jugo de limón. Véase: gambas.

chova. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: anchova de banco; anjova.

chow mein. Véase: chop suey.

choy sum. (*Brassica campestris*) Popular variedad de verdura china con flores amarillas. Los tallos con flores son tiernos y se cuecen junto a las hojas. Se suele consumir hervida, salteada o cocida al vapor, sola o en combinación con otras verduras. Véase: coles. Sinónimo: flor amarilla.

chromis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jaqueta parda**.

Chromis atrilobatus. Pez. Designación oficial: **castañeta conguito**.

Chromis castanea. Pez. Designación oficial: **castañuela**.

Chromis chromis. Familia: pomacéntridos. Cuerpo oval, profundo y corto. Rostro sumamente corto, no mucho más largo que el diámetro de los ojos, que son relativamente grandes. Boca muy pequeña y oblicua, no alcanzando su comisura la vertical del borde posterior del ojo; mandíbula superior muy protáctil y, como la inferior, con dientes diminutos, algo mayores los de la fila externa; dientes de los huesos faríngeos inferiores de forma cónica. Coloración castaño negruzca, aunque en cada escama la coloración central es más clara; vientre blanquecino; mancha negra en la parte superior de la axila escapular; caudal de extremo blanquecino, sobre todo en su mitad. Talla hasta 25 cm. Atlántico y Mediterráneo. La castañuela es el único representante europeo de la familia. Su pequeño tamaño hace que la castañuela no tenga interés económico. Se vende en los mercados litorales mezclada con la “morralla”. Nombre

vulgar: castañuela, negrita, soldado. Designación oficial: **castañuela**.

Chromis crusma. Pez. Designación oficial: **castañeta común**.

Chromis intercrusma. Pez. Designación oficial: **castañuela zapata**.

Chromis marginata. Pez. Designación oficial: **jaqueta parda**.

Chromis multilineata. Pez. Designación oficial: **jaqueta parda**.

Chromis punctipinnis. Pez. Designación oficial: **castañuela herrera**.

Chromis randalli. Pez. Designación oficial: **castañeta burrito**.

Chromogobios quadrivittatus. Pez. Designación oficial: **gobio de cuatro bandas**.

Chrysobalanus icaco. Familia: rosáceas. Originario de América tropical. Se consigue desde el Sur de EE.UU. hasta Ecuador y Venezuela. Es una drupa de color amarillo casi blanco y rosado fuerte, del tamaño de una ciruela, piel lisa y delgada, pulpa blanca, gruesa, no muy jugosa, dulce y astringente. Se come cruda, cocida o en almíbar. La semilla contiene aceite y es agradable. Pertenecce al grupo de las frutas del algodón, es fruta dulce. Nombre vulgar: icaco, coco plum, gicaco, guajerú, hicaco, jicaquillo.

Chrysoblephus gibbicephus. Familia: espáridos. Es representante de las bremas marinas, en la franja costera de Sudáfrica, se considera especie de valor culinario. El tamaño medio que alcanza este pez en el mercado es de 35 cm y un peso de 750 g. Su carne es blanca, compacta y de fino aroma. Nombre vulgar: pez rojo chato. Designación oficial: **marreco**.

Chrysoblephus laticeps. Pez. Designación oficial: **sargo africano**.

Chrysophrys aurata. Otro nombre del pez: *Parus aurata*. Designación oficial: **dorada**.

Chrysophrys caeruleostictus. Pez. Designación oficial: **hurta**.

Chrysophrys calamus. Pez. Designación oficial: **pluma marotilla**.

Chrysophrys crassirostris. Pez. Designación oficial: **dorada**.

Chrysophrys cyanoptera. Pez. Designación oficial: **pluma palma**.

Chrysophrys mayor madai. Pez. Designación oficial: **dorada japonesa**.

Chrysophrys taurina. Pez. Designación oficial: **pluma palma**.

Chrysophyllum cainito. Familia: sapotáceas. Árboles de frutos comestibles, que se cultivan profusamente en de América tropical. Originario de las Antillas y América Central. Los indígenas consumen las frutas y semillas asadas o cocidas. El fruto es una baya globosa lisa, bastante jugosa, de pulpa blanca y sabor dulce, con 6 a 10 semillas de color oscuro, su cáscara es de color verde. El jugo lechoso se adhiere a los labios. Nombre vulgar: abiaba, caimitillo, caimito, calmo morado, calmo, madura verde, manzan estrellada.

chucha. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

chucla. Nombre vulgar del pez: *Spicara smaris*.

chucladit. Designación oficial española del pez: *Cyclopterus lepadogaster*; *Cyclopterus ocellata*; *Cyclopterus purpureus*; *Lepadogaster balbis*; *Lepadogaster biciliatus*; *Lepadogaster ciliatus*; *Lepadogaster gouani*; *Lepadogaster lepadogaster*; *Lepadogaster lepadogaster lepadogaster*; *Lepadogaster purpurea*; *Lepadogaster rosstratus*; *Piecephalus adherens*. Sinónimo oficial: Aixafa-roques; Cabot chucladó; Cabot xuclador; Chafarrocas; Pega roques;

Pegador; Peix porch; Peixe porch; Pez puerco; Xucladit; Xucladó.

chucladit. Ciclóstomo, nombre vulgar. Designación oficial: **lamprea de mar.**

chucleder. Ciclóstomo, nombre vulgar. Designación oficial: **lamprea de mar.**

chucledit. Ciclóstomo, nombre vulgar. Designación oficial: **lamprea de mar.**

chucledor. Ciclóstomo, nombre vulgar. Designación oficial: **lamprea de mar.**

chuclet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucleto.**

chucleto. Designación oficial española del pez: *Atherina hepsetus*. Sinónimo oficial: Abichón; Abixoi; Abixoi ertaina; Cabes-sut; Cesklet; Chirrete; Chuclet; Cuclet; Erregue; Jecllet; Joell; Juclet; Moixó; Odolgabe-arrain; Peixe sense sang; Pejerey; Pexe rey; Pez de rey; Pez rei; Pialla; Pión; Serklet; Xanguet; Xasclet; Yuclet.

chuco. Nombre vulgar de la planta: *Melicocca bijuga*.

chuco de Nueva Zelanda. Designación oficial española del pez: *Myliobatis tenuicandatus*.

chucrut. Véase: col fermentada.

chucrut con cerdo y salchichas. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cerdo”. **Ingredientes:** tocino, costilla de cerdo pequeña, cerdo salado, codillo de cerdo, chucrut, cerdo salado, mirepoix de verduras, boutuque garni, enebro, pimienta blanca, vino blanco, caldo de pollo, salchichas, salchichas ahumadas, jamón cocido, patatas torneadas para guarnición. Nombre en Francia: choucroute d’alsace. Véase: cerdo en la cocina de Francia.

chucumite. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **robalo gualajo.**

chufa. Nombre vulgar de la planta: *Cyperus esculentus*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chufa	
Energía (kJ)	1683,60
Energía (kcal)	402,78
Fósforo (mg)	210,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	48,00
Carbohidratos (g)	45,70
Grasa (g)	23,80
Grasa moninsaturada (g)	17,76
Potasio (mg)	14,00
Fibra (g)	11,70
Ácido ascórbico (C) (mg)	6,00
Proteína (g)	4,30
Grasa saturada (g)	3,60
Hierro (mg)	3,20
Grasa poliinsaturada (g)	1,98
Niacina (mg eq. niacina)	1,80
Sodio (mg)	1,00
Tiamina (B ₁) (mg)	0,23
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Magnesio (mg)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

chufa cosechero. Véase: clases de chufa.

chufa de calidad. Véase: clases de chufa.

Chufa de Valencia. Denominación de Origen (D.O.) de Hortalizas. Ampara la producción de chufa en unas 300 ha de la comarca de L’Horta Nord, en la provincia de Va-

lencia. Además la Generalitat Valenciana tiene una Denominación de Calidad que ampara la horchata de Chufa Valenciana, todo ello tras el último cambio de normativa, realizado en Octubre de 1995. La chufa (*Cyperus sculentus*) es una planta que produce pequeños tubérculos, con una antigüedad superior a 3.000 años. Las chufas se pueden consumir frescas, aunque su destino más habitual es la elaboración de horchata. Este refresco es totalmente natural, con apreciadas propiedades nutritivas, vitamínicas y curativas. Las técnicas avanzadas de conservación están facilitando el aumento de su consumo. Véase: hortalizas de España.

chufa granza. Véase: clases de chufa.

chul de frijol verde. Plato de la cocina yucateca en Méjico. **Ingredientes:** ejote, elote, pepita, epazote, manteca. Véase: frijoles en la cocina de Méjico.

chula. Designación oficial española del pez: *Xenichthys xanti*; *Xenichthys xenops*. Sinónimo oficial: Chulita; Jiguegua; Ojotón; Ojón; Olloco.

chula. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lambe bocadulce; lambe gurrubato; lambe ratón.

chula pajarilla. Designación oficial española del pez: *Xenistius californiensis*. Sinónimo oficial: Cabritilla; Chitita; Ojotón; Pajarillo.

chuleta. Corte de carne, obtenido del ganado ovino. Tanto las chuletas de riñonada como las de centro o de palo y aguja, son indicadas para ser fritas o hechas a la parrilla. Véase: despiece de la canal de ovino.

chuleta barnsley. Corte de la canal de cordero consistente en una chuleta doble con hueso. Buena para asar. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

chuleta con solomillo. Corte de la canal de ternera consistente en la chuleta grande

con hueso de la parte final del solomillo. Se puede asar o freír. Véase: despiece de la canal de ternera.

chuleta de cerdo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chuletas de cerdo	
Energía (kJ)	856,90
Potasio (mg)	370,00
Energía (kcal)	205,00
Fósforo (mg)	170,00
Sodio (mg)	80,00
Colesterol (mg)	75,00
Porción comestible	72,00
Proteína (g)	17,50
Magnesio (mg)	17,00
Grasa (g)	15,00
Calcio (mg)	8,00
Grasa moninsaturada (g)	7,25
Niacina (mg eq. niacina)	7,20
Grasa saturada (g)	5,85
Grasa poliinsaturada (g)	5,00
Ácido fólico (µg)	3,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	2,00
Cinc (mg)	1,60
Hierro (mg)	0,80
Tiamina (B ₁) (mg)	0,57
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,29
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,14
Vitamina E (mg)	0,10
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Carbohidratos (g)	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Yodo (mg)	

chuleta de cordero. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chuletas de cordero	pa- rrilla	cruda
Energía (kJ)	978,12	1019,92
Potasio (mg)	333,00	320,00
Energía (kcal)	234,00	244,00
Fósforo (mg)	177,00	170,00
Sodio (mg)	90,00	75,00
Colesterol (mg)	83,00	79,00

Porción comestible	79,00	67,00
Proteína (g)	22,60	15,60
Magnesio (mg)	17,00	16,00
Grasa (g)	16,00	20,10
Calcio (mg)	9,00	8,00
Grasa saturada (g)	7,80	9,96
Grasa moninsaturada (g)	6,10	8,50
Niacina (mg eq. niacina)	5,00	4,40
Cinc (mg)	3,40	2,20
Ácido fólico (µg)	3,00	3,00
Hierro (mg)	2,40	2,60
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,70	1,30
Grasa poliinsaturada (g)	0,75	1,18
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,60	0,13
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,20	0,18
Vitamina E (mg)	0,16	0,16
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10	0,13
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00	0,00
Carbohidratos (g)	0,00	0,00
Fibra (g)	0,00	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.	tr.
Vitamina D (µg)	tr.	tr.
Yodo (mg)		

chuleta de cuello. Corte de la canal de cordero consistente en un trozo carnoso utilizado para guisar o brasear. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

chuleta de lomo bajo. Corte de la canal de cordero consistente en un trozo de carne grueso del final del lomo. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

chuleta de pierna de cordero. Corte de la canal de cordero. Llamada *gigot d'agneau* en francés, es un corte transversal al fémur de la parte más tierna de la pierna de cordero, y se consume a la plancha o a la brasa. Mejora su sabor si se marina en vino tinto antes de asarla. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino; pierna.

chuleta de ternera. Corte de la canal de ternera consistente en carne del lomo alto, ideal para asar o freír. Véase: despiece de la canal de ternera. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Chuletas de ternera

Prof. Dr. Dr. Felicísimo Ramos Fernández (D.I.C.)

Energía (kJ)	1055,45
Potasio (mg)	350,00
Energía (kcal)	252,50
Fósforo (mg)	200,00
Porción comestible	78,00
Colesterol (mg)	65,00
Sodio (mg)	60,00
Grasa (g)	20,50
Proteína (g)	17,00
Magnesio (mg)	16,00
Grasa moninsaturada (g)	8,59
Ácido fólico (µg)	8,00
Calcio (mg)	8,00
Grasa saturada (g)	7,50
Cinc (mg)	3,50
Niacina (mg eq. niacina)	3,30
Hierro (mg)	1,60
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,73
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,25
Vitamina E (mg)	0,19
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,16
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Yodo (mg)	0,00
Carbohidratos (g)	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.

chuletas al perezil. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 13 minutos. **Ingredientes:** chuleta de ternera, aceite, kirsch, perezil picado, sal, pimienta. Véase: carnes asadas.

chuletas con verduras. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** chuletas, tomate, pimiento, cebolla, ajo, perezil, patatas, zanahorias, guisantes, azafrán, aceite, sal.

chuletas de buey a la vizcaína. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “vacuno”. Cocina de Vascongadas. Las

carnes de ternera y buey son elegidas siempre para una buena dieta. Mención aparte merece la carne de toro, a la que la cocina de España ha tenido que especializarse para aprovechar el toro lidiado y muerto en la plaza. **Ingredientes:** chuletas de buey cebón, pimientos rojos, ajo, limones, pan rallado, laurel, perejil, pimienta, aceite, sal.

chuletas de cerdo apanada. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** chuleta de cerdo, papa blanca, pan, aceite, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

chuletas de cerdo especiadas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. **Ingredientes:** chuletas de cerdo, ajo, perjol, cebolla, pimentón, aceite, pimienta, sal. Véase: cerdo en la cocina clásica.

chuletas de ciervo en ginebra. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 15 minutos. **Ingredientes:** chuleta de ciervo, mantequilla, sal, pimienta, ginebra, nata, zumo de limón, bayas de enebro. Véase: platos con carne de caza.

chuletas de cordero a la mañica. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “cordero y cabrito”. Cocina de Aragón. En este plato juega un papel decisivo el sofrito de tomate, que nos permite apreciar el valor de las chuletas desde un sabor distinto. Aragón aporta así sus propias ideas a la riquísima cocina del cordero. **Ingredientes:** chuletas de cordero, tomates, ajo, huevos, pan rallado, aceite, sal.

chuletas de cordero al ajo cabañil. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “cordero y cabrito”. Cocina de Murcia. En la huerta murciana, aprovechando la bondad de sus productos, se elaboran estas chuletas, aderezadas con ajo, que devuelve el sabor medieval a un plato con mucha historia. Un plato que se puede acompañar perfectamente con una fuente de verduras a

la brasa, otra exquisitez de la famosa huerta murciana. **Ingredientes:** chuletas de cordero, patatas, ajos, azúcar, vinagre, pimienta, aceite, sal.

chuletas de corzo. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 30 minutos. **Ingredientes:** chuletas de corzo, huevo, pan rallado, ajo, sal, manteca de cerdo. Véase: caza en la cocina clásica.

chuletas de jabalí a la parrilla. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 30 minutos más el que permanezca al fresco. **Ingredientes:** chuletas de jabalí, ajo, manteca de cerdo, sal, pimienta, orégano. Véase: caza en la cocina clásica.

chuletas de ternera con verduras. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** chuletas de ternera, mechas de tocino, manteca de cerdo, jerez seco, caldo de carne, judías, espárragos, ajo, aceite, sal, pimienta. Véase: bovino en la cocina clásica.

chuletas de ternera en salsa. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 15 minutos. **Ingredientes:** chuletas de ternera, pimiento rojo, berenjena, aceite, manteca de cerdo, harina, ajo, vino blanco, cebolla, tomate, perejil, sal, pimienta. Véase: bovino en la cocina clásica.

chuletas tudanca. Plato de la cocina de Cantabria “Tudanca” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** chuletas de vaca tudanca, aceite de oliva, pimienta negra, sal. Véase: cocina de Cantabria.

chuletón de cerdo. Corte de la canal de cerdo consistente en el lomo con el hueso, delicioso para asar al horno o a la parrilla. Véase: canal de porcino; despiece de la canal de porcino.

chuliola. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: alfondegas; bejel.

chulita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chula; olloco.

chulo. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **bogavante**.

chumbera. Nombre vulgar de la planta: *Opuntia ficus indica*.

chumbo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: casabe chumbo; casabe ñato; cocinero verde; jurel común.

chumumo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: anchoa chumumo; anchoa plata.

chunchillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chunco**.

chunco. Designación oficial española del pez: *Psammobatis chilcae*. Sinónimo oficial: Chunchillo.

chuño. Palabra procedente del quechua y que denomina la patata (*Solanum tuberosum*) helada y secada al sol.

chupa chupa. Nombre vulgar de la planta: *Matisia cordata*.

chupa piedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **monengue durmiente**.

chupapiedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejesapo chino**.

chuparaco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **macarela chuparaco**.

chupare. Designación oficial española del pez: *Himantura schmardae*. Sinónimo oficial: Lebisa; Raie fouet; Raya tapadera; Sabina.

chupasangre. Designación oficial española del pez: *Lepadogaster zebrina*; *Lepadogaster zebrinus*.

chupasangre. Nombre vulgar de la seta: *Tylopilus felleus*.

chupasangre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **diablo chupasangre**.

chupe de camarones. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** camarón, patata, huevo, choclo, ajo, cebolla, tomate, agua, leche evaporada, arveja, arroz, aceite, orégano, perejil, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chupe de choros. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** choro, patata, caldo de choros, huevo, ajo, cebolla, tomate, leche evaporada, cilantro, pimentón, aceite, orégano, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chupe de congrio. Plato integrante de la cocina con pescado de Chile. Tiempo de preparación 40 minutos. Cocción: 35 minutos. **Ingredientes:** congrio, leche, pan remojado, cebolla, pimienta molida, mantequilla, sal, pimienta, orégano, patatas hervidas, huevo duro. Véase: pescados en platos internacionales.

chupe de frejoles. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** carne de res, patata, frijoles, fideos, chalona, zapallo, ajo, zanahoria, ají mirasol, cebolla, comino, cilantro, hierbabuena, orégano, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chupe de langostinos. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** langostino, patata, arroz, arveja, huevo, pimentón, cebolla, leche, ajo, orégano, perejil, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chupe de pallares. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** pallar, pescado, zapallo, ajo, huevo, choclo, cebolla, leche evaporada, arroz, orégano, aceite, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chupe de viernes. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** choro, cabeza y espinazo de pescado, patata, fideo canuto, queso, cebolla, ajo, tomate, ají amarillo, leche, pimentón, cilantro, orégano, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chupin. Nombre vulgar gallego de la seta: *Macrolepiota procera*.

chupín al vino tinto. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** pescado, tomate, ajo, vino tinto, pasta de tomate, queso parmesano, cilantro, cebolla china, perejil, laurel, comino, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

chuquisa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jerguilla chuquisa**.

churi. Nombre vulgar de la planta: *Cucurbita maxima*.

churima. Nombre vulgar de la planta: *Inga edulis*.

churra. Véase: oveja churra.

churra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa pardete**.

churrasco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejegallos**.

churre de lana. Cera altamente compleja de éster de parafina, alcoholes y ácidos grasos que cubre la superficie de las fibras de la lana de oveja y es obtenido lavando la lana con jabón o detergente sintético; tiene utilidad en la fabricación de lanolina y de sus derivados, para cubrir pieles y, en aceites lubricantes y consistentes, jabones y ungüentos. Sinónimo: grasa de lana, aceite de lana, cera de lana.

churret. Variedad de uva tinta. Véase: uva monastrell.

churro. Otro nombre de la pieza de pan: coca. Véase: panes de España.

churros. Véase: masas fritas.

churros de pescado. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** Para la pasta: harina, huevo, levadura, cerveza, aceite, sal. Pescado: abadejo, merluza u otros, ajo, perejil, sal, jugo de limón.

chusco. Pan popular elaborado en toda la península, antigua pieza de ración del ejército español. Por su amplia difusión, adopta diferentes peculiaridades formales. Véase: panes de España.

chusquiza. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinoba savorín**.

chutney. Véase: chatni.

chuvión. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: jibia; volador.

chuyes. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe orqueta**.

cianocobalamina. Sustancia que posee actividad hemopoyética, aparentemente idéntica al factor antianémico del hígado. Se llama también vitamina B₁₂.

cianofíceas (*Cyanophyceae*). Algas azules asociadas con un helecho que vive en los arrozales.

cibí amarillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa amarilla**.

cibí carbonero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa carbonera**.

cibí cocinero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa carbonera**.

cibí manche. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa carbonera**.

cibí mancho. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa carbonera**.

Cicer arietinum Familia: papilionáceas. Es una legumbre herbácea, anual, de tallo erigido, que no se conoce en estado salvaje y

que se cultiva ampliamente en las zonas meridionales de las regiones mediterráneas y en Oriente. Los garbanzos ya eran conocidas en las culturas India y egipcia, y fueron también apreciados por griegos y romanos, no sólo por sus propiedades alimentarias sino también, y sobre todo, por sus virtudes dietéticas. Esta planta posee un sistema radical bastante desarrollado, un tallo rugoso de 50-60 cm de altura, con hojas compuestas y flores pequeñas, en general blancas o rojizas, axilares y solitarias. Las semillas, encerradas en legumbres cilíndricas y cortas, son grandes y algo rugosas. Las que se utilizan en alimentación son claras y amarillentas, como de 1 cm de diámetro. Conservan muy bien su forma durante la cocción. Tiempo de cocción aproximado 60 minutos. Secos, los garbanzos se encuentran en el mercado durante todo el año. Molidos, dan una harina con la que puede fabricarse una variedad de pan. Nombre vulgar: **garbanzo**. Según el Código Alimentario, 3.18.02. c. Legumbre seca obtenida de *Cicer arietinum*, L. Véase: legumbre seca.

cicerello. Nombre vulgar del pez: *Gymnammodytes cicerelus*.

Cichorium endivia* var. *crispa. Familia: compuestas. Subfamilia: ligulifloras. Otra variedad es la endibia (*Cichorium endivia* var. *latifolia*) En cultivo se comportan ambas variedades como plantas anuales, caracterizadas por la posesión de una roseta de hojas basales que, a diferencia de la lechuga (*Lactuca sativa*), forman conjuntos muy abiertos y laxos. En el tipo *crispum*, las hojas se presentan profundamente hendidas, festoneadas y arrugadas, como en los cultivares “rizos de invierno”, “rizos corazón de oro”, “ducal”, “gloria de exposición”, “pancalieri” y “ruffec”. De la escarola existen variedades de corte que se consumen sobre todo hacia el otoño. A fin de alcanzar mejores cualidades organolépticas, se recurre a la técnica del blanqueado. Es una gran fuente de ácido fó-

lico y potasio. Véase: lechugas. Nombre vulgar: **escarola rizada**. Según el Código Alimentario, 3.21.06. Es la hoja y tallo tiernos de la planta *Cichorium endivia*, L. Véase: productos hortícolas.

Cichorium endivia* var. *latifolia. Familia: compuestas. Subfamilia: ligulifloras. Las hojas de la escarola son anchas y menos rizadas y amargas que las de la escarola rizada, son un poco onduladas y dentadas en los bordes. Las interiores son más pálidas y menos amargas que las exteriores. Deben eliminarse los extremos ennegrecidos. La escarola se suele comer cruda, pero también se puede cocer. Es una fuente excelente de ácido fólico y potasio. Otra variedad es la escarola rizada (*Cichorium endivia* var. *crispa*) En cultivo se comportan ambas variedades como plantas anuales, caracterizadas por la posesión de una roseta de hojas basales que, a diferencia de la lechuga (*Lactuca sativa*), forman conjuntos muy abiertos y laxos. En cambio el tipo *latifolia* presenta hojas anchas, en general enteras, onduladas y a veces dentadas en los bordes. La endibia es más rústica que la escarola. Resiste mejor el frío y, en conjunto, es más fácil de cultivar. Entre las variedades más conocidas deben citarse las: “gigante de los hortelanos”, “casco de oro”, “full heart” y “florentina”. De la endibia se recogen sólo las macollas y su uso es preferentemente invernal. A fin de alcanzar mejores cualidades organolépticas, se recurre a la técnica del blanqueado. Nombre vulgar: **escarola**, endibia, endivis. Véase: lechugas. Nombre vulgar: escarola. Según el Código Alimentario, 3.21.06. Es la hoja y tallo tiernos de la planta *Cichorium endivia*, L. Véase: productos hortícolas.

Cichorium intybus. Familia: compuestas. Subfamilia: ligulifloras. Especie espontánea polimorfa, originaria de todas las regiones templadas de Europa, Norte de África y Asia occidental. En los climas mediterráneos crece espontáneamente entre las hier-

bas, desde el nivel del mar hasta altitudes medias. También es objeto de cultivo. A fin de conseguir el blanqueado de algunas partes y su acohombramiento, se hace engrosar el peciolo y la nerviación principal, que aparecen mucho más claros que el resto de la lámina (que toma un color verde oscuro y aparece cortada y lobulada) Los cultivares más apreciados tienen una mayor consistencia carnosa. Está en el mercado prácticamente todo el año. Es muy rica en ácido fólico, vitamina A y potasio. Véase: lechugas. Nombre vulgar: achicoria roja, **achicoria**, almirón, amargón, chicoria, ramaoya. Según el Código Alimentario, 3.21.06. Es la raíz de la planta *Cichorium intybus*, L. Véase: productos hortícolas. 3.21.10. Es la hoja y tallo tiernos de la planta *Cichorium intybus*, L. Véase: productos hortícolas. 3.25.16. Es el producto elaborado con la raíz de la planta *Cichorium intybus*, L. convenientemente lavada, limpia, tostada, molida y tamizada. Contendrá, como mínimo, 50% de materia seca soluble en agua, y, como máximo, 15% de humedad. Sus cenizas totales no excederán del 10% sobre materia seca. Véase: clasificación de sucedáneo del café. Otra especie, la **endibia belga**, así como la achicoria de hojas anchas, que también pertenece al género *Cichorium* y a la especie *intybus*. Puede inducir a cierta confusión que se debe a una falta de concordancia entre los criterios puramente botánicos y las variedades obtenidas por cultivo forzado. La endibia belga debe incluirse entre las “achicorias de raíz”, a pesar de que mediante un procedimiento especial de cultivo forzado, lo que se consume es el “corazón” de la planta, es decir, el conjunto de hojas largas, estrechas y enroscadas, totalmente blancas, tiernas y crujientes, abundantes sobre todo en época invernal. Véase: endivis, achicoria de hojas anchas. Otra variedad la **endibia**, o achicoria de hojas anchas es una pequeña achicoria de hojas, de típica producción primaveral, caracterizada por la posesión de una roseta basal de elementos foliares. De forma redonda y con hojas recortadas y ásperas, tiene un sabor

algo amargo. Se come tanto cruda como cocida. Con tonos violáceos, también ayuda a hacer más atractivas las ensaladas.

Cichorium intybus* var *foliosum. Familia: compuestas. El radicchio es una variedad de achicoria roja procedente de la provincia de Vénero, en el Norte de Italia. Añade una nota crujiente y de color a las ensaladas y tiene un sabor ligeramente amargo, por lo que es mejor acompañarlo de otras lechugas para apreciarlo mejor. Escoja uno de base consistente y hojas compactas, de color vivo y sin tonos pardos en las puntas. Nombre vulgar: **radicchio**.

ciclamato. (E-H-6.880) Producto derivado del benceno (sales de sodio, potasio y calcio del ácido ciclo-hexil-sulfámico), sin calorías, que posee un poder endulzante que equivale a 30 veces el del azúcar, pero que no provoca caries dentales. Se usa como azúcar doméstico en varios países. Véase: edulcorantes artificiales.

ciclamato cálcico. (E-H-6.881) Edulcorante artificial. No se conocen aún muy bien sus efectos. Según la OMS podría tener potencialidades cancerígenas, efectos mutágenos. Los ciclamatos están prohibidos en Francia en las bebidas y la alimentación desde 1950. A evitar. Véase: edulcorantes artificiales.

ciclamato sódico. (E-H-6.882) Edulcorante artificial. No se conocen aún muy bien sus efectos. Según la OMS podría tener potencialidades cancerígenas, efectos mutágenos. Los ciclamatos están prohibidos en Francia en las bebidas y la alimentación desde 1950. A evitar. Véase: edulcorantes artificiales.

ciclamosa. Disacárido $C_{12}H_{22}O_{11}$. Véase: hidratos de carbono.

cicloptéridos. Véase: *Cyclopteridae*.

ciclóptero. Designación oficial española del pez: *Cyclopterus lumpus*. Sinónimo oficial: Liebre de mar.

ciclostoma elegante. Es un prosobranquio que ha perdido las branquias transformándose la cavidad paleal en saco pulmonar. La concha puede tener hasta 13 mm de altura con circunvoluciones o espiras que evolucionan hacia la abertura bucal. Su color es grisáceo o amarillento. Es uno de los pocos caracoles terrestres que poseen opérculo en lugar de epifragme. Se alimenta de plantas ásperas de suelos calizos y vive en Europa occidental.

ciclóstomo. Clase zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Comprende las lampreas y mixinoideos. Cuerpo cilíndrico, alargado, sólo con aletas medias; piel lisa, sin escamas; acuáticos, sin mandíbulas verdaderas; una abertura nasal; de 5 a 16 pares de bolsas branquiales que se abren a los lados del cuerpo; corazón de 2 cámaras. Dos órdenes: *Petromizontiformes* y *Mixiniformes*.

cicuta. Nombre vulgar de la planta: *Comium maculatum*.

Cidona vulgaris. Familia: rosáceas. Los frutos, tomentosos, amarillentos, de forma irregular, bastante aromáticos y con la pulpa muy coriácea y áspera, se clasifican en dos grandes grupos según su aspecto sea más parecido al de las manzanas o al de las peras. Como consecuencia se habla de “manzana membrillo” esférica, llamada también “membrillo macho”, y “peras membrillo” o bien “membrillo hembra”. A diferencia de otros frutos, al membrillo no le favorece el frío, por lo que debe cosecharse precozmente, antes de finalizar octubre, y almacenarlo en lugar adecuado, puesto que se conserva durante mucho tiempo. Sin embargo, no es apto para el consumo inmediato, sino después de algunos meses de conservación. En la cocina se suele utilizar como complemento de las manzanas normales cocidas, ya que confiere un aroma y un sabor muy agradable y peculiar. En Asia los membrillos se utili-

zan como verduras e incluso se rellenan con carne, o se cortan en dados para añadirlos a los rellenos de aves y frutos de mar. Pertenecen al grupo de las frutas semiácidas. Tiene aplicaciones terapéuticas. Con los membrillos se preparan jarabes y zumos, jaleas, y el famoso dulce o carne de membrillo, una especie de mermelada de elevada consistencia que, al enfriarse, solidifica. Puede conservarse en bloques envueltos con una película de celofán o de algún material parecido. Véase: otras frutas. Nombre vulgar: **membrillo**, quince, cognasier, quitte. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Cidonia maliformis*, Miller. Véase: frutas carnosas.

cidra. Nombre vulgar de la planta: *Citrus medica* var. *vulgaris*.

cidra de Calabria. Cultivar de la planta: *Citrus medica*.

cidra de Córcega. Cultivar de la planta: *Citrus medica*.

cidra de Grecia. Cultivar de la planta: *Citrus medica*.

cidrac. Nombre vulgar catalán de la planta: *Melissa officinalis*.

cidreira. Nombre vulgar gallego de la planta: *Melissa officinalis*.

cidronella. Nombre vulgar de la planta: *Melissa officinalis*.

cienlibras. Nombre vulgar del pez: *Elops saurus*.

cierre de envases. Según el Código Alimentario, 2.04.10. Se adaptarán a las condiciones generales especificadas en este Código y podrán estar fabricados con los siguientes materiales: a) Tapas metálicas revestidas o no de estaño, barniz o esmalte; de materiales cerámicos, porcelana, vidrio, car-

tón impermeabilizado o materias plásticas, que aseguren un ajuste perfecto, con o sin anillos de caucho, conglomerados y materias plásticas o por soldadura. b) Tapones “corona” revestidos de película de plástico, aluminio, estaño o con disco de corcho en su superficie de contacto con los alimentos y según las exigencias de conservación del contenido del envase. c) Cápsulas metálicas para botellas, siempre que se aislen por una hoja de “papel de estaño” de =,1 mm de espesor o una hoja de aluminio u otra materia impermeable e inatacable en frío por el ácido acético al 6%. d) Tapones de corcho, madera, caucho o materias plásticas. Consúltase: Real Decreto 397/1990. de 16 de Marzo (BOE 74 de 27 de Marzo) Véase: aparatos, utensilios y envoltentes.

ciervo. Nombre vulgar del rumiante: *Cervus elaphus*. Véase: carne de ciervo.

ciervo asado. Plato de la cocina asturiana.

Ingredientes: trozo de carne de ciervo, cebolla, zanahoria, vino blanco, brandy, tomillo, laurel, nuez moscada, manteca de cerdo, pimienta, sal. Véase: cocina de Asturias.

ciervo braseado con salsa al whisky. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 45 minutos, más el tiempo de adobo. **Ingredientes:** lomo de ciervo, jugo de carne, whisky, crema de leche, manzana reineta pelada, confitura de arándanos, castañas en conserva al natural, zanahoria, cebolla, hierbas aromáticas, sal, pimienta, aceite, zumo de limón, vino blanco, brandy. Véase: caza en la cocina clásica.

ciervo estofado. Plato de la cocina de Cantabria “Lamasón” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** carne de ciervo, cebolla, zanahoria, ajo, laurel, tomillo, pimentón, perejil, aceite de oliva, brandy, pimienta, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cifomandra. Nombre vulgar de la planta: *Cyphomandra betacea*.

cigala. Designación oficial española del crustáceo: *Astacus norvegicus*; *Cancer norvegicus*; *Nephrops norvegicus*. Sinónimo oficial: Caragán, Cigata; Cijala; Escamarlá, Escamarlán; Garagán; Langostiño; Maganto; Patas largas; Zigala; Zigata. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cigala	
Energía (kJ)	277,13
Potasio (mg)	250,00
Fósforo (mg)	200,00
Colesterol (mg)	150,00
Energía (kcal)	66,30
Porción comestible	38,00
Calcio (mg)	30,00
Magnesio (mg)	30,00
Yodo (mg)	30,00
Ácido fólico (µg)	17,00
Proteína (g)	15,00
Cinc (mg)	3,60
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,00
Grasa (g)	0,70
Hierro (mg)	0,50
Grasa poliinsaturada (g)	0,22
Grasa moninsaturada (g)	0,15
Grasa saturada (g)	0,11
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Carbohidratos (g)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Sodio (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	

cigala. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañuela**.

cigala colorada. Designación oficial española del crustáceo: *Eunephrops bairdii*.

cigala de Florida. Designación oficial española del crustáceo: *Nephropsis aculeata*.

cigala de fondo. Designación oficial española del crustáceo: *Acanthacaris caeca*; *Neophoberus caecus*; *Phoberus caecus*.

cigala de grano. Designación oficial española del crustáceo: *Nephropsis agassizii*.

cigala del Caribe. Designación oficial española del crustáceo: *Metanephrops binghami*.

cigala del Pacífico. Designación oficial española del crustáceo: *Nephropsis occidentalis*.

cigala gran. Nombre vulgar valenciano del crustáceo: *Scyllarides latus*.

cigala grande. Nombre vulgar del crustáceo: *Scyllarides latus*.

cigala pequeña. Nombre vulgar del crustáceo: *Scyllarus arctus*.

cigala real. Nombre vulgar del crustáceo: *Scyllarus arctus*.

cigalas a la tártara. Plato correspondiente al grupo de cigalas. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 18 minutos. **Ingredientes:** cigalas, sal, tomillo, salsa tártara, perejil picado. Véase: cigalas.

cigalas a la vinagreta. Plato correspondiente al grupo de cigalas. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 18 minutos. **Ingredientes:** cigalas, sal, pimienta, aceite, vinagre, perejil picado. Véase: cigalas.

cigalas con salsa holandesa. Plato correspondiente al grupo de cigalas. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 18 minutos. **Ingredientes:** cigalas, sal, tomillo, laurel, perejil, salsa holandesa. Véase: cigalas.

cigalas de mar. Véase: *Scyllridae*. Sinónimo: esciláridos.

cigalas en la cocina. Consideramos los siguientes platos: Cigalas a la tártara; Ciga-

las a la vinagreta; Cigalas con salsa holandesa. Véase: mariscos.

cigalas gratinadas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. **Ingredientes:** cigalas, sal, pimienta, almendras tostadas. **Salsa:** ajo, yema de huevo, aceite de oliva, sal, pimienta. Véase: crustáceos y moluscos en la cocina clásica.

cigale. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cigarro chino**.

cigarra. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **santiaguño** (*Scyllarus arctus*).

cigarra. Designación oficial española del crustáceo: *Scyllarides latus*; *Scyllarus latus*. Sinónimo oficial: Langostino; Roquete; Santio-handia.

cigarra de mar pequeña. Nombre vulgar del crustáceo: *Scyllarus arctus*.

cigarra enana. Designación oficial española del crustáceo: *Scyllarus pygmaeus*.

cigarro chato. Designación oficial española del crustáceo: *Evibacus princeps*. Sinónimo oficial: Langosta chata; Langosta china; Langosta de arena; Langosta filipina.

cigarro chileno. Designación oficial española del crustáceo: *Scyllarus delfini*.

cigarro chino. Designación oficial española del crustáceo: *Parribacus antarcticus*. Sinónimo oficial: Chineza; Cigale; Mariecarogne; Savate.

cigarro de Galápagos. Designación oficial española del crustáceo: *Scyllarides astori*.

cigarro de quilla. Designación oficial española del crustáceo: *Scyllarides americanus*; *Scyllarides nodifer*.

cigarro español. Designación oficial española del crustáceo: *Scyllarides aequinoctialis*.

cigarros. Plato de la cocina de Marruecos ideal para picar en fiestas. Tiempo de preparación 40 minutos; tiempo de cocción 25 a 30 minutos. **Ingredientes:** cebolla picada fina, aceite de oliva, carne magra de buey o cordero picada, canela en polvo, pimienta de Jamaica, jengibre molido, pimienta molida, perejil fresco, huevo, pasta filó, mantequilla fundida. Véase: sopas y entrantes en la cocina de Marruecos.

cigata. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cigala**.

cigró. Nombre vulgar catalán de la planta: *Cocor arietinum*. Sinónimo: **garbanzo**

cijala. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cigala**.

cilantro. Nombre vulgar de la planta: *Coriandrum sativum*. Nombre hindú: *hara dhania*; Véase: especias y hierbas en la cocina védica.

cilantro. Ingredientes de la cocina de México. Planta aromática, se utiliza como condimento. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de México.

cilantro en grano, entero Nombre hindú: *sabut dhania*; Véase: especias y hierbas en la cocina védica; semillas de cilantro.

cilantro en grano, molido Nombre hindú: *pesa dhania*; Véase: especias y hierbas en la cocina védica.

cilantro fresco. Véase: hojas de cilantro.

cilantón. Nombre vulgar de la planta: *Eryngium foetidum*.

cilentro. Nombre vulgar de la planta: *Eryngium foetidum*.

ciliandro. Nombre vulgar de la planta: *Coriandrum sativum*.

Ciliaria scutellata. Familia: humariaceae. Seta que tiene un receptáculo sin pie y al principio un poco cupulado y luego aplastado con una anchura de 2 a 10 mm y un color rojo anaranjado vivo en su parte superior o interna y algo más pálido y cubierto de pelos en su parte inferior o externa. Estos pelos son de color marrón y son más largos y derechos en el margen, lo que le da un aspecto ciliado. Vive de primavera a otoño sobre madera podrida y a veces sobre tierra húmeda.

Ciliata mustela. Pez. Designación oficial: **madre de la anguila**.

Cilus montii. Pez. Designación oficial: **ronco chileno**.

cima de pavita rellena. Plato integrante de la cocina de las aves. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 3 horas. **Ingredientes:** pava pequeña, jamón de York, carne de ternera, queso rallado, lata de guisantes, brandy, sal, pimienta, zumo de limón, cebolla, manteca, pan remojado en leche, huevo, aceitunas verdes deshuesadas, nuez moscada rallada. Véase: entradas frías de aves.

cimarrón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

cimarroyá. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **atún del Atlántico**.

cimas de naba. Nombre vulgar de la planta: *Brassica campestris*.

Cimbrius cimbrius. Pez. Designación oficial: **barbada**.

cinc. Elemento químico de símbolo Zn, número atómico 30, masa atómica 65,38, masa específica relativa 6,9 a 7,2 y configuración electrónica $(Ar)^3d^{10}4s^2$, con 15 nucleidos, cinco de los cuales son estables. Forma cristales metálicos de estructura hexagonal compacta deformada. Es el último término de la primera serie de elementos de transición. Véase: alimentos ricos en cinc.

cincho. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sable cincho.**

cinchuela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **peine percal.**

cinco especias. Mezcla de especias chinas preparada para aromatizar las carnes asadas, las marinadas y las aves. Como receta básica proponemos cantidades iguales de cada ingrediente y usted puede experimentar. Le advertimos que esta combinación es muy picante: semillas de hinojo, anís, anís estrellado, casia molida, clavos. Esta mezcla muy utilizada en China y Vietnam, se vende ya preparada en los supermercados y tiendas chinas en forma de polvo de un color pardusco y rojizo. Véase: recado de especias.

cinco especias tunecinas. Llamado en árabe *qâlat daqqa*, este preparado se utiliza con las verduras y con el cordero. **Ingredientes:** pimienta negra en grano, clavo, granos del paraíso, nuez moscada rallada, canela molida. Véase: mezclas de especias.

cinoglósido. Nombre vulgar del pez: *Symphium nigrescens*.

***Cinnamomum cassia*.** Familia: lauráceas. Planta tropical de hoja perenne que alcanza hasta 3 m de altura. La corteza es áspera, marrón grisácea por fuera y marrón rojiza por dentro. Su recolección comienza en la época de lluvias, cuando la corteza se separa fácilmente. Ésta se arranca del árbol, a continuación se seca en planchas o en hilos tejidos y finalmente se enrolla en canillas que se clasifican según su longitud, aroma y color. La casia tiene un aroma más intenso y menos agradable que la canela. El sabor es ligeramente dulce con un toque final amargo y astringente. Se usa entera en platos de carne, en *curries* y en el café, y molida en pasteles y masas o para realzar el aroma del chocolate y los platos de fruta. Véase: especias; especias y semillas.

Nombre vulgar: **casia**, canela borde, corteza casia.

***Cinnamomum zeylanicum*.** Familia: lauráceas. Se trata de un árbol perenne procedente de Sri Lanka (antiguo Ceilán), del que se conocen numerosas variedades. Posee hojas oblongas y coriáceas y flores pequeñas, de color blanco azulado, agrupadas en racimos terminales. El árbol de la canela es de hoja perenne y alcanza los 10 m de altura en su forma silvestre, pero se poda en árboles más pequeños y densos para facilitar su cultivo. El árbol se cría normalmente hasta el 2º año, dejando que alcance una altura máxima de un par de metros y a continuación se eliminan las ramas y las hojas. En la corteza se practican unas incisiones para desprenderla, a continuación, se limpia y se deja secar. La segunda corteza de las ramas del canelo, de color rojo amarillento, de olor aromático y sabor agradable, se recoge durante las estaciones de lluvia; en Sri Lanka, entre mayo y junio y en octubre y noviembre. La 1ª cosecha produce una corteza más gruesa e inferior. La calidad aumenta en podas sucesivas y la corteza más fina procede de los brotes más delgados del centro de la planta. Las cañas se juntan y se secan a la sombra, pues el sol directo las estropea. El agradablemente dulce olor a madera es muy delicado e intenso. El sabor es bien definido, fragante y cálido. En el comercio, la canela se presenta en forma de cilindros, de un color pardo rojizo muy bello, delgados, enrollados sobre sí mismo en 8-10 vueltas. Se utiliza ampliamente en pastelería; en pequeños trozos en *curries* y compotas, con la cáscara de 4 liones y clavos en los poches calientes de vino, y molida muy fina en pudines y pasteles. Véase: especias; canela de China (*Laurus cassia*), canela de Malabar (*Cassia lignea*), especias y semillas. Nombre vulgar: **canela, canela de Ceylan**. Según el Código Alimentario, 3.24.23. Es la corteza desecada y privada de la mayor parte de su capa epidérmica procedente del

Cinnamomum zeylanicum, Breyne y *C. Burmani*, Blume y otras especies. * *No debe tener más del 14% de humedad, ni 6% de cenizas y 2% de sílice.* * No contendrá menos del 4,5% de extracto alcohólico ni 8 por 1.000 de extracto etéreo volátil. Véase: clasificación de especias.

***Cinnamomum zeylanicum*; *Cinnamomum verum*.** Véase: *Cinnamomum verum*; *Cinnamomum zeylanicum*.

cinoglósidos. Véase: *Cynoglossidae*.

cinsaut. Véase: uva cinsant.

cinta. Designación oficial española del pez: *Cepola macrophthalma*; *Cepola rubescens*; *Cepola serpentiformis*; *Cepola taenia*; *Ophidium macrophthalmum*. Sinónimo oficial: Anguileta: Anguileta de mar; Arrain-txingola; Beta; Cepola; Doncella; Favia; Floch; Flámula; Lista; Lliga-comes; Llista; Látigo; Pez llama; Pichota; Pixota; Pixota vermella; Vermeil; Veta.

cinta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sable peludo**.

cinta de lomo. Sinónimo: lomo embuchado.

cinta dos milímetros. Nombre español de la pasta italiana: *tagliolini*.

cinta estrecha con mantequilla y crema. Plato de la “cocina de Italia” perteneciente al grupo de “salsas clásicas”. Comúnmente se cree que este plato es oriundo del Norte de Italia, pero en realidad proviene de Roma. Recibió el nombre del dueño de un restaurante, Alfredo, cuya característica era dar un último toque a sus pastas con un tenedor de oro antes de enviarlas a la mesa. **Ingredientes:** Pasta “cinta estrecha”, manteca, crema, nuez moscada, sal, pimienta negra, queso parmesano. Nombre en italiano: *fettuccine all'Alfredo*.

cinta estrecha con verduras de primavera y crema. Plato de la “cocina de Italia” perteneciente al grupo de “salsas clásicas”. **In-**

gredientes: Pasta “cinta estrecha”, espárrago, manteca, cebolla, apio, zanahoria, zapallo, pimienta roja, sal, pimienta negra, crema, queso parmesano, perejil. Nombre en italiano: *fettuccine primavera*.

cinta gruesa de arroz. Pasta alimenticia, en forma de cintas. Véase: fideos asiáticos.

cinta ocho milímetros. Nombre español de la pasta italiana: *tagliatelle*.

cinta ocho milímetros con salsa boloñesa de carne. Plato de la “cocina de Italia” perteneciente al grupo de “salsas clásicas”. Este plato es el alimento básico en Emilia-Romana, cuya capital es Boloña. **Ingredientes:** Pasta “cinta ocho milímetros”, aceite de oliva virgen extra, manteca, cebolla, zanahoria, apio, carne vacuna, sal, vino blanco seco, leche, nuez moscada, tomate, queso parmesano. Nombre en italiano: *tagliatelle al ragu*.

cintas. Tipo de fideo asiático de arroz, de forma aplanada y larga, como su nombre indica. Véase: fideos de arroz.

cintas. Nombre castellano de la pasta: *fettucce*.

cintas al queso. Véase: nidos al queso.

cintas con berberechos. Plato correspondiente al grupo de mariscos en la cocina internacional (Italia). Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 20 minutos. **Ingredientes:** cintas, lata de berberechos, aceite, ajo, perejil, sal, pimienta, vino blanco, queso rallado. Véase: mariscos en la cocina internacional.

cintas estrechas. Nombre castellano de la pasta: *fettuccine*.

cintilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sable peludo**.

cinto. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez cinto**.

cioba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rabirrubia**.

Ciona intestinalis. Molusco, nombre vulgar.
Designación oficial: **budell**.

Ciperáceas. Familia botánica. Reino: plantae.
Subreino: embryobionta (embryophytas)
División: magnoliophyta (angiospermas;
plantas con flores) Clase: monocotyledoneae.
Orden: cyperales. Es la única familia del orden, con unas 3.000 especies difundidas por toda la Tierra. Nombre vulgar: ciperáceas. Consideramos: chufa (*Cyperus esculentus*).

cipolline in agrodolce. Plato de la “cocina de Italia” y de la “cocina del Mediterráneo”.
Nombre español: cebollitas agridulces.

ciprinidóntidos. Véase: *Cyprinodontoidae*.

ciprínidos. Véase: *Cyprinidae*.

cipriniforme. Uno de los órdenes más vastos de los peces actinotérgicos. Son peces relativamente primitivos, emparentados con los clupeiformes. Poseen radios blandos en las aletas, vejiga natatoria, a menudo, también dientes en la faringe, y como característica más peculiar, un mecanismo (el órgano de Weber) formado por una modificación de las primeras vértebras, y que relacionan la vejiga natatoria con el oído. El grupo consta de unas 5.000 especies, repartidas en 33 familias actuales y algunas otras fósiles.

ciprinodontoideos. Véase: *Cyprinodontoidei*.

Cireres del Baix Llobregat. Denominación de Calidad (D.C.) de Frutas. La zona de producción de esta D.C. abarca los términos municipales de la comarca catalana del Baix Llobregat y los de Castellbisbas y Rubí, de la comarca del Vallés Occidental. Las variedades de cerezas autorizadas por el Consejo Regulador son la Stark Hardy, Geant, Bing, Hedelfingen, Van, Burlat, Forta, Villareta (Ramón Oliva o Francesa), Cuallarga, Guillaume, Moreau y Picota. Las cerezas del Baix Llobregat se comercializan exclusiva-

mente en la categoría Extra (etiqueta de color rojo) con 2 calibres: Normal, de un diámetro superior a 20 mm; y Gigante, con un diámetro superior a 27 mm. Véase: frutas de España.

cirgüelo. Nombre vulgar de la planta: *Spondias purpurea*.

cirial. Variedad de uva blanca. Véase: uva jaén.

cirpe. Nombre vulgar de la planta: *Pouroma cecropiaefolia*.

cirrípedos. Subclase de la clase crustáceos. Son marinos y viven fijos a un substrato durante el estado adulto, pero que son libres en su vida larvaria. Suelen hallarse rodeados de un caparazón calcáreo a cuyo fondo el animal se halla sujeto por el dorso; los cirrípedos mueven constantemente sus patas, provocando una corriente de agua que lleva a su boca las partículas alimenticias. Algunos cirrípedos, como el percebe, no se fijan directamente al sustrato, sino que lo hacen por medio de un pedúnculo carnoso que sostiene también el caparazón. Ciertas especies son parásitas de otros crustáceos. Las especies más conocidas son: los percebes, las anatifas y la bellota de mar o bálanos. Consideramos: percebes. Véase: otros crustáceos.

ciruela. Nombre vulgar de la planta: *Phyllanthus acidus*; *Prunus domestica*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Ciruela (g/100g)	
Potasio (mg)	190,00
Energía (kJ)	188,10
Porción comestible	85,00
Energía (kcal)	45,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	21,00
Fósforo (mg)	19,00
Calcio (mg)	14,00

Carbohidratos (g)	11,00
Magnesio (mg)	8,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	3,00
Ácido fólico (µg)	3,00
Sodio (mg)	3,00
Fibra (g)	2,10
Vitamina E (mg)	0,70
Proteína (g)	0,60
Niacina (mg eq. niacina)	0,50
Hierro (mg)	0,40
Grasa (g)	0,15
Tiamina (B ₁) (mg)	0,07
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,05
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,05
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Cinc (mg)	tr.
Grasa moninsaturada (g)	tr.
Grasa poliinsaturada (g)	tr.
Grasa saturada (g)	tr.
Yodo (mg)	tr.

ciruela black prince. Variedad de ciruela pequeña oscura de pulpa verde consistente. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruela California. Véase: *Prunus domestica*; ciruelas.

ciruela claudia. Variedad de ciruela de procedencia inglesa, de color verde pálido y pulpa dorada, dulce y jugosa. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruela diamante negro. Variedad de ciruela redonda y oscura. Su pulpa consistente y jugosa es de color ámbar. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruela diaprea. Véase: *Prunus domestica*; ciruelas.

ciruela early laxton brogdale. Variedad de ciruela inglesa de piel roja y pulpa amarilla. Al ser muy ácida, se recomienda usar en recetas que necesitan cocción. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruela gaviota. Variedad de ciruela oriunda de España, su piel dorada se vuelve naran-

ja, con tonos rojizos al madurar. Su pulpa blanda es muy jugosa y tiene un sabor a frutas. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruela gota de oro. Véase: *Prunus domestica*; ciruelas.

ciruela hay. Variedad de ciruela dorada, de textura blanda y dulce. Véase: frutas con hueso; ciruela.

ciruela herman. Variedad de ciruela pequeña de piel oscura y pulpa amarilla, dulce y jugosa. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruela illawarra. Fruta del tamaño de la uva, es menos dulce que la ciruela común. Su textura resinosa se acentúa con la cocción. Se emplea en platos salados, combinada con guindillas y ajo, o en platos dulces. También se usa en salsas, mermeladas y compotas. Véase: ingredientes silvestres de Australia; ciruelas.

ciruela Italia. Véase: *Prunus domestica*; ciruelas.

ciruela kakadu. Su contenido en vitamina C es más alto que en cualquier otra fruta. Del tamaño de una oliva y con sabor a albaricoque, tiene un hueso enganchado en la pulpa. Puede emplear la fruta fresca cortada en tiras, o entera, macerada en vinagre dulce. Se puede encontrar también congelada. Véase: ingredientes silvestres de Australia; ciruelas.

ciruela, néctar. Véase: néctar de ciruela

ciruela negra. Véase: *Prunus domestica* ciruelas.

ciruela reina Claudia. Véase: *Prunus domestica*; ciruelas.

ciruela Santa Rosa. Variedad de ciruela española (*Prunus domestica*) cuya piel roja oscura se vuelve rosada al madurar. Su pulpa, de color naranja, es dulce y deliciosamente jugosa. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruela Stanley. Véase: *Prunus domestica*; ciruelas.

ciruela tragedy. Variedad de ciruela de color malva con pulpa agri dulce. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruela victoria. Variedad de ciruela, deliciosa de pulpa dorada, para consumir cruda o en pasteles y pudines. Véase: frutas con hueso; ciruelas.

ciruelas. Consideramos las siguientes variedades de *Prunus domestica*: Ciruela black prince; Ciruela California; Ciruela claudia; Ciruela diamante negro; Ciruela diaprea; Ciruela early laxton brogdale; Ciruela gaviota; Ciruela gota de oro; Ciruela hay; Ciruela herman; Ciruela illawarra; Ciruela Italia; Ciruela kakadu; Ciruela negra; Ciruela reina Claudia; Ciruela Santa Rosa; Ciruela Stanley; Ciruela tragedy; Ciruela victoria.

ciruelas azucaradas. Se conservan durante seis meses. Es una ciruela deshidratada y azucarada. Se cuece y se sirve en desayunos o como acompañante del cerdo y el venado. En forma de puré, se emplea en salsas para postres o como base para *soufflés*. Véase: frutas y frutos secos.

ciruelas pasas. Se trata de una ciruela deshidratada. Escoja ejemplares bien negros, brillantes, blandos y carnosos. Las ciruelas pasas se consumen al natural o cocidas en compota. Se añaden a pasteles, galletas y *muffins*. Estas ciruelas también pueden acompañar el conejo (un plato clásico), la carne de cerdo, de ave o caza. En la cocina de Oriente Próximo y en Irán se sirven con la carne de cordero. Tienen una acción laxativa muy eficaz, sobre todo si son maceradas o se ingieren antes de ir a dormir. Se conserva durante 6 meses. Sirve como aperitivo. Para macerarlas se deja en remojo en agua muy caliente durante 30 minutos o en agua fría durante toda la noche. Se

utiliza para la ensalada de frutas o en forma de puré para salsas. Según el Código Alimentario, 3.22.11.4. Es la ciruela entera desecada naturalmente. Véase: fruta desecada; frutos secos. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Ciruela seca (g/100g)	
Potasio (mg)	720,00
Energía (kJ)	682,18
Energía (kcal)	163,20
Vitamina A (µg eq. retinol)	95,00
Porción comestible	84,00
Fósforo (mg)	70,00
Carbohidratos (g)	40,00
Magnesio (mg)	34,00
Calcio (mg)	32,00
Fibra (g)	16,00
Sodio (mg)	10,00
Ácido fólico (µg)	3,00
Hierro (mg)	2,40
Proteína (g)	2,40
Niacina (mg eq. niacina)	1,70
Yodo (mg)	1,00
Cinc (mg)	0,40
Grasa (g)	0,40
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,17
Tiamina (B ₁) (mg)	0,08
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Vitamina E (mg)	

ciruelito. Nombre vulgar de la planta: *Bun-chasia argentea*.

ciruelo. Nombre vulgar de la planta: *Spondias purpurea*.

ciruelo de fraile. Nombre vulgar de la planta:
Bunchasia argentea.

ciruelo de huesito. Nombre vulgar de la planta:
Spondias purpurea.

ciruelo de la gobernadora. Nombre vulgar de la planta:
Flacourtia jangumans.

ciruelo de monte. Nombre vulgar de la planta:
Bunchasia argentea.

ciruelo de natal. Nombre vulgar de la planta:
Carissa macrocarpa.

ciruelo del gobernador. Nombre vulgar de la planta:
Flacourtia indica.

ciruelo del país. Nombre vulgar de la planta:
Spondias purpurea.

ciruelo jobo. Nombre vulgar de la planta:
Spondias mombin.

cirujano. Designación oficial española del pez:
Acanthurus hepatus.

cirujano. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: navajón azul; navajón cirujano; navajón cola amarilla.

cirviola. Nombre vulgar valenciano del pez:
Seriola dumerili.

cisnes. Véase: *Anatidae*.

cisteína. Aminoácido con la siguiente estructura: $\text{HS-CH}_2\text{-C}-(\text{H}_2\text{N}) (\text{H}) (\text{COOH})$ En los microorganismos, la cisteína se forma probablemente a partir de serina y sulfato inorgánico o sulfuro. En los animales, se obtiene por transulfuración de la serina con la homocisteína proveniente de la metionina de la dieta. Se conocen varias rutas de degradación metabólica siendo las principales: 1) Degradación a piruvato, sulfuro de hidrógeno y amoníaco; 2) Oxidación a ácido cisteico y descarboxilación de este compuesto para formar taurina; 3) Transaminación (como ácido cisteinsulfínico) con α -cetoglutarato para formar β -sulfinilpiruvato, el cual se rompe espontáneamente en piru-

vato y sulfito. La cisteína proporciona el grupo sulfhidrilo de la coenzima A, y en los microorganismos. El sulfhidrilo para la homocisteína, precursor de la metionina, que a su vez es un constituyente de la coenzima triptéptida, glutatión y del aminoácido cistina. Véase: aminoácidos.

cisteína y sus clorhidratos y sales de sodio y potasio. (E-921) La cisteína es un aminoácido proteico (2-amino-3-tiol-prpiónico) En las proteínas da lugar a puentes disulfuro que contribuyen al mantenimiento de su disposición espacial. Véase: productos cuya función no se especifica.

cistina. Aminoácido con la siguiente estructura: $(\text{H}_2\text{N}) (\text{H}) (\text{COOH}) \text{C-CH}_2\text{-S-S-CH}_2\text{-C}-(\text{H}_2\text{N}) (\text{H}) (\text{COOH})$ La cistina puede ser reducida de forma reversible para formar cisteína. Su biosíntesis se realiza a partir de la cisteína por oxidación. Además de la degradación metabólica de la cisteína, la cistina puede ser oxidada directamente hasta disulfóxido de cistina, el cual es descarboxilado y luego oxidado para formar taurina. Véase: alimentos ricos en cistina.aminoácidos.

cita de bruixa. Nombre vulgar catalán de la seta: *Clathrus cancellatus*.

citáridos. Véase: *Citharidae*.

citarita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe orqueta**.

Citarium pica. Familia: tróquidos. Subfamilia: gibulinos. Es un caracol de gruesa valva con grandes giros en el extremo, y que tiene un fondo de color negro con manchitas claras e irregulares. La concha coniforme alcanza un diámetro de 6 a 10 cm. Este caracol está extendido en la zona del Caribe, donde es muy apreciado y se utiliza mucho en ragouts, aunque también se como crudo (¡cómo afrodisíaco!). Nombre vulgar: caracol tigre del Oeste de la India.

Citharichthys gilberti. Pez. Designación oficial: **lenguado tapadero**.

Citharichthys gordas. Pez. Designación oficial: **lenguado gordo**.

Citharichthys panamensis. Pez. Designación oficial: **lenguado bocado de Dios**.

Citharichthys sordidus. Pez. Designación oficial: **lenguado moteado**.

Citharichthys stigmaeus. Pez. Designación oficial: **lenguado pecoso**.

Citharichthys xanthostigma. Pez. Designación oficial: **lenguado alón**.

Citharidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase osteíctios. Subclase actinopteri-gios. Infraclase: teleósteos. Orden pleuro-nectiformes. Suborden pleuronectoides. Consideramos: lenguado Indopacífico (*Citharoides macrolepis*), lenguado de grandes escamas (*Citharus macrolepidotus*), solleta (*Citharus linguatula*).

Citharoides macrolepis. Familia citáridos. Mira hacia la izquierda tiene su hábitat en las costas de Sudáfrica. Corea y Japón. Nombre vulgar: lenguado Indopacífico.

Citharus linguatula. Familia: citáridos. Perfil superior de la cabeza ligeramente cóncavo, haciendo un morro puntiagudo. Ojos muy próximos, relativamente grandes, separados por una cresta ósea, el inferior contiguo a la mandíbula y algo más retrasado que el superior. Maxilar con el extremo superior muy dilatado. Boca muy grande, con dientes medianos en una sola fila. Coloración pardo clara o gris amarillenta, con una serie de manchas oscuras a lo largo de los perfiles dorsal y ventral, terminadas por 2 manchas simétricas sobre el pedúnculo caudal (todas ellas a veces poco visibles o ausentes) Talla hasta 30 cm. Atlántico y Mediterráneo. Bastante común. Vive y se pesca en los mismos

fondos que los gallos, pero es de calidad inferior. Carne traslúcida y mediocre. Nombre vulgar: solleta, lenguadeta. Designación oficial: **solleta**.

Citharus macrolepidotus. Familia: citáridos. Mira hacia la izquierda, tiene el cuerpo largo y ovalado y grandes ojos muy juntos. Su color es marrón claro o blanco grisáceo, con tonos amarillentos. A lo largo de la base del ribete de aleta existen manchas oscuras. Habita a profundidades de 300 m y alcanza los 30 cm de longitud. Nombre vulgar: lenguado de grandes escamas. Designación oficial: **solleta**.

citranger. Véase: mandarina.

citraria. Nombre vulgar de la planta: *Melissa officinalis*.

citrato cálcico. (E-333) Generalmente de origen químico. En casos aislados puede provocar urticaria y edemas de Quincke. Como todo ácido, en cantidades desorbitadas puede provocar pequeñas ulceraciones en la membrana mucosa de la boca y puede erosionar los dientes. En alimentación se usa en: Refrescos, vinos, quesos, caramelos, pastelería, helados, pan, conservas de pescado, conservas vegetales, mermeladas, leche, alimentos para lactantes, quesos fundidos, panadería. Véase: antioxidantes y sinérgicos.

citrato de trietilo. (E-1201) Se usa como soporte de otros aditivos. Véase: productos cuya función no se especifica.

citrato potásico. (E-332) $\text{KOOOC-CH}_2\text{-C(OH)(COOH)-CH}_2\text{-COOK}$. Generalmente de origen químico. Se emplea en un gran número de bebidas gaseosas y de "colas". En casos aislados puede provocar urticarias y edemas de Quincke. Como todo ácido, en cantidades desorbitadas puede causar pequeñas úlceras en la membrana mucosa de la boca o en la del tubo digestivo, y puede

erosionar los dientes. En alimentación se usa en: Refrescos, vinos, quesos, caramelos, pastelería, helados, pan, conservas de pescado, conservas vegetales, mermeladas, leche, alimentos para lactantes, quesos fundidos, panadería. Véase: antioxidantes y sinérgicos. La cantidad autorizada de este aditivo es: Embutidos crudos curados BPF. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Productos cárnicos tratados por el calor BPF. Véase: sustancias sinérgicas.

cittrato sódico. (E-331) $\text{NaOOC-CH}_2\text{-C(OH)(COOH)-CH}_2\text{-COONa}$. Generalmente de origen químico. Se emplea en un gran número de bebidas gaseosas y de “colas”. En casos aislados puede provocar urticarias y edemas de Quincke. Como todo ácido, en cantidades desorbitadas puede causar pequeñas úlceras en la membrana mucosa de la boca o en la del tubo digestivo, y puede erosionar los dientes. En alimentación se usa en: Refrescos, vinos, quesos, caramelos, pastelería, helados, pan, conservas de pescado, conservas vegetales, mermeladas, leche, alimentos para lactantes, quesos fundidos, panadería. Véase: antioxidantes y sinérgicos. No es tóxico. La cantidad autorizada de este aditivo es: Chorizo fresco BPF. Embutidos crudos curados BPF. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Productos cárnicos tratados por el calor BPF. Salazones cárnicas curadas o no BPF. Salchichas crudas BPF. Véase: sustancias sinérgicas.

cittrato triamónico. (E-380) Generalmente de origen químico. En casos aislados puede provocar urticaria y edemas de Quincke. Como todo ácido, en cantidades desorbitadas puede provocar pequeñas ulceraciones en la membrana mucosa de la boca y puede erosionar los dientes. En alimentación se usa en: Refrescos, vinos, quesos, caramelos, pastelería, helados, pan, conservas de pes-

cado, conservas vegetales, mermeladas, leche, alimentos para lactantes, quesos fundidos, panadería. Véase: antioxidantes y sinérgicos.

cítricos: Se llaman así a las frutas carnosas en cuya composición predominan las sales del ácido cítrico. Consideramos: Clementina (*Citrus* sp.); Lima (*Citrus aurantifolia*); Limón (*Citrus limon*); Mandarina. (*Citrus reticulata*); Naranja (*Citrus sinensis*); Naranja china (*Fortunella japonica*); Pomelo (*Citrus paradisi*); Tangelo (*Citrus tangelo*); Toronja (*Citrus grandis*); Ugli (*Citrus paradisi* X *Citrus reticulata*) Véase: frutas carnosas; frutas, verduras y setas.

citronela. Nombre vulgar de la planta: *Cymbopogon citratus*.

citronella. Nombre vulgar catalán de la planta: *Melissa officinalis*.

citronella menor. Nombre vulgar gallego de la planta: *Melissa officinalis*.

***Citrus aurantifolia*.** Familia: rutáceas. Fruto del limero, se presume que es originaria desde de las Indias orientales. El fruto es redondeado de color amarillo, cáscara rugosa, aromática, y pulpa verdosa, dividida en gajos, comestible, jugosa y de sabor algo dulce (a veces insípido) Es uno de los cítricos más sabrosos y dulces. Se emplea para aromatizar ponches y cócteles tropicales, y acentúa el sabor de los platos de pollo, judías y sopas de verduras. El cebiche peruano, un plato de pescado crudo, se prepara con zumo de lima. Este cítrico contiene menos vitamina C que el limón. Elija la fruta de piel brillante y peso considerable con relación a su tamaño. La piel verde indica que la lima está madura. Se emplea igual que el limón y en muchos platos asiáticos, especialmente en los de la cocina tailandesa. También es muy popular en la cocina de Méjico y de Tahití. Su zumo se puede congelar. Son variedades: lima de Tahití, lima antillana. Véase: cítricos. Nombre vulgar: **lima**, lima dulce, limón dulce. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa proce-

dente del *Citrus limeta*, Anet. Véase: frutas carnosas.

Citrus aurantium. Familia: rutáceas. Subfamilia: auraciáceas. Esta especie es más adaptable que otros naranjos a las condiciones climáticas. Se emplea como portainjertos. Es un árbol de 6-7 m de alto con hojas persistentes y copa globosa. Las hojas coriáceas presentan un peciolo ampliamente alado y disponen además de glándulas visibles que contienen los aceites esenciales. Las flores son totalmente blancas, con el cáliz gamosépalo y los pétalos libres. El fruto es una baya especial, denominada esperidio, con la corteza rugosa y color naranja intenso; la pulpa es ácida y amargante. Tanto las hojas como las flores y los frutos se destilan para la obtención de la esencia de “petit grain”; la corteza se emplea en la elaboración de licores y aperitivos, como el bitter y el curaço, por sus propiedades estimulantes de la actividad digestiva. Se suele poner en conserva o cocer para elaborar mermelada, confitura, jalea, jarabe o salsa. Sus hojas, tomadas en infusiones, poseen efectos digestivos y antiespasmódicos. En perfumería se utilizan las flores frescas, que se recolectan sacudiendo los troncos, y que dan lugar al agua de flores de naranja o “esencia de neroles”, que fue descubierta por una duquesa francesa casada con el príncipe Orsini di Nerola. Nombre vulgar: naranja agria, **naranja amarga**, naranja cajero, naranja de Sevilla. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrus aurantium*, L. Véase: frutas carnosas.

Citrus aurantium* sp. *bergamia. Otro nombre de la planta: *Citrus bergamia*.

Citrus aurantium* var. *myrtifolia. Familia: rutáceas. Presenta una corteza perfumada de la que se extraen diversos aromas que se emplean en la fabricación de licores y jarabes, así como principios amargos de origen distinto; los frutos parcialmente maduros, se

utilizan en la fabricación de confituras en almibar. Nombre vulgar: **naranjilla china**.

Citrus bergamia. Familia: rutáceas. Se trata de un árbol de pequeño tamaño, de hasta 4 m de altura, con hojas persistentes y peciolo ligeramente alado. Los frutos, esféricos y parecidos a la naranja pequeña son de color amarillo claro con la pulpa ácida. El nombre de la subespecie se deriva de la ciudad de Pergamo, en Asia Menor. Se considera un cruce entre la lima (*Citrus aurantifolia*) y la naranja amarga (*Citrus aurantium*). La especie es muy delicada, en cuanto a las condiciones térmicas, por lo que se debe cultivar en zonas protegidas. Se utiliza la corteza aromática, de la que se extrae la esencia; que se utiliza en perfumería y también como aromatizante del té negro Earl Grey. Contiene limoneno, nerol y muchos otros principios específicos. Se utiliza sobre todo en la preparación de agua de colonia por su aroma fresco. Su pulpa verdosa no es comestible, ya que es demasiado ácida y amarga. Nombre vulgar: **bergamota**. Sinónimo oficial: *Citrus aurantium* ssp. *bergamia*. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrus bergamia*, Risso.

Citrus decumana. Familia: rutáceas. Nombre vulgar: **pomelo**. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrus decumana*, L. Véase: frutas carnosas.

Citrus deliciosa. Otro nombre de la planta: *Citrus reticulata*.

Citrus hystrix. Familia: rutáceas. El pequeño árbol de la lima kaffir crece en el Sureste asiático y Hawai. La cáscara de la fruta y las hojas se utilizan, como condimento, en las cocinas tailandesas e indonesia. En Occidente se puede comprar seca o fresca en tiendas orientales y siempre se pueden sustituir por ralladuras de limón. Las hojas tienen un

aroma fresco y floral, bastante parecido al limón verbena (*Cymbopogon citratus*) y dan un sabor particular al pollo y a los pescados. Las hojas y la cáscara de la fruta de este árbol perenne son las responsables del leve sabor agrio que tienen las comidas de Tailandia e Indonesia. Véase: especias. Véase: especias, hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **lima kaffir**, hojas de limero.

Citrus maxima. Familia: rutáceas. Originaria de Malaya. El fruto es grande, amarillo verdoso, la cáscara gruesa, de color verde, amarillento o rosado, que se pela con facilidad, es muy aromática y puede ser lisa o rugosa. La toronja no es tan jugosa como el pomelo. Se suele comer o confitar. Los trozos se añaden a las macedonias o a las ensaladas aliñadas. Con la corteza se preparan dulces muy agradables. Se consume en jugo. Perteneció al grupo de las frutas ácidas. Esta fruta de tamaño grande, parecida al pomelo, se debe escoger con piel brillante y sin manchas, y con un peso considerable en proporción a su tamaño. Se debe guardar a temperatura ambiente. Consúmala cruda en los desayunos de cereales o en ensaladas de fruta o saladas. Véase: cítricos. Nombre vulgar: **toronja**.

Citrus medica* var. *macrocarpa. Familia: rutáceas. Es una especie a la que pertenecen todos los limones conocidos. Procedente de Asia oriental, se trata de una bella planta arbórea de hojas grandes y coriáceas, y flores blancas. Se cultiva en los países mediterráneos especialmente en el Sur de Italia, Córcega, Grecia, Albania, España y Túnez, además de California, Jamaica, Japón, Sur de África e Indonesia. Las cidras son de mayor tamaño que los limones, tienen una forma más apuntada, y piel no muy lisa, aunque blanda y gruesa, y poseen un sabor ácido y amargo. Los principales cultivares son: “**cidra de Calabria**”, de frutos irregulares y con bastante excrecencias; “**cidra de Córcega**”, más oblonga, de pulpa dulce y perfume delicado; y “**cidra de Grecia**”, más esférica. Posee aproximadamente la misma composición que el limón, al que sólo supera en la concentra-

ción de aceites esenciales. A fin de destacar el diferente desarrollo de las partes, téngase en cuenta que las cidras se componen de un 60-70% de corteza, un 20-40% de jugo y un 3% de semillas. La cidra raramente se consume como fruta, es decir, al natural, generalmente se utiliza el zumo para la preparación de bebidas vitamínicas desecantes, aromatizar helados y decorar dulces. Si se hierve al baño maría una cantidad de zumo mezclada con doble cantidad de azúcar, se obtiene un jarabe estomacal que puede añadirse a decocciones e infusiones, convirtiéndose en un eficaz corrector del sabor. Es bastante frecuente la utilización de corteza confitada. Nombre vulgar: **cidra**. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrus medica*, var. *macrocarpa*, Risso. Véase: frutas carnosas.

Citrus medica* var. *limon. Familia: rutáceas. Subfamilia: aurantiodeas. Se adscribe a una gran “especie linneana” *Citrus medica*, de la que es una variedad. El fundador de este tronco es el cidro (*Citrus medica*) Fruto del limonero, originario del Sureste de Asia, de forma ovoide y de color generalmente amarillo, de 5 a 10 cm de longitud con cáscara gruesa, pulpa dividida en gajos, jugosa y ácida. Existen numerosas variedades, muchas de ellas propias de cada región de cultivo. Al igual que en el caso del naranjo, el fruto es un hesperidio de piel rugosa y amarilla (verdosa en algunas variedades), y la pulpa jugosa se divide en varias cámaras. En función de la época en que se abren las flores, y por tanto, del momento en que se produce la maduración de los frutos, se distinguen limones invernales, marciales, lunares, menudos blancos y “de verano”. Los invernales constituyen la gran masa de frutos presentes en el mercado entre noviembre y febrero. Proceden de flores producidas desde marzo-mayo (floración de San Antonio) hasta junio (floración de San Juan) Estos últimos proceden de plantas forzadas y presentan corteza verde y semillas poco numerosas. Son pequeños, aunque muy ácidos. Es estimado por su alto contenido en vitamina

C, se consume como fruta y se utiliza en la elaboración de bebidas, extractos, esencias, confites y alimentos, cosméticos y perfumes, etc. Variedades: limón real, limón rugoso de Castilla, limón rayado, limón tahití, limón eureka y limón dulce. Elija la fruta de piel brillante y peso considerable con relación a su tamaño. Se debe lavar con agua caliente para eliminar cualquier resto de insecticida. Su piel se utiliza rallada o cortada en tiras finas para compotas o jarabes. Su zumo realza el sabor del pollo y del pescado. Así como de cremas, sopas bebidas y marinadas. Rociado sobre frutas o verduras crudas, el zumo impide que éstas se oxiden. Véase: cítricos. Nombre vulgar: **limón**. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrus limonis*, Osbeck. Véase: frutas carnosas.

Citrus paradisi. Familia: rutáceas. Originaria de América, con antepasados en Malasia. Sus frutos se dan en racimos, redondos, grandes y lisos, de corteza delgada (más que la de la toronja común), de color amarillo y muy jugosa, de sabor un poco ácido y amargo. Por lo general tiene semillas aunque algunas variedades no. El tamaño de fruto es variable, con un peso de 2 a 3 kg, redondeado, con corteza amarilla, gruesa y lisa. Hay variedades dulces, amargas y agriamargas. De las distintas variedades, las más comunes son las doradas y las amarillas. Pertenece al grupo de las frutas ácidas. El pomelo se suele comer crudo, cortado por la mitad, con una cucharilla. Asado acompaña al pato, el pollo, la carne de cerdo o las gambas. Se añade a ensaladas mixtas y a algunos postres. La pulpa amarilla tiene un sabor variable, desde muy ácido a dulce, mientras que la rosada suele ser más dulce. Elija las piezas más pesadas y con piel impecable, sin partes blandas. Véase: cítricos. Se recomienda consumirlo en ayunas, o entre comidas, no conviene sobre las mismas. El tiempo para su digestión es de 2 horas. Es rico en vitamina C, abre el apetito y tiene propiedades

digestivas, tónicas y diuréticas. Nombre vulgar: **pomelo**, toronja dulce. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrus decumana*, L. Véase: frutas carnosas.

Citrus paradisi* X *Citrus reticulata. Familia: rutáceas. El tangelo es un híbrido de la mandarina y el pomelo, se suele identificar por el nombre de la variedad (Minneola, Seminole, Orlando) Produce una fruta deliciosa, de aspecto deforme. Su piel arrugada y gruesa es fácil de pelar. Este cítrico puede presentar diversos colores (rojo amarillento, amarillo anaranjado o verde) según las variedades. En algunas ocasiones presenta un abultamiento en uno de los extremos. Es de mayor tamaño y más ácido que la naranja, pero la pulpa, jugosa y aromática, es menos ácida y más dulce que la del pomelo. Sin pepitas. Se consume crudo, en ensaladas de fruta o saladas, o se emplea para preparar zumos, marinadas, aliños y jalea de fruta. Véase. cítricos. Nombre vulgar: **tangelo**, minneola; ugli.

Citrus reticulata. Familia: rutáceas. Subfamilia: auraciáceas. Fruto del naranjo mandarina. Originaria del Sudeste de Asia. Produce frutos que, con el paso del tiempo, han perdido gran parte de su interés, aunque éste parece recuperarse en los últimos años gracias a nuevos cultivares. Lo que más negativamente ha influido en la aceptación de la mandarina es el excesivo número de semillas que contiene, su limitada precocidad y su reducido tamaño, aunque el desplazamiento de esta fruta de algunos mercados se ha debido sobre todo a la introducción de las famosas “clementinas” (sin semillas) y de los nuevos híbridos, como por ejemplo los procedentes del cruzamiento entre mandarinos y pomelos. El tamaño del fruto es inferior al de la naranja, y su forma, más deprimida. La mandarina posee una piel delgada y más perfumada, que no está adherida a la pulpa. Los gajos tienen una membrana más

gruesa y una pulpa menos azucarada. Entre los agrios de tamaño pequeño y características específicas deben mencionarse los siguientes: kumquat o mandarina china, de tamaño ligeramente mayor que el de la aceituna, con corteza bastante aromática y dulce, que se come junto con la piel; y las limas o naranjas de España, pequeños hesperidios de piel amarilla verdosa y delgada, muy aromáticos aunque ácidos. El satsu-ma, citrange, tangor. La mandarina es la reina de las frutas semiácidas, llamada también la fruta ecológica, por descontaminar el organismo humano del plomo. * La mandarina se ha estudiado tradicionalmente como una especie de naranja, por contener sustancias parecidas a ella, pero es más rica en hierro, pues mientras la naranja tiene un 14%, la mandarina contiene hasta el 18%. Se consume fresca y sola, o en jugos, refrescos, postres y helados. El agua destilada de las flores constituye el agua de azahar. De la cáscara de la mandarina se extrae, por presión, la esencia de pomerán, exportación valiosa de Italia. * Como todas las frutas debe consumirse madura; si se consume antes, produce diarrea y otros malestares digestivos. Se aconseja tomar el jugo por las mañanas (en ayunas) y entre comidas. Elija las piezas pesadas para su volumen, con piel brillante, prieta y sin manchas. Se consume sola o en ensalada de fruta, tarta, postres y pasteles, o para preparar mermeladas. La piel seca de la mandarina se utiliza mucho en la cocina china. Véase: cítricos. Nombre vulgar: **mandarina**. Sinónimo: *Citrus deliciosa*. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrus deliciosa*, Ten. Véase: naranja agria, naranja dulce, fruta carnosa.

Citrus reticulata X Citrus aurantium. Familia: rutáceas. La clementina es un cítrico procedente de un cruce entre la mandarina y la naranja amarga. Tiene la piel fina, de color naranja rojizo, fácil de pelar y, a veces, abultada y rugosa. La pulpa es jugosa, ácida y menos perfumada que la de la mandarina. Nombre vulgar: **clementina**.

Citrus reticulata X Citrus aurantium. Familia: rutáceas. Subfamilia: auraciáceas. Es un cruce entre la mandarina y la naranja amarga. La cáscara presenta un color más oscuro y se pela con más facilidad que la mandarina. El zumo de tangerina es muy refrescante. Es un híbrido que ha perdido muchas de sus propiedades vitales por ser clonada en laboratorio. Nombre vulgar: **tangerina**, tangelo, naranja tangelo.

Citrus sinensis. Familia: rutáceas. Subfamilia: auraciáceas. Fruto del naranjo de forma globosa y color entre rojo y amarillo en su madurez; tiene la corteza blanda y rugosa y pulpa dividida en gajos de aquel color y sabor agrídulce muy agradable. Especie muy parecida a la *Citrus aurantium*, pero con el pecíolo foliar dotado de un ala estrecha. El fruto tiene la corteza lisa y la pulpa dulce y sabrosa o un poco ácida. Muy apreciada por su alto contenido en vitamina C, esta fruta ha viajado alrededor del mundo, acompañando a los marineros y protegiéndolos del escorbuto. Su zumo ha sido siempre, y probablemente lo seguirá siendo, un componente muy apreciado en los desayunos. Pero la gustosa naranja se consume también sola o en ensaladas, con carnes, en postres como soufflés, y sirve también para elaborar mermeladas. Existen 3 variedades principales: la navel, la de Valencia y la amarga. Véase: cítricos. Nombre vulgar: **naranja dulce**. Consideramos: naranja ombligona, naranja Navel, naranja sanguina, naranja de valencia. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrus sinensis*, L. Véase: frutas carnosas.

citrus tangelo. Véase: *Citrus paradisi X Citrus reticulata*.

Cittarium pica. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **burgado antillano**.

Cittus australis. Pez. Designación oficial: **gallo negro**.

Cittus novaezelandiae. Pez. Designación oficial: **gallo negro**.

Citula dorsalis. Pez. Designación oficial: **co-cinero chucuaca**.

Ciurana. Véase: Aceite de Ciurana

ciureny. Nombre vulgar catalán de la seta: *Boletus aereus*.

ciuró. Nombre vulgar catalán de la seta: *Boletus aereus*.

civet de jabalí. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 2 horas y 40 minutos, más la maceración. **Ingredientes:** jabalí, vino tinto, panceta, caldo, manteca de cerdo, pimienta negra en grano, cebolla, zanahoria, puerro, ajo, harina, champiñones, cebolleta, laurel, tomillo, perejil, orégano, sal. Véase: caza en la cocina clásica.

civet de liebre. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 40 minutos. **Ingredientes:** liebre, cebolla, manzana, tomate, puerro, vino tinto, vinagre, tomillo, laurel, pimienta en grano, harina, sal, aceite, pimienta. Véase: caza en la cocina clásica.

civet de pato salvaje al vino tinto. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 45 minutos. **Ingredientes:** pato salvaje, panceta, cebolleta, mantequilla, vino tinto, caldo de ave, sal, pimienta. Véase: caza en la cocina clásica.

civet de rebeco. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 2 horas más la maceración. **Ingredientes:** carne de rebeco, aceite, caldo, harina, sal, pimienta. **Maceración:** zanahoria, cebolla, puerro, vino tinto, canela en rama, pimienta en grano, laurel, tomillo. Véase: caza en la cocina clásica.

civil. Otro nombre de la pieza de pan: bollo. Véase: panes de España.

Cladophora rupestris. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pelusilla**.

Cladostephus hirsutus. Pez. Designación oficial: **romero de mar**.

clairette. Véase: uva clairette.

clairette blanc. Variedad de uva blanca. Véase: uva clairette.

clairette blanche. Variedad de uva blanca. Véase: clairette.

Clamys farreri. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira china**.

Clamys natans. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostión nadador**.

Clamys nobilis. Familia: pectínidos. Es una pechina proporcionada, compuesta de unas 20 nervaduras y orejas de distinto tamaño, y tonos violeta, salmón y amarillo. El diámetro de su valva es de unos 8 a 15 cm. Vive en las aguas japonesas, del centro de Honshu hasta Kijushu, en profundidades de hasta 20 m. Con una forma muy similar a la de la pechina senador (*Chlamys senatorius*), que es más pequeña, el manto real está localizado en el Indopacífico, desde el Este de África hasta Tonga. Es llamativo su dibujo con manchas de color violeta marrón. Véase: pechinas, veneras, scallops. Nombre vulgar: manto real.

Clamys pallium. Familia: pectínidos. Es una clase de concha muy extendida en la región Indopacífica, que tiene valvas de color naranja a púrpura. Los 15 pliegues radiales están considerablemente desarrollados y se ven interrumpidos por 3 rayas claras e, igualmente, radiales. Un ancho de 5 a 10 mm a partir del borde interior de las valvas está coloreado de marrón rojizo. Nombre vulgar: manto de príncipe.

Clamys purpurata. Molusco, nombre vulgar.
Designación oficial: **osti6n abanico**.

Clamys varia. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **zamburiña**.

clara de huevo. Materia albuminosa, blanca y traslúcida, que rodea la yema del huevo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porci6n comestible, es:

Clara de huevo	
Energía (kJ)	202,42
Potasio (mg)	150,00
Sodio (mg)	150,00
Porci6n comestible	100,00
Energía (kcal)	48,43
F6sforo (mg)	21,00
Calcio (mg)	14,00
Proteína (g)	11,00
Ácido fólico (µg)	10,00
Magnesio (mg)	10,00
Yodo (mg)	10,00
Carbohidratos (g)	0,70
Grasa (g)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,20
Niacina (mg eq. niacina)	0,16
Hierro (mg)	0,10
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,10
Cinc (mg)	0,02
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,02
Tiamina (B ₁) (mg)	0,01
Ácido asc6rbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Vitamina E (mg)	0,00
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	

clara de huevo desecada. Según el C6digo Alimentario, 3.14.14. Es un derivado seco obtenido de la clara por eliminaci6n del agua. No contendrá más de un 15% de humedad y responderá a las demás condiciones exigidas para el "huevo en polvo". Véase: derivados de huevos.

Clarias gariepinus. Pez. Designaci6n oficial: **pez gato africano**.

Clarius batrachus. Pez. Designaci6n oficial: **pez gato africano**.

clase de carne. Según el C6digo Alimentario, 3.10.03. Se entiende por clase el tipo de carne que dentro de cada especie animal proporciona la canal en general. Se establecerán distintas clases de carne, según la edad, características musculares, estado de engrasamiento del animal y demás circunstancias que se estipulen en las reglamentaciones complementarias de este capítulo. Véase: generalidades sobre carnes y despojos.

clases de chufas. Según el C6digo Alimentario, 3.19.21. A efectos de este C6digo se considera sólo el tubérculo lavado y seco, distinguiéndose dos clases: a) chufa granza, b) chufa cosechero o de calidad. Véase: chufas.

clases de mistela. Según el C6digo Alimentario, 3.30.06. Se distinguen las siguientes: a) mostela normal; b) tierno. Véase: mostos y mistelas.

clases de mostos. Según el C6digo Alimentario, 3.30.04. Se distinguen las siguientes clases: a) **Mosto natural**, b) **Mosto apagado**, c) **Mosto concentrado**, d) **Mosto cocido**, **arrope**, **mostillo** o **calabre**, e) **Color** o **pan-tomima**. Véase: mostos y mistelas.

clases de vino. Véase: clasificaci6n de vino.

clasificaci6n de aceites de oliva. Según el C6digo Alimentario, 3.16.15. Se distinguen los siguientes tipos de aceites de oliva: 1) **Aceites de oliva vírgenes**, a) Extra; b) Fino; c) Corriente; d) Lampante. 2) **Aceites de oliva refinados**; 3) **Aceites puros de oliva**; 4) **Aceites de orujo de aceituna**; 5) **Aceites refinados de orujo de aceituna**; 6) **Aceites de orujo de aceituna para usos industriales**. Véase: aceites de oliva.

clasificaci6n de aceites de semillas. Según el C6digo Alimentario, 3.16.21. A efectos de

este Código se establece la siguiente: a) Aceite de soja. b) Aceite de cacahuete. c) Aceite de girasol. d) Aceite de algodón. e) Otros aceites de semillas. Véase: aceites de semillas.

clasificación de aditivos. Según el Código Alimentario, 4.31.03. En función de su acción, se establecen los siguientes grupos de aditivos: a) Sustancias que modifican los caracteres organolépticos. b) Estabilizadores del aspecto y caracteres físicos. c) Sustancias que impiden alteraciones químicas y biológicas. d) Correctores de los alimentos. Véase: aditivos.

clasificación de aditivos para piensos. Según el Código Alimentario, 5.36.13. Se clasifican en los siguientes grupos: a) Aditivos comunes. b) Aditivos especiales. c) Aditivos de prescripción.

clasificación de agentes conservadores. Según el Código Alimentario, 4.33.08. Los conservadores químicos se incluirán en las listas positivas, en función de las siguientes aplicaciones: a) Para el tratamiento externo de los alimentos. b) Para su incorporación directa a los alimentos y bebidas. Se consideran conservadores naturales el vinagre; los ácidos málico, cítrico, tartárico y láctico; alcohol etílico; glicerina; azúcares; fermentos lácticos y sal comestible. Véase: agentes conservadores.

clasificación de aguardientes compuestos. Según el Código Alimentario, 3.30.26. Según las materias primas empleadas y los sistemas de obtención se distinguen las siguientes: a) Arrak. b) Brandy. c) Brandy viejo. d) Ginebra. e) Ron o caña. f) Vodka. g) Whisky. h) Brandy de frutas.

clasificación de aguardientes simples. Según el Código Alimentario, 3.30.20. Según las materias primas empleadas y los sistemas de obtención se distinguen las siguientes: a) Holandas o aguardientes de vino. b) Flemas

o aguardientes de orujo. c) Aguardientes de caña. d) Aguardientes de melazas de caña. e) Aguardientes de frutas. f) Aguardientes de sidra. g) Aguardientes de cereales (de malta).

clasificación de alcoholes destilados. Según el Código Alimentario, 3.30.21. Según las materias primas empleadas y los sistemas de obtención se distinguen los siguientes: a) Destilados de vinos. b) Destilados de cereales (de grano) c) Destilados de orujo.

clasificación de alimentos. Según el Código Alimentario. 1.02.01. Para su mejor estudio divide los alimentos en: Aceites y grasas comestibles, Agua y hielo, Alimentos estimulantes y derivados, Aves y caza, Bebidas alcohólicas, Bebidas no alcohólicas, Carnes y derivados, Cereales, Condimentos y especias, Conservas animales y vegetales, Edulcorantes naturales y derivados, Harinas y derivados, Helados, Huevos y derivados, Leche y derivados, Leguminosas, Pescados y mariscos, Platos preparados, Tubérculos y derivados. Véase: alimentos.

clasificación de anís. Según el Código Alimentario, 3.30.28. a) Anís seco. b) Anís semiseco. c) Anís dulce.

clasificación de antioxidantes. Según el Código Alimentario, 4.33.04. Para su inclusión en las listas positivas se clasifican en los siguientes grupos: Antioxidantes naturales; b) Antioxidantes artificiales; c) Sustancias sinérgicas. Véase: antioxidantes

clasificación de artículos de uso doméstico. Véase: clasificación de artículos higiénicos y de uso doméstico.

clasificación de artículos higiénicos. Véase: clasificación de artículos higiénicos y de uso doméstico.

clasificación de artículos higiénicos y de uso doméstico. Según el Código Alimentario, 5.38.01. A efectos de este Código, se clasifican en la forma que a continuación se indica, siéndoles de aplicación obligatoria las disposiciones del mismo, en cuanto se destinan al uso humano, ya sea personal, doméstico o para trabajos y servicios artesanos: a) Cosméticos. b) Productos de tocador. c) Jabones de lavar y detergentadas; jabones de tocador sólidos, jabones de tocador líquidos, jabones de coco, jabones de almendra, jabones de oliva, jabones de glicerina, jabones de afeitar, pastas de afeitar, fabricación y venta de jabones de tocador, jabones de lavar, detergentes. d) Lejías de blanqueo; sustancias para la limpieza, lejías y polvos de blanqueo, venta de lejías e) Barnices, ceras y encáusticos; rotulación, productos para la limpieza del calzado, productos para limpiar metales. f) Combustibles domésticos; alcohol desnaturalizado, carburo cálcico, gas del alumbrado, gases comprimidos, butano doméstico, propano doméstico, butano-propano doméstico, envasado y conducción gases comprimidos, petróleo lampante, carbón, gasolina doméstica, gasolina para carburación. g) Aire ambiente; productos purificadores del aire. h) Productos para limpieza en seco; i) Tintes domésticos; industrias para limpiar la ropa y de tintorería. j) Apresos de tejidos y para la plancha; k) Velas, cerillas y bengalas; productos pirógenos y explosivos l) Objetos para inocentadas. Véase: artículos higiénicos y de uso doméstico.

clasificación de azúcares. Véase: clasificación de azúcares y derivados del azúcar.

clasificación de azúcares y derivados del azúcar. Según el Código Alimentario, 3.23.02. A efectos de este Código se distinguen las siguientes clases de azúcares y derivados del azúcar: a) **Azúcares crudos:** Azúcar terciado, azúcar blanquilla, azúcar pilé y azúcar granulado. b) **Azúcares refinados:** Azúcar refinado, azúcar de pilón, azúcar cortadillo, azúcar cande, azúcar granulado. c) **Melazas:** Melado, melaza de caña, melaza de remolacha. d) **Derivados del azúcar:** Azúcar glacé, azúcar caramelizado.

e) **Otros azúcares;** Azúcar invertido, jarabe de fécula, azúcar de fécula, glucosa anhidra, jarabe de maltosa, lactosa. Véase: azúcar.

clasificación de bebidas espirituosas. Según el Código Alimentario, 3.30.30. Se tendrán en cuenta las siguientes: a) Seco. b) Escarchado. c) Destilado. d) Fantasía.

clasificación de bebidas no alcohólicas. Según el Código Alimentario, 3.29.03. Las bebidas no alcohólicas o refrescantes se clasificarán en los siguientes grupos: a) **Aguas gaseadas,** b) **Gaseosas,** c) **Bebidas de zumos de frutas,** d) **Bebidas de extractos,** e) **Bebidas de disgregados en frutas, de tubérculos y semillas,** f) **Bebidas aromatizadas.** Véase: bebidas no alcohólicas.

clasificación de cacao. Véase: clasificación de cacao y derivados.

clasificación de cacao y derivados. Según el Código Alimentario, 3.25.39. A efectos de este Código se distinguen los siguientes productos: a) **Semilla de cacao,** b) **Cacao descascarillado o cacao en grano,** c) **Pasta de cacao,** d) **Manteca de cacao,** e) **Torta de cacao,** f) **Cacao en polvo.** 1º **Cacao azucarado en polvo.** Véase: cacao y derivados.

clasificación de cafés. Véase: clasificación de cafés y derivados.

clasificación de cafés y derivados. Según el Código Alimentario, 3.25.02. A los efectos de este Código se distinguen las siguientes clases de café y sus derivados: a) **Café verde o crudo.** b) **Café tostado natural.** c) **Café tostado torrefacto.** d) **Café descafeinado.** e) **Extracto soluble de café.** f) **Extracto soluble de café descafeinado.** Véase: Cafés y derivados.

clasificación de carnes de porcino. Véase: despiece de la canal de porcino.

clasificación de condimentos preparados. Según el Código Alimentario, 3.24.65. A los efectos de este Código se distinguen

como principales los siguientes; a) 3.24.66 **Azúcar vanillado**, b) 3.24.67 **Extracto de estragón**, c) 3.24.68 **Pimiento de apio**, d) **Vinagre aromático**. Véase: condimentos preparados.

clasificación de confecciones. Según el Código Alimentario, 3.22.29. Se distinguen las siguientes clases: a) de una sola fruta; cuando en su celebración interviene una sola clase de fruta, recibirá el nombre de la fruta con que se elaboró. b) de varias frutas; cuando en su elaboración intervienen dos o más clases de fruta, recibirá el nombre de las frutas utilizadas. c) mezcla, si se elaboran empleando confecciones varias, se indicará claramente la naturaleza de la mezcla.

clasificación de confecciones de frutas. Según el Código Alimentario, 3.22.29. Se distinguen las siguientes clases: a) **De una sola fruta:** cuando en su celebración interviene una sola clase de fruta. Reciben el nombre de la fruta con la que se elaboró. b) **De varias frutas:** cuando en su elaboración intervienen dos o más clases de frutas. Recibirá el nombre de las frutas utilizadas. c) **Mezcla:** si se elaboran empleando confecciones varias, se indicará claramente la naturaleza de la mezcla. Véase: confecciones de frutas.

clasificación de conservas. Según el Código Alimentario, 3.26.02. Se distinguen principalmente: a) **Carne**. b) **Pescado, moluscos y crustáceos**. c) **Frutas**. d) **Verduras**. e) **Platos preparados**. Véase: conservas.

clasificación de denominaciones de miel. Según el Código Alimentario, 3.23.25. Las mieles responderán, por su obtención y características, a las siguientes denominaciones: a) miel en panal o en secciones. b) miel virgen o miel de gota. c) miel cruda. d) miel cruda centrifugada. e) miel cruda prensada. f) miel gomosa. g) miel sobrecaientada o de-

senzimada. h) miel batida. i) meloja. j) mieles aromáticas.

clasificación de denominaciones de pan. Según el Código Alimentario, 3.20.37. Quedan permitidas para los productos elaborados con harina de trigo las siguientes denominaciones principales: a) pan bregado, de miga dura, español o candeal. b) pan de flama o de miga blanda. c) pan integral. d) pan de Viena o pan francés. e) pan de gluten. f) pan especial.

clasificación de derivados cárnicos. Según el Código Alimentario, 3.10.19. Los derivados cárnicos se clasifican en: a) **Salazones, ahumados y adobados**, b) **Tocino**, c) **Embutidos, charcutería y fiambres**, d) **Extractos y caldos de carne**, e) **Tripas**. Véase: derivados cárnicos.

clasificación de derivados de azúcar. Véase: clasificación de azúcares y derivados del azúcar.

clasificación de derivados de cacao. Véase: clasificación de cacao y derivados.

clasificación de derivados de café. Véase: clasificación de cafés y derivados.

clasificación de derivados de huevos. Según el Código Alimentario, 3.14.10. Los derivados de los huevos se clasifican en: a) **Primarios**, constituidos por contenido entero del huevo, o por la clara separada de la yema o por la yema aislada. b) **Secos**, son los productos derivados de los huevos, obtenidos por deshidratación o desecación de un derivado primario. c) **Productos compuestos**, son los obtenidos a partir de un derivado primario o seco, mezclados con otras sustancias nutritivas, para obtener un producto final cuyo contenido mínimo de huevo sea del 50 por 100. Véase: derivados de huevos.

clasificación de derivados de leche. Véase: concepto y clasificación de los derivados de la leche.

clasificación de derivados de leguminosas. Según el Código Alimentario, 3.18.04. Los derivados de leguminosas se clasifican en: a) **Legumbres mondadas**, b) **Purés de legumbres**, c) **Harina de legumbres**. Véase: derivados de leguminosas.

clasificación de derivados de mariscos. Según el Código Alimentario, 3.13.13. A efectos de este Código, los derivados de los mariscos se clasifican en: a) **Semiconservas**, b) **Conservas**, c) **Sopas de mariscos y bullabesas**, d) **Platos cocinados**. Véase: productos derivados de los mariscos.

clasificación de derivados de patatas. Según el Código Alimentario, 3.19.08. Los derivados de patatas se clasifican en: a) **Patatas conservadas**, b) **Patatas deshidratadas**, c) **Patatas congeladas**, d) **Patatas fritas**, e) **Harina de patata**, f) **Fécula de patata**, g) **Gránulos y copos de patatas**. h) **Otros productos**. Véase: derivados de patatas.

clasificación de derivados de pescados. Según el Código Alimentario, 3.12.14. A efectos de este Código, los derivados de los pescados se clasifican en: a) **semiconservas**; b) **conservas**. c) **sopas de pescados y bullabesas**. d) **platos cocinados**. Véase: productos derivados de pescados.

clasificación de derivados de té. Véase: clasificación de té y derivados.

clasificación de derivados especiales de chocolate. Según el Código Alimentario, 3.25.61. Tendrán esta consideración los que a continuación se enumeran: a) cacao azucarado en polvo, con harina. b) chocolate con harina. c) chocolates especiales. d) chocolate de régimen. e) chocolates rellenos. f) bombones de chocolate y artículos de confitería, de caco y chocolate. g) derivados de manteca de cacao.

clasificación de despojos. La clasificación de los despojos se puede hacer de dos maneras: a) por el **tejido que predomina** en su composición; b) por la **coloración dominante**. Siendo ésta última la clasificación más clásica y común, como se expone: **Rojos**: sangre, cabeza, lengua, corazón, pulmones, hígado, bazo y riñones. **Blancos**: sesos, timo, páncreas, testículos, mamas, patas, morros y callos o panza. Véase: despojo.

clasificación de especias. Según el Código Alimentario, 3.24.22. Cada especia responderá a la denominación característica y composición propia. Las principales, distinguiéndose conforme a la parte vegetal que las constituyen, se clasifican en: a) **Cortezas**; canela, b) **Flores o partes florales**; alcaparra, azafrán y clavo, c) **Frutos**; anís, apio, badiana, cardamomo, cilantro, comino, enebro, hinojo, pimentón, pimienta de Cayena, pimienta inglesa, pimienta negra y vainilla. d) **hojas y sumidades**; ajedrea, artemisa, estragón, té de roca, laurel, menta, orégano, perejil, poleo, romero, salvia, tomillo y espliego. e) **Rizomas y raíces**; cáalamo, cedoaria, galanga y jengibre. f) **Semillas**; macis, mostaza, nuez moscada y pimienta blanca. Sinónimo: condimento aromático. Véase: especias.

clasificación de estabilizadores de los caracteres físicos. Según el Código Alimentario, 4.32.03. Para su inclusión en las listas positivas se clasificarán en los siguientes grupos: a) **Estabilizadores naturales**. b) **Estabilizadores artificiales**. Véase: estabilizadores de los caracteres físicos.

clasificación de frutas. Las frutas en **frutoterapia** se clasifican en cuatro grandes grupos: frutas ácidas, frutas semiácidas, frutas dulces y frutas neutras. El grupo más numeroso es el de las dulces y el más pequeño el de las neutras. Existen cuatro subgrupos: de algodón, de hueso, de doble fin y tubérculas. Según el Código Alimentario. 3.22.05. las frutas para el consumo humano, se establecen las tres clasificaciones siguientes: a) por su **naturaleza**: frutas carnosas, frutas secas, frutas y semillas oleaginosas. b) por su **es-**

tado: frutas frescas, frutas desecadas, frutas deshidratadas y frutas congeladas; c) por su **calidad comecial:** las que se determinen en cada caso por la reglamentación correspondiente. Véase: frutas.

clasificación de frutas oleaginosas. Véase: clasificación de frutas y semillas oleaginosas.

clasificación de frutas secas: Según el Código Alimentario. 3.22.07. Las frutas secas, además de presentarse al consumidor en su forma natural, con o sin cáscara, pueden adoptar las siguientes formas: 1) **almendra tostada**; 2) **almendra pelada**; 3) **almendra salada**; 4) **almendra pelada y salada**; 5) **almendra repelada**; 6) **avellana tostada**; 7) **avellana salada**; 8) **castaña asada**; 9) **castaña pelada**. Véase clasificación de frutas.

clasificación de frutas y semillas oleaginosas. Según el Código Alimentario, 3.22.08. Las frutas y semillas oleaginosas, además de presentarse al consumidor en su forma natural, pueden adoptar las siguientes: **aceitunas verdes**, **aceitunas de color cambiante**, **aceitunas negras**, **aceitunas partidas**, **aceitunas rellenas**, **cacahuete tostado**, **cacahuete tostado y pelado**, **cacahuete tostado pelado y salado**, **coco molido**, **semillas de girasol tostadas**, **semillas de girasol tostadas y saladas**. Véase: frutas y semillas oleaginosas.

clasificación de grasas animales. Según el Código Alimentario, 3.16.28. A efectos de este Código se establecen las siguientes: a) **Manteca de cerdo**, b) **Sebos alimenticios**. Véase: alimentos; grasas animales.

clasificación de grasas vegetales comestibles. Dentro de la gran familia de las grasas vegetales, es posible distinguir 2 tipos principales de grasas. (1) Los **aceites vegetales concretos**, como el aceite de copra; Aceite de palma; Aceite de palmiste; Manteca de palma; Aceite de palmito; Manteca de cacao comestible; e) **Otras grasas vegetales**. Véase: alimentos; grasas comestibles; contenido de grasas de los alimentos. Según la Reglamentación (Real Decreto 1011/1981, de 10 de Abril, B.O. e. 1 Jun. 1981; R. D. 3141/1982 de 12 Nov. B.O. e. 24 Dic. 82; R. d.1356/1991 de 13 Sep. B.O. e. 17 Sep. 91) Son las obtenidas por distintos procedimientos, de frutos o semillas sanos y limpios. Entre ellos podemos distinguir fundamentalmente las siguientes: 1) **Manteca de coco**; 2) **Grasa de palmiste**; 3) **Manteca de palma**; 4) **Manteca de cacao**; 5) **Otras grasas vegetales**.

de karité. (2) Los **aceites vegetales fluidos**, como el: Aceite de cacahuete; Aceite de colza; Aceite de germen de maíz; Aceite de soja; aceite de oliva Según el Código Alimentario, 3.16.37. A efectos de este Código se establece la siguiente: a) **Manteca de coco**, b) **Aceite de palmiste**, c) **Manteca de palma**, d) **Manteca de cacao comestible**, e) **Otras grasas vegetales**. Véase: alimentos; grasas comestibles; contenido de grasas de los alimentos. Según la Reglamentación (Real Decreto 1011/1981, de 10 de Abril, B.O. e. 1 Jun. 1981; R. D. 3141/1982 de 12 Nov. B.O. e. 24 Dic. 82; R. d.1356/1991 de 13 Sep. B.O. e. 17 Sep. 91) Son las obtenidas por distintos procedimientos, de frutos o semillas sanos y limpios. Entre ellos podemos distinguir fundamentalmente las siguientes: 1) **Manteca de coco**; 2) **Grasa de palmiste**; 3) **Manteca de palma**; 4) **Manteca de cacao**; 5) **Otras grasas vegetales**.

clasificación de helados. Según el Código Alimentario, 3.28.03. Sólo podrán fabricarse los siguientes tipos de helados, que, al expenderse al público, deberán llevar la designación que corresponda a) **Helado mantecado**. b) **Helado de nata**. c) **Helado de crema**. d) **Helado de leche**. e) **Helado de fruta**. f) **Helados especiales**. g) **Sorbete de leche**. h) **Sorbete de fruta**. i) **Tartas heladas**. Véase: helados.

clasificación de hielo. Según el Código Alimentario, 3.27.26. Se distinguirán las siguientes clases de hielo alimenticio: a) **Hielo mate u opaco**. b) **Hielo claro o semitransparente**. c) **Hielo cristalino**. Véase: hielo.

clasificación de hortalizas. Según el Código Alimentario, 3.21.02. A efectos de este Código se establecen las tres clasificaciones siguientes: a) **Por la parte de la planta a que pertenecen:** Frutos, bulbos, coles, hojas y tallos tiernos, inflorescencias, legumbres verdes, pepónides, raíces y tallos jóvenes, b)

Por su forma de presentación al consumidor: Hortaliza fresca, desecada, deshidratada y congelada, c) **Por su calidad comercial:** Las que determine la reglamentación correspondiente. Véase: hortalizas, verduras y legumbres.

clasificación de huevos. Se clasifican por su tamaño en. **Pequeños** (S) con un peso menor de 55 g. **Medianos** (M) con peso comprendido entre 53 y 63 g. **Grandes** (L) de peso comprendido entre 63 y 73 g y **Supergrandes** (XL) con peso superior a 73g. Según el Código Alimentario, 3.14.02. A efectos de este Código, los huevos se clasifican en: a) **Huevos frescos**, b) **Huevos refrigerados**, c) **Huevos conservados** d) **Huevos defectuosos** e) **Huevos averiados**. Véase: huevos.

clasificación de impurezas de alimentos. Según el Código Alimentario, 4.35.01. Las impurezas de los alimentos, se clasifican en los siguientes grupos: a) Sustancias químicas extrañas cuya presencia no está permitida. b) Sustancias químicas residuales procedentes de tratamientos autorizados. c) Semillas y otras partículas comestibles de igual o distinta naturaleza a la del alimento que las contenga. d) Materias inertes, semillas extrañas y otras partículas no comestibles. e) Materias cuya presencia prejuzgue un deficiente estado higiénico-sanitario. Véase: impurezas de los alimentos.

clasificación de ingredientes. Para su exposición, clasificamos los ingredientes alimentarios en los grupos siguientes: Aceites, margarinas y grasas; Aditivos y productos para repostería; Azúcar, jarabes y edulcorantes; Bayas; Bulbos; Cafés, té y otras bebidas; Calabazas de verano e invierno; Carnes y embutidos usuales; Caza; Champiñones y hongos; Cítricos; Coles; Condimentos salados; Encurtidos, aderezos y chatnis; Especialidades alimentarias; Fideos asiáticos y papel de arroz; Frutas con hueso; Frutas y frutos secos; Granos, cereales y harinas; Hierbas, especias y semillas; Hortalizas de hoja y lechugas; Ingredientes de comida mejicana; Ingredientes

de la comida asiática; Ingredientes silvestres de Australia; Jamón y carne curados; Leche, nata y yogur; Legumbres; Mantequilla y huevos; Manzanas; Melones; Miel, mermelada y confitura; Mostazas y salsas concentradas; Pastas al huevo; Pastas cortas; Pastas largas; Pastas para sopas; Peras; Pescados curados; Pescados y mariscos ahumados; Pescados y mariscos en conserva; Pescados y mariscos frescos y en conserva; Productos lácteos y de granja; Salchichas europeas; Salsas, condimentos, aderezos y conservas; Setas secas; Verduras del mar. Véase: ingrediente fundamental.

clasificación de las aves. Según el Código Alimentario, 3.11.03. A efectos de este Código y según la especie, sexo y edad, se distinguen las siguientes clases de aves: a) **Gallo, gallina, capón y pollo**. b) **Pavo, pato, ganso, gallina de Guinea y paloma**. c) **Faisán, perdiz, codorniz, tórtola, zorzal** y otros. Dentro de estas clases, las reglamentaciones complementarias de este Código señalarán distintos tipos comerciales, en atención al peso, edad, estado de carnes y destino de las aves. Véase: aves.

clasificación de las carnes. Según el Código Alimentario, 3.10.05. A efectos de este Código se establecen las cuatro clasificaciones siguientes: a) **Según la especie animal productora:** carnes de bóvidos, de óvidos, de cápridos, de suidos, de équidos, de camélidos y de cetáceos. b) **Según la clase de canal.** (Las normas para la apreciación de caracteres de clasificación en las distintas canales para su inclusión en las clases correspondientes serán señaladas por las reglamentaciones y legislación complementarias de este Código), c) **Según la categoría.** (Las normas para la separación adecuada de las regiones anatómicas de la canal y formar las piezas que integran las distintas categorías de carne serán señaladas por la legislación complementaria de este Código), d) **Según la forma en que han sido conservadas y su aptitud para el consumo humano;** carnes frescas, refrigeradas, congeladas, defec-

tuosas, impropias y nocivas. Véase: generalidades sobre carnes y despojos.

clasificación de las carnes de ave. Según el Código Alimentario, 3.11.04. A efectos de este Código se distinguen las siguientes clases: a) **frescas, refrigeradas y congeladas.** b) **alteradas,** c) **defectuosas,** d) **nocivas.** Son de aplicación para las carnes de ave lo que para carnes en general se establece en los artículos 3.10.01 y 3.10.14 al 3.10.19, ambos inclusive, de este Código. Véase: aves.

clasificación de leches. Según el Código Alimentario, 3.15.03. Según el tratamiento que se aplique a las leches naturales, se clasifican en: Leches higienizadas, Leches certificadas, Leches especiales (concentradas, desnatadas, fermentadas o acidificadas, enriquecidas, adicionadas de aromas y/o estimulantes) y Leches conservadas (esterilizadas, evaporadas, condensadas y en polvo) 3.15.04.1 **Leches higienizadas.** 3.15.04.2 **Leches certificadas.** 3.15.04.3 **Leches especiales.** 3.15.04.4 **Leches conservadas.** Véase: leche y derivados.

clasificación de legumbres secas. Según el Código Alimentario, 3.18.02. A efectos de este Código se consideran legumbres secas las siguientes: a) **Judía:** judía carilla (*Vigna sinensis*, L.), judía común (*Phaseolus vulgaris*, L. exp. Savi.), judía de España (*Phaseolus multiflorus*, Wild.), judía de Lima (*Phaseolus lunatus*, L.); b) **lenteja** (*Lens esculenta*, Moench.) c) **garbanzo** (*Cicer arietinum*, L.) d) **guisante seco** (*Pisum sativum*, S.) e) **haba seca** (*Vicia faba*, L.) f) **altramuz:** altramuz amarillo (*Lupinus luteus*, L.), altramuz azul (*Lupinus angustifolius*, L.), altramuz blanco (*Lupinus albus*, L.) g) **soja** (*Glycine soja*, L. Sub. y Lucc.) h) **cacahuete** (*Arachis hypogea*, L.) i) **garrofa** (*Ceratonia siliqua*, L.) j) **algarroba** (*Vicia monanthos*) Véase: legumbres secas.

clasificación de licores. Según el Código Alimentario, 3.30.27. Según las materias primas empleadas y los sistemas de obtención se distinguen las siguientes: a) Marrasquino. b) Licor de zumo de frutas. c) Licor de frutas. d) Licor de aromas y esencias. e) Licor de café, té y cacao.

clasificación de los derivados de la leche. Véase: concepto y clasificación de los derivados de la leche.

clasificación de mamíferos de caza. Véase: clasificación de mamíferos de caza y similares.

clasificación de mamíferos de caza y similares. Según el Código Alimentario, 3.11.16. Dentro de este grupo se incluyen los cérvidos, cabra montés, jabalí, liebre, conejos de campo y caseros, nutria y aquellos otros que tradicionalmente se cazan para el consumo o pueden explotarse en cautividad. Véase: mamíferos de caza y similares.

clasificación de manteca de cerdo. Según el Código Alimentario, 3.16.30. Según la región anatómica de procedencia, métodos de preparación y calidad comercial, se distinguen varias clases principales de mantecas: a) **Manteca en rama o en pella.** b) **Manteca fundida.** c) **Manteca al vapor.** Véase: manteca de cerdo.

clasificación de mariscos. Según el Código Alimentario, 3.13.03. A efectos de este Código los mariscos se clasifican en: a) **Mariscos frescos,** b) **Mariscos congelados,** c) **Mariscos deshidratados o liofilizados,** d) **Mariscos cocidos.** Véase: mariscos (crustáceos y moluscos).

clasificación de mistelas. Según el Código Alimentario, 3.30.06. Se distinguen las siguientes: a) **mistela normal,** b) **mistela tierno.** Véase: Véase: mostos y mistelas.

clasificación de modificadores del color.
Véase: modificadores del color.

clasificación de mosto. Según el Código Alimentario, 3.30.04. Se distinguen las siguientes: a) Mosto natural. b) Mosto apagado. c) Mosto concentrado. d) Mosto cocido, arrope, mostillo o calabre. e) Color o pantomina.

clasificación de mosto de manzana. Según el Código Alimentario, 3.30.35. Se distinguen: a) Natural. b) Concentrado. c) Natural gasificado. d) Apagado.

clasificación de natas. Según el Código Alimentario, 3.15.14. De acuerdo con su contenido en grasa, las natas se clasifican en: **Doble nata:** la que contenga como mínimo 50% en peso de grasa. **Nata:** la que contenga como mínimo 30% en peso de grasa. **Nata delgada:** la que contenga como mínimo 18% en peso de grasa. Véase: nata.

clasificación de patatas. Según el Código Alimentario, 3.19.02. A efectos de este Código las patatas se clasifican en: a) **Patatas frescas,** b) **Patatas peladas.** Véase: patatas.

clasificación de pescados. Según el Código Alimentario, 3.12.04. A efectos de este Código, los pescados se clasifican en: a) **Pescados frescos;** b) **Pescados congelados;** c) **Pescados salados;** d) **Pescados ahumados;** e) **Pescados desecados.** Véase: pescados.

clasificación de piensos. Según el Código Alimentario, 5.36.02. A efectos de este Código se distinguen las siguientes clases: a) **Piensos simples o de base.** b) **Piensos compuestos.** c) **Piensos compuestos completos.** d) **Piensos compuestos complementarios.** e) **piensos líquidos.** f) **Piensos mezclados.** g) **Piensos especiales.** Véase: piensos.

clasificación de platos congelados. Véase: características y clasificación de platos congelados.

clasificación de preparados alimenticios especiales. Según el Código Alimentario,

3.26.24. Se distinguen entre otros los siguientes: a) **Preparados para caldos.** b) **Preparados para sopas.** c) **Preparados para flanes, cremas.** d) **Preparados para desayunos.** Véase: preparados alimenticios especiales.

clasificación de productos amiláceos. Según el Código Alimentario, 3.20.22. A efectos de este Código se establece la siguiente clasificación: a) **Féculas y almidones,** b) **Arrurruz;** c) **Tapioca;** d) **Sagú;** e) **Inulina.** Véase: Productos amiláceos.

clasificación de productos de vinificación. Según el Código Alimentario, 3.30.02. Se distinguen los siguientes grupos: a) Mosto. b) Mistela. c) Vinos. d) Vinos aromatizados. e) Productos derivados.

clasificación de quesos. La clasificación de los quesos es compleja y tiene en cuenta distintos factores. Se suelen dividir según: **Leche:** quesos de cabra, quesos de otros animales, quesos de oveja, quesos de vaca. **Materia grasa:** quesos desnatados, quesos doble graso, quesos extragrasos, quesos grasos, quesos semidesnatados, quesos semigrasos. **Textura:** quesos blandos, quesos duros, quesos muy blandos, quesos semiblandos, quesos semiduros. **Proceso de elaboración:** quesos prensados cocidos, quesos de pasta hilada, quesos de suero, quesos frescos, quesos preparados, quesos prensados sin cocer, quesos madurados sin prensar. **Según la corteza:** quesos con corteza artificial, quesos con corteza bañada, quesos con corteza enmohecida, quesos con corteza natural seca. **Según el color.** No todos los quesos tienen el color natural que proviene del juego espontáneo de las fermentaciones. Desde tiempos remotos se ha recurrido a colorantes naturales para obtener quesos característicos (blanqueadores para el *feta* griego o anaranjados para el *cheddar* anglosajón) Los colores realmente naturales son el blanco para los quesos frescos, y azulado para los quesos afectados por los hongos azules. Según el Código Alimentario, 3.15.27. Los quesos se clasifican: I. De acuerdo con el procedimiento de elabora-

ción, en: a) **Frescos y blancos pasteurizados**. b) **Afinados, madurados o fermentados**. II De acuerdo con su contenido en grasa láctea, expresado en porcentaje masa/masa sobre el extracto seco lácteo, en: a) **Extragraso**. b) **Graso**. c) **Semigraso**. d) **Semidesnatado**. e) **Desnatado**. Véase: queso y queso fundido.

clasificación de quesos fundidos. Según el Código Alimentario, 3.15.30. De acuerdo con su contenido en grasa láctea expresado en porcentaje masa/masa sobre el extracto seco lácteo, los quesos fundidos se clasifican en: a) **Extragraso**. b) **Graso**. c) **Semigraso**. d) **Semidesnatado**. e) **Desnatado**. Las reglamentaciones correspondientes señalarán las condiciones exigibles en los diferentes tipos de quesos fundidos. Véase: queso y queso fundido Según el Código Alimentario, 3.15.30. De acuerdo con su contenido en grasa láctea expresado en porcentaje masa/masa sobre el extracto seco lácteo, los quesos fundidos se clasifican en: a) **Extragraso**. b) **Graso**. c) **Semigraso**. d) **Semidesnatado**. e) **Desnatado**. Las reglamentaciones correspondientes señalarán las condiciones exigibles en los diferentes tipos de quesos fundidos. Véase: quesos y quesos fundidos.

clasificación de sal para alimentación. Según el Código Alimentario, 3.24.02. A efectos de este Código se distinguen las siguientes clases de sal de alimentación: a) **Piedra o gema**. b) **Marina**. c) **De fuente o mineral**. d) **Común**. e) **Sales especiales**. Véase: condimentos y especias.

clasificación de salsas. Según el Código Alimentario, 3.24.72. Se distinguen como principales las siguientes: a) 3.24.73 **Salsa mahonesa**, b) 3.24.74 **Salsa de ensalada**, c) 3.24.75 **Escabeche**, d) 3.24.76 **Salsa de tomate**, e) 3.24.77 **Salsa picante “curry”**; 3.24.78 **Salsa picante “catchup”**. Véase: salsas.

clasificación de semillas oleaginosas. Véase: clasificación de frutas y semillas oleaginosas.

clasificación de sucedáneos de café. Según el Código Alimentario, 3.25.15. A los efectos de este Código se distinguen, entre otras, las siguientes clases de sucedáneos de café: a) **Achicoria**. b) **Malta tostada**. c) **Cebada tostada**.

clasificación de sustancias que modifican los caracteres organolépticos. Véase: definición y clasificación de sustancias que modifican los caracteres organolépticos.

clasificación de tabaco. Según el Código Alimentario, 3.25.75. A efectos de este Código los tabacos genuinos y tratados se clasificarán, en función de su contenido en alcaloides, en los siguientes grupos: a) **Tabaco genuino**. b) **Tabaco pobre en nicotina**. c) **Tabaco desnicotinizado**.

clasificación de té. Véase: clasificación de té y derivados.

clasificación de té y derivados. Según el Código Alimentario, 3.25.25. A efectos de este Código se distinguen las siguientes clases de té y derivados: a) **Té verde**. b) **Té negro**. c) **Té descafeinado**. d) **Extracto soluble de té**. Véase: té y derivados. Véase: cafeína.

clasificación de tripas. Según el Código Alimentario, 3.10.39. La reglamentación correspondiente especificará los distintos tipos de tripas naturales y artificiales con respecto a su origen, región animal de procedencia, tamaño y diámetro. Véase: tripas.

clasificación de vino. Se distinguen las siguientes clases: a) **Vino común**, de **pasto** o **corriente**, b) **Vinos de mezcla**, c) **Vinos verdes** y **chacolí**, d) **Vinos especiales**. Véase: bebidas alcohólicas, vinos.

clasificación de vinos especiales. Según el Código Alimentario, 3.30.09. Se clasifican: a) **Vino fino de mesa.** b) **Vino generoso seco.** c) **Vino generoso dulce, vino generoso abocado.** d) **Vino licoroso.** e) **Vino espumoso de crianza en cava.** f) **Vino espumoso elaborado en grandes envases.** g) **Vino gasificado.** h) **Vino con aguja.** Véase: vinos especiales.

clasificación similares a mamíferos de caza. véase: clasificación de mamíferos de caza y similares.

Clathraceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: basidiomycetes. Subclase: autobasidiomycetes o holobasidiomycetes (basidios no tabicados normales) Orden: gasterales o basidiomicetos gasteromicetos. Comprende un número reducido de especies, pero de formas insólitas y vivos colores. El cuerpo fructífero tiene una estructura ramificada o de red, con una gran volva basal provista de raíces largas. Son saprófitas y se desarrollan en terrenos muy ricos en humus y, como las phallaceae, tienen un olor muy desagradable y penetrante. Receptáculo porífero reticulado, a veces dividido irregularmente, con la gleba unida a él. Dos géneros de esta familia son: **clathrus**, **anthurus**. Nombre vulgar: clatráceas. Consideramos: **Género clathrus:** *Clathrus cancellatus*. **Género anthurus:** *Anthurus archeri*, *Colus hirudinosus*, *Ileodictyon gracile*, *LySurus gardneri*.

Clathrus archeri. Otro nombre de la seta: *Anthurus archeri*.

Clathrus cancellatus. Familia: clathraceae. Género: clathrus. Características: Carpóforo en forma de red roja. Nombre vulgar: clatro roja. Seta curiosa con aspecto de bombilla cubierta por una especie de enrejado, como una jaula completamente roja, en el interior de la cual se forma la gleba, maloliente. Es una especie meridional y frecuente en los bosques, entre las hojas y en los jardines. Carece de valor culinario. Nombre vulgar: clatro rojo, clatro cancelado. En catalán: **cita**

de bruixa; cranc; ou de polla. En vascuence: **kaiola gorri; kaiola perretxiko.** Sinónimo: *Clathrus ruber*.

Clathrus ruber. Otro nombre de la seta: *Clathrus cancellatus*.

clatráceas. Véase: *clathraceae*.

clatro cancelado. Nombre vulgar de la seta: *Clathrus cancellatus*.

clatro rojo. Nombre vulgar de la seta: *Clathrus cancellatus*.

clau. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: borracho; garneo.

claudia. Véase: ciruela claudia.

Clausilia bidentata. Cangrejo terrestre que posee una concha fusiforme, de hasta 12 mm de altura. Es de color marrón rojizo y sinistrorsa (con la abertura de la boca a la izquierda). Se encuentra en paredes y rocas húmedas y se alimenta de hongos y algas.

Clausinella gayi. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almejita de gay**.

Clavaria amethystina. Familia: clavariaceae. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en los Pirineos. Véase: setas comestibles.

Clavaria aurea. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: ramaria. Características: Tronco espeso. Terrestres. Subcaracterísticas: extremidades más o menos amarillentas. Tronco blanquecino. Extremidades amarillo oro. Carne blanca que no enrojece como la flava, comestible, aunque puede resultar ligeramente laxante. Su carne, pronto se hace coriácea. Conviene hervirlas para ablandarlas. Véase: setas comestibles. Nombre vulgar: manitas, manecitas. En catalán: **maneta de gropa; manetes; peu de rata grog.** En vascuence: **atzapar urregorri; atzapar.** Sinónimo: *Clavaria aurea*, *Ramaria aurea*. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de

consumo, espontánea o cultivada, en el Norte, Centro y Oeste de España. *Clavaria coralloides*. Véase: setas comestibles. Nombre vulgar: manitas, patitas de rata, cresta de gallo.

Clavaria botrytis. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: ramaria. Características: Tronco espeso. Terrestres. Sub-características: extremidades más o menos rojizas. Troncos y ramas blancas o algo amarillentas. Extremidades rosa púrpura. Seta con carne acuosa, compacta y frágil, de olor y sabor leves pero agradables. Es un buen comestible bastante apreciado. Los ejemplares jóvenes se reconocen fácilmente y son los que se deben recolectar, los maduros conviene no consumirlos porque adquieren una tonalidad ocre uniforme y pueden ser confundidos con *Ramaria formosa* de efectos purgantes. Es necesario cocerla para eliminar cualquier rastro de sabor amargo. Nombre vulgar: ramaria coliflor, escoba. En catalán: **peu de rata coliflor**. En vascuence: **atzapar puntagorri**; **atzapar**. Sinónimo: *Ramaria botrytis*.

Clavaria cinerea. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: clavulina. Características: Conjunto color gris ceniza. Seta que mide de 5 a 10 cm. El tronco es corto, espeso y de color blanco grisáceo. Las ramas son desiguales, rugosas y con irisaciones azuladas y violetas. Las extremidades tienen un color grisáceo. Carne frágil, grisácea, no comestible. En vascuence: **atzapar hauskara**. Sinónimo: *Clavulina cinerea*, *Ramaria cinerea*.

Clavaria coralloides. Otro nombre de la seta: *Clavaria aurea*.

Clavaria crispa. Otro nombre de la seta: *Sparassis crispa*.

Clavaria cristata. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: clavulina. Características: Conjunto blanquecino o

amarillento. Sub-características: Carpóforo no rugoso longitudinalmente. Terrícola. Blanquecina. Pequeña talla. Carne tenaz, blanquecina, que tiene sabor dulce con regusto amargo y no es comestible. Vive en los bordes de los senderos del bosque. Nombre vulgar: clavaria en cesta. En catalán: **ratapeus**. En vascuence: **atzapar zuri**. Sinónimo: *Clavulina cristata*, *Ramaria cristata*.

clavaria en cesta. Nombre vulgar de la seta: *Clavaria cristata*.

clavaria en pilón. Nombre vulgar de la seta: *Clavaria pistilaris*.

Clavaria flava. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: ramaria. Características: Tronco espeso. Terrestres. Sub-características: extremidades más o menos amarillentas. Tronco blanquecino que se mancha de rojo. Extremidades amarillo azufre. Seta comestible de buena calidad que crece frecuentemente en los bosques de castaño, de haya o de coníferas; tiene color amarillo claro. Carne blanca o algo amarillenta que se mancha de rojo. Tiene olor agradable y sabor dulce. Resulta comestible, de buen sabor, pero para algunos es ligeramente laxante. Nombre vulgar: ramaria amarilla, pie de gallo, barba de capuchino, barba de chivo, patitas de rata. En catalán: **mnetes**; **peu de rata**; **potes de rata**. En vascuence: **atzapar-hori**; **xixeta atzapar-dunak**. Sinónimo *Ramaria flava*. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en el Norte, Este y Centro de España. *Clavaria flava*, Fry. Véase: setas comestibles.

Clavaria formosa. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: ramaria. Características: Tronco espeso. Terrestres. Sub-características: extremidades más o menos amarillentas. Tronco rosado. Extremidades amarillo limón. Seta de carne blanca, de sa-

bor ácido o amargo y su olor es exactamente el del serrín de haya. Seta venenosa que al ser ingerida produce un efecto purgante drástico, debido a sus compuestos quinónicos, que dan lugar a un proceso resinoide gastrointestinal con la aparición de vómitos y diarreas intensa, que producen una gran deshidratación, siendo necesario administrar tisanas abundantes y limonada para contrarrestar estos efectos. Además tiene un sabor excesivamente amargo para consumirla. Nombre vulgar: clavaria hermosa, clavaria purgante, ramaria elegante, ramaria hermosa. En catalán: **peu de rata bord; rata-peus**. En vascuence: **atzapar eder; atzapar**. Sinónimo: *Ramaria formosa*.

Clavaria fusiformis. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: clavariadelphus. Características: No son ramosas y tienen sus carpóforos de color ocre amarillento. Figura más o menos fusiforme. Sub-características: Forma de huso amarillento o con varios receptáculos reunidos en el pie formando tufos o racimos. Carne tenaz, de color amarillento. No comestible. En vascuence: **txitxardin hori**. Sinónimo: *Clavariadelphus fusiformis*, *Clavulinopsis fusiformis*.

clavaria hermosa. Nombre vulgar de la seta: *Clavaria formosa*.

Clavaria pallida. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: ramaria. Características: Tronco espeso. Terrestres. Sub-características: extremidades más o menos rojizas. Troncos y ramas color café co leche. Extremidades rosa-lilas más pálidas en la vejez. Carne frágil, blanca, de olor a jabón y sabor amargo. Es otra de las *Clavarias* purgantes. Sinónimo: *Ramaria pallida*, *Ramaria mairei*.

Clavaria pistilaris. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: clavariadelphus. Características: No son ramosas y tienen sus carpóforos de color ocre amarillento. Figura más o menos fusiforme. Sub-características: Forma de porra o maza con la parte superior

redondeada. Seta en forma de maza, que se encuentra bajo las hayas y que tiene la forma simple de un gran huso hinchado en su centro, y cuyo cuerpo se halla completamente revestido por el himenio. Comestible, tiene la carne amarga, de poco valor y siempre después de una cocción prolongada para eliminar el amargor. Nombre vulgar: mano de mortero, mano de almirez clavaria en pilón, maza de Hércules. En catalán: **bossa; bosses figues**. En vascuence: **joiki arrunt**. Sinónimo: *Clavariadelphus pistilaris*.

clavaria purgante. Nombre vulgar de la seta: *Clavaria formosa*.

Clavaria pyxidata. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: clavulina. Características: Conjunto blanquecino o amarillento. Sub-características: Carpóforo no rugoso longitudinalmente. Lignícola. Amarillenta. Gran talla. Carne tenaz y blanquecina, de sabor picante. No es comestible. En vascuence: **atzapar koralzuri**. Sinónimo: *Clavulina pyxidata*, *Ramaria pyxidata*.

clavaria rizada. Nombre vulgar de la seta: *Sparassis crispa*.

Clavaria rugosa. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: clavulina. Características: Conjunto blanquecino o amarillento. Sub-características: Carpóforo rugoso longitudinalmente. Nombre vulgar: clavaria rugosa. Seta comestible de poca utilidad debido a su poca consistencia y dificultad de conseguir suficiente cantidad para preparar un plato. En vascuence: **atzapar zimur**. Sinónimo: *Clavulina rugosa*.

Clavaria stricta. Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: ramaria. Características: Tronco muy corto o nulo. Lignícolas. Carne tenaz y blanca de sabor amargo y picante. No comestible. Nombre vulgar: ramaria apretada. En vascuence: **atzapar ostu; atzapar**. Sinónimo: *Ramaria stricta*.

***Clavaria truncata*.** Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: clavariadelphus. Características: No son ramosas y tienen sus carpóforos de color ocre amarillento. Figura más o menos fusiforme. Sub-características: Forma de porra o maza con la parte superior truncada. Seta en forma de maza truncada, es decir, que su cúspide aparece bruscamente aplastada. Puede tener de 10 a 20 cm de altura y de 2 a 4 cm de grosor en su extremo superior. Carne gruesa, blanca, fibrosa y blanda al mismo tiempo y ofrece un sabor asombrosamente azucarado. Este sabor es debido a la presencia de un azúcar especial, propia de algunos hongos. Comestible de mejor calidad que la *Clavariadelphus pistilaris*. Nombre vulgar: clavaria truncada. En catalán: **bossa truncata**. En vascuence: **joiki gozo**. Sinónimo: *Clavariadelphus truncatus*.

***Clavaria vermicularis*.** Familia: clavariaceae. Género: clavaria. Sub-género: clavaria (sentido estricto s. st.) Características: No son ramosas y tienen sus carpóforos de color blanquecino o rosado. Mide de 5 a 8 cm. Tronco en forma de gusano, algo alargado y terminado en punta. Su color más que blanquecino, es blanco puro, pero con la edad se hace algo amarillento. Carne frágil de color blanco y comestible sin valor. En vascuence: **txitxardin zuri**.

***Clavariaceae*.** Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: basidiomycetes. Subclase: autobasidiomycetes o holobasidiomycetes (basidios no tabicados normales) Orden: aphyllophorales. Comprende los géneros: clavaria, sparassis. A esta familia pertenecen especies de morfología extraña, a veces simplemente en forma de clava o dedo, y otras muy complejas y ramificadas, hasta el punto de asemejarse a una estructura coralina. Aparatos esporíferos generalmente de consistencia carnosa

o coriácea, claviformes y simples y más o menos ramificados y de aspecto coraloide. El himenio, que es liso, recubre parcial o totalmente la superficie del aparato esporífero. Basidios con 2-4 esterigmas. La carne es blanda y de consistencia gelatinosa. Las esporas son blancas, de forma bastante variable. Suelen ser saprófitas. Algunas especies son comestibles, pero de poca calidad; otras son tóxicas; y la mayoría no tiene gran valor gastronómico. Nombre vulgar: clavariáceas. Consideramos: **Género clavaria**. Sub-género **clavaria** (s. st.): *Clavaria vermicularis*. Sub-género **clavariadelphus**: *Clavaria pistilaris*, *Clavaria truncata*, *Clavaria fusiformis*. Sub-género **clavulina**: *Clavaria cinerea*, *Clavaria rugosa*, *Clavaria cristata*, *Clavaria pyxidata*. Sub-género **ramaria**: *Clavaria stricta*, *Clavaria botritis*, *Clavaria pallida*, *Clavaria formosa*, *Clavaria aurea*, *Clavaria flava*. **Género sparassis**. *Sparassis crispa*, *Sparassis laminosa*, *Sparassis ramosa*.

clavariáceas. Véase: *clavariaceae*.

***Clavariadelphus fusiformis*.** Otro nombre de la seta: *Clavaria fusiformis*.

***Clavariadelphus pistilaris*.** Otro nombre de la seta: *Clavaria pistilaris*.

***Clavariadelphus truncatus*.** Otro nombre de la seta: *Clavaria truncata*.

clavel. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **raya bramante**.

clavell. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: águila marina; noriega; raya de clavos.

clavell borrell. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **noriega**.

clavell morell. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **noriega**.

clavellada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: noriega; raya áspera; raya braman-te; raya cardadora; raya de clavos; raya de espejos; raya estrellada; raya mosaica; raya santiagouesa.

clavelló. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **borracho**.

clavero. Nombre vulgar de la planta: *Caryophyllus aromaticus*.

***Claviceps purpurea*.** Familia: clavicipitáceas. Género *claviceps*. Características: Peritéceo coriáceo. Parásito de insectos, hongos y gramíneas. Sub-características: Especies parásitas de gramíneas. Receptáculo fusiforme y sinuoso, con el exterior al principio rojizo y luego negro y el interior blanco. Se encuentra en las inflorescencias de algunas gramíneas, como el centeno (*Secale cereale*), germinando en primavera. Entre sus principios activos hay una sustancia muy tóxica que es la **ergotina**. El cornezuelo de centeno se ha utilizado en medicina en pequeñas dosis sobre todo en obstetricia, pero puede ser mortal en mayores dosis y en tiempos pasados han ocurrido envenenamientos espectaculares al consumir pan fabricado con centeno que estaba parasitado por el cornezuelo, dando lugar al ergotismo, o Fuego de San Antonio que causó muchas muertes al finalizar la Edad Media. Nombre vulgar: **cornezuelo de centeno**. En gallego: **carnizó; cernecho; cornello; cornizó; dentello; dentón; dentullo; grao de corvo**. En vascuence: **zekale-aino**.

***Clavicipitaceae*.** Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: Género: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: ascomycetes. Subclase: pyrenomycetes. Las setas son de dimensiones modestas o extremadamente reducidas; tienen forma de clava, con la superficie irregular y raramente ramificada. Muchas tienen colores muy vivos y brillantes. Son todas saprofitas y muchas cumplen sus ciclos de desarrollo consumiendo en poco tiempo restos de insectos muertos. Algunas especies son

parásitas de setas hipógeas. No tienen ningún interés gastronómico. Nombre vulgar: clavicipetáceas. Consideramos: *Claviceps purpurea*, *Cordiceps capitata*, *Cordiceps gracilis*, *Cordiceps militaris*, *Cordiceps ophyoglossoides*.

clavicipitáceas. Véase: *Clavicipitaceae*.

clavilló. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: borracho; cabete.

clavo. Véase: vino aroma clavo.

clavo. Nombre vulgar de la planta: *Caryophyllus aromaticus*. Sinónimo: clavo de especia, clavo de olor.

clavo de especia. Nombre vulgar de la planta: *Caryophyllus aromaticus*.

clavo de olor. Nombre vulgar de la planta: *Caryophyllus aromaticus*. Nombre hindú: *laung*; Véase: especias y hierbas en la cocina védica.

***Clavulina amethystina*.** Familia: clavariaceae. Seta de carne frágil; tiene un ligero olor a harina y sabor un poco amargo. No es apta para el consumo.

***Clavulina cinerea*.** Otro nombre de la seta: *Clavaria cinerea*.

***Clavulina cristata*.** Otro nombre de la seta: *Clavaria cristata*.

***Clavulina pyxidata*.** Otro nombre de la seta: *Clavaria pyxidata*.

***Clavulina rugosa*.** Otro nombre de la seta: *Clavaria rugosa*.

***Clavulinopsis corniculata*.** Familia: clavariaceae. Seta de carne dura y consistente, es de sabor amargo y tiene un desagradable olor a harina rancia. No es apta para el consumo.

***Clavulinopsis fusiformis*.** Otro nombre de la seta: *Clavaria fusiformis*.

Cleisthenes pinetorum herzensteini. Pez. Designación oficial: **platija sohachi**.

clementina. Nombre vulgar de la planta: *Citrus reticulata x citrus aurantium*.

clemole. Cocina de Morelos en Méjico. **Ingredientes**: cuete de res, huesos de tuétano, hueso poroso, papa, elote, calabacita, zanahoria, nabo, ejote, cebolla, ajo, rama de cilantro, hierbabuena, chile verde. Véase: caldos y sopas en la cocina de Méjico.

clerigo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **borracho**.

Clibanarius panamensis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ermitaño diabólico**.

clica. Designación oficial española del molusco: *Spisula solida*. Sinónimo oficial: Almeja blanca; Ameixa branca; Cornecha; Cornicha; Escupinya bestia; Txirla zuria.

clica. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **berberecho verde**.

Clinitrachus argentatus. Pez. Designación oficial: **rabosa plateada**.

Clinus argentatus. Pez. Designación oficial: **rabosa plateada**.

Clinus chilensis. Pez. Designación oficial: **chalapo**.

Clinus elegans. Pez. Designación oficial: **trambollo vieja**;

Clinus guttulatus. Pez. Designación oficial: **trambollo vieja**.

Clinus peruvianus. Pez. Designación oficial: **chalaco**.

Clinus variabilis. Pez. Designación oficial: **rabosa plateada**.

clissa. Nombre vulgar catalán del pez: *Venerupis sp.almeja*

clitocibe anisado. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe odora*.

clitocibe blanca de los arroyos. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe ribulosa*.

clitocibe blanca pequeña. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe dealbata*.

clitocibe de pie en clava. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe clavipes*.

clitocibe embudada. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe inversa*.

clitocibe en forma de copa. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe cyathiformis*.

clitocibe en forma de embudo. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe infundibiliformis*.

clitocibe gigante. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe gigantea*.

clitocibe perfumado. Nombre vulgar de la seta: *Clitocybe odora*.

Clitocybe alexandri. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero sin forma de embudo. Olor no anisado. Sombrero no verdoso. Láminas grises o marrones. Carpóforo ocre. Olor no señalado. Sombrero no estriado en los bordes. Carne blanca, acuosa y esponjosa, de color sucio, olor fúngico poco señalado como a comino y sabor también poco fuerte. Es comestible pero resulta demasiado blanda. Sinónimo: *Clitocybe gilva*.

Clitocybe amethystina. Otro nombre de la seta: *Laccaria amethystina*.

Clitocybe aurantiaca. Otro nombre de la seta:
Hygrophoropsis aurantiaca.

Clitocybe cerussata. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Seta tóxica que presenta un hermoso sombrero de hasta 12 cm de diámetro, desnudo, húmedo, de bonito color blanco mate, lustroso en el margen y polvoriento en el centro, parece que está recubierto por una pátina parecida a barniz. La carne tiene una consistencia tenaz, casi elástica y un olor que recuerda a la harina rancia. Es una especie muy peligrosa, tiene un elevado contenido de **muscarina** que provoca envenenamientos de tipo neurotóxico con un período de latencia más bien corto. Sinónimo: *Clitocybe phyllophila*.

Clitocybe cerussata. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies un poco higrófanos. Sombrero de 4 a 8 cm color blanco con polvo gris. Olor suave a harina. Carne acuosa, blanca, de olor y sabor suave a harina. Esta especie es tóxica, como las otras *Clitocybe* pequeñas blancas (*dealbata*, *ribulosa*, etc), pero tiene mayor tamaño. Su toxicidad se debe a la **muscarina** que da lugar a la llamada intoxicación sudoriana. Esta intoxicación se trata con la atropina. En vascuence: **basoe-tako klitozibe-zuri**. Véase setas venenosas.

Clitocybe clavipes. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero sin forma de embudo. Olor no anisado. Sombrero no verdoso. Láminas blancas o amarillentas. Sombrero grisáceo. Pie no bulboso. Láminas cerradas poco decurrentes. Presenta un sombrero de color marrón gris o gris amarillento en ocasiones algo descolorido en el margen, al principio es convexo y más tarde extendido y con frecuencia mamelonado, está recubierto por la cutícula que es aterciopelada en tiempo seco. La carne es blanca, algodonosa y exhala un suave perfume que recuerda al de

los jazmines. Carne blanda, acuosa, de color blanquecino, olor ligero ciánico o de almendras amargas. Es comestible, pero no es muy apreciada, debido a su consistencia algodonosa. Nombre vulgar: clitocibe de pie en clava. En vascuence: **klitozibe zola-lodi**.

Clitocybe costata. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero en forma de embudo. Cutícula del sombrero ocrácea. Especies delgadas. Sombrero con bordes acostillados. Pie rayado longitudinalmente. Olor a frutas. Carne elástica, tenaz, blanquecina, de olor a frutas y no de olor ciánico parecido al de la *Marasmius oreades* que tiene el *infundibuliformis*. Es comestible.

Clitocybe cyathiformis. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas amiloides. Sub-características: Especies de pequeña o mediana talla. Sombrero higrófano, color grisáceo marrón. Carne delgada, elástica, blanca, acuosa, de color grisáceo, olor ciánico suave y sabor poco señalado. Es comestible mediocre. Nombre vulgar: clitocibe en forma de copa. En catalán: **tassa de bruc**. En vascuence: **klitozibe beltza**. Sinónimo: *Omphalia cyathiformis*

Clitocybe dealbata. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies un poco higrófanos. Sombrero de 2 a 4 cm blanco grisáceo. Olor a mezcla de hierba y harina. Hongo venenoso no mortal, pero bastante peligroso, pues presenta un gran contenido en **muscarina**, lo que produce un intenso sudor con escalofríos, acompañado de vómitos y diarreas (Intoxicación llamada *sudoriana*). Se combate bien la intoxicación con un lavado de estómago y administrando sulfato de atropina. Nombre vulgar: clitocibe blanco; clitocibe blanca pequeña. En vascuence: **errotari faltsu**.

Clitocybe dicolor. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies muy higrófanos. Con láminas grisáceas marrones. Sombrero gris oscuro casi infundibiliforme. Láminas blanco grisáceas. Carne densa en el centro del sombrero y muy delgada en los bordes, de color blanco grisáceo, de olor que recuerda al del *Rhodopaxillus nudus* en todo el carpóforo menos en la base del pie que huele a harina rancia y de sabor no muy señalado. Es comestible. En vascuence: **klitozibe kolore-biko**.

Clitocybe flaccida. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas verrugosas. Sub-características: Sombrero rojizo anaranjado muy embudado. Láminas poco ahorquilladas muy decurrentes. Consistencia blanda en la carne. Láminas a menudo ahorquilladas. Vive en hojas. Carne blanquecina muy blanda y de buen sabor. Seta comestible de buena calidad. Los ejemplares que crecen a pie de coníferas son más sabrosos.

Clitocybe fragans. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies muy higrófanos. Con láminas blanquecinas y olor a anís. Sombrero no umbilicado blanquecino. Carne frágil, blanca, con un olor muy fuerte a anís y sabor poco señalado. Es comestible pero su carne es demasiado escasa.

Clitocybe geotropa. Familia: tricholamaceae. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero en forma de embudo. Cutícula del sombrero ocrácea. Especies robustas. Pie más largo que el diámetro del sombrero. Sombrero con mamelón, poco embudado. El sombrero de esta seta recuerda al de una

cabeza rapada (de ahí su nombre vulgar) Al principio de esta seta no se ve más que un gran pie, obeso y ovoide coronado por un pequeño sombrero puntiagudo, poco a poco este sombrero se va desarrollando a expensas del pie hasta alcanzar un diámetro de 10 a 20 cm, siempre con forma de copa o de embudo y con un mamelón central que permanece durante toda la vida. Carne no higrófana, consistente que no es atacada por las larvas, de color blanquecino y de olor y sabor agradables sobre todo en los ejemplares jóvenes. Está considerada buen comestible. Los ejemplares jóvenes son buscados con ilusión porque presentan un excelente manjar. Los ejemplares viejos pueden exhalar un olor fétido a causa de la sequedad. Nombre popular: cabeza de fraile, platera, blanquilla. En catalán: **candela; moixerno de tardor; pampa**. En vascuence: **neguko susa; San Martin ziza; urril ziza**. Sinónimo: *Agaricus geotropus*.

Clitocybe gibba. Otro nombre de la seta: *Clitocybe infundibuliformis*.

Clitocybe gigantea. Familia: tricholamaceae. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas amiloides. Sub-características: Especies de gran talla. Sombrero no higrófano, color blanco crema. Seta bastante parecida a la cabeza de fraile (*Clitocybe geotropa*), pero su tamaño es mayor y algunos ejemplares llegan a rebasar un diámetro de sombrero de 30 cm. Este sombrero tiene una tonalidad de cuero pálido y no posee el mamelón central característico de *Clitocybe geotropa* la carne es gruesa, blanda y algo fofa y exhala un olor suave. Es una especie comestible pero no de muy buena calidad, sin embargo, debido a su gran tamaño permite con sólo 2 o 3 ejemplares preparar un sabroso plato para la cena. Resulta una especie más bien escasa. Nombre vulgar: clitocibe gigante. En catalán: **candel de bruc gigant**. En vascuence: **klitozibe erraldoi**.

Clitocybe gilva. Otro nombre de la seta:
Clitocybe alexandri; *Clitocybe splendens*.

Clitocybe hydragrumma. Familia: tricolomáceas. Género: *clitocybe*. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies muy higrófanos. Con láminas blancas y olor a pescado. Carne delgada, blanquecina, de olor fuerte y desagradable a una mezcla de pescado y harina o a excremento de gallinero y de sabor también a pescado. No es comestible debido a su olor y sabor, pero tampoco es tóxica. Algunos autores consideran que puede ser algo alucinógena. En vascuence: **klitozibe zikinusain**.

Clitocybe imperialis. Otro nombre de la seta:
Biannularia imperialis.

Clitocybe infundibuliformis. Familia: tricholomaceae. Género: *clitocybe*. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero en forma de embudo. Cutícula del sombrero ocrácea. Especies delgadas. Sombrero con bordes no acostillados. Pie no rayado longitudinalmente. Olor ciánico. Carne tierna y esponjosa, de color blanquecino, con un característico olor a almendra y un sabor ligeramente acre. Es buena, pero es necesario cocerla durante un largo intervalo antes de consumirla, a causa de su considerable consistencia. También conviene consumir los ejemplares jóvenes que son menos coriáceos. Se presta también a ser disecada. Nombre popular: cliticibe en forma de embudo. En catalán: **orella de conill**; **pampeta**; **tassa de bruc**. En vascuence: **inbitu**. Sinónimo: *Clitocybe gibba*.

Clitocybe inornata. Familia: tricolomáceas. Género: *clitocybe*. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero sin forma de embudo. Olor no anisado. Sombrero no verdoso. Láminas grises o

marrones. Carpóforo gris. Olor a pescado. Sombrero cortamente estriado. Carne tenaz algo acuosa, blanquecina grisácea, de olor desagradable a pescado y sabor dulce. No es comestible por su olor, pero tampoco tóxica.

Clitocybe inversa. Familia: tricolomáceas. Género: *clitocybe*. Características: Esporas verrugosas. Sub-características: Sombrero rojizo anaranjado muy embudado. Láminas poco ahorquilladas muy decurrentes. Consistencia más o menos dura. Láminas no ahorquilladas. Coníferas. Carne delgada, blanquecina pero que rojea al aire, de olor fúngico suave y de sabor ciánico y dulce a veces algo amargo. Comestible no muy buscada. Nombre vulgar: cliticibe embudada. En catalán: **mixarno**; **pampeta**. En vascuence: **klitozibe ezpaingorri**. Sinónimo: *Lepista inversa*

Clitocybe laccata. Otro nombre de la seta:
Laccaria laccata.

Clitocybe maxima. Familia: tricolomáceas. Género: *clitocybe*. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero en forma de embudo. Cutícula del sombrero ocrácea. Especies robustas. Pie más corto que el diámetro del sombrero. Sombrero sin mamelón, muy embudado. Carne compacta, de color blanquecino, olor fúngico agradable y buen sabor. Es comestible, pero no de muy buena calidad.

Clitocybe mellea. Otro nombre de la seta:
Armillaria merella.

Clitocybe nebularis. Familia: tricolomáceas. Género: *clitocybe*. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero sin forma de embudo. Olor no anisado. Sombrero no verdoso. Láminas blancas o amarillentas. Sombrero grisáceo. Pie no bulboso. Láminas cerradas poco decurrentes. Seta bastante grande, con un

sombrero primero convexo, después giboso en el centro y por último extendido deprimido pero nunca con forma de embudo, puede alcanzar un tamaño de 15 a 20 cm de diámetro. Aunque esta seta se puede considerar como buen comestible hay que advertir que a algunas personas les provoca trastornos alérgicos y fuertes vómitos, que afortunadamente pasan pronto. Si se consumen deben elegirse siempre ejemplares jóvenes y cocerlos durante bastante tiempo antes de comerlas y eliminar el agua de cocción. También se puede desecar. Por otra parte es una especie muy atacada por las larvas de los insectos. Nombre vulgar: morena, pardilla, griseta. En catalán: **bromosa**. En vascuence: **illarraka; pago ziza; urriziza beltza**. Sinónimo: *Lepista nebularis*.

Clitocybe odora. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero sin forma de embudo. Olor fuerte anisado. Sombrero verdoso. Carne compacta, delgada en los bordes, de color blanquecino verdoso, de olor fuerte y agradable a anís y sabor dulce, es buena comestible, pero de sabor demasiado fuerte para comerla sola, por eso se la utiliza como condimento mezclada con otras especies. Unos pocos ejemplares pueden dar un buen aroma y sabor a un gran plato de setas. Se reconoce bien teniendo en cuenta su color y olor típicos. Nombre vulgar: clitocibe anisado, clitocibe perfumado, seta anisada. En catalán: **anisat; vederol anisat**. En vascuence: **anís-klitozibe berde**. Sinónimo: *Viridis odora*.

Clitocybe olearia. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Lignícolas. Se unen muchos ejemplares por el pie. Conjunto

color naranja. Olor desagradable. Sombrero sin escamas más oscuras. Seta venenosa peligrosa, con síntomas que se manifiestan con trastornos nerviosos, vómitos, dolores intestinales, fiebre y vértigos, pero sin llegar a ocasionar la muerte. Se distingue bien por su bonito color y hábitat; no obstante, el mayor peligro está en su confusión con setas parecidas y comestibles, tales como el y *Cantharellus cibarius*, que son terrícolas y de un color algo más claro, así como de menor tamaño y robustez. Por otro lado, la luminiscencia que emite el *Clitocybe olearia* en la oscuridad le hacen sumamente interesante y prácticamente inconfundible. Nombre vulgar: seta de olivo. En catalán: **bolet d'oliu; girgola d'oliveira; rossinyol bord**. En vascuence: **zapoperretxiko; zapoziza**. Sinónimo: *Omphalotus olearius*, *Pleurotus olearius*.

Clitocybe phyllophila. Otro nombre de la seta: *Clitocybe cerussata*.

Clitocybe radicellata. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero en forma de embudo. Cutícula del sombrero gris marrón. La cutícula del sombrero se cuarteja. Pie con restos de micelio. carne delgada, blanquecina, de olor a manzanas y sabor algo amargo. Para algunos es sospechosa por su tamaño y coloración.

Clitocybe rhizophora. Otro nombre de la seta: *Clitocybe vermicularis*.

Clitocybe rivulosa. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies un poco higrófanos. Sombrero de 3 a 6 cm blanco algo rosado. Olor poco marcado a tierra. Carne tenaz, blanca un poco teñida de rosa, de olor suave a tierra y de

sabor dulzón. Como otras *Clitocybe* blancas, *dealbata* y *cerusata* tiene **muscarina** en sus tejidos, lo que provoca la llamada intoxicación sudoriana, que no es mortal, pero puede producir trastornos graves, debido a la deshidratación. Nombre vulgar: clitocibe blanca de los arroyos. En vascuence: **bideetako klitozibe zuri**.

Clitocybe sinopica. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero en forma de embudo. Cutícula del sombrero rojiza. Sombrero color marrón rosa y superficie no ondulada. Láminas francamente decurrentes. Pie sin restos de micelio. Carne blanquecina, pero toma una coloración rojiza tanto bajo la cutícula del sombrero como en la parte inmediatamente inferior de la corteza del pie. se podría decir que su carne es blanca, pero está circundada por una franja roja. Tiene un fuerte olor a harina que le diferencia de otras especies parecidas. Es comestible. En vascuence: **klitozibe teilakolore**.

Clitocybe splendens. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas verrugosas. Sub-características: Sombrero ocre amarillento poco embudado. Láminas muy ahorquilladas poco decurrentes. Carne blanquecina en el sombrero y ocre clara en la base del pie, de olor suave y aromático y sabor un poco amargo. Es comestible. Sinónimo: *Clitocybe gilva*

Clitocybe squamulosa. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero en forma de embudo. Cutícula del sombrero gris marrón. La cutícula con mechas marrones oscuras. Pie sin restos de micelio. Carne tenaz de color gris pálido, de olor y sabor a harina. Es comestible.

Clitocybe suaveolens. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies muy higrófanos. Con láminas blanquecinas y olor a anís. Sombrero umbilicado ocre claro. Carne delgada de color parecido al del resto del carpóforo, pero más pálida, sobre todo con la humedad. Tiene un olor a anís muy pronunciado y buen sabor. Es comestible, pero demasiado escasa para ser consumida. Mejor es mezclarla con otras especies comestibles más carnosas. En vascuence: **anís-klitozibe zuri**.

Clitocybe tabescens. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Lignícolas. Se unen muchos ejemplares por el pie. Conjunto ocre leonado. Olor desagradable. Sombrero con escamas más oscuras. Carne blanquecina que se hace rosada en la base del pie. Es de olor y sabor agradables y buena comestible, pero es necesario someterla a una larga cocción y aún así no la toleran todas las personas. En catalán: **flota d'alzina**. Sinónimo: *Armillaria tabescens*.

Clitocybe umbilicata. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies muy higrófanos. Con láminas grisáceas marrones. Sombrero marrón oscuro muy umbilicado. Láminas grises manchadas de marrón. Carne de color cuero sucio, sin olor ni sabor señalados. Es comestible.

Clitocybe vermicularis. Familia: tricolomáceas. Género: clitocybe. Características: Esporas lisas no amiloides. Sub-características: Especies no higrófanos. Terrícolas. No se unen muchos ejemplares por el pie. Sombrero en forma de embudo. Cutícula del sombrero rojiza. Sombrero color rojo cuero y superficie ondulada. Láminas poco decurrentes. Pie con restos de micelio. Carne fibrosa, delgada e higrófana, de color crema blanquecino o crema rosado, de olor suave a tomates o a frutas y sabor fúngico. Es comestible. En vascuence:

klitozibe errotsu. Sinónimo: *Clitocybe rhizophora*.

***Clitopilus mundulus*.** Familia: tricolomáceas. Género: clitopilus. Características: sombrero coloreado. Pie central y grueso (*Rhodocybe*). Sombrero grisáceo sucio. Carne y láminas se ennegrecen. Carne blanco amarillenta que se ennegrece, sobre todo en el pie. Tiene olor a harina rancia, sabor muy amargo y no es comestible. En vascuence: **errotari mingots**. Sinónimo: *Rhodocybe mundula*.

***Clitopilus prunulus*.** Familia: tricolomáceas. Género: clitopilus. Características: sombrero blanquecino. Pie excéntrico y delgado (*Euclitopilus*). Sombrero de 3 a 12 cm, carnoso sobre todo en la parte central con los bordes delgados y algo enrollados. Carne blanda, muy frágil, de color blanco, olor a harina muy pronunciado y de buen sabor. Excepto algunos ejemplares que lo tienen algo amargo. Excelente comestible. La carne es de buena calidad, pero debe probarse antes de utilizarla, porque se conocen variedades amargas. Se distingue bien fijándose en sus láminas de color rosa carne, y en sus esporas rosadas con contorno hexagonal en visión paralela al eje largo. Nombre vulgar: mojardón, molinera, moixarnón, **mucerón**. En catalán: **moixerno blanc**. En vascuence: **errotari**. Sinónimo: *Rhodosporus prunulus*. Según el Código Alimentario, 3.21.19. Hongo comestible de consumo, espontánea o cultivada, en el Norte y Este de España. *Clitopilus prunulus*. Véase: setas comestibles.

***Clitopilus truncatus*.** Familia: tricolomáceas. Género: clitopilus. Características: sombrero coloreado. Pie central y grueso (*Rhodocybe*). Sombrero color rojizo. Carne y láminas no se ennegrecen. La carne es compacta, blanquecina o de color rosa pálido, de olor característico agradable, no harinosos, y de sabor dulce. Es comestible. En

vascuence: **errotari marroiarrosa**. Sinónimo: *Rhodocybe truncata*.

clobassi. Salchicha ahumada y condimentada al estilo europeo, elaborada con cerdo y/o vacuno, hierbas y especias. Se come así o asado a la parrilla. Véase: salchichas europeas.

cloisa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja fina**.

cloisa groguenca. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja margarita**.

cloisa plana. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja perro**.

cloïssa. Nombre vulgar catalán del molusco: *Venerupis sp.* Sinónimo: **almeja**.

clopi. Nombre vulgar catalán de la seta: *Pleurotus ostreatus*.

clopisons. Nombre vulgar catalán de la seta: *Pleurotus ostreatus*.

cloro. (E-925) Elemento químico de símbolo Cl, número atómico 17, masa atómica 35,453. Elemento gaseoso, verde amarillento, de olor sofocante. Tóxico, desinfectante, decolorante e irritante. En solución acuosa, agua de cloro al 0,5%, es de difícil conservación y se emplea como desinfectante y decolorante. Véase: productos cuya función no se especifica.

clorofila líquida. Es un líquido verde, concentrado, elaborado con alfalfa y aromatizado con aceite de menta. Se utiliza como colorante o se puede ingerir como complemento alimenticio. Véase: condimentos salados.

clorofilas. (E-140) Colorante **verde** de origen natural (es un extracto de plantas verdes) que también puede obtenerse químicamente. Se encuentra en: aceites, quesos, con-

servas vegetales, mostazas. No es tóxico. Véase: modificadores del color.

clorofilinas. Véase. clorofilas (E-140)

cloroftálmidos. Véase: *Chlorophthalmidae*.

cloruro amónico (E-510) NH_4Cl . Sustancia endurecedora. Se encuentra en conservas vegetales, confituras, salsas. No es tóxico. Véase: acidulantes y correctores de la acidez. Sinónimo: sal amoníaco.

cloruro cálcico (E-509) Sal cálcica del ácido clorhídrico, de fórmula CaCl_2 , que absorbe agua con avidez hasta formar el hexahidrato. Sólido granulado, delicuescente, soluble en agua y en alcohol. Se obtiene como subproducto del proceso Solvay o por la acción del ácido clorhídrico sobre carbonato cálcico. Se emplea en la preparación de anticongelantes y como agente de desecación. Sustancia endurecedora. Se encuentra en conservas vegetales, confituras, salsas. No es tóxico. Véase: acidulantes y correctores de la acidez.

cloruro estannoso (E-512) Sal estannosa del ácido clorhídrico de fórmula SnCl_2 . Sólido blanco, soluble en agua, que absorbe oxígeno del aire transformándose en el oxiclورو insoluble. Se obtiene al disolver estaño en ácido clorhídrico. Se emplea como agente reductor en la preparación de productos químicos, colorantes e intermedios, como mordiente, en la estabilización de alimentos y cosméticos, en el estaño galvánico y como reactivo en química analítica. Aditivo reductor. Se absorbe poco en el tubo digestivo. En espárragos enlatados. Véase: acidulantes y correctores de la acidez.

cloruro magnésico (E-511) Sal de magnesio de fórmula MgCl_2 . Cristaliza con 6 moléculas de agua y forma con cloruro potásico la sal doble que constituye el mineral carnalita. Se obtiene por reacción del ácido clorhídrico con óxido o hidróxido de magnesio. Sustancia endurecedora. Se encuentra en conservas vegetales, confituras, sal-

sas. No es tóxico. Véase: acidulantes y correctores de la acidez. Sinónimo: sal muriática.

cloruro potásico (E-508) Sal potásica de fórmula KCl . Sólido cristalino que se encuentra en la naturaleza en depósitos (silvina), obteniéndose puro por cristalización fraccionada o por flotación. Se emplea como fertilizante, como fuente de otras sales potásicas y en fotografía. Sustancia endurecedora. Se encuentra en conservas vegetales, confituras, salsas. No es tóxico. Véase: acidulantes y correctores de la acidez.

cloruro sódico. Sal sódica de fórmula NaCl . Sólido cristalino blanco (sal blanca), ligeramente higroscópico, soluble en agua y glicerina. Se obtiene por extracción directa de los depósitos naturales (halita, sal fósil, sal gema) y, por evaporación solar, del agua del mar (sal marina) y de fuentes minerales (sal de fuente) Se emplea como materia prima para la obtención de hidróxido sódico, ácido clorhídrico, cloro y sodio metálico, así como en la conservación y condimentación de alimentos (sal de mesa, sal de cocina). Véase: sal.

closca de peregrí. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **concha de peregrino**.

clótxina. Nombre vulgar valenciano del molusco: *Mytilus galloprovincialis*.

clotted cream. Nombre original de: nata extra espesa. Véase: Leche, nata y yogur.

clovissa babosa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja babosa**.

clovissa fina. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja fina**.

club sandwich. Plato integrante de la cocina de las aves. **Ingredientes:** rebanada de pan inglés, mantequilla, pechuga de pollo hervida, tocino entreverado ahumado, tomate, lechuga, mahonesa. Véase: bocadillos de aves.

Clupanodon phalerica. Pez. Designación oficial: **espadín**.

Clupanodon pilchardus. Pez. Designación oficial: **sardina**.

Clupanodon sardina. Pez. Designación oficial: **sardina**.

Clupea alba. Pez. Designación oficial: **arenque**.

Clupea allecia. Pez. Designación oficial: **alacha**.

Clupea alosa. Pez. Designación oficial: **sábalo**.

Clupea arcuata. Pez. Designación oficial: **sardina de Magallanes**.

Clupea arcuata. Pez. Designación oficial: **sardina de Magallanes**.

Clupea aurita. Otro nombre del pez: Sardine-lla aurita. Designación oficial: **alacha**.

Clupea aurovitatta. Pez. Designación oficial: **alacha**.

Clupea bentincki. Pez. Designación oficial: **sardina araucana**.

Clupea clupeola. Pez. Designación oficial: **sardineta escamuda**.

Clupea dorsalis. Pez. Designación oficial: **machuelo**.

Clupea encrasicholus. Familia: clupeidos. Pez marino, parecido a la sardina pero mas pequeño, apreciado como comestible y objeto de diversas preparaciones: en aceite, en vinagre, en salmuera o frito, dispuesto a veces en ruedas o abanicos. Designación oficial: **boquerón**.

Clupea fallax. Pez. Designación oficial: **saboga**.

Clupea finta. Pez. Designación oficial: **saboga**.

Clupea fueguensis. Pez. Designación oficial: **espadín fueguino**.

Clupea harengus. Familia: clupeidos. Cuerpo alargado con curvatura oval, estómago en forma de tubo estrecho, opérculo liso, mandíbula inferior sobresaliente. Aleta dorsal en el centro. Dorso gris oscuro o verde oscuro, vientre plateado. Su longitud raras veces alcanza los 40 cm. Es un pez de aguas abiertas que forma bancos migratorios, durante el día vive pegado al fondo; por la noche sube a las capas más superficiales. Tras el desove, las huevas se hunden en el suelo, donde permanecen formando una especie de alfombra de hasta ocho capas, lo que constituye una tentación para muchos ladrones de huevas, como el bacalao. La transformación de las larvas en arenques pequeños tiene lugar al alcanzar una longitud de 3 a 6 cm; a menudo éstos se mezclan con jóvenes espadines, constituyendo grandes bancos y acudiendo a aguas costeras poco profundas. Los arenque se alimentan de animales del plancton, quisquillas y camarones, gusanos y larvas de peces. Por su sabrosa carne, muy rica en proteínas y grasas, se considera el arenque uno de los pescados más apreciados como plato culinario. Habita en el Atlántico, fue extraordinariamente abundante en el Norte de Europa; no señalada en aguas españolas, donde se consume como conservas importadas. Véase: gran arenque. Nombre vulgar: **arenque**. Según el Código Alimentario, 3.12.02. Pescado teleósteo, clupeiforme. *Clupea harengus*, Linneo. Véase: pescado. Según el Real Decreto 560/1995, de 7 de Abril, por el que se establecen las tallas mínimas de determinadas especies pesqueras, y posteriores correcciones; la talla biológica de este pez, en el Atlántico, de 20 cm y su talla comercial de 50 g/unidad. Nombre vulgar y designación oficial: **arenque**.

Clupea harengus membras. Pez. Designación oficial: **arenque del Báltico**.

Clupea harengus pallasii. Familia: clupeidos. Juega un papel de una importancia similar al del arenque. Aparece desde Corea y Japón hasta Alaska y California. Véase: arenque. Nombre vulgar y designación oficial: **arenque del Pacífico**.

Clupea haumela. Pez. Designación oficial: **pez sable**.

Clupea humeralis. Pez. Designación oficial: **sardineta manzanillera**.

Clupea ilisha. Pez. Designación oficial: **hilsa**.

Clupea lamprotaenia. Pez. Designación oficial: **sardineta canalerita**.

Clupea laticosta. Pez. Designación oficial: **sardina**.

Clupea latulus. Pez. Designación oficial: **espadín**.

Clupea maderensis. Pez. Designación oficial: **machuelo**.

Clupea nilotica. Pez. Designación oficial: **saboga**.

Clupea pallasii. Pez. Designación oficial: **arenque del Pacífico**.

Clupea papalina. Pez. Designación oficial: **espadín**.

Clupea pilchardus. Otro nombre del pez: *Sardina pilchardus*. Designación oficial: **sardina**.

Clupea rufa. Pez. Designación oficial: **saboga**.

Clupea sardina. Otro nombre del pez: *Sardina pilchardus*. Designación oficial: **sardina**.

Clupea sprattus. Pez. Designación oficial: **espadín**.

Clupea thrissina. Pez. Designación oficial: **sardineta plumilla**.

Clupea venulosa. Pez. Designación oficial: **alacha**.

Clupeidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase osteíctios. Subclase actinoptergios. Infraclass, teleósteos. División, arqueofiláceos. Superorden, clupeomorfos. Orden, clupeiformes. Consideramos: Consideramos: alacha (*Sardinella aurita*), alosa de Kessler (*Alosa kessleri*), arenque (*Clupea harengus*), arenque atlántico redondeado (*Eutrumus teres*), arenque de hilo atlántico (*Opisthonema oglinum*), arenque del Pacífico (*Clupea harengus pallasii*), espadín (*Sprattus sprattus*), machuelo (*Sardinella maderensis*), sáballo (*Alosa alosa*), sáballo americano (*Alosa sapidissima*), sabalillo de Tyulka (*Clupeonella delicatula*), sáballo del Caspio (*Caspialosa caspia*), sáballo del Mar Negro (*Caspialosa pontica*), saboga (*Alosa fallax*), sardina grande (*Sardinops neopilchardus*); sardina (*Sardina pilchardus*), sardina del Pacífico (*Sardinops caerulea*), sardina japonesa (*Sardinops melanostica*), sardina sudafricana (*Sardinops ocellata*), sardina Suramericana (*Sardinops sagax*).

clupeidos. Véase: *Clupeidae*.

Clupeonella delicatula. Familia: clupeidos. Es un pez de cuerpo alargado, comprimido lateralmente. El vientre carenado lleva escamas bien desarrolladas. La cabeza es ancha y alargada, con ojos relativamente grandes. A pesar de su pequeño tamaño (hasta 15 cm de longitud), tiene una gran importancia económica, ya que es una de las principales especies pescadas en el mar de Azov. Nombre vulgar: sabalillo de Tyulka. Designación oficial: **espadilla del Caspio**.

clupeiformes. Orden zoológico. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase:

peces. Clase osteíctios. Subclase actinoptergios. Infraclase, teleósteos. División, arqueofiláceos. Superorden, clupeomorfos. Orden de peces teleósteos, que incluye los más primitivos de entre éstos. Los clupeiformes poseen aletas con radios blandos, las pelvianas en posición abdominal, y la cola simétrica. La vejiga natatoria comunica con el exterior, casi todos ellos son marinos. Se trata de un grupo muy antiguo, conocido desde el período jurásico. Comprende 8 subórdenes y 46 familias actuales con un total de más de 900 especies, además de otros grupos fósiles. Las familias más conocidas son: los **clupeidos**; los **elópidos**, con el tarpon, pez marino de gran tamaño codiciado por los pescadores deportivos; los **engráulidos** o **anchoas**; los **salmónidos** o **lucios**, y los **arapaímidos**, familia que incluye la arapaima.

Clyptocephalus cynoglossus. Familia: pleuronéctidos. Su cuerpo es alargado y ovalado, mira hacia la derecha; la cabeza tiene cavidades planas en la zona ciega, la abertura bucal es pequeña y redondeada. Zona de los ojos coloreada de marrón grisáceo, la cabeza más oscura; la zona ciega es blanca. Aparece a ambos lados del Atlántico Norte al Este desde el Golfo de Vizcaya hasta el mar Blanco, pero no en el canal de la Mancha ni en la zona Sur el mar del Norte. Muy numerosos en los fiordos y canales noruegos. Vive sobre fondos blandos y se alimenta de gusanos poliquetos, animales blandos y pequeños equinodermos. Alcanza alrededor de 55 cm de longitud y 2,5 kg de peso. Nombre vulgar: mendo.

Clyptocephalus zachirus. Familia: pleuronéctidos. Tiene la parte de los ojos marrón claro. Habita en las aguas del Pacífico desde el mar de Bering hasta baja California. Vive en fondos arenosos y fangosos, de hasta 600 m de profundidad. Crece relativamente despacio y puede llegar a vivir 24 años. Es un pescado de mesa muy importante para la in-

dustria pesquera estadounidense. Nombre vulgar: mendo del Pacífico.

Cnidoglanis macrocephalus. Pez. Designación oficial: **rascacio australiano**.

coarse shrimp. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón siete barbas**.

coatete. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bagre cuatete**; **bagre tete**.

cobertura. Según el Código Alimentario, 2.04.06. La cubierta que íntimamente unida al alimento le protege y conserva. Véase: **envolvente**.

cobertura amarga. Véase: **pasta de cacao**.

cobertura con leche. Según el Código Alimentario, 3.25.56. Es la cobertura que, ajustándose a las características propias del chocolate con leche, contiene un 31%, como mínimo, de grasa total, expresado sobre materia seca. Véase: **chocolate y derivados**.

cobertura dulce. Según el Código Alimentario, 3.25.55. Es la mezcla de pasta de cacao y azúcar, con o sin adición de manteca de cacao para usos industriales. * Contendrá, como mínimo, 31% de manteca de cacao y 35% de componentes del cacao, expresados sobre materia seca. Véase: **chocolate y derivados**.

coberturas. Véase: **revestimientos y coberturas**.

cobia. Designación oficial española del pez: *Centronotus gardenii*; *Elacate malabarias*; *Elacate motta*; *Gasterosteus canadus*; *Rachycentron canadum*; *Scomber niger*. Sinónimo oficial: **Bacalao**; **Cabillaud**; **Esmedregal**; **Medregal**; **Peje negro**.

cobit de roca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **locha de roca**.

Cobitidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Infraclasse: teleósteos. División: euteleósteos. Superorden: ostariofisios. Orden: cipriniformes. Comprende alrededor de 150 especies de agua dulce, europeas y asiáticas. Se trata de peces de pequeño tamaño que presentan toda una serie de adaptaciones a la vida bentónica. Nombre vulgar: lochas. Consideramos: locha (*Cobitis taenia*), colmilleja dorada (*Cobitis aurata*), misgurno (*Misgurnus fossilis*), locha de roca (*Noemacheilus barbatulus*)

cobítidos. Véase: *Cobitidae*.

Cobitis aurata. Familia: cobítidos. El cuerpo alargado y comprimido lateralmente recuerda al de la colmilleja (*Cobitis taenia*). La colmilleja dorada se distingue de ella por la espina ósea que posee debajo del ojo, más robusta que en las colmillejas, y por sus barbillones, más largos, alcanzando el par posterior el borde posterior del ojo, mientras que llega como máximo al borde anterior en la colmilleja. Talla: 8-11 cm. Peso hasta 50 g. Nombre vulgar: colmilleja dorada. Sinónimo: *Sabanejewia aurata*.

Cobitis barbatula. Pez. Designación oficial: **lobo**.

Cobitis calderoni. Pez. Designación oficial: **colmilleja común**.

Cobitis fossilis. Pez. Designación oficial: **misgurno**.

Cobitis nematula. Pez. Designación oficial: **lobo**.

Cobitis paludicola. Pez. Designación oficial: **colmilleja palustre**.

Cobitis taenia. Familia, cobítidos. Es uno de los más bellos representantes de esta familia. Se alimenta de pequeños organismos bentónicos. Pez de 30 a 40 cm de largo, cuerpo

casi cilíndrico, piel viscosa y negruzca, con listas amarillentas y boca rodeada de diez barbillas; se cría en agua dulce y su carne es muy fina. Nombre vulgar: locha, colmilleja.

cobo cambute. Designación oficial española del molusco: *Strombus galeatus*. Sinónimo oficial: Cambute; Caracol; Caracol burro; Caracola cambute; Concha.

cobo cresta de gallo. Designación oficial española del molusco: *Strombus peruvianus*; *Tricornis peruvianus*. Sinónimo oficial: Concha; Cresta de gallo.

cobo del Pacífico orietal. Designación oficial española del molusco: *Strombus gracilior*. Sinónimo oficial: Caracol.

cobo lechoso. Designación oficial española del molusco: *Strombus costatus*.

cobo luchador. Designación oficial española del molusco: *Strombus pugilis*.

cobo rosado. Designación oficial española del molusco: *Strombus gigas*. Sinónimo oficial: caracola rosa.

cobra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: tiburón anguila; tieso común.

Coc de Fraga. Producto de pastelería y repostería de Aragón; protegido por la Denominación de Calidad de Productos de Pastelería y Repostería de Aragón. Es un producto tradicional de la zona del bajo Cinca, que tiene forma de torta, y está compuesto por una masa elaborada con harina de trigo, aceite, azúcar y levadura, y cubierto de membrillo o manzana y frutos secos.

coca. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **jibia**.

coca. Nombre usual de una pieza de pan en Cataluña y Baleares. Torta muy fina de harina de trigo. Existen múltiples variantes tanto dulces como saladas. Véase: panes de España.

coca amb recapte. Otro nombre de la pieza de pan: bollo murciano. Véase: panes de España.

Coca Cola. Bebida refrescante. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Coca Cola	
Porción comestible	100
Agua (mg)	89,5
Energía (kcal)	39
Carbohidratos (g)	10,5
Calcio (mg)	4
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Fósforo (mg)	0
Hierro (mg)	0
Grasa (g)	0
Potasio (mg)	0
Proteínas (g)	0
Retinol (mg)	0
Riboflavina (mg)	0
Sodio (mg)	0
Tiamina (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

coca de trempó. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** **Masa:** harina, levadura, aceite, agua, huevo, sal. **Relleno:** cebolla, pimienta verde, tomate, sal, aceite de oliva. Véase: canapés, empanadas y hojaldres en la cocina clásica.

coca mallorquina. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Véase: pizza de Mallorca.

cocarrois. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingred-**

dientes: **Masa:** harina, manteca de cerdo, azúcar, aceite, agua, huevo. **Relleno:** espinacas, pasas sin semilla, piñones, pimentón dulce, aceite, sal. Véase: canapés, empanadas y hojaldres en la cocina clásica.

cocción. Acción y efecto de cocer o cocerse. Según el Código Alimentario, 2.05.08. Es un proceso por el que ciertos alimentos se someten a la acción del agua o su vapor, a temperatura y períodos de tiempo variables de acuerdo con las exigencias de cada producto. Véase: conservación de alimentos por calor; alteraciones del peso en algunos alimentos durante su preparación y cocción; pérdidas de riboflavina por la cocción.

cocedor de bambú. Véase: vaporera de bambú. Véase: utensilios alimentarios en la cocina de Asia.

cocer. Hacer que un manjar crudo llegue a estar en disposición de poderse comer, manteniéndolo dentro de un líquido acuoso en ebullición.

cocer bogavante. Se pone una cazuela grande llena de agua a hervir, con el perejil, el laurel y la sal gorda. se introduce el bogavante y cuando rompa a hervir lo dejamos cociendo veinte minutos. El agua de cocer el bogavante, ha de estar igual de salada que la del mar (salinidad de 40 g/l) se suele hacer con agua de mar. Véase: bogavante cocido. Véase: cocina de Cantabria.

cocer centollo. Se pone una cazuela grande llena de agua con la sal gorda, el punto de la sal debe ser como el del agua de la mar (40 g/l). Cuando el agua comienza a hervir Se introduce el centollo, que tendremos cociendo unos quince minutos. Véase: centollo relleno. Véase: cocina de Cantabria.

cocer la langosta. Plato de la cocina de Cantabria (Arnuero) perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. Ponemos una

cacerola con agua al fuego, el chorro de vinagre, la hoja de laurel y la sal gorda. Una vez que el agua esté hirviendo introducimos la langosta, que tendremos cociendo de 20 a 25 minutos dependiendo de su peso. Una vez cocida se escurre y se puede tomar abierta, o bien cortada en rodajas. Otra forma de prepararla, aparte de cocida puede ser a la plancha.
Ingredientes: cangrejos, agua, sal gorda, hoja de laurel, chorro de vinagre. Véase: cocina de Cantabria.

cocer los percebes. Plato de la cocina de Cantabria perteneciente al grupo de “pescado y marisco”. Lavamos los percebes en agua fría, ponemos una cazuela al fuego con sal y agua. Cuando empiece a hervir echamos los percebes, y cuando rompa otra vez el hervor los tenemos cinco minutos en el agua, se aparta la cazuela y cuando esté templada se sacan y se sirven. Es mejor tenerlos enfriando en el mismo agua, pues de esta forma toman mejor la sal. **Ingredientes:** percebes, agua, sal. Véase: cocina de Cantabria.

coch. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **armado**.

cochayuyo. Nombre vulgar del alga: *Durvillaea antarctica*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible deshidratada, es:

Cochayuyo deshidratado mg/100 g	
Minerales	
Calcio	1160
Magnesio	1010
Fósforo	142,2
Sodio	3460
Potasio	1250
Azufre	1040
Oligoelementos	
Hierro	30,59
Yodo	0,49
Manganeso	1,13
Cinc	1,6
Cobalto	0,07

Cobre	0,23
Silicio	3,5
Selenio	<0,5
Vitaminas	
Ácido fólico	0.02
Alfa-tocoferol	1,68
Ciancobalamina	<0,01
Betacaroteno	<0,05
Aminoácidos esenciales	
Histidina	140
Isoleucina	380
Leucina	560
Lisina	320
Metionina	230
Fenilalanina	500
Treonina	520
Triptófano	90
Valina	500
Aminoácidos no esenciales	
Ácido aspártico	1150
Ácido glutámico	1380
Serina	600
Glicina	570
Cistina	1830
Alanina	800
Tirosina	370
Arginina	590
Hidroxiprolina	<100
Prolina	530

Véase: alimentos ricos en calcio; alimentos ricos en cistina; alimentos ricos en hierro; alimentos ricos en leucina; alimentos ricos en metionina.

coche. Voz con que se llama al cerdo. Véase: cerdo.

coche. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: calafate cochi; corocoro coche; gatillo manchado; pejepuerco coche; pejepuerco de piedra.

coches infantiles. Véase: coches y vehículos infantiles.

coches y vehículos infantiles. Véase: contenido de condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico. i)

coches y vehículos infantiles. Según el Código Alimentario, 2.09.01. i. Carruaje construido para trasladar a los niños Véase: juguete, útiles de colegio y material de uso doméstico.

cochi. Voz con que se llama al cerdo. Véase: cerdo.

cochí. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **calafate cochi.**

cochifrito. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “cordero y cabrito”. Cocina de La Mancha. Un plato poco conocido de la cocina mesetaria, pero que goza de un predicamento extraordinario en muchas zonas de La Mancha. Un plato sencillo de ingredientes y de elaboración, pero muy sabroso. **Ingredientes:** cordero lechal, cebolla, ajo, limón, pimentón, pimienta en grano, perejil, aceite, sal.

cochinchina amarilla. Véase: gallina Cochinchina amarilla.

cochinilla. (E-120) IDA (ingestión diaria admisible) = 0-2,5 mg/kg. Colorante alimenticio rojo carmín de origen natural obtenido de las hembras del insecto *Dactylopius coccus*, después de ser fertilizadas y antes de la maduración completa de los huevos. Se tuestan o se sumergen en agua hirviendo y después se secan y se trituran. También puede obtenerse artificialmente. Peligroso, sobre todo para los niños o mezclados con analgésicos tipo aspirina. Se han observado disminuciones del crecimiento en ratas y proliferación del tejido del bazo en conejos; Puede producir hiperactividad en los niños. Se encuentra en: Embutidos, queso, cereales para desayuno, conservas vegetales, mermeladas, galletas, helados, productos cárnicos y lácteos (yogur y queso fresco) y bebidas alcohólicas y no alcohólicas (sidras, vermouths, aperitivos) vinagres y zumos de frutas. también se usa en cosmética como componente de las barras

de labios. Peligroso. La cantidad autorizada de este aditivo es: Yogures y zumos de frutas 20 mg/kg. Chicles y caramelos 300 mg/kg. Galletas, turrone y conservas vegetales 300 mg/kg. Chorizo fresco 50 mg/kg. Embutidos crudos curados BPF. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Fiambre de lomo BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Productos cárnicos tratados por el calor BPF. Salchichas crudas 50 mg/kg. Salchichón Málaga BPF. Sinónimo: ácido carmínico. Véase: modificadores del color; condimentos y colorantes.

cochinillo. Cría del verraco y la marrana, de menos de 3 meses de edad. Véase: cerdo.

cochinillo asado. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “cerdo”. Cocina de Castilla. Los cerditos lechales, recién nacidos, han sido siempre un bocado apetitoso. En los mesones castellanos (con especial fama para los de Aranda de Duero y Segovia) suele ser uno de los “platos estrella”. Es conocida la costumbre del fallecido Cándido (Mesonero Mayor de Castilla), que trinchaba los cochinillos con un plato, que luego rompía estrepitosamente contra el suelo, para no perder ni un ápice de su maravilloso sabor. **Ingredientes:** cochinillo, manteca de cerdo, ajo, sal. Véase: cerdo.

cochinito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: gatillo manchado; navajón cola amarilla.

cochino. Cerdo cebado destinado a la matanza. Véase: cerdo.

cochino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: calafate cochi; cerdo marino; doncella de pluma; negrito; pejeperco caucho; pejeperco coche.

cochino chino. Cerdo que carece de cerdas.

cochino de monte. Cerdo de patas largas, cerdas erizadas, arisco y ágil.

cochito. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **muy-muy achiquil**.

cocho. Voz con que se llama al cerdo. Véase: cerdo.

cocido. (Término correspondiente al vocabulario desarrollado por el Consejo Oleícola Internacional para describir la sensación producida en la cata del aceite de oliva virgen) Gusto característico de los aceites de oliva sometidos a un calentamiento excesivo o prolongado durante su obtención, especialmente cuando la pasta es calentada durante el batido. Véase: cata del aceite de oliva.

cocido. Véase: vino cocido.

cocido. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 3 horas y 20 minutos. Si envuelve los garbanzos en una malla se conservarán enteros durante la cocción. **Ingredientes:** garbanzos remojados, carne de vaca (costilla o pecho), gallina con sus despojos, hueso o punta de jamón, chorizo, col, cebolla, patatas, rebanadas de pan tostado, sal. Véase: potajes y legumbres en la cocina clásica. Véase: aleta.

cocido castellano. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “cocidos y potajes”. Los platos de cocido han sido, desde siempre, la comida básica del pueblo. Sobre todo porque le permitía estar al alcance de todos los bolsillos y ser muy completo. Es un plato que se remonta a la Edad Media. **Ingredientes:** garbanzos, tocino salado, jamón, carne, chorizo, berza o repollo, patatas, pasta para sopa, ajo, aceite, sal. Para el relleno: huevos, migas de pan, caldo del cocido, ajo, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cocido con coles. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos

y potajes. **Ingredientes:** rabo de cerdo, chorizo, morcilla, costillas de cerdo, magro de cerdo, muslos de pollo, ternera, oreja de cerdo, chícharos, coles, tocino añejo, garbanzos, agua, sal.

cocido con tagarninas del campo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** garbanzos, tagarninas, carne de cerdo, tocino fresco, morcilla, codillo, pectorajo, pimentón molido.

cocido de arroz. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Pastas y Arroces. **Ingredientes:** arroz, pimientos, ajo, tomates, cebolla, laurel, vino, caldo de ave, aceite, azafrán, agua, sal.

cocido de calabaza y habichuelas verdes con salsa. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** garbanzos remojados, carne de jarreta, tocino fresco, hueso de jamón, hueso de espinazo salado, hueso de costilla salado, hueso blanco de ternera, apio verde, calabaza, habichuelas verdes, chorizo serrano, morcilla, sal. Para la salsa: tomate, ajo, comino, vinagre, pimiento, sal.

cocido de chícharos y tronchos. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** magro de cerdo, tocino, morcilla, hueso de codillo, chícharos, garbanzos, tronchos de acelgas, ajo, sal, pimentón molido.

cocido de garbanzos con habas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** garbanzos, carne de cerdo, tocino fresco, morcilla fresca, habas tiernas, aceite, sal, ajo, pimentón.

cocido de garbanzos con menudo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** garbanzos remojados, pimiento, ajo, pimienta en rama, caldo de puchero, aceite, chorizo serrano, menudo, cebolla, laurel, clavos, pimentón molido, agua, sal.

cocido de tagarninas y calabaza. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** garbanzos, tagarninas, calabaza, patatas, carne de cerdo, tocino fresco, hueso añejo, chorizo, morcilla, pimentón dulce, sal, tomate, ajo.

cocido español preparado enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cocido español Litoral	
Potasio (mg)	1097,30
Energía (kJ)	608,15
Sodio (mg)	603,20
Fósforo (mg)	351,10
Magnesio (mg)	154,30
Energía (kcal)	145,49
Calcio (mg)	113,10
Porción comestible	100,00
Ácido fólico (µg)	56,63
Vitamina A (µg eq. retinol)	44,23
Vitamina B ₁₂ (µg)	19,63
Carbohidratos (g)	14,78
Fibra (g)	8,29
Grasa (g)	8,10
Hierro (mg)	5,70
Proteína (g)	4,29
Grasa moninsaturada (g)	3,70
Grasa saturada (g)	3,57
Cinc (mg)	1,03
Vitamina E (mg)	0,94
Grasa poliinsaturada (g)	0,83
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,13
Tiamina (B ₁) (mg)	0,11
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,09
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

cocido gallego. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “cocidos y potajes”. El cocido es el gran plato del in-

vierno español por antonomasia. Cada región lo adapta a sus necesidades y a sus posibilidades gastronómicas, aunque todos tienen un común denominador; la carne de cerdo. En Galicia, el cocido alcanza cotas de nobleza por la calidad y variedad de productos utilizados. En la época de carnaval, en muchos pueblos del interior, sobre todo en las zonas montañosas de Lugo y Orense, existe una interesante variedad el “*cocido do Entroido*”, que es la palabra gallega que define al carnaval. Cocina de Galicia. **Ingredientes:** falda de ternera, tocino, cabeza de cerdo, jamón, chorizos, garbanzos, grelos, patatas (cachelos), hueso de caña, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cocido lebaniego. Plato de la cocina de Cantabria (Camaleño) perteneciente al grupo de “entrantes y guisos”. **Ingredientes:** garbanzos de Liébana, cecina, tocino, chorizo, carne de morcillo, jamón curado, repollo, patatas, huevos, miga de pan, leche, fideos, ajo, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cocido madrileño. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “cocidos y potajes”. Es el cocido más famoso de España, sobre todo desde que el cancionero popular decidió incorporar una canción, “cocidito madrileño”, en la que se comparaba con éxito este plato con los manjares más exquisitos. El hotel Ritz de Madrid, mantiene un día a la semana, el cocido madrileño como pato estrella de su lujoso y caro restaurante. Cocina de Madrid. **Ingredientes:** carne gelatinosa, garbanzos, gallina, chorizo, morcilla, pie salado de cerdo, tocino, jamón, pelota (relleno formado por un amasijo de carne picada, miga de pan, huevo y especias), col, repollo, cebolla, ajo, acelgas, judías verdes, cardillo, pasta para sopa (o arroz), patatas, puré de tomate, azafrán, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cocido montañés. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “cocidos y potajes”. Típico en la cocina de Cantabria (Cabuérniga) perteneciente al grupo de “entrantes y guisos” **Ingredientes:** costilla adobada de cerdo, papada de cerdo, oreja de cerdo, panceta salada, codillo fresco de cerdo, carne de cerdo, alubias blancas, chorizos caseros, tocino fresco, morcilla de arroz, hueso de codillo, oreja de cerdo, patatas, berza de vena blanca, nabo fino, cebolla, ajo, pimentón, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria; cocina de España.

cocido sevillano de berzas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cocidos y potajes. **Ingredientes:** garbanzos, habas, guisantes, zanahorias, pimentón molido, falda de cerdo, tocino fresco, chorizo, morcilla, laurel, hierbabuena, aceite de oliva, agua, caldo, de ave, sal.

cocido típico español. Plato integrante de la cocina de las aves. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 2 horas y 30 minutos. **Ingredientes:** carne de ternera, carne picada, gallina, tocino, chorizo, morcilla, hueso de jamón, garbanzos, patatas nuevas, zanahoria, col blanca, cebolla, apio, perejil, huevo, ajo, pan remojado en leche, sal, agua. Véase: pollos hervidos.

cocido valenciano. Véase: olla valenciana.

cocido vienés. Plato integrante de la cocina con carne (Austria). Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 2 horas. **Ingredientes:** carne, huesos de vaca, zanahoria, cebolla, nabo, perejil, tomate, coliflor, rama de apio, patata, sal, pimienta en granos. Véase: platos internacionales de carne. Nombre original: tafelspitz.

cocidos en la cocina de España. Véase: cocidos y potajes en la cocina de España.

cocidos en la cocina de Sevilla. Véase: cocidos y potajes en la cocina de Sevilla.

cocidos y potajes en la cocina de España.

Son platos fuertes, de invierno, ideales para combatir las bajas temperaturas. Por ello, no debe extrañar que sean tan abundantes en la meseta y en el Norte. Aunque en todos ellos (o en la mayoría) hallamos algunos elementos comunes (patatas, carnes de ternera o cerdo) cada región define su propio cocido, que tienen unas innegables connotaciones de identidad. Recordamos: Berza andaluza, Cocido castellano, Cocido gallego, Cocido madrileño, Cocido montañés, Escudella y carn d’olla, Fabada asturiana, Fabes con almejas, Judías blancas y arroz, Morteruelo de Cuenca, Olla cortijera, Olla podrida, Patatas, Potaje andaluz, Potaje con acelgas, Potaje con garbanzos, Pote asturiano, Pote gallego, Puchero canario, Recao de Binéfar, Ropa vieja, Tojuntó. Véase: cocina de España.

cocidos y potajes en la cocina de Sevilla.

Cabrillas en su salsa, Cabrillas en salsa de tomate, Caracoles en caldo, Cascote (potaje), Cascote con fideos, Cocido de calabaza y habichuelas verdes con salsa, Cocido con coles, Cocido de chícharos y tronchos, Cocido de garbanzos con habas, Cocido de garbanzos con menudo, Cocido sevillano de berzas, Cocido de tagarninas y calabaza, Cocido con tagarninas del campo, Comida con pringá, Guiso de repapilos, Papas con arroz y bacalao, Patatas con caldillo, Patatas con choco, Patatas ilustradas, Patatas importancia, Papas laureadas, Porrilla de papas, Potaje de alubias con panecillos, Potaje cazallero, Potaje de garbanzos con bacalao, Potaje de garbanzos con majado, Potaje con hinojos, Potaje de lentejas, Potaje marchenero, Potaje de matanza, Potaje de vigilia, Puchera de tagarninas, Ropa vieja. Véase: cocina de Sevilla.

cocina clásica. Clasificamos en los siguientes grupos las preparaciones culinarias; Arroz y pastas en la cocina clásica; Bovino; Canapés, empanadas y hojaldres en la cocina clásica; Carnes en la cocina clásica; Caza en la cocina clásica; Cerdo en la cocina clásica; Cocina fresca en la cocina clásica; Conejo y aves de corral en la cocin-

na clásica; Crustáceos y moluscos en la cocina clásica; Ensaladas y entremeses en la cocina clásica; Huevos en la cocina clásica; Pasteles y barbacoas en la cocina clásica; Pescados y mariscos en la cocina clásica; Potajes y legumbres en la cocina clásica; Sopas, cremas y consomés en la cocina clásica; Verduras y setas en la cocina clásica. Véase: cocina de España.

cocina de Andalucía. Citamos los siguientes platos: Ajoblanco, Andrajos de Jaén, Berza andaluza, Calamares fritos, Cazón con tocino, Dorada a la sal, Espinacas con garbanzos, Gazpacho, Huevos fritos con jamón, Lenguado al horno con vino blanco, Lomo al ajillo, Olla cortijera, Porra antequerana, Pescaíto frito, Pipirrana, Pollo relleno, Potaje andaluz, Rabo de toro estofado, Salmorejo, Soldaditos de Pavía, Tortilla sacromonte, Urta a la roteña. Véase: cocina de España.

cocina de Aragón. Citamos los siguientes platos: Chuletas de cordero a la mañica, Ensalada aragonesa, Ensalada de arroz, Lengua de vaca a la turolense, Lentejas con arroz, Magras con tomate, Migas de tueruel, Pollo al chilindrón, Recao de Binéfar, Ternasco al horno con patatas a lo pobre. Véase: cocina de España.

cocina de Asia. El auge que en la actualidad toma en España la cocina oriental justifica que enumeremos los platos más comunes en este arte de cocinar tan antigua como variado. Consideramos la selección que ha realizado la autora de La cocina de Asia, Sri Owen; separándola por regiones, como sigue: **Cocina de Birmania; cocina de Camboya; Cocina de China; Cocina de Corea; Cocina de Filipinas; Cocina de India; Cocina de Indonesia; Cocina de Japón; Cocina de Laos; Cocina de Malasia; Cocina de Singapur; Cocina de Sri Lanka; Cocina de Tailandia; Cocina de**

Vietnam; Cocina védica. Véase: utensilios alimentarios en la cocina de Asia.

cocina de Asturias. Citamos los siguientes platos: Abadejo a la sidra; Almejas al ajillo; Almejas gratinadas; Andoya; Anguilas en salsa; Arbeyos con jamón; Arroz al trote; Arroz con almejas; Arroz con chorizo; Arroz con mariscos; Arroz con pollo; Bacalao en pastel; Barbo al vino; Batallón; Besugo a la espalda; Besugo a la espalda con patatas; Besugo a la sidra; Besugo con fideos; Besugo con mariscos; Bolla; Bollo preñado; Bonito a la asturiana; Bonito a la llanisca; Bonito con cebolla al horno; Bonito en escabeche; Bonito en rollo; Bonito rebozado; Boronchu; Boronchu de sangre; Boroña; Boroña preñado; Botiechu; Buñuelos de carne; Cabeza de ternera; Cabras al ajo arriero; Cabrito de Peña Mayor con patatas; Cachelos; Cachopo; Cachopo de merluza; Calamares en su tinta; Calamares guisados en su tinta; Caldereta de Gijón; Caldereta de langosta; Caldo asturiano de pescado; Caldo corto; Caldo de gallina; Caldo de legumbres y verduras; Callos a la serrana; Carne con puré de patatas; Carne gobernada; Cebollas rellenas; Cebollas rellenas de bonito; Centollo a la marinera; Chamón guisado; Chicharro al horno; Chipirones al ajillo; Chipirones fritos; Chipirones rellenos; Chochas; Chopa a la sidra; Chorizos a la sidra; Chorizos al estilo Mieres; Chosco; Ciervo asado; Codornices; Conejo a la sidra; Conejo al horno; Conejo asado; Conejo escopetero; Congrio con guisantes; Corona y mestura; Crema de andaricas; Crema de mariscos; Crema de nécoras; Crema de salmón; Crema de truchas; Croquetas de carne asturiana; Desarme de Oviedo; Emberzados; Empanada al estilo de Grandas de Salime; Empanada asturiana de las Cuencas Mineras; Empanada de bonito; Empanada de carne; Empanada de pollo; Empanada de sardinas; Empanadillas asturianas; Fabada al modo de Genara; Fabada asturiana; Fabada lla-

nisca con pantruque; Fabes con almejas; Fabes con gallina; Fabes con langosta; Fabes con mariscos; Fabes estofadas; Faisán al Principado; Fariñes; Fariñón; Fiyuela; Fréjoles con almejas; Frixuelos de langostinos; Gallina estofada; Gambas al buñuelo; Garbanzos guisados; Guarnición a la asturiana; Hígado salteado; Huevos al plato con chorizo y jamón; Huevos astures; Huevos con tomate; Huevos en salsa; Huevos pobres; Huevos rebozados; Huevos rellenos estilo Mieres; Huevos revueltos con gambas; Huevos y arbeyos; Jamón a la marinera; Lacón al horno; Lamprea a la sidra; Langosta; Lengua con arbeyos; Lenguados a la sidra; Lenguados al horno; Lenguados rellenos; Lentejas con morcilla; Liebre con fabes; Liebre estofada; Llímpares con sidra; Lomo con manzanas; Longaniza; Lubina Casa Fermín; Lubricante con verdura; Manos de cerdo; Masa de empanadas; Masa de natas; Medio hojaldre; Mejillones al ajillo; Menestra; Menestra de pollo; Menestra de salmón; Menestra Nalón; Merluza a la avilesina; Merluza a la cazuela; Merluza a la cazuela con mariscos; Merluza a la sidra; Merluza a la sidra; Merluza con manzanas; Merluza con salsa vinagreta; Merluza mariscada; Mero con guisantes; Morcillas; Moscancia; Muil a la marinera; Oricios gratinados; Paella a la asturiana; Palomas asadas; Pasta hojaldrada; Pasta para empanadillas; Pasta para fritos; Pasta para frixuelos salados; Pastel de lenguado; Pastel de pescado; Pastel de tiñoso; Pastelón de caza; Patatas con arbeyos; Patatas con bacalao; Patatas con fréjoles; Patatas con golondru; Patatas con salmón; Patatas rellenas; Patatas viudas; Patatas y arroz a lo pobre; Patatas y pulpo; Patatas y sopas; Patatas y verdura; Pato con nabos; Perdices con manzanas; Perdices en escabeche; Perdices rellenas de pájaros; Pescadillas a la parrilla; Pichones rellenos; Pierna de jabalí al horno; Pimientos rellenos con carne; Pimientos rellenos con pescado; Pimientos rellenos de arroz; Pisto a la asturiana; Pitu de caleya; Pixín a la cazuela; Pixín a la cazuela al modo de Llanes; Pixín a la marinera; Pollo al hor-

no; Pollu al mío tastu; Potaje de patatas con fégadu; Pote asturiano; Pote con rabadal; Pote de judías y nabos; Pote de nabos de San Antón; Pote de nabos de San Martín de Sotrondio; Pote llanisca con pantruque; Pulpu con patatines; Puré de arbeyos; Puré de arbeyos; Puré de vigilia; Rabo estofado; Rapón; Raya a la sidra; Raya en salsa; Raya tostada; Repollo relleno; Riñones con guisantes; Rodaballo a la crema; Rollo de carne; Romanones; Sabadiega; Sabadiego; Salsa besamel; Salsa de almejas; Salsa de manteca; Salsa de tomate; Salsa de tomate con mantequilla; Salsa marinera; Salsa mahonesa; Salsa para salmón; Salsa rubia; Salsa rubia para mariscos; Salsa verde; Salsa vinagreta; Santiaguino; Sesos fritos; Sesos huecos; Setas a la crema; Solomillo al Cabrales; Solomillo al Cabrales. Véase: cocina de España; Sopa con carne; Sopa de avellanas con gambas; Sopa de centeno; Sopa de leche al modo de Mieres; Sopa de matanza; Sopa de natas; Sopa de pescado al modo de Avilés; Sopa de pescado al modo de Candás; Sopa de pescado al modo de Gijón; Sopa de pescado suprema; Tartaletas con chorizos a la sidra; Tortilla de angulas; Tortilla de bacalao; Tortilla de bonito; Tortilla de merluza; Tortilla de oricios; Tortilla de sardinas salonas; Tortilla de torreznos; Tostu; Truchas a la Nalona; Truchas en escabeche; Ventrisca de bonito al horno; Xárago con fideos; Xardas con tomate; Xargu con verdura. Véase: cocina de España.

cocina de Baleares. Citamos los siguientes platos: Berenjenas rellenas, Calamares rellenos, Caldereta de langosta, Mero a la mallorquina, Patatas a la mallorquina, Sopa mallorquina de col, Sopa mallorquina de pan, Trempó, Tumbet. Véase: cocina de España.

cocina de Birmania: Los ingredientes básicos de Birmania son: cebolla, jengibre, ajo, chile y pasta de camarones secos. Consideramos: aderezo de ají picante y camarones secos (*balachaung*), curry de pescado (*nga wehin*), curry de pollo con limas (*kyet thar*

hin), sopa de pescado con fideos de arroz (*mohinga*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de Camboya: Las comidas típicas se preparan con salsa de pescado, leche de coco y hierbas aromáticas como el limoncillo y las hojas de lima kaffir. Consideramos: ensalada de pescado (*plea tray*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de Canarias. La cocina de Canarias es mucho más rica de lo que pudiera parecer. Citamos los siguientes platos: Albóndigas, Almagrote gomero, Arroz con carne de cochino, Asadura de cochino, Atún en adobo, Bacalao en salsa, Bistec relleno, Bola de res estofada, Bubango relleno, Caballas en salmorejo, Cabrito al horno, Cabrito al salmorejo, Cabrito en salsa, Cabrito estilo canario, Caldo de asadura, Caldo de leche, Caldo de millo, Caldo de peras, Caldo de pescado, Caldo de trigo, Caldo macho, Caldo verde con huevos, Carajaca, Carne con leche, Carne con papas, Carne de cabra en salsa, Carne mechada de hermana, Carne mechada Guayarmina, Castañas con chicharrones, Cazuela de “cachete”, Cazuela de cherne con papas, Cazuela de pescado, Chicharrones, Chicharros en mojo encarnado, Chorizo canario, Churros de pescado, Compuesto de calamares, Compuesto de papas y huevos, Compuesto de pescado, Compuesto de pollo, Conejo al salmorejo, Conejo al salmorejo, Conejo en salsa borracha, Conejo en salsa de pimienta, Congrio con mojo a la virgen, Cordero estofado, Costillas con papas, Croquetas de pescado, Encebollado de Arafo, Ensalada de berros, Escachón (escacho) de gofio, Escaldón a la antigua, Frijoles, Garbanzas compuestas, Huevos chinos, Jareas de Lanzarote, Lapas a la plancha, Lentejas compuestas, Mahonesa con aguacate, Mahonesa simple, Melón relleno, Mero estilo canario, Mojo colorado dulce, Mojo colorado majorero, Mojo de almendras, Mojo de cilantro, Mojo de manteca, Mojo de pi-

menta verde, Mojo de queso hervido, Mojo hervido, Mojo picón (mojo colorado), Ñame, Papas a flor de caldo, Papas aperejiladas, Papas arrugadas, Papas del labrador, Papas garrapiñadas, Papas viudas, Pata de cochino al horno, Pechuga de pollo “Maquila”, Pescado salado asado, Pollo al salmorejo, Pollo estofado, Potaje de berros, Potaje de calabaza, Puchero canario, Pulpo a la vinagreta, Pulpo en salsa, Rancho canario, Ropa vieja, Salsa besamel, Sancocho, Sopa de picadillo, Sopa del Teide, Tocino salado con papas asadas, Tollos con vino, Tollos guisados, Tortilla de Canarias, Tortilla de papas, Viejas jareadas, Viejas sancochadas. Véase: cocina de España.

cocina de Cantabria. El cántabro es un pueblo austero, que hacia una sola comida al día, con su pan de harina de bellota, bebiendo cerveza y en raras ocasiones vino procedente de la Meseta. Cercanos a los vascos y asturianos, e incluso gallegos les falta la identidad de dichas cocinas, su cuidado y mano, su variedad, e incluso su afición, tanto en la costa de Castro Urdiales a Unquera, como en Liébana, con sus evidentes peculiaridades y rasgos, Campoo, donde se une a Castilla, Polaciones, Cabuérniga, Pas, Soba, etc. Es normativa bastante generalizada no abundar en regionalismos gastronómicos y el mantener una línea más o menos horizontal en niveles de cocina. Santander cuenta con materias primas de primerísima calidad, tanto en mar y rías como en lo interior. Puede encontrarse, desde luego, una merluza de anzuelo pescada en el día, unos lenguados o rodaballos de gran frescor y calidad, unos bocartes, sardinas o bonito excepcionales. No faltan salmones en el Pas, Deva o Asón, ni las excelentes truchas, de variado porte, destacando las terciadas de los cursos altos y bravos. Son de destacar las buenas carnes, mencionando al respecto Potes, Reinosa,

Oruña, Solares. * Santander, principal provincia lechera, debe tener un puesto preeminente en el terreno quesero. Podemos saborear varias clases: el de nata, bastante abundante, producido en diversas zonas, como Oruña, Liérganes, La Cavada o Cóbreces, es mantecoso y suave; el pasiego fresco, que podemos encontrar en Solares, y que si es recién recogido resulta delicioso: el de Lebaña, de oveja; el de Áliva, ahumado, sometiéndolo (tradicionalmente) al humo del enebro; y especialmente el de Tresviso, llamado “picón” que se hace en los pueblos altos de Liébana. Su gran calidad es debida en buena parte a los recios pastos y a la altitud (800 a 1200 m) y adecuada orientación de las cuevas de maduración. * Está claro que los platos más originales de cada región o zona van inseparablemente unidos a las materias primas más relevantes que allí se encuentran. Son de gran calidad las patatas, cebollas, ajos, lechugas, pimientos, tomates, repollos, berzas, acelgas, espinacas, coliflores, nabos, calabazas, zanahorias, puerros, remolachas, etc. Sin olvidarnos de las alubias, garbanzos (en Potes), limones (Novalés) * El Cantábrico proporciona unos frutos de la mejor calidad, ideales para una cocina del pescado en la que Cantabria lleva fama merecida, con platos tales como sopas de pescado y de marisco, besugo a la espalda, tronco de merluza, ventrisca y fiambre de bonito, sardinas y bocartes, el pescado de roca, o el marisco, escaso pero sabrosísimo. Siendo ricos en salmón y angulas, curiosamente, sin embargo, no se posee una especial y variada manera de tratar estos productos. Igual ocurre con la caza, pues a pesar de la riqueza en especies mayores y menores, la cocina cántabra no ha logrado consolidar fórmulas autóctonas, limitándose a guisos un tanto impersonales. El cerdo es fuente de extraordinarios embutidos, tras la matanza, además de su carne fresca, de gran abundancia y calidad. El vacuno se orienta hoy en día tanto a la producción de leche como hacia la de carne, siendo factor

decisivo, tanto en la economía como en el comer locales. Aunque no ha sido pródiga esta tierra en recetas totalmente propios, sin embargo, son numerosos los platos que, aún sin ser autóctonos, sí gozan de un extraordinario arraigo.* La cocina cántabra huye, en líneas generales, de elaboraciones complejas y técnicas sofisticadas. No aporta salsas ni las cultiva, prefiriendo siempre los jugos de los propios ingredientes en cocción. Es devota del aceite de oliva, en cuyo consumo, teniendo en cuenta su unión a Castilla y León, fue evidentemente experta y adelantada. El método de cocción más tradicional es el guiso, que predomina claramente sobre horno, plancha o cualquier otra técnica. Los aditamentos principales son el aceite, cebolla, perejil, ajo, tomate y pimentón, a lo que se suma con frecuencia vino blanco y laurel, pimienta o clavo, aparte de las hierbas y especias de campos y montes. * Ultimamente parece haber despertado un vivo interés por los temas gastronómicos, paralelamente al resto de España, que se traduce en la creación de nuevos platos por los cocineros y restauradores más inquietos. Este movimiento queda englobado en el término “nueva cocina cántabra” o “cocina imaginativa”. Todo ello, dentro de sus cauces de inquietud y conocimiento notables y posiblemente con las bases suficientes para erigir un nuevo modelo, paralelo en principio, de cocina cántabra. * La cocina de Cantabria, dentro del concierto de las cocinas regionales españolas, es la bella desconocida que ha sido siempre vinculada a las cocinas de las regiones próximas, Asturias, País Vasco, Castilla y León, Galicia. El cántabro primitivo es un pueblo austero, que hacía una sola comida al día, con su pan de harina de bellota, bebiendo cerveza y en raras ocasiones vino procedente de la Meseta. Cercanos a los vascos y asturianos, e incluso gallegos les falta la identidad de dichas cocinas, su cuidado y mano, su variedad, e incluso su afición, tanto en la costa de Castro Urdiales a Unquera, como en Liébana, con sus

evidentes peculiaridades y rasgos, Campoo, donde se une a Castilla, Polaciones, Cabuérniga, Pas, Soba, etc. Es normativa bastante generalizada no abundar en regionalismos gastronómicos y el mantener una línea más o menos horizontal en niveles de cocina. Santander cuenta con materias primas de primera calidad, tanto en mar y rías como en lo interior. Puede encontrarse, desde luego, una merluza de anzuelo pescada en el día, unos lenguados o rodaballos de gran frescor y calidad, unos bocartes, sardinas o bonito excepcionales. No faltan salmones en el Pas, Deva o Asón, ni las excelentes truchas, de variado porte, destacando las terciadas de los cursos altos y bravos. Las angulas de Ampuero. Son de destacar las buenas carnes, mencionando al respecto Potes, Reinosa, Oruña, Solares. * Santander, principal provincia lechera, debe tener un puesto preeminente en el terreno quesero. Podemos saborear varias clases: el de nata, bastante abundante, producido en diversas zonas, como Oruña, Liérganes, La Cavada o Cóbreces, es mantecoso y suave; el pasiego fresco, que podemos encontrar en Solares, y que si es recién recogido resulta delicioso: el de Lebaña, de oveja; el de Áliva, ahumado, sometiéndolo (tradicionalmente) al humo del enebro; y especialmente el de Tresviso, llamado “picón” que se hace en los pueblos altos de Liébana. Su gran calidad es debida en buena parte a los recios pastos y a la altitud (800 a 1200 m) y adecuada orientación de las cuevas de maduración. * Está claro que los platos más originales de cada región o zona van inseparablemente unidos a las materias primas más relevantes que allí se encuentran. Son de gran calidad las patatas, cebollas, ajos, lechugas, pimientos, tomates, repollos, berzas, acelgas, espinacas, coliflores, nabos, calabazas, zanahorias, puerros, remolachas, etc. Sin olvidarnos de las alubias, garbanzos (en Potes), limones

(Novales) * El Cantábrico proporciona unos frutos de la mejor calidad, ideales para una cocina del pescado en la que Cantabria lleva fama merecida, con platos tales como sopas de pescado y de marisco, besugo a la espalda, tronco de merluza, ventrecha y fiambre de bonito, sardinas y bocartes, el pescado de roca, o el marisco, escaso pero sabrosísimo. Siendo ricos en salmón y angulas, curiosamente, sin embargo, no se posee una especial y variada manera de tratar estos productos. Igual ocurre con la caza, pues a pesar de la riqueza en especies mayores y menores, la cocina cántabra no ha logrado consolidar fórmulas autóctonas, limitándose a guisos un tanto impersonales. El cerdo es fuente de extraordinarios embutidos, tras la matanza, además de su carne fresca, de gran abundancia y calidad. El vacuno se orienta hoy en día tanto a la producción de leche como hacia la de carne, siendo factor decisivo, tanto en la economía como en el comer locales. Aunque no ha sido pródiga esta tierra en recetarios totalmente propios, sin embargo, son numerosos los platos que, aún sin ser autóctonos, sí gozan de un extraordinario arraigo.* La cocina cántabra huye, en líneas generales, de elaboraciones complejas y técnicas sofisticadas. No aporta salsas ni las cultiva, prefiriendo siempre los jugos de los propios ingredientes en cocción. Es devota del aceite de oliva, en cuyo consumo, teniendo en cuenta su unión a Castilla y León, fue evidentemente experta y adelantada. El método de cocción más tradicional es el guiso, que predomina claramente sobre horno, plancha o cualquier otra técnica. Los aditamentos principales son el aceite, cebolla, perejil, ajo, tomate y pimentón, a lo que se suma con frecuencia vino blanco y laurel, pimienta o clavo, aparte de las hierbas y especias de campos y montes. * Ultimamente parece haber despertado un vivo interés por los temas gastronómicos, paralelamente al resto de España, que se

traduce en la creación de nuevos platos por los cocineros y restauradores más inquietos. Este movimiento queda englobado en el término “nueva cocina cántabra” o “cocina imaginativa”. Todo ello, dentro de sus cauces de inquietud y conocimiento notables y posiblemente con las bases suficientes para erigir un nuevo modelo, paralelo en principio, de cocina cántabra. Consideramos como los platos más típicos: Acelgas con patatas; Ajo antojil; Albóndigas de bocartes; Albóndigas en salsa; Alcachofas a la cazuela; Almejas a la marinera; Almejas a la sartén; Alubias blancas con chorizo; Alubias blancas de Liendo; Alubias con almejas; Alubias con jabalí; Alubias con jibia; Alubias rojas “carico” de Solares; Alubias rojas a la montañesa; Alubias rojas con chorizo; Alubias rojas estofadas; Amayuelas a la marinera; Anguilas al vino tinto; Anguilas guisadas; Angulas a la cazuela; Arvejas con codillo de cerdo; Arvejas con patatas; Arroz con berza; Arroz con gallina; Arroz con sardinas; Arroz del Pedrón; Arroz gratinado a la santanderina; Asadura de cabrito; Asadura de cordero lechal; Atún a la montañesa; Bacalao al estilo de Cantabria; Bacalao en salsa verde; Barbo en salsa; Barcas de angulas; Berenjenas rellenas de marisco; Besugo San Andrés; Bocartes a la cazuela; Bocartes a la cazuela; Bocartes al horno; Bogavante cocido; Bonito a la cazuela; Bonito cocido; Bonito con tomate; Bonito en escabeche; Bonito en fiambre; Bonito estofado; Borona (la); Borono (el); Buñuelos de coliflor; Burro lechal; Caballa al horno con anchoas; Caballa al horno; Cabracho al ajillo; Cabracho en salsa verde; Cabrito con patatas; Cabrito estofado; Cachón en su tinta; Caldereta barquereña; Caldereta Cantábrico; Callos a la montañesa; Cangrejos al jerez; Cangrejos de río; Canónigos de patatas; Caracoles a la montañesa; Carpa rellena al horno; Cazuela de bocartes pejíños; Cebollitas asadas; Centollo relleno; Ciervo estofado; Cocer la langosta; Cocer los percebes; Cocido lebaniego; Cocido lebaniego; Cocido o puchero montañés; Codornices con

pimientos; Congrio a la cazuela; Coliflor a la crema; Conejo a la mostaza; Conejo estofado; Congrio Arcipreste de Hita; Congrio con patatas; Congrio en cazuela; Costilla de tudanca sobreasada; Crema de avellanas; Champiñones al ajillo; Chanfaina lebaniega; Chicharro al horno; Chicharro al horno; Chipirones en su tinta; Chuleta tudanca; Dorada a la sal; Dorada al horno; Empanada o tosta de chorizo; Ensalada de anchoas; Ensalada de anguilas; Ensalada de berros con patatas; Ensalada de pimientos de Isla; Erizos de mar gratinados; Escalopines de solomillo en salsa; Estofado de toro de lidia; Falda de ternera rellena; Garbanzos al modo del Cantábrico; Garbanzos con chirivías; Guisao de romería; Habas a la montañesa; Habas a la montañesa; Habas tiernas con tortilla; Harrepas; Huevas de merluza; Huevos revueltos con almejas; Jabalí estofado; Jargo al horno; Jargo estofado al tomillo; Judías verdes; Judías verdes de Cantabria; Lechazo asado; Lenguado a la minuta; Lenguado con jamón; Lentejas a la montañesa; Liebre a la montañesa; Liebre al vino tinto con nísperos; Lubina al horno; Lubina con patatas al horno; Marmita de Santoña; Menestra de pollo con verduras; Menestra de verdura con carne; Menestra santanderina; Merdoso de espinama; Merluza a la costera; Merluza al aguardiente; Merluza rellena de marisco; Merluza relleno; Mollejas a la trasmerana; Mollejas con setas; Morcilla pasiega; Muergos con arroz; Navajas a la parrilla; Nécoras; Olla ampuerense; Olla ferroviaria; Olla torancesa; Paella de marisco; Pastel de berza; Pastel de calabacín; Pastel de col y venado; Pastel de chicharro o sarda; Pastel de merluza; Patatas al estilo Puente Viesgo; Patatas con almejas; Patatas con bonito; Patatas con chirilas; Patatas con mejillones; Patatas con pollo; Patatas con salmón; Patatas con seso; Patatas guisadas con carne; Pato asado; Pavo en salsa; Pecho de tudanca lechal; Pencas de acelgas albarradas; Pichón al vino tinto; Pierna de cordero guisada; Pimientos rellenos de jabalí; Pisto montañés; Pollo campurriano; Pollo de corral; Pollo

marino; Potaje de alubias blancas; Pudín de cabracho; Pudín de castañas; Pudín de queso picón; Pulpetas de sardina al modo de Cantabria; Pulpo al ajoarriero; Puré de castañas; Rabas de calamar frito; Rabas; Rabo de buey; Ragú de cabra montés; Ragú de jabalí; Rape de Cantabria; Raya con besamel; Revuelto de jijas; Revuelto de setas; Rodaballo a la vinagreta; Rodaballo gratinado; Rollos de bonito; Salmçon del Deva con setas; Salmón al estilo de Limpias; Salmón del Nansa al horno; Salmonetes envueltos; Salmonetes fritos; Salsa de almejas; Salsa de anchoas; Salsa de langosta; Salsa de ostras; Salsa rubia; Sardinas asadas; Sardinas con patatas; Sardinas en escabeche; Sardinas rellenas; Setas de Reinosa; Setas de Valderredible; Setas guisadas; Solomillo al queso picón; Sopa de ajo; Sopa de Campóo; Sopa de merluza; Sopa de pescado; Sopa de Prau; Sopa de rape; Sopa de Reinosa; Sopa de verduras; Sopa-crema de Pedreña; Sorda o becada asada; Sorropotún de San Vicente de la Barquera; Ternera asada en su jugo; Ternera estofada con patatas; Ternera rellena asada con manzanas; Tomates rellenos de marisco; Tortilla de nueces; Tortilla de tumbas; Tortu preñau; Truchas; Truchas del Asón con tocino; Truchas del Asón rellenas; Truchas del Nansa escabechadas; Truchas en papillote; Venado a la cazuela; Venado asado; Ventrecha de bonito; Zancarrón de ternera. Véase: cocina de España.

cocina de Castilla. Citamos los siguientes platos: Ajoarriero a la toledana, Alubias blancas con chorizo, Alubias estofadas con pie y oreja de cerdo, Alubias pochas con morro y chorizo, Cochinillo asado, Cocido castellano, Cordero asado, Cordero del mesonero, Duelos y quebrantos, Gallina en pepitoria, Garbanzos a lo pobre, Guisantes con jamón, Habas a la salmantina, Judiones del Barco, Lechazo asado estilo Aranda, Lentejas estofadas, Migas con chorizo,

Morteruelo de Cuenca, Olla podrida, Perdices escabechadas, Pierna de cordero al horno, Puré de patatas, Repollo con tocino, Ropa vieja, San Jacobo, Sopa burgalesa, Sopa de ajo, Sopa de pastor, Tortilla paisana. Véase: cocina de España.

cocina de Cataluña. Citamos los siguientes platos: Alcachofas rellenas de brandada de bacalao, Arroz a la cubana, Bacalao al alio-li, Brandada de bacalao, Calçotada, Canelones, Coliflor gratinada, Empedrat, Ensalada catalana, Escalivada, Escudella y carn d'olla, Espinacas con pasas y piñones, Esqueixada, Farcellets de col rellenos, Habas a la catalana, Poti Poti, Revoltillo de ajos tiernos y langostinos, Revuelto de huevos y gambas, Sepia con albóndigas, Sopa de fideos, Suquet de peix, Trinxat de la Cerdanya, Xató, Zarzuela. Véase: cocina de España.

cocina de China. La rama esencial de la medicina china es la dietética, considera, en efecto, que una alimentación poco equilibrada, debida a una mala organización de las comidas o a la naturaleza de los alimentos, puede provocar las enfermedades. Según esta dietética la comida más importante debe tomarse a mediodía y ha de utilizar alimentos que se espera influyan en la fisiología. * Así, por ejemplo, se supone que el arroz estimula la circulación sanguínea y debilita la resistencia de la piel; la carne de cerdo estimula el hígado, inhibe el intestino y perturba las vías urinarias; los alimentos ácidos alteran el hígado, estimulan el corazón pero debilitan el metabolismo general. * Estos principios figuraban ya en las primeras obras que trataron de la cocina (la más antigua se remonta al siglo VI a. c.) y se aplicaban con rigor en las cocinas de los emperadores. * La gran extensión y población de China facilitaron la creación de diversos tipos de cocina. Las grandes cocinas mejor conocidas en el extranjero son: las de Pekín, Shanghai, Chengtu (Si-

chang), Cantón, Yunnan, Taiwán y Hong Kong. * Las técnicas de cocción tradicional y los ingredientes frescos confieren el sabor y atractivo a esta comida. * Debido a la gran influencia que tiene en España esta cocina citamos los platos típicos siguientes: Abalones con setas; Alas de pollo en salsa; Albóndigas de ternera y apio; Apio salteado; Arenques rehogados; Arroz blanco; Arroz con ocho ingredientes; Arroz con pollo de Hainán; Arroz frito con jamón y cangrejo; Arroz frito vegetariano; Asado cantonés de cerdo; Bizcocho chino; Bolitas de arroz glutinoso en almíbar; Bolitas de gambas; Brécol con setas negras; Buñuelos de manzana; Caldo ligero de carne; Callos picantes; Cangrejos con espárragos; Cangrejos de caparazón blando fritos (*jui jin jeun ho hai*); Carne cocida en “rojo” con brécol (*huhng siu ngauh*); Carpa crujiente en salsa agridulce; Cerdo agridulce; *Chop suey*; Codornices a los cinco aromas; Cordero a la pequinesa; Cordero con fideos de soja; Costillas de cerdo con salsa de barba-coa (*char siu paaih gwat*); Costillas de cerdo con zanahoria; Crema de judías mungo; Crema de naranja; Delicias de Buda (*lo han chai*); Empanadillas chinas; Ensalada de pepino al sésamo; Ensalada de tofu; Ensalada variada con fideos de soja; Entrante de huevos centenarios; Escalopines de cerdo con nueces; Falso pescado frito; Fideos yifu con salsa de cangrejo (*hai jo mah ji mee*); Fondue china; Fritura de caballa en salsa; Gambas *Fou Yung*; Ganso para vegetarianos (*chai siu ngo*); Gelatina de mango; Guiso de anguilas; Huevos *Fou Yung*; Huevos fritos con tomate; Huevos revueltos con cangrejo; Langostinos salteados en salsa de tomate; Lenguado frito con salsa de porotos con ají picante y espárragos (*lachap longlei guin*); Lomo frito con judías; Lomo frito de Shanghai; Manitas de cerdo rellenas; Marisco salteado con verduras; Mejillones fritos; Panceta asada con nabos; Pastel de arroz relleno de ocho tesoros; Pato con almendras; Pato con cacahuets; Pato de Pekín con panqueques y salsa hoisin (*baak ging ap*); Pato frito con pimienta negra (*hak tjin tjan nah hui*); Pato

lacado; Pato relleno de ocho tesoros; Pescado al huevo; Pescado con repollo; Pescado con verduras; Pescado en salsa picante; Pescado salteado con lomo; Picadillo de cangrejo; Pichones al ginseng; Plato frío de ternera; Pollo a la cazuela; Pollo al limón; Pollo al vapor con ancas de rana; Pollo con pepino; Pollo frío a los cinco aromas; Pollo frito al estilo de Szechuan (*sze chuan jar gai*); Pollo frito crujiente (*tsoi pe tsa ji gai*); Postre de almendras (*hahng yahn dauh fuh*); Raviolis en salsa agridulce; Riñones salteados; Rollitos de primavera; Sepias salteadas con champiñones; Sofrito de lomo y repollo; Sopa con huevos (*daan far tong*); Sopa de aleta de tiburón; Sopa de calabacín con cerdo; Sopa de callos; Sopa de huevos de codorniz; Sopa de lomo al huevo; Sopa de melón; Sopa de patas de pollo; Sopa de pato con espinacas; Sopa de pollo con verduras; Sopa espesa de pescado. Tallarines crujientes salteados. Tallarines Dan-Dan; Tallarines en caldo de pollo ácido; Tallarines salteados con cangrejo; Ternera salteada con pimientos. Tiras de carne de cerdo asado (*char siu*); Tofu con pepino en vinagre; Tofu salteado con gambas; Tortillas rellenas; Vieiras salteadas con salsa de ostras (*hojan hsin taiji*). Véase: Cocina de Asia.

cocina de Corea: Los coreanos cocinan mucho al vapor. Consumen mayormente sopa, pescado y vegetales con tofu. Usan los aderezos y las especias con moderación, basados principalmente en los cinco sabores esenciales de la cocina de Asia: agrio, dulce, salado, amargo y picante. El primero está presente en el vinagre y los conservantes como el *kimchee*; el sabor dulce en el vino de arroz, el *mirin*, o en el vino de fresas o cerezas; el salado, en la salsa de soja; los sabores amargos, en raíces como el *ginseng*; y el picante, en la pimienta y los chiles. Consideramos: berenjenas rellenas cocidas al vapor (*kajitchim*), carne de cerdo rellena con vegetales (*twaejigogi saektchim*), col china salada (*kimchee*), fideos de arroz con vegetales (*chapchae*), pescado

relleno al vapor (*oson*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de España. El modo de preparar los alimentos en España, o “cocina de España”, está marcada por tres acontecimientos históricos fundamentales: la dominación romana primero; los ocho siglos de presencia árabe después y por último el descubrimiento de América. En ellos encontramos los fundamentos de nuestra cocina original, muy rica en sabores y aromas. La podemos subdividir en las siguientes: **Cocina clásica, Cocina de Andalucía, Cocina de Aragón, Cocina de Asturias, Cocina de Baleares, Cocina de Canarias, Cocina de Cantabria, Cocina de Castilla, Cocina de Cataluña, Cocina de Extremadura, Cocina de Galicia, Cocina de La Mancha, Cocina de La Rioja, Cocina de León, Cocina de Madrid, Cocina de Murcia, Cocina de Navarra, Cocina de Valencia, Cocina de Vascongadas, Cocina de Extremadura.**

cocina de Filipinas: Hay influencia española en la cocina filipina y así, la paella se convirtió en *brinche* (cocinada con leche de coco en lugar de aceite de oliva), y el adobo, originariamente un condimento español, se transformó en un plato de cerdo o pollo que se sirve en las fiestas. También es considerable la influencia china. Aún así la comida filipina sería inimaginable sin el arroz, el pescado o las frutas tropicales que crecen en cada parcela de tierra cultivada. Consideramos: cangrejos rellenos con salsa de porotos amarillos (*alimango tausi*), carne de pollo y cerdo con salsa de maní (*pipian*), estofado rojo de cerdo (*adobong baboy*), fideos fritos con carne (*pancit guisado*), gelatina de frutas frescas (*gulaman*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de Francia. Consideramos las secciones y platos siguientes: **Entradas en la cocina de Francia** (ensaladas, patés y

terrinas, pescados y mariscos, platos con huevo, platos con masa, sopas, sorbetes); **Platos principales en la cocina de Francia** (carne, cerdo, cordero, mariscos, pescado, pollo y animales de caza, ternera)

cocina de Galicia. Citamos los siguientes platos: Almejas de Carril a la marinera, Arroz con bogavante, Besugo al horno, Caldeirada, Caldo gallego, Carne o caldeiro, Cocido gallega, Empanada de bonito, Empanada de carne, Empanada de vieiras, Entrecot de ternera gallega, Jabalí con castañas, Lacón con grelos y chorizos, Lamprea a la cazuela, Lubina al horno, Mejillones a la marinera, Merluza rellena de centollo a la salsa de camarones, Parrillada de pescados y mariscos, Pote gallego, Pulpo a feira, Rape a la gallega, Rape al aroma de setas, Rodaballo a la gallega, Rodaballo al horno, Salpicón de mariscos, Sopa de mariscos, Vieras al albariño, Xarrete guisado, Zorza con huevos fritos. Véase: cocina de España.

cocina de Grecia: los mejores sabores del Mediterráneo se conjugan en la gastronomía griega, en la que se combinan los limones, el ajo, las aceitunas, el cordero, el pescado, los tomates y las berenjenas. Consideramos: Albóndigas de patata y cebolla; Arroz verde; Baklava; Berenjenas rellenas; Buey condimentado con cebollas; Cordero asado con patatas; Dentón asado con hortalizas; Dolmades; Ensalada de judías; Ensalada griega; Fritos de queso; Galletas de mantequilla; Gambas con feta y aceitunas; Gratinado de buey con pasta; Guisado de buey y tomate; Habas guisantes y alcachofas; Moussaka; Pastel de coco con jarabe; Pescado frito con salsa de ajo; Pollo con coliflor a la canela; Pollo con miel al limón; Pollo con okras; Pulpos al vino tinto; Rollitos de carne; Rollitos de crema dulce; Sopa de lentejas con tomate; Souvlakia; Taramasalata; Tomates rellenos de arroz; Tzatziki.

cocina de India: Casi todos los ingredientes necesarios para preparar una típica comida India son originarios del país, y el estilo de cada región se desarrolla en torno a su propia producción. Consideramos: Arroz al limón; Arroz sazonado con lentejas; Buey al estilo de Madrás; Carne de cerdo con salsa agria de ají picante (*vindaloo*); Coliflor con patatas (*phool gobi aur aloo ki bhaji*); Cordero con lentejas (*dalcha*); Cordero con salsa de ají picante y yogur (*rogan josh*); Crema de lentejas; Curry de carne con patatas (*aloo gosht*); Curry de carne de cerdo picante; Curry de coliflor, tomate y guisantes; Curry de cordero con espinacas; Curry de gambas frescas; Curry de langostinos (*jingha kari*); Curry de patatas; Curry de pato (*batakh vindaloo*); Curry de pescado al aroma de coco; Curry de pollo cremoso; Curry de pollo rápido; Chapatis; Fritos de cebolla; Garbanzos picantes; Helado (*kulfi*); Helado de fruta y frutos secos; Huevos vindaloo; Kebabs de cordero; Kebabs de pollo al tandoori; Mango en vinagre (*mangai achar*); Pakoras vegetales; Papads rellenos; Pastelillos de vegetales (*samosa*); Pescado al horno envuelto en hojas de banano (*patrani machchi*); Pescado asado con chutney; Pierna de cordero asada con especias; Pilaf de berenjenas y especias (*brinjal pullao*); Pilaf de vegetales (*navratan pullao*); Pollo con lentejas y vegetales (*dhansak*); Pollo con salsa de coco y anacardos (*murgh salar jung*); Pullao de pollo al azafrán; Roghanjosh de cordero; Salsa de yogur y pepino; Samosas de patata condimentadas; Sopa de guisantes y tomate picante; Sopa de lentejas picante; Sopa vegetariana (*rasam*); Vegetales guisados con yogur (*aloo baigan korma*); Yogur con plátano y guindillas. Véase: Cocina de Asia; utensilios alimetarios en la cocina de Asia.

cocina de India vegetariana. Véase: cocina védica.

cocina de Indonesia: Millones de indonesios dependen más de la mandioca o del sagú que del arroz. El verdadero alimento fundamental de Indonesia es el pescado, que

se obtiene en mares, lagos, ríos, y también en los arrozales anegados. Consideramos: arroz amarillo aromático (*nasi kuning*), arroz frito (*nasi goreng*), arroz sabroso con pollo frito (*nasi kebuli*), bananas fritas (*pisang goreng*), buñuelos de granos de chocolate (*pergedel jagung*), coco rallado salteado (*serundeng*), ensalada de frutas con especias (*rujak*), ensalada de vegetales cocidos con salsa de maní (*gado-gado*), estofado aromático de cordero (*gule kambing*), langostinos con salsa de coco (*sambal goreng udang*), papilla de arroz glutinoso negro (*bubur ketan hitam*), pato al horno tradicional de Bali (*bebek betutu*), pato troceado con salsa de coco (*kalio bebek*), pescado marinado al horno con coco (*pepes ikan*), pincho de pescado picado (*sate pusu*), pollo frito de Java (*ayam goreng jawa*), pollo salteado con vegetales (*oseng oseng ayam dengan sayuran*), repollo salteado con huevos (*orak-arik*) Véase: Cocina de Asia; utensilios alimetarios en la cocina de India.

cocina de Italia. La cocina italiana se caracteriza por sus diferencias regionales. Consideramos los platos siguientes: albondiguillas al estilo de Umbría (*polpettine all'Umbra*); cebollitas agris dulces (*cipolline in agrodolce*); chauchas con tomate y ajo (*fagiolini al pomodoro*); cinta estrecha con mantequilla y crema (*fettuccine all'Alfredo*); cinta estrecha con verduras de primavera y crema (*fettuccine primavera*); cinta ocho milímetros con salsa boloñesa de carne (*tagliatelle al ragu*); ensalada veraniega de verduras (*condiggion*); escarola salteada con porotos y jamón (*friarelli*); espagueti delgado con ajo y aceite de oliva (*spaghettini, aglio e olio*); espaguetis con almejas (*spaghetti alla vongole*); espaguetis con tocino y huevos crudos (*spaghetti alla carbonara*); espaguetis con tomates, alcaparras, aceitunas y anchoas (*spaghetti alla puttanesca*); espaguetis delgados con tomates, albahaca, aceite de oliva y ajo (*spaghettini al pomodoro e basilico*); espaguetis finos con salsa de berberechos (*linguine alle vongole*); espárragos a la parme-

sana (*asparagi alla parmigiana*); fricasse de pollitos con polenta (*gellinelle e polenta*); fritada de espárragos y setas (*frittata agli asparagi*); hinojo gratinado (*finocchi gratinati*); mejillones al vino al estilo de Apulia (*zuppa di mitili alla pugliese*); minestrón de invierno (*minestrone invernale*); osobuco a la milenesa (*ossobuco alla milanese*); patatas horneadas con leche (*patate al forno*); pescado hervido con dos salsas (*pesce lessa con due salse*); pesto de albahaca genovés (*pesto di basilico alle genovesi*); pimientos rellenos con arroz y Gorgonzola (*peperoni ripieni*); plumas con salsa de tomate picante (*penne all'arrabbiata*); postre de chocolate y queso crema "tiramisú" (*tiramisu*); risotto con verduras (*risotto alle verdure*); salsa de mantequilla y tomate (*sugo al burro e pomodoro*); setas crujientes fritas al estilo de Cerdeña (*funghi fritti alla sarda*); Véase: pastas alimenticias compuestas.

cocina de Japón: El acto de comer tiene casi el sentido de un ritual teatral, y debe tener un comienzo, un desarrollo y un final. En las comidas familiares cotidianas se acostumbra reemplazar todo por un único plato, bastante parecido a un guiso. Consideramos: ensalada de verduras con aderezo de sésamo (*shira ae*), estofado con fideos udon (*udon suki*), estofado de carne y verduras (*sukiyaki*), lubina cruda con verduras y aderezo (*suzuki sashimi*), mariscos y vegetales rebozados fritos (*tempura*), pescado glaseado y gratinado (*teriyaki de pescado*), pollo con puerros (*Negima*), pincho de pollo (*yakitori*), rollitos de arroz (*sushi*), sopa de miso con vegetales (*satsumajiru*), *sushi* de arroz con tortilla en juliana (*bara-zushi*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de La Mancha. Citamos los siguientes platos: Arroz con bacalao, Atascaburras, Caldereta de cordero, Cochifrito, Gachas, Lentejas manchegas, Pisto manche-

go, Sopa de cebollas, Tiznao, Tojuntó. Véase: cocina de España.

cocina de La Rioja. Citamos los siguientes platos: Ensalada de pollo, Guiso de cordero, Menestra de verduras, Patatas riojanas. Véase: cocina de España.

cocina de Laos: Los platos tienen una gran influencia del Sur de China; muchos contienen leche de coco y se preparan fritos, salteados o al vapor. Consideramos: carne de cerdo con leche de coco y cebollas en vinagre (*pad som sin moo*), carne de ciervo con salsa de coco (*khua sin fahn*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de León. Citamos los siguientes platos: Arroz a la zamorana, Lentejas zamoranas, Manitas y orejas de cerdo a la leonesa. Véase: cocina de España.

cocina de Madrid. Citamos los siguientes platos: Callos, Entresijos, Estofado de ternera, Gallinejas; Gambas al ajillo, Mollejas, Redondo de ternera en cazuela, Riñones al Jerez, Salmón marinado, Zarajos. Véase: cocina de España.

cocina de Malasia: La comida de Malasia es tan variada como el origen de sus habitantes, cuyos antepasados, en su mayoría, inmigraron de islas y países vecinos. Consideramos: cebolla frita crocante (*goreng bawang*), curry de cordero con leche de coco (*kambing korma*), curry de pescado (*ikan masak molek*), filetes de bacalao frito rebozados en ají picante (*ikan masak lada*), pescado con salsa de porotos negros (*ikan masak tauco*), pincho de carne vacuna (*satay daging*), salsa de maní (*sambal kacang*), sopa de fideos con leche de coco (*laksa lemak*), vegetales en vinagre (*acar kuning*), zapallo con jarabe de coco (*kolak labu kuning*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de Marruecos. La cocina marroquí cuenta con una larga tradición que reúne

influencias culturales de África y Oriente, lo que se materializa en la gran riqueza y variedad de todos sus platos. La abundancia de productos de la tierra como cereales, frutos secos y frutas convierte estos alimentos en ingredientes básicos de la cocina marroquí, caracterizada por el uso de especias como la nuez moscada, la canela, el azafrán y la cúrcuma. Consideramos los siguientes grupos: Sopas y entrantes en la cocina de Marruecos; Hortalizas, pan y ensaladas en la cocina de Marruecos. Pescados en la cocina de Marruecos. Aves en la cocina de Marruecos. Carnes en la cocina de Marruecos. Postres en la cocina de Marruecos

cocina de Méjico. Consideramos las siguientes especies alimentarias y utensilios más empleados en la cocina de Méjico. Achiotte, Acitrón, Adobado, Adobo rojo, Adobo verde, Adobo, Agar agar, Agua de la Candelaria, Agua fresca de pitahayas, Agua fresca de tamarindo, Agua fresca de tunas, Aguacate, Aguacates rellenos, Ajonjolí, Albahaca, Albóndigas en chipotle, Albóndigas, Alcaparra, Alcaparrado, Almendra, Ancas de rana empanizadas, Anís, Antojitos mejicanos, Arroz blanco, Arroz rojo, Arroz verde, Atole de arroz, Atole de elote, Atole de fruta, Atole de leche, Atole de pepita, Avellana, Azafrán, Azocile, Bacalao a la mexicana, Bagre, Barbacoa de lomo en olla, Barbacoa teotihuacana, batea, jícara, Bebidas fuertes, Birria, Bistec, Cabrito en chile y consomé, Cacahuete, Cachetitos, Calabacitas a la mexicana, Calabacitas rellenas de queso, Caldo de caguama, Caldo de charal, Caldo de indianilla, Caldo salpimentado, Caldo tlalpeño, Camarones enchilados a la plancha, Canela, Carne de cerdo en adobo, Carnitas de olla, Cazo de cobre, Metate, Cazuelas, ollas y jarros. Ceviche, Chacales de parral (ezquites), Chalupas poblanas, Champurrado, Charal, Charales en pasilla, Chaya, Chayote, Chayotes rellenos, Fritanguitas de pobre, Chía, Chía, Horchata de arroz, Chicharrón en salsa roja, Chicharrón en salsa verde, Chicharrón, Chicotle, Chilaca, Chila-

quil, Chilaquiles rojos, Chilaquiles verdes, Chile ancho, Chile cascabel, Chile de chilepas, Chile guajillo, Chile jalapeño, Chile morita, Chile mulato, Chile pasilla, Chile poblano, Chile verde serrano, Chiles en nogada, Chiles rellenos de atún, Chiles rellenos de carne, Chiles rellenos de flor de calabaza, Chiles rellenos de queso, Chocolate al agua, Chocolate de leche, Chocolate frío, Chocolate, Chorizo, Chul de frijol verde, Cilantro, Clavo, Clemole, Colonche, Comal, Comino, Concentrado, Conejo enchilado, Costillas de cerdo a la crema, Coyoles, Crepas mejicanas, Cuitlacoche, Enchiladas cacahuamilpa, Enchiladas de mole, Enchiladas rojas, Enchiladas verdes, Ensalada nochebuena, Ensalada tricolor, Epazote, Escabeche, Especia, Espinazo de cerdo con verdolagas, Fideo, Filete de pescado en salsa roja, Filete enchocolatado, Frijoles charros, Frijoles de la olla, Frijoles puercos, Frijoles refritos costeños, Frijoles refritos, Frijoles sazonados estilo Jalisco, Frijoles tenochcas, Guacamole mixteco, Guacamole verde, Guaje, Higuera, Horchata de pepita de melón, Huachinango a la veracruzana, Huevos ahogados, Huevos jalapeños, Huevos motuleños, Huevos rancheros, Huevos revueltos a la mexicana, Huevos zacatlantecos, Jamaica, Jitomate, Jumil, Lágrimas de la Virgen, Liebre campirana, Lomo encacahuete, Longaniza en salsa verde, Manchamanteles, Mechado, Mejorana, Menjengue, Menudo duraguense, Mezquite, Mitos de frijol. Mixiote, Mixiotes de carnero en olla casera, Mixiotes de pollo en olla casera, Mixtura de mariscos al coco, Mojarras rellenas, molcajete, mole amarillo, Mole coloradito, Mole negro, Mole poblano, Mole poblano, Mole verde de pipián, Nopal, Olla podrida, Orégano, Ostiones gratinados, Pancita rellena zacatecana, Papadzul, Pápalo, Papas rellenas, Pasitas, Pato de Patzcuaro, Pavo en escabeche, Pechuga en nogada, Pepita, Perejil, Pichones a la antillana, Piloncillo, Pimienta, Pinole, Pizotl en chiltexitli, Pollo motuleño, Ponche navideño, Pozole blanco, Pozole colorado estilo tapatío, Pozole verde, Puchero mexicano, Puchero vaque-

ro, Puchero, Pulpos en su tinta estilo Playa Azul, Pulque curado de almendras, Pulque curado de melón, Pulque curado de pitahaya, Puntas de filete a la mexicana, Quesadillas de cuitlacoche, Quesadillas de flor de calabaza, Quesadillas de hongos, Quesadillas de queso, Quesadillas de sesos, Red chilaquiles, Salpimentado, Salsa borracha, Salsa chilorito de árbol, Salsa chimalistac, Salsa de chile guajillo, Salsa de chile pasilla, Salsa de guaje, Salsa de güera, Salsa de jitomate, Salsa de jumiles, Salsa de tomate, Salsa mejicana, Salsa mocha, Salsa pek, Salsa tepozteca, Setas a la oaxaqueña, Setas bravas, Setas charras, Sopa “no te rajes Adelita”, Sopa de aguacate, Sopa de bolitas de tortilla, Sopa de calabaza, Sopa de fideo, Sopa de frijol, Sopa de la Capilla, Sopa de lima, Sopa de los emperadores, Sopa de tortilla a la vena, Sopa veracruzanaL, Sopes, Soplador, Tamal de cazuela, Tamal totonaco, Tamal, Tamales de dulce, Tamales oaxaqueños, Tamales rojos de pollo, Tamales tarascos, Tamales verdes de puerco, Tascalate, Tepache, Tinga, Toronmendra, Tortas de camarón en revoltijo, Tortilla de harina tipo crêpes, Tortillas de harina, Uchepos dulces, Yervas finas. Los presentamos subdivididos en los grupos siguientes: Utensilios básicos de la cocina de Méjico, Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico, Recados en la cocina de Méjico, Salsas y picantes en la cocina de Méjico, Aguas frescas, pulques y bebidas fuertes en la cocina de Méjico, Caldos y sopas en la cocina de Méjico, Legumbres y ensaladas en la cocina de Méjico, Nopales en la cocina de Méjico, setas en la cocina de Méjico, Chiles rellenos en la cocina de Méjico, Frijoles en la cocina de Méjico, Carnes en la cocina de Méjico, aves y huevos en la cocina de Méjico, moles en la cocina de Méjico, mariscos y pescados en la cocina de Méjico, tamales y atoles en la cocina de Méjico, cocina elaborada para grandes ocasiones, chocolates en la cocina

de Méjico. Véase: utensilios alimetarios en la cocina de Méjico.

cocina de Murcia. Citamos los siguientes platos: Acelgas rehogadas, Alcachofas en cazuela, Arroz al caldero, Chuletas de cordero al ajo cabañil, Coliflor con ajos y pimentón, Ensalada murciana, Garbanzos con bacalao, Paella de verduras, Potaje con acelgas, patatas, judías blancas y arroz, Zarangollo. Véase: cocina de España.

cocina de Navarra. Citamos los siguientes platos: Arroz con cordero a la navarra, Cogollos de Tudela con anchoas, Cordero al chilindrón, Ensalada de la ribera, Espárragos a la navarra, Panaché de verduras, Pimientos del piquillo rellenos de bacalao, Revoltijo de setas, Truchas a la navarra. Véase: cocina de España.

cocina de Perú. Consideramos los platos siguientes: Adobo a la norteña, Adobo arequipeño, Aguadito de gallina, Aguadito de mariscos, Aguadito de pato, Aguadito de pescado, Ají de calabaza, Ají de camarones, Ají de choros, Ají de gallina, Ají de huevos, Ají de mondongo, Ají de tallarines, Ají verde relleno, Ajiaco de caiguas, Ajiaco de camarones, Ajiaco de choclos, Ajiaco de ollucos, Ajiaco de papas, Anticucho de corazón, Anticucho de corvina, Anticucho de lomo de res, Anticucho de pollo, Apanado de tortuga, Arroz a la norteña, Arroz a la peruana, Arroz chaufa, Arroz con camarones, Arroz con cecina, Arroz con conchas negras, Arroz con mariscos, Arroz con pato, Arroz con pollo, Arroz tapado, Asado de res en olla, Bistec apanado, Cabrito al horno, Cabrito asado en olla, Caiguas rellenas, Calamares al ajo, Calamares fritos, Caldillo de papas, Caldo de cabeza, Caldo de carnero, Caldo de pollo, Caldo de siete carnes, Camarones a la piedra, Camarones al ajo, Camarones sudados, Canchita, Caracoles a la piedra, Carapulcra de chanco, Carapulcra de

gallina, Carapulcra de pollo, Cau cau, Cauchi de queso, Causa con chicharrones, Causa limeña, Causa rellena con atún, Causa rellena con camarones, Causa rellena con palta, Causa rellena con pollo, Cebiche a la piedra, Cebiche caliente de gallina, Cebiche caliente de pescado, Cebiche de alcachofas, Cebiche de atún, Cebiche de bonito, Cebiche de calamares, Cebiche de camarones, Cebiche de cangrejos, Cebiche de caracoles, Cebiche de champiñones, Cebiche de corvina, Cebiche de langostinos, Cebiche de mariscos, Cebiche de pato, Cebiche de pollo, Cebiche de pota, Cebiche de pulpo, Cebiche de sardinas, Cebiche de trucha, Cebiche mixto, Cecina frita, Chairó, Chanco asado con tamarindo, Chanfainita, Charquicán, Chicharrón de gallina, Chicharrón de mariscos, Chicharrón de pulpo, Chicharrón de calamares, Chicharrón de camarones, Chicharrón de cerdo, Chifles, Chilcano de camarones, Chilcano de cangrejos, Chilcano de choros, Chilcano de pescado, Chilcano de señoritas, Chirimpico, Choclos a la huancaína, Choncholines dorados, Chopín de mariscos, Choros a la chalaca, Chuleta de cerdo apanada, Chupe de camarones, Chupe de choros, Chupe de frijoles, Chupe de langostinos, Chupe de pallares, Chupe de viernes, Chupín al vino tinto, Conchas a la chalaca, Cordero al horno, Corvina a la chorrillana, Corvina a lo macho, Corvina apanada, Corvina saltada, Costillar de cerdo, Costillar de cordero, Crema de zapallo, Croqueta de atún, Cuy chactado, Escabeche de gallina, Escabeche de pato, Escabeche de pescado, Escabeche de res apanada, Espesado de carne, Frejolada, Frijoles batidos, Fritanguita, Frito trujillano, Gallina tipakay, Guindones con tocino, Hígados fritos, Humitas saladas, Humitas verdes, Jalea de mariscos, Jalea de pescado, Jalea de pota, Juanes de arroz, Kam lu wantan, Langostinos a la plancha, Langostinos al ajo, Leche de tigre, Lengüado a la chorrillana, Loco de camarones, Loco de zapallo, Lomo a la chorrillana, Lomo a lo macho, Lomo saltado, Malaya dorada, Mariscos apanados, Mariscos saltados, Menestrón, Mero a la

chorrillana, Mondongo dorado, Ocopa a la limeña, Ocopa de camarones, Ocopa, Olluquito con cecina, Olluquito con charqui, Pachamanca, Pallares, Palta a la jardinera, Palta rellena con atún, Palta rellena con camarones, Palta rellena con causa, Palta rellena con pollo, Papa a la huancaína, Papa rellena, Papián de choclo, Papián de cordero, Papián de garbanzos, Parihuella, Patasca, Patita con maní, Patitas en salsa, Pato con maní, Pecho dorado, Pescado a la chorrillana, Pescado a lo macho, Pescado al ajo, Picante de camarones, Picante de cangrejo, Picante de choclos, Picante de choros, Picante de cuy, Picante de langostinos, Picante de mariscos, Picante de papas, Piqueo de carne seca, Piqueo de señoritas, Plátano asado, Quinua atamalada, Rachi dorado, Relleno, Riñón saltado, Rocote relleno, Saltado de habas, Saltado de mariscos, Saltado de pescado, Sancochado limeño, Sangrecita, Seco de cabrito, Seco de chavelo, Seco de cordero, Seco de gallina, Seco de pato, Sopa a la criolla, Sopa de cholo, Sopa de gallina, Sopa de mondongo, Sopa de piedra, Sopa huachana, Sopa seca, Sopa teóloga, Sopa wantan, Sudado de cabrito, Sudado de cangrejos, Sudado de conchas negras, Sudado de cordero, Sudado de corvina, Sudado de pato, Sudado de pescado, Tacu tacu de frijoles, Tallarín saltado tipo chita, Tamales de maíz amarillo, Tamales de maíz blanco, Tiradito de corvina, Tiradito de lengüado, Tortilla de langostinos, Ubre dorada, Yuca a la olla, Yuca rellena, Zarapatera. Agrupados en: **Entradas en la cocina de Perú, Sopas en la cocina de Perú, Segundos platos en la cocina de Perú. Pachamanca.**

cocina de Sevilla. Citamos las recetas contenidas en el libro “Recetas de Cocina de Sevilla”. Consiste en una recopilación de las recetas, realizada por la Diputación de Sevilla. Citamos los siguientes platos: Aceitunas del año, Aceitunas prietas, Ajo blanco con uvas, Ajo blanco para Laura, Ajo de matanza, Ajo molinero, Ajo pelusa, Albondigón, Alboronía, Albures a la corianna, Albures a la lata, Albures al horno, Al-

bures con tomate, Albures en adobo, Albures en salazón, Alcachofas a la montillana, Alcachofas con jamón, Alcachofas de Osuna rellenas, Alcachofas en salsa, Alcaparras aliñadas, Aleta de ternera, Aliño de judías blancas, Aliño de pimiento con camarones, Aliño para aceituna negras, Aliño para aceitunas de año, Aliño para aceitunas prietas, Aliño para alcaparras, Almejas con tomate, Apio al horno, Arroz a la marinera, Arroz a la sevillana, Arroz blanco, Arroz con almendras, Arroz con bacalao, Arroz con cangrejos de río, Arroz con espárragos, Arroz con leche de mi abuela Pepa, Arroz con patatas y bacalao, Arroz con pato, Arroz con pena, Arroz con perdiz, Arroz de Castilleja, Arroz dulce del Aljarafe, Arroz marisquero, Asadura en salsa de orégano, Asaduras en caldillo, Atún con tomate, Atún embotado en aceite de oliva, Atún encebollado, Atún fresco con cebolla, Azopaipas, Bacalao “Viernes Santo”, Bacalao a la trianera, Bacalao a la vinagreta con aroma de romero, Bacalao al tío, Bacalao con almendras, Bacalao con tomate, Batata mozárabe, Berenjenas aliñadas, Besugo con ajos, Bizcocho de coco, Bizcocho de la abuela Ana, Bizcocho de limón, Bizcocho de naranja, Bocados de sultana, Boletus de jara (setas), Bonito con patatas, Boquerones en cazuela, Boquerones en vinagre al orégano, Boquerones en vinagre, Boquerones rellenos, Boronía, Boronías de calabaza, Borrachuelos, Brócoles con patatas y huevos, Budín de pescada, Buñuelos de bacalao, Buñuelos del nazareno, Buñuelos, Caballa en escabeche, Caballas al horno, Cabrillas en salsa de tomate, Cabrillas en su salsa, Calamares a la sanluqueña, Calamares en salsa, Calamares rellenos de jamón, Calamares y arroz blanco, Caldereta de cordero, Caldereta pastoril (caldereta de chivo), Caldillo de matanza, Callos a la sevillana, Camarones en adobo, Canapé de berenjenas, Cangrejos de río al estilo perlis, Cangrejos de río, Cangrejos rojos en salsa, Caracoles en caldo, Cardo mozárabe,

Carne a la sevillana, Carne de toro a la tau-rina, Carne de venado, Carne en adobo, Cascote (potaje), Cascote con fideos, Caspiroleta, Castañas en dulce, Cazón con gambas y almejas, Cazón en amarillo, Cazón en pepitoria, Cazuela de habas, Cazuela de setas de álamo, Cebollas rebozadas, Chipirones rellenos, Chuletas con verduras, Cocido con coles, Cocido con tagarninas del campo, Cocido de arroz, Cocido de calabaza y habichuelas verdes con salsa, Cocido de chícharos y tronchos, Cocido de garbanzos con habas, Cocido de garbanzos con menudo, Cocido de tagarninas y calabaza, Cocido sevillano de berzas, Codornices rellenas, Col negrita, Cola de toro con garbanzos, Cola de toro, Coles esparragadas, Collejas esparragadas, Comida con pringá, Compota de membrillo, Conejo a la cazadora, Conejo a la cazallera, Conejo a la marismeña, Conejo al estilo del monte Sibalbín, Conejo al salmorejo, Conejo campero al almorau, Conejo de campo, Cordero a la cerveza, Cordero con alcauciles, Cordero de Morón, Cortadillos, Costilla de matanza, Crema de mariscos, Croquetas de carne de puchero, Croquetas de pescado, Cuajada de almendras, Dorada al horno en Cuaresma, El arrope, El baño frío, El hochío, Empanado de carne picada de cerdo, Encebollaos, Ensalada andaluza vinatera, Ensalada de aguacates, arañas y cebollas, Ensalada de arroz, Ensalada de bacalao ahumado, Ensalada de cardo, Ensalada de col, Ensalada de fruta con mistela, Ensalada de gallina, Ensalada de lentejas, Ensalada de naranjas con bacalao frito, Ensalada de naranjas, Ensalada de patatas marineras, Ensalada de pimientos de bacalao, Ensalada de puerros, Ensalada de tomate y pimiento verde a la andaluza, Ensalada de zanahorias, Ensaladilla Casa Bernardo, Entrantes y sopas, Escabeche de pijotas, Espaguetis con salchichas, Espaguetis con ternera y champiñones, Espárragos al ajo, Espárragos en salsa, Espárragos señoritos, Espinacas “esparragás”, Espinacas

con garbanzos, Espinacas labradas, Espinacas, Faisanes empanados (setas), Falda de ternera rellena, Fideos a la marinera, Fideos con almejas, Fideos con boquerones, Fideos gordos, Flamenquines, Flan de huevo, Flan de naranjas, Flores de sartén, Frituras de pan rallado, Frituras de patatas, Gachas, Galletas, Ganso resfriado de la abuela, Gañotes, Gazpachillo claro, Gazpacho de almendra, hierbabuena y conejo asado, Gazpacho de hierbabuena, Gazpacho de invierno, Gazpacho sevillano, Gazpachuelo, Globitos de patatas, Globitos de pescada, Guisantes con calamares de la abuela Pepa, Guiso de castañas pilongas “abuelita”, Guiso de habas con pantalones, Guiso de habas, Guiso de repapilos, Habas “helás”, Habas con alcachofas, Habas en salsa, Hígado de cerdo en escabeche, Hojaldre de puerros y membrillo, Hojaldre, Homenaje a la matanza del cerdo, Hornazo, Hornazos del huerto, Huevas al alioli con coliflor, Huevas borrachas, Huevas en adobo rebozadas, Huevos a la besamel, Huevos a la flamenca, Huevos andaluces, Huevos de verano, Huevos gratinados, Huevos nevados, Huevos y frituras, Jarrete de ternera con nabos y zanahorias, Jarria, La arropía, Lacitos, Leche frita, Lengua de buey con garbanzos, Lengua de cerdo con tomate, Lengua de vaca encebollada, Lenguado al azahar, Lenguados con leche, Liadillos, Lombarda primavera, Lomo a la naranja, Lomo de atún fresco, Lomo con ciruela pasas, Magdalenas de mamá, Magdalenas, Manitas de cerdo, Manteca “colorá” con cabeza de lomo de cerdo, Manteca colorá, Manteca de costillas de La Puebla, Mantecados de almendra y naranja, Medallones de salmón, Melocotones rellenos, Menestra de vigilia, Menestra, Menudo de chivo, Menudo sevillano, Merenguitos con almendra, Merluza con guisantes, Merluza en sobreusa, Mero al horno, Mero en salsa de huerta, Migas con jamón y chorizo, Migas con sardinas, Migas, Mousse de chocolate, Naranjas caramelizadas al aroma de almendras amargas, Naranjas gratinadas, Novillo a la taurina, Orejas, Orejitas de haba, Papas aliñás, Papas con arroz y baca-

lao, Papas laureadas, Pargo al estilo sevillano, Pasta con navajuelas, Pastel de carne andalusí, Pastel de marisco, Pastel de mármol, Pastel de pan, Pastel de puré con marisco, Pastelillo de batatas y piñones, Patatas con caldillo, Patatas con choco, Patatas ilustradas, Patatas importancia, Pavías de bacalao, Pavo relleno al horno, Pavo trufado doña Eulalia, Pechuga de vaca a la mostaza, Pechugas rellenas, Penca en escabeche, Pencas de acelgas en salsa de almendras, Peras a la crema de guindas, Perdices a la torera, Perdices al estilo de mi abuela, Perdices al estilo de Morón, Perdiz con col, Pescada a la andaluza, Pescada a la besamel, Pescada al vino blanco, Pescada andaluza (blanca y verde), Pescada rellena, Pescada serrana, Pescadilla San Francisco, Pestiños de la abuela Norberta, Pestiños de Montellano, Pestiños, Pez espada con almejas, Picañllo de naranja, Picarnache, Pimientos asados, Pimientos del piquillo de carne del puchero (o del cocido), Pimientos rellenos, Pimientos verdes rellenos de cola de toro, Piñonate de almendras, Piñonate, Piñonates de Cazalla, Pisto, Poleá de huevo, Poleá de la cava, Poleás, Pollo a la andaluza, Pollo con almendras, Pollo con pasas, Pollo con pimientos asados, Pollo en escabeche, Pollo en pepitoria, Pollo en salsa de ajos, Pollo frito con habas, Polvorón casero, Polvorón sevillano, Porra de asadura, Porra de La Roda, Porrilla de papas, Potaje cazallero, Potaje con hinojos, Potaje de alubias con panecillos, Potaje de garbanzos con bacalao, Potaje de garbanzos con majado, Potaje de lentejas, Potaje de matanza, Potaje de vigilia, Potaje marchenero, Puchera de tagarninas, Puchero de Triana, Pudín de boniatos, Rabo de toro, Rape envuelto, Raya en salsa de avellanas, Refrito de acelgas, Relleno, Remojón, Rinrán, Repapalillas, Repapilos de bacalao, Revuelto de bacalao, Revuelto de espárragos, Revuelto de gurumelos con ajetes, Riñones al Aljarafe, Riñones al Jerez, Riñones en salsa de trufas, Rodaballo andaluz, Rollitos de pollo, Rollo de queso, Ropa vieja, Rosas, Rosco de almendras, Roscos “Tía Carmen”, Ros-

cos de gloria, Roscos de huevo, Roscos de mandarina, Roscos de petaca del “Bar la Granja”, Roscos de San Blas, Rosquitos caseros, Salamandroña, Salmón, Salmorejo con perdiz, Salmorejo de El Rubio, Salmorejo, Salsa de boquerones, Salsa serrana, Sangre encebollada, Sardinas guisadas de mi abuela, Sepia, jibia o choco a la parrilla, Serranitos (carnaval), Setas al horno, Setas cazalleras, Setas de álamo encebolladas, Setas de monte en salsa, Sibalbín, Solomillo al pimiento, Solomillo de cerdo ibérico con faisanes de jara, Solomillos de cerdo al queso, Solomillos sabrosos, Sopa colorá, Sopa de ajo con leche, Sopa de ajo, Sopa de ajopollo con verduras, Sopa de albóndigas, Sopa de almejas, Sopa de almendras, Sopa de almendras, Sopa de arroz, Sopa de Carnaval, Sopa de cebollas, Sopa de cebolletas con puerros, Sopa de chorizo, Sopa de coliflor, Sopa de culantro de mi pueblo, Sopa de espárragos del monte, Sopa de gazpachuelo, Sopa de pescada limona, Sopa de pescadilla, Sopa de pescado, Sopa de Pilar, Sopa de tomate con almejas, Sopa de tomate, Sopa de tórtolas y tórtolas doradas, Sopa de verdura natural, Sopa de vigilia con flan, Sopas de boda, Sopeao, Sopeymoje, Suspiros y sultanas, Tagarninas con almejas, Tagarninas con habas, Tagarninas de Montellano, Tagarninas esparragadas, Tarta cuaresmal, Tarta de acelgas y puerros, Tarta de almendras, Tarta de castañas, Tarta de crema con nata, Tarta de fresa, Tarta de Jueves Santo, Tarta de manzana, Tarta de piña, Tarta de zanahorias, Tarta sevillana de invierno, Tocino de cielo, Torrijas del Aljarafe, Torrijas, Torta de bellotas, Tortas de aceite, Tortas de huevo, Tortas de polvorón, Tortas o tortillas de Morón, Tortas trianeras de la abuela Pepa, Tortilla de camarones, Tortilla de cebolletas y hierbabuena, Tortilla de patatas en salsa, Tortilla de patatas variada, Tortillas en caldo, Tortillas en tecnicolor, Tortillitas de bacalao con papas, Tortillitas de bacalao, Tostón, Tripa de colorines, Trufas de

nuez, Venado Mercedes, Venteras, Verdura de verano rellenas, Verdura, Yemas sevillanas. Están clasificados en los siguientes grupos: **Carnes, aves y caza; Cocidos y potajes; Entrantes y sopas; Huevos y frituras; Pastas y arroces; Pescados y mariscos; Postres y repostería; Verduras.** Véase: cocina de España.

cocina de Singapur: En Singapur, uno de los grandes centros gastronómicos del mundo, se recrean los más refinados estilos culinarios de toda Asia y lugares más lejanos. Consideramos: brotes de bambú, langostinos y carne de cerdo con salsa picante (*rebong char*), fideos de arroz con carne de cerdo y langostinos (*char kwee teow*), pincho de carne de cerdo (*pork satay*), *wonton* cocido al vapor con carne de cerdo y langostinos (*siu mai*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de Sri Lanka: Los currys se suelen preparar con especias bastante tostadas o coloreadas con chiles picantes. Los ingredientes básicos son la leche de coco y el ghee (manteca clarificada) y, como en todo el Sudeste de Asia, se acostumbra acompañar los platos con una gran diversidad de aderezos muy condimentados, de fuerte sabor, picantes o dulces, que permiten que todos los comensales combinen el plato a su gusto. Consideramos: berenjenas en vinagre (*vambotu pahi*), curry de calamares fritos (*dhallo badun*), curry de quimbombó (*bandakka curry*), empanadillas rellenas (*patties*), flan de coco con especias (*vatalapan*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de Tailandia: El sabor básico de la comida está dado por una acidez aromática combinada con la intensidad de los chiles, que va muy bien con la carne, la verdura y los mariscos. Consideramos: aderezo de pepino (*ajad*), almejas guisadas con albahaca (*hoy lai nam prik phao*), arroz frito con pollo y albahaca (*khao pad khai horapha*), berenjenas agridulces (*yam ma-*

khua phao), carne de cerdo dulce con cáñulas (*moo wan*), costillas de cerdo al vapor y asadas con salsa de porotos amarillos (*gradook moo nueng tao jeaw*), curry de carne vacuna (*massaman*), curry rojo de pollo (*gaeng ped kai*), curry verde de pollo (*gaeng keo wan kai*), ensalada de calamares con mangos verdes (*yam pla muek mamuang*), ensalada picante de fideos de celofán, carne de cerdo y langostinos (*yam woon sen*), langostinos marinados fritos (*kung thord*), mango con arroz glutinoso dulce (*mamuang kuo nieo*), mariscos con leche de coco (*homok talay*), salsa dulce de ají picante (*namjeem*), sopa de pollo con galanga (*kai tom ka*) Véase: Cocina de Asia.

cocina de Valencia. Citamos los siguientes platos: Arroz a banda, Arroz negro, Conejo a la alicantina, Ensalada de atún fresco, Espenat, Fideuá, Mero estilo mediterráneo, Moros y cristianos, Paella valenciana, Titaina, Tomates rellenos. Véase: cocina de España.

cocina de Vascongadas. Citamos los siguientes platos: Alcachofas rellenas, Angulas a la vasca, Bacalao a la vizcaína, Bacalao al pil pil, Besugo a la donostiarra, Buñuelos de bacalao, Chuletas de buey a la vizcaína, Cogote de merluza braseado, Ensalada de pasta fresca, vainas y perretxikos, Kokotxas de bacalao con angulas, Marmitako, Merluza a la koxkera, Merluza a la vasca, Merluza al vino blanco, Merluza en salsa verde, Pato a la naranja, Piparrada, Pisto bilbaíno, Porrusalda, Tortilla de bacalao, Txangurro relleno. Véase: cocina de España.

cocina de Vietnam: La cocina vietnamita generalmente es muy sana porque la mayoría de los platos se cocinan en agua, no en aceite, y las verduras se sirven crudas o apenas cocidas. Consideramos: calamares rellenos (*muc don thit*), carne vacuna con brotes de bambú (*boxao mang*), pan de carne de cerdo (*cha dum*), pincho de langostinos y albóndigas de langostinos (*chao tom*), salsa para aderezar (*nuoc cham*), so-

pa de fideos con carne y limoncillo (*bun bo hue*). Véase: Cocina de Asia.

cocina del Mediterráneo. Los principales cultivos del Mediterráneo han sido siempre el trigo, las aceitunas y las vides, y en estos productos básicos se originan los principios de la cocina mediterránea. El bocadillo clásico sigue siendo una rebanada gruesa de pan de campo (tal vez frotado con tomate o ajo), impregnada de aceite de oliva, acompañada o con un vaso de vino tinto y seguida de frutas frescas. * Los nutricionistas, después de décadas de estudio, han llegado a la conclusión de que esta dieta simple es muy beneficiosa. Sus méritos radican en el énfasis en los cereales, la fruta fresca, las verduras y el pescado, y en las cantidades limitadas de productos lácteos y carne. La evidencia parece inclusive indicar que el consumo moderado de vino tinto puede tener un efecto positivo para evitar enfermedades cardíacas. Consideramos: Arroces en la cocina del Mediterráneo; Asados en la cocina del Mediterráneo; Carne en la cocina de España; Entradas y bocadillos en la cocina del Mediterráneo; Granos en la cocina mediterránea; Meze en la cocina del Mediterráneo; Pastas en la cocina del Mediterráneo; Pescados en la cocina del Mediterráneo; Platos clásicos en la cocina del Mediterráneo; Postres en la cocina del Mediterráneo; Sopas en la cocina del Mediterráneo; Tapas en la cocina del Mediterráneo; Verduras en la cocina del Mediterráneo.

cocina elaborada para grandes ocasiones. Barbacoa teotihuacana, Birria, Mixtura de mariscos al coco, Olla podrida, Pancita rellena zacatecana, Tamal totonaco.

cocina fresca en la cocina clásica. Consideramos: Antipasto; Cóctel tropical; Crema de avellanas; Crema de pepino; Crema de tomate; Crema parmentier; Ensalada árabe; Ensalada con langostinos; Ensalada de aguacates y gambas con salsa de cítricos; Ensalada de arenques; Ensalada de arroz salvaje e integral; Ensalada de arroz; Ensalada de atún con mahones de ajo; Ensalada

de atún; Ensalada de berenjenas con carne a la brasa; Ensalada de berros y cítricos; Ensalada de brécol y coliflor; Ensalada de brie con peras; Ensalada de cerdo agri dulce; Ensalada de champiñones; Ensalada de col lombarda; Ensalada de cordero a la menta; Ensalada de escarola con queso azul; Ensalada de espárragos con prosciutto di Parma; Ensalada de guisantes tiernos y sésamo; Ensalada de hojas rojas; Ensalada de huevos y espinacas; Ensalada de judías verdes con tomate; Ensalada de legumbres; Ensalada de manzanas; Ensalada de mazorquitas de maíz y pimiento; Ensalada de melones; Ensalada de nachos; Ensalada de pasta; Ensalada de patatas; Ensalada de patatas al chalota; Ensalada de patatas calientes; Ensalada de pavo con salsa de arándanos; Ensalada de pimientos; Ensalada de pollo a la tailandesa; Ensalada de pollo al curry; Ensalada de pollo; Ensalada de primavera con pasta; Ensalada de pulpos; Ensalada de requesón; Ensalada de salmón ahumado; Ensalada de San Esteban; Ensalada de tomates a la parrilla; Ensalada de vieiras con lima y jengibre; Ensalada del chef; Ensalada ilustrada; Ensalada mar y montaña; Ensalada Niçoise; Ensalada picante de tomate con salchichas; Ensalada templada; Ensalada tropical de brotes; Ensalada verde mixta; Ensalada Walgorf; Mel i mató (miel y requesón); Mousse de fresas; Mousse de naranja; Pescado en ensalada; Refresco de yogur; Salpicón de patatas; Sorbete de frambuesas; Sorbete de fresas; Sorbete de limón; Sorbete de menta; Sorbete de naranja; Sorbete de plátano; Tabbouleh; Tostadas con tomate y mozzarella; Yogur con pomelo. Véase: cocina clásica.

cocina marroquí. Véase: cocina de Marruecos.

cocina védica. Es la cocina vegetariana típica de la India. La palabra védica proviene de la palabra sánscrita veda que significa “co-

nocimiento absoluto”. Los vedas son las antiguas escrituras sánscritas de la India, y se las llama así porque ofrecen el conocimiento del Absoluto. Todavía hay muchos seguidores de la cultura védica de la antigua India, que está basada en esas escrituras.* Lo que distingue la cocina védica de las demás es la conciencia espiritual del cocinero, su conocimiento de que está preparando una ofrenda para Dios. En la mayoría de las religiones se le pide a dios que nos dé el pan de cada día, mientras que el devoto ofrece el pan de cada día a Dios como una prueba de su amor por Él; y Dios le corresponde. La carne prácticamente no se utilizaba en la como alimento en la antigua cultura védica. Ésta fue introducida en la India por los conquistadores extranjeros, especialmente los mogoles, que entraron a través de Persia en el siglo XVI, más tarde los portugueses, que reinaron en Goa durante cuatro siglos y finalmente los colonizadores británicos. Como consecuencia apareció lo que hoy llamamos cocina de la India. Pero a pesar de tantos siglos de dominación por parte de consumidores de carne, la India es todavía el hogar de un amplio número de vegetarianos. Los vedas definen al verdadero vegetariano como aquél que no come ni carne, ni pescado, ni huevos. El vegetarianismo es, desde el punto de vista védico, parte de algo más amplio. La manera natural de comer de aquellos que quieren sacar el mejor provecho a su vida humana. si seguimos las enseñanzas védicas, ya sea para llegar a ser unos perfectos espiritualistas o sencillamente, para purificar nuestros hábitos en el comer, seremos más felices y ayudaremos a reducir el sufrimiento del mundo en nuestro entorno. Consideramos: arroces en la cocina védica; chatnis en la cocina védica; dhales y sopas en la cocina védica; entremeses en la cocina védica; especias y hierbas en la cocina védica; panes de India; productos lácteos de India; raitas en la co-

cina védica. utensilios alimentarios en la cocina India; verduras en la cocina védica.

cocinar a presión. Se hace en una olla especial que tiene una válvula de seguridad y hierve a presión y por tanto a temperatura superior a la del agua a la presión atmosférica. Este método ahorra tiempo y, puesto que sólo requiere una pequeña cantidad de líquido, las vitaminas hidrosolubles se conservan en los alimentos. Véase: Técnicas de cocción.

cocinar al baño maría. Este método se utiliza principalmente para cocinar las salsas delicadas que no toleran el calor directo o para calentarlas. El baño María se utiliza igualmente en el horno para cocinar alimentos fundados en huevos y nata. Para hacerlo, coloque un tazón refractario, molde o cacerola dentro de otro recipiente más grande lleno hasta la mitad con agua muy caliente, no hirviendo. Aunque es más lenta esta forma de cocción no requiere tanto cuidado y es menos probable que los alimentos se quemen. Véase: Técnicas de cocción.

cocinar al vapor. Para cocer un alimento al vapor un baño María cuya parte superior esté perforada con agujeros grandes para que el alimento se cueza al vapor sin hervir. La tapa evita que el vapor se escape. Para pequeñas cantidades de verduras, puede utilizar una rejilla plegable para cocer al vapor que se adapta casi a cualquier cacerola. Puede darle sabor al agua con especias, hierbas aromáticas y o verduras como hojas de apio, tallos de perejil o ingredientes similares. Cuide el nivel del líquido durante todo el proceso. Si está demasiado alto, el alimento hervirá. Si está muy bajo quemará la cacerola dándole mal sabor a los alimentos. Véase: Técnicas de cocción.

cocinera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **señorita cocinera.**

cocinero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chicharro ojón; cocinero dorado; cocinero verde; doncella de San Pedrano;

doncella herida; jurel común; señorita listada.

cocinero chicuaca. Designación oficial española del pez: *Carangoides dorsalis*; *Caranx dorsalis*; *Citula dorsalis*. Sinónimo oficial: Burel; Camiseta; Chicuaca; Gallo; Pampañera; Pampanillo; Pámpano; Pámpano de hebra.

cocinero con bandas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe ñato.**

cocinero de aleta azul. Designación oficial española del pez: *Caranx medusicola*; *Caranx melampygus*; *Caranx stellatus*. Sinónimo oficial: Caballa; Caballita; Cojinúa; Jurel azul; Jurel ojón.

cocinero de seis bandas. Designación oficial española del pez: *Caranx marginatus*. Sinónimo oficial: Jurel; Jurel ojón; Jurelito.

cocinero dorado. Designación oficial española del pez: *Caranx vinctus*; *Xurel vinctus*. Sinónimo oficial: Caballa; Cocinero; Cojinoá; Cojinúa; Jurel; Jurel dorado; Platanillo.

cocinero isleño. Designación oficial española del pez: *Carangoides orthogrammus*; *Caranx orthogrammus*. Sinónimo oficial: Jurel; Pámpano.

cocinero ñato. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: casabe chumbo; casabe ñato.

cocinero ñato dorado. Designación oficial española del pez: *Hemicaranx rhomboides*.

cocinero ñato norteño. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe chumbo.**

cocinero verde. Designación oficial española del pez: *Caranx caballus*; *Caranx crysos caballus*. Sinónimo oficial: Bonito; Caballa; Caballita; Caballo; Cavalleta; Chumbo; Cocinero; Cojinoá; Cojinúa; Cojinúa chata; Jurel; Jurel dorado; Jurel verde; Palometa dorada.

cock shrimp. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón gallo.**

coco. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **melongena coco.**

coco. Nombre vulgar de la planta: *Cocos nucifera*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Coco	fresco	desecado
Energía (kJ)	1468,82	1465,82
Potasio (mg)	405,00	440,00
Energía (kcal)	350,68	350,68
Fósforo (mg)	94,00	94,00
Porción comestible	70,00	100,00
Magnesio (mg)	52,00	52,00
Grasa (g)	36,00	36,00
Grasa saturada (g)	30,93	27,84
Ácido fólico (µg)	26,00	26,00
Sodio (mg)	17,00	17,00
Calcio (mg)	13,00	13,00
Fibra (g)	10,50	13,60
Carbohidratos (g)	3,70	3,70
Proteína (g)	3,20	3,20
Grasa moninsaturada (g)	2,38	2,14
Hierro (mg)	2,10	2,10
Ácido ascórbico (C) (mg)	2,00	2,00
Niacina (mg eq. niacina)	1,10	0,30
Yodo (mg)	1,00	
Vitamina E (mg)	0,70	0,70
Grasa poliinsaturada (g)	0,61	0,88
Cinc (mg)	0,50	
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,04	0,04
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03	0,03
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,02	0,02
Colesterol (mg)	0,00	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00	0,00
Vitamina D (µg)	0,00	0,00

coco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bagre blanco; lambe barbón; lambe coco; lambe rayado; lambe suco.

coco de agua. Nombre vulgar de la planta: *Pachira aquatica*:

coco dorado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe coco.**

coco molido Según el Código Alimentario, 3.22.08. Es el producto resultante de la molienda o trituración industrial de la parte carnosa blanca comestible de *Cocos nuci-*

fera L. El coco molido se expenderá empaquetado en bolsas cerradas. En las mismas figurará la razón social o nombre del fabricante y sitio de elaboración. Véase: confección de frutas. Véase: clasificación de frutas y semillas oleaginosas.

coco plum. Nombre vulgar de la planta: *Chrysobalanus icaco*.

coco rallado. Es coco secado y triturado. Se utiliza en repostería y confitería. Véase: Aditivos y productos para repostería. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Coco rallado	
Energía (kJ)	2533,08
Potasio (mg)	750,00
Energía (kcal)	606,00
Fósforo (mg)	160,00
Magnesio(mg)	90,00
Grasas totales (g)	62,00
Sodio (mg)	28,00
Fibra (g)	24,00
Calcio (mg)	22,00
Carbohidratos (g)	6,40
Proteína (g)	5,60
Hierro (mg)	3,60
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,60
Vitamina E (mg)	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Flúor (mg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Agua (g)	
Colesterol (mg)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	

coco rallado salteado. Plato de la “cocina de Indonesia” perteneciente al grupo de “salsas y guarniciones”. En varios países asiáticos sirven el coco salteado como guarnición. En Indonesia, sin embargo, es algo más que un simple acompañamiento, pues

contiene además otros ingredientes que hace que el coco sea más sabroso y aromático. Generalmente se mezcla con cacahuetes fritos o pequeños trozos de carne frita o asada y se sirve como plato integrante de un menú. **Ingredientes:** Coco recién rallado, coco rallado seco, hojas de lima kaffir. **Para la pasta:** Chalota, ajo, cilantro molido, comino, chile rojo seco, pasta de camarones secos, agua de tamarindo, aceite vegetal, sal. Nombre en Indonesia; *serundeng*.

coco rayado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe suco**.

cococha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bombache ojo amarillo; corvinilla china; corvinilla cococha; corvinilla mayita; corvinilla ronca; corvinilla tuza; lambe gurrubato; lambe rayado.

cococha blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla blanca**.

cococha negra. Designación oficial española del pez: *Stellifer illecebrosus*; *Zestidium illecebrosus*. Sinónimo oficial: Choborro blanco; Corvina; Corvineta; Mojarrilla.

cococha. Cada una de las protuberancias carnosas que existen en la parte basija de la cabeza de la merluza y del bacalao. Es un manjar muy apreciado.

cocochas en salsa verde. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 35 minutos. **Ingredientes:** cocochas, ajo, perejil, sal, aceite de oliva. Véase: pescados y mariscos en la cocina clásica.

cococó. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvina cococó; corvinón gurrubato; lambe coco; roncador.

cocodrílidos. Véase: *Crocodylidae*.

cocodrilo. Nombre vulgar del reptil: *Crocodylidae* spp.

coconaco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo coconaco**.

Cocos nucifera. Familia: palmáceas. Nuez del cocotero. Natural de las Indias orientales (Malasia) del tamaño de un melón pequeño; tiene dos cortezas, una fibrosa y otra leñosa, dura; adherida al interior de esta, hay una pulpa blanca, comestible, bañada por un líquido dulce (**leche de coco**) que es una bebida refrescante; con la pulpa se elabora la **copra**, de la cual se obtiene el **aceite de coco** y la **manteca de coco**; la fibra de la corteza se emplea en cordelería y para hacer cepillos y escobas, y el casco leñoso se usa como combustible. Se puede consumir como fruta fresca, en batidos y cocadas. La pulpa no es muy digerible. No se debe consumir con lácteos por cuanto sus grasas son diferentes, una es de origen animal y la otra de origen vegetal, lo que las hace incompatibles. Tampoco se debe mezclar con huevo. Pertenece al grupo de las frutas neutras. Los cocos se encuentran siempre en el mercado, aunque el momento más adecuado para su adquisición es el otoño-invierno. Deben elegirse los más pesados, y al moverlos debe advertirse en su interior la presencia de abundante líquido. Su leche es una bebida refrescante y se utiliza mucho en las cocinas asiáticas. Su aceite tiene un alto contenido de colesterol. Véase: frutas y frutos secos. Nombre vulgar: **coco**. Según el Código Alimentario, 3.22.08. Es la fruta oleaginosa procedente del *Cocos nucifera*, L. Véase: fruta y semilla oleaginosa, salsas y condimentos.

cocosoda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bagre cabezón**.

cocou. Nombre vulgar catalán de la seta: *Amanita caesarea*.

cóctel de centollo. Plato correspondiente al grupo de cóctel de mariscos. Tiempo de preparación 10 minutos. **Ingredientes:** centollo en lata, nata, zumo de limón, salsa inglesa, sal, pimienta, alcaparras, ramitas de berro. Véase: cócteles de mariscos.

cóctel de frutas. Véase: macedonia, ensalada o cóctel de frutas.

cóctel de gambas con aguacate y arroz. Plato correspondiente al grupo de cóctel de mariscos. Tiempo de preparación 10 minutos. **Ingredientes:** gambas cocidas mondadas, arroz cocido, salsa golf, aguacate, jugo de limón. Véase: cócteles de mariscos.

cóctel de gambas con melón al kirsch. Plato correspondiente al grupo de cóctel de mariscos. Tiempo de preparación 10 minutos. **Ingredientes:** gambas cocidas peladas, melón, azúcar, kirsch. Véase: cócteles de mariscos.

cóctel de langostinos. Plato correspondiente al grupo de cóctel de mariscos. Tiempo de preparación 10 minutos. **Ingredientes:** langostinos cocidos mondados, hoja de lechuga, sal, pimienta, zumo de limón, salsa golf. Véase: cócteles de mariscos.

cóctel tropical. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 25 minutos. **Ingredientes:** rodaja de piña, espárragos, zanahoria, manzana, limón. **Salsa:** mahonesa, nata, tomate concentrado, zumo de naranja, mostaza, brandy, sal, pimienta, nueces, pasas de Corinto. Véase: cocina fresca en la cocina clásica.

cócteles de mariscos. Consideramos los siguientes platos: Cóctel de centollo; Cóctel de gambas con aguacate y arroz; Cóctel de gambas con melón al kirsch; Cóctel de langostinos. Véase: mariscos.

Codakia orbicularis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **lucina tigre atlántica.**

Código Alimentario Español. Según el Decreto 2484/ 1967, de 20 de Septiembre y publicado en el B.O.E. 17 a 23 Oct.1967. Se divide en las cinco partes que enumeramos: **Primera parte:** Principios generales. **Segunda parte:** Condiciones generales de los materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos, establecimientos e industrias de la alimentación.

Tercera parte: Alimentos y bebidas. Cuarta parte Aditivos e impurezas de los alimentos. Quinta parte: Productos relacionados directamente con los alimentos. Publicado en "Textos legales". Ed. Boletín Oficial del Estado.

codillo ahumado. Rodilla de cerdo con hueso, ahumada. Se puede estofar o se emplea para dar aroma a sopas de lentejas o de guisantes. La carne se puede separar de los huesos y añadir a la sopa. Véase: bacón.

codillos. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado porcino. Es una carne gelatinosa y muy sabrosa, se preparan en diferentes guisos y asados. Véase: despiece de la canal de porcino.

codne. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **volador bordiblanco.**

codony. Nombre vulgar catalán de la planta: *Cydonia vulgaris*. Sinónimo: **membrillo**

codornices. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** codornices, rebanada de pan frito, perejil, limón, mantequilla, sal, pimienta. Véase: cocina de Asturias.

codornices a los cinco aromas. Plato de la "cocina de China" perteneciente al grupo de "aves". **Ingredientes:** Especia de cinco aromas, salsa de soja, aguardiente de arroz, azúcar, aceite de sésamo, codorniz, fécula de maíz, aceite. **Salsa:** Ajo, jengibre en polvo, salsa de soja, aguardiente de arroz, azúcar, caldo de pollo, sal, pimienta.

codornices al horno con tortas de verdura. Plato de la "cocina de Francia" perteneciente al grupo de "pollo y animales de caza". **Ingredientes:** codorniz, mantequilla, sal, pimienta, vino blanco seco, caldo de ternera. Para la **guarnición:** tocino, champiñón, cebolla, azúcar, ramitas de perejil. Para las **tortas de verdura:** patata, zanahoria, nabo, aceite vegetal. Nombre en

Francia: gailles roties grand-mere. Véase: pollo y animales de caza en la cocina de Francia.

codornices con pimientos. Plato de la cocina de Cantabria “Meruelo” perteneciente al grupo de “carne”. **Ingredientes:** codornices, pimiento verde, panceta curada, vino blanco, harina, axeite de oliva, pimienta negra, sal. Véase: cocina de Cantabria.

codornices con uvas. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “carne en la cocina de España”. Esta elegante receta de Marruecos es una forma simple, pero deliciosa, de preparar codorniz. Es mejor cuando se usan uvas blancas que todavía no estén maduras. Recetas similares para perdices se encuentran al otro lado del mar, en Andalucía. **Ingredientes:** Mantequilla, codorniz, uvas blancas, sal y pimienta negra, jengibre. Nombre marroquí: *soumanate bi leinab*.

codornices en salsa. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 20 minutos. **Ingredientes:** codornices, cebolla, ajo, sal, aceite, perejil, pimentón, vinagre, caldo, zanahoria, guisantes, pan tostado. Véase: conejo y aves de corral en la cocina clásica.

codornices rellenas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** codornices, setas, zumo de limón, almendras, nata líquida, rebanadas de pan frito, tocino entrecerado, jamón, vino blanco, laurel, caldo de carne, pimienta, sal.

codorniz. Nombre vulgar del ave: *Coturnix coturnix*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Codorniz	
Energía (kJ)	444,75
Potasio (mg)	180,00
Fósforo (mg)	179,00
Energía (kcal)	106,40
Porción comestible	70,00

Calcio (mg)	46,00
Colesterol (mg)	43,75
Sodio (mg)	40,00
Magnesio (mg)	36,00
Proteína (g)	23,00
Hierro (mg)	7,70
Niacina (mg eq. niacina)	6,00
Grasa (g)	1,00
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,67
Grasa saturada (g)	0,60
Grasa moninsaturada (g)	0,53
Grasa poliinsaturada (g)	0,50
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,17
Tiamina (B ₁) (mg)	0,13
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Carbohidratos (g)	tr.
Cinc (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina B ₁₂ (µg)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

codorniz. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata negra; ronco bacoco; verrugato cochicato.

codorniz deshuesada. Se puede adquirir deshuesada y preparada para rellenar. Fácil de cortar. Véase: caza.

coeficiente de digestibilidad aparente Cd_a.

Es la relación porcentual entre el valor de nitrógeno ingerido (N_A) menos el nitrógeno fecal total (N_{FT}) y el valor del nitrógeno ingerido (N_I) por el animal de experimentación. $Cd_a = (N_I - N_{FT} / N_I) * 100$ Véase: coeficiente de digestibilidad, CD.

coeficiente de digestibilidad, CD. Es la relación porcentual entre el nitrógeno absorbido N_A y el ingerido N_I por el animal de experimentación. Según el modo de calcular el nitrógeno absorbido, podemos diferenciar: 1) coeficiente de digestibilidad aparente, Cd_a; 2) coeficiente de digestibilidad verdadero Cd_v. $CD = N_A / N_I * 100$ Véase: calidad nutritiva de proteína.

coeficiente de digestibilidad verdadero, Cd_v . Es la relación porcentual entre el valor de nitrógeno ingerido N_I menos el nitrógeno fecal total N_{FT} al que se le ha restado el nitrógeno endógeno fecal N_{EF} dividido por el valor del nitrógeno ingerido N_I por el animal de experimentación. $Cd_v = (N_I - (N_{FT} - N_{EF})) / N_I * 100$ Véase: coeficiente de digestibilidad.

***Coelopus cyanescens*.** Otro nombre de la seta: *Boletus cyanescens*.

***Coelorhynchus coelorhynchus*.** Pez. Designación oficial: **ratón**.

***Coelorhynchus fasciatus*.** Pez. Designación oficial: **granadero patagónico**.

***Coelorhynchus scophopsis*.** Pez. Designación oficial: **granadero carepala**.

***Coelorinchus aconcagua*.** Pez. Designación oficial: **granadero aconcagua**.

***Coelorinchus chilensis*.** Pez. Designación oficial: **granadero chileno**.

***Coelorinchus fasciatus*.** Pez. Designación oficial: **granadero patagónico**.

***Coelorinchus patagoniae*.** Pez. Designación oficial: **granadero patagónico**.

***Coelorinchus scaphosis*.** Pez. Designación oficial: **granadero carepala**.

coenzima A. Véase: síndrome faloide.

coenzima Q. Sinónimo: vitamina ubiquinona.

coenzima R. Sinónimo: vitamina B₈.

***Coesiomorus glaucus*.** Familia: carángidos. Nombre vulgar y designación oficial: **palometa blanca**.

***Coesiomorus glaucus*.** Pez.

coeur poitvin. Véase: queso coeur poitvin.

***Coffea arabica*.** Familia: rubiáceas. Árbol originario de Etiopía, con hojas oblongas de color verde intenso y brillante de 10 a 15 cm de longitud y flores blancas y fragantes que crecen en las axilas de las hojas. Se llama también, cafeto. Su fruto, denominado cerezo, es una pequeña drupa esférica que al madurar toma un color rojo oscuro, y contiene dos semillas o granos como de 1 cm de largo, las semillas de café. En el método húmedo los cerezos se recolectan a mano, luego se machacan y se dejan fermentar; después, se retiran las membranas. En el método seco, los cerezos se recolectan, se ponen a secar y se muele el exocarpio. Después se clasifican los granos y se empacan en sacos de arpillera. Comercialmente, el café es la bebida de cafeína más importante en todo el mundo. Véase: café robusta (*Coffea robusta*) nombre vulgar: **café**. Según el Código Alimentario, 3.25.01. Es la semilla sana y limpia de las diversas especies del género *Coffea*. Véase: cafés y derivados.

***Coffea liberica*.** Familia: rubiáceas. Variedad de café rocedente de Liberia. Se plantó extensivamente en el siglo XIX por la resistencia a las plagas del insecto *Hemileia vastatrix*; sin embargo, hoy en día ha sido reemplazado por la variedad *robusta*. Nombre vulgar: cafeto de Liberia.

***Coffea robusta*.** Familia: rubiáceas. Los granos de esta variedad son más pequeños, con un sabor menos refinado y más acre que los de la *Coffea arabica*; su contenido de cafeína es mayor, en torno al 2%. Recibe este nombre porque procede de plantas más resistentes a las enfermedades y al calor que la otra variedad. Se cultiva sobre todo en África y su precio es más barato. Véase: café arabica (*Coffea arabica*)

coger un cernícalo. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

cogerla. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

cognasier. Nombre vulgar de la planta: *Cidona vulgaris*.

cogollos. (*Latuca sativa*) Llamados también “*little gem*” o lechuga enana, su forma es de copa alargada, de color verde y con corazón amarillo. Tiene gran consistencia, sabor intenso y suele comerse con ajo frito, anchoas, queso o salmón.

cogollos de Tudela con anchoas. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “ensaladas”. Cocina de Navarra. **Ingredientes:** lechugas de Tudela, anchoas, pimienta morrón, vinagre, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cogoma. Nombre vulgar catalán de la seta: *Amanita caesarea*; *Amanita ovoidea*.

cogoma culgros. Nombre vulgar catalán de la seta: *Tricholoma columbeta*.

cogoma petita. Nombre vulgar catalán de la seta: *Macrolepiota rhacodes*.

cogomat. Nombre vulgar catalán de la seta: *Amanita verna*.

cogomat. Nombre vulgar de la seta: *Amanita alba*.

cogombre. Nombre vulgar catalán de la planta: *Cucumis sativus*. Sinónimo: **pepino**

cogomella. Nombre vulgar catalán de la seta: *Amanita ovoidea*; *Lepiota procera*.

cogomella borda. Nombre vulgar catalán de la seta: *Amanita phalloides*.

cogorza. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

cogote de merluza braseado. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “pescados”. Cocina de Vascongadas. La merluza es uno de los grandes platos de la cocina de Vascongadas y, por extensión, de todo el Norte peninsular. Una merluza que debe pescarse con anzuelo o con pincho, para no estropear su excelente carne prieta. La preparación de la merluza admite una gran variedad. **Ingredientes:** cogote de merluza, limones, ajo, perejil, guindilla, aceite, sal. Véase: cocina de España.

cohombros de mar. Véase: *Holothurioidae*. Sinónimo: holoturias.

cojinoa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chicharro ojón; cocinero dorado; cocinero verde.

cojinoba. Designación oficial española del pez: *Seriola lalandi*.

cojinoba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cojinoba palmera; cojinoba savorín.

cojinoba andina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinoba palmera**.

cojinoba australiana. Designación oficial española del pez: *Seriola lalandi*; *Seriola lalandi*; *Seriola lalandi*. Sinónimo oficial: Cojinoba neocelandesa; Seriolella.

cojinoba australiana azul. Nombre vulgar del pez: *Seriola lalandi*.

cojinoba del norte. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinoba listada**.

cojinoba listada. Designación oficial española del pez: *Palinurichthys argenteus*; *Schedophilus argenteus*. Sinónimo oficial: Pampito.

cojinoba mocosa. Designación oficial española del pez: *Schedophilus haedrichi*. Sinónimo oficial: Cojinoba del norte.

cojinoba neocelandesa. Designación oficial española del pez: *Hyperoglyphe antarctica*; *Hyperoglyphe bythites*.

cojinoba neocelandesa. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **cojinoba australiana.**

cojinoba palmera. Designación oficial española del pez: *Centrolophus peruanus*; *Leirus peruanus*; *Neptomenus crassus*; *Seriolella violacea*. Sinónimo oficial: Cojinoba; Cojinoba andina; Cojinobita; Palmera; Palmerita; Palmerón.

cojinoba rosada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pargo lunarejo; pargo rojo.

cojinoba savorín. Designación oficial española del pez: *Seriolella porosa*. Sinónimo oficial: Cacinoba; Chusquiza; Cojinoba; Savorín.

cojinoba traposa. Designación oficial española del pez: *Schedophilus huttoni*.

cojinobita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinoba palmera.**

cojinúa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chicharro ojón, cocinero de aleta azul; cocinero dorado; cocinero verde; cojinúa negra; jurel negro.

cojinúa amarilla. Designación oficial española del pez: *Caranx bartholomaei*. Sinónimo oficial: Carangue grasse; Cibí amarillo; Jurel; Jurel amarillo.

cojinúa amarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel.**

cojinúa azul. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa negra.**

cojinúa carbonera. Designación oficial española del pez: *Caranx ruber*. Sinónimo oficial: Cibí carbonero; Cibí cocinero; Cibí manche; Cibí mancho; Cojinúa negra; Comande; Jurel negro; negrito.

cojinúa chata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: casabe chumbo; cocinero verde.

cojinúa negra. Designación oficial española del pez: *Caranx crysos*; *Caranx fusus*. Sinónimo oficial: Atún; Cojinuda; Cojinúa; Cojinúa azul; Jurel azul; Medregal.

cojinúa negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa carbonera.**

cojinuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa negra.**

cojonoba manchada. Designación oficial española del pez: *Schedophilus maculatus*.

col. Nombre vulgar de la planta de género: *Brassica*. Planta crucífera resistente de estación fresca (*Brassica oleracea* var. *capitata*) origen mediterráneo. Se cultiva por su cabeza de hojas superpuestas que por lo general se comen crudas en ensaladas, se cocinan frescas o se procesan para elaborar la col agria (sauerkraut) Como suele producir semillas al 2º año, casi todas las autoridades la consideran bienal. Otros piensan que es perenne, ya que permanece en estado vegetativo a menos que se le someta a un clima frío. * La col china es una planta anual de origen asiático. Se cultivan 2 especies: la **pe-tsai** (*Brassica Pekinensis*) y la **pakchoi** (*Brassica chinensis*) * Las variedades de col (cultivadas) se clasifican en general conforme a la estación en que maduran. Al tipo de superficie de hoja (lisa, rizada o arrugada), a la forma de la cabeza (aplanada, redonda o puntiaguda) y al color (verde o roja). Las más comunes son redondas, de hojas lisas y cabeza verde. Las variedades difieren en su resistencia a las enfermedades y en la tendencia de las cabezas a romperse o rajarse en el campo. * De la misma familia que el brécol, la coliflor, el colinabo y las coles de Bruselas. Elija las piezas pesadas para su volumen, con hojas externas crujientes y brillantes. Se consume cruda en ensaladas. Cocinar ligeramente en una cazuela tapada y escurrir bien. Consideramos las variedades:

Bok choy (*Brassica chinensis*); Brécol (*Brassica oleracea* var. *Italica*); Brécol chino (*Brassica alboglabra*); Col de Bruselas (*Brassica oleracea* var. *gemmifera*); Col rizada (*Brassica oleracea* var. *acephala*); Col rizada de otoño; Coliflor (*Brassica oleracea* var. *botrytis*); Colinabo (*Brassica oleracea* var. *gonglyoides*); Choy sum (*Brassica campestris*); Mizuna; Rape (*Brassica campestris*); Repollo (*Brassica oleracea* var. *capitata* forma *alba*) Elija las piezas pesadas para su volumen, con hojas externas crujientes y brillantes. Se consume cruda en ensaladas. Cocinar ligeramente en una cazuela tapada y escurrir bien. Según el Código Alimentario, 3.21.05. Se distinguen, entre otras las siguiente especies y variedades botánicas para el consumo: **Berza** (*Brassica oleracea* var. *acephala*), **Brécol** (*Brassica oleracea* var. *botrytis*, f. *cymosa*), **Brécol americana** (*Brassica oleracea* var. *italica*), **Col de Bruselas** (*Brassica oleracea* var. *gemmifera*), **Coliflor** (*Brassica oleracea* var. *botrytis* f. *cauliflora*), **Col de Milán** (*Brassica oleracea* var. *bullata*), **Lombarda** (*Brassica oleracea* var. *capitata*), **Repollo** (*Brassica rubra oleracea* var. *capitata* f. *alba*), **“Bordes”** (Híbridos de coliflor y de brécol). Véase: frutas, verduras y setas. hortalizas, verduras y legumbres.

col ácida. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Col ácida	
Sodio (mg)	630
Potasio (mg)	140
Agua (mg)	91,6
Porción comestible	68
Calcio (mg)	36
Energía (kcal)	23
Fósforo (mg)	18
Ácido ascórbico (mg)	17
Retinol (mg)	11,4
Carbohidratos (g)	4,1
Proteínas (g)	1,4
Fibra vegetal (g)	1
Hierro (mg)	0,5
Grasa (g)	0,3
Riboflavina (mg)	0,06

Tiamina (mg)	0,026
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

col blanca. Nombre vulgar de la planta: *Brassica oleracea* var. *Capitata*. Sinónimo: **col blanca**

col china. Nombre vulgar de la planta: *Brassica rapa* var. *pekinensis*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Col china	
Potasio (mg)	202,00
Agua (g)	95,40
Calcio (mg)	40,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	36,00
Fósforo (mg)	30,00
Energía (kJ)	15,18
Vitamina A (µg eq. retinol)	13,00
Energía (kcal)	11,00
Magnesio(mg)	11,00
Sodio (mg)	7,00
Proteína (g)	1,20
Fibra (g)	0,90
Carbohidratos (g)	0,80
Hierro (mg)	0,60
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	0,40
Grasas totales (g)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,04
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03
Flúor (mg)	0,02
Colesterol (mg)	0,00
Grasa poliinsaturada (g)	tr.
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina E (mg)	

col de Brussel-les. Nombre vulgar catalán de la planta: *Brassica oleracea* var. *Gongyloides*. Sinónimo: **col de brussels**

col de Bruselas. Nombre vulgar de la planta: *Brassica oleracea* var. *gemmifera*. Planta crucífera bienal de estación fresca (*Brassi-*

ca oleracea var *gemmifera*), originaria del norte de Europa. La planta se cultiva por sus brotes en forma de pequeñas cabezas, que se forman en las axilas de las hojas a lo largo del tallo de la planta. Dichos brotes se comen como las legumbres cocidas. Las variedades conocidas (cultivadas) son la Half Dwarf y la Catskill; sin embargo, las variedades híbridas se cultivan cada vez más. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Col de Bruselas	cruda	cocida
Potasio (mg)	390,00	273,00
Energía (kJ)	158,84	125,40
Ácido ascórbico (C) (mg)	102,00	87,00
Agua (g)	87,00	87,00
Fósforo (mg)	80,00	72,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	55,00	52,00
Energía (kcal)	38,00	30,00
Calcio (mg)	36,00	32,00
Magnesio(mg)	22,00	18,00
Sodio (mg)	7,00	5,00
Proteína (g)	4,90	4,20
Fibra (g)	4,40	3,00
Carbohidratos (g)	3,80	3,00
Hierro (mg)	1,50	0,80
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	0,90	0,60
Vitamina E (mg)	0,90	
Grasas totales (g)	0,30	0,30
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,30	0,20
Grasa poliinsaturada (g)	0,20	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,16	0,14
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10	0,08
Colesterol (mg)	0,00	0,00
Flúor (mg)		

col de Cabdell. Nombre vulgar catalán de la planta: *Brassica oleracea* var. *Sabauda*.
Sinónimo: **col repollo**

col de lechuga. Nombre vulgar de la planta: *Brassica oleracea*.

col de Milán. Nombre vulgar de la planta: *Brassica oleracea*.

col enlatada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Col enlatada

Sodio (mg)	1350
Potasio (mg)	144
Porción comestible	100
Agua (mg)	94,9
Calcio (mg)	58,2
Ácido ascórbico (mg)	31
Fósforo (mg)	16,2
Energía (kcal)	15
Carbohidratos (g)	2,6
Proteínas (g)	1,8
Fibra vegetal (g)	1
Hierro (mg)	0,47
Grasa (g)	0,1
Tiamina (mg)	0,073
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0
Retinol (mg)	0
Riboflavina (mg)	0

col holandesa. Nombre vulgar de la planta: *Brassica rubra oleracea* var. *capitata*.

col llombarda. Nombre vulgar catalán de la planta: *Brassica oleracea* var. *Capitata*.
Sinónimo: **col lombarda**

col marina. Nombre vulgar de la planta: *Crambe maritima*.

col negra. Nombre vulgar de la planta: *Brassica oleracea* var. *acephala* forma *viridis*.

col rizada. Nombre vulgar de la planta: *Brassica oleracea* var. *acephala*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Col rizada	cruda	hervida
Vitamina A (µg eq. retinol)	833,00	666,00
Potasio (mg)	490,00	310,00
Calcio (mg)	230,00	160,00
Energía (kJ)	137,94	117,04

Ácido ascórbico (C) (mg)	105,00	75,00
Fósforo (mg)	90,00	55,00
Agua (g)	87,70	87,80
Sodio (mg)	44,00	36,00
Magnesio(mg)	34,00	
Energía (kcal)	33,00	28,00
Proteína (g)	4,30	4,50
Fibra (g)	4,20	3,00
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	2,10	1,60
Hierro (mg)	1,90	1,60
Vitamina E (mg)	1,70	3,60
Carbohidratos (g)	1,20	0,80
Grasa poliinsaturada (g)	1,20	tr.
Grasas totales (g)	0,90	0,80
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,25	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,20	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10	0,05
Flúor (mg)	0,02	0,02
Colesterol (mg)	0,00	0,00

col rizada de otoño. Col de hojas arrugadas, color verde oscuro y sabor suave. Se encuentra en los meses de invierno y se debe consumir bien fresca. Se puede saltear, cocer al vapor o estofar. Véase: coles.

cola. Nombre vulgar de la planta: *Cola acuminata*; *Cola vera*.

Cola acuminata. Véase: *Cola vera*.

cola amarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **macarena salmón**.

cola de cerdo. Véase: rabo de cerdo.

cola de cordero. Véase: rabo de oveja.

cola de espada. Nombre vulgar del animal: *Limulus polyphemus*.

cola de gamba roja, pelada. (*Haliporoides sibogae*) La gamba roja mide unos 7 cm y tiene un color rosa pálido cuando no está cocida. Se utiliza en salsas para pastas y platos de *curry* o arroz. Véase: marisco.

cola de gambas en conserva. Gambas pequeñas, peladas y conservadas en agua con sal. Una vez abierta la lata, se deben consumir en 24 horas. Se emplean en salsas para pastas, salsas de queso, cócteles de gambas o se sirven como aperitivo. Véase: pescados y mariscos en conserva.

cola de pescado. Véase: *Acipenser sturio*. Sinónimo: **colapiscis**.

cola de rata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: granadero loro; granadero peruano; granadero villa.

cola de rata armado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **granadero armado**.

cola de sierra. Nombre vulgar del pez: *Galeus melastomus*.

cola de toro. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** rabo de toro, cebolla, tomate, ajo, pimienta negra, pimentón dulce, laurel, vino manzanilla, aceite, sal.

cola de toro con garbanzos. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** garbanzos, cola de toro, cebolla, pimiento, ajo, tomate, laurel, pimentón, pimienta, caldo, sal.

cola peluda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sable peludo**.

cola plegada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

Cola vera. Familia: esterculiáceas. Semilla de diversas especies de un árbol ecuatorial que crece silvestre en Africa; semejante a una castaña grande, contiene teína, teobromina, y más cafeína que los granos de café; se emplea como estimulante contra la fatiga y en la preparación de bebidas gaseosas y medicinales. Es un estimulante más suave que el café, pero sus efectos son más duraderos. Otro nombre: **Cola acuminata**. Nombre vulgar: cola, bissey, guru, nuez de cola. Según el Código Alimentario, 3.25.35. Es la semilla de la Cola vera, K. sch. * Para su utilización en el consumo humano deberá reunir las características fundamentales siguientes: a) Contendrá, como mínimo, 2,2% de cafeína, y, como máximo, 12% de humedad. b) Sus cenizas

totales no excederán de 3%. Sinónimo: nuez de cola. Véase: estimulantes varios.

colaguyá. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: espadín; sábalo.

colainá. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bocanegra**.

colapiscis. Véase: *Acipenser sturio*. Sinónimo: **cola de pescado**.

colaque. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **saboga**.

colas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rabirrubia**.

colas de espada. Véase: *Xiphosura*. Sinónimo: xifosúridos.

colas de langosta. Véase: cigala (*Nephrops norvegicus*), galera (*Squilla mantis*). Langosta común (*Panulirus argus*)

colayo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bocanegra; peregrino.

colayúa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peregrino**.

colchester. Tipo de ostra de Inglaterra. Véase: ostra europea (*Ostrea edulis*).

cold shortening. Véase: contracción gélida

colecalfiferol. Sinónimo: vitamina D₃.

colegial. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **madre de la anguila**.

colemnilla redonda. Nombre vulgar de la seta: *Morchella rotunda*.

colengue. Designación oficial española del molusco: *Gari solida*. Sinónimo oficial: Almeja; Concha blanca; Culengue; Cáscara delgada.

colentro. Nombre vulgar de la planta: *Coriandrum sativum*.

Coleosporiaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas). División: fungi. Clase: basidiomycetes. Subclase: protobasidiomycetes. Orden: uredinales.

coles. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Coles	
Potasio (mg)	260
Porción comestible	100
Agua (mg)	89,7
Ácido fólico (µg)	79
Ácido ascórbico (mg)	65
Calcio (mg)	40
Fósforo (mg)	36
Retinol (mg)	34
Sodio (mg)	29,2
Energía (kcal)	29
Carbohidratos (g)	3,4
Proteínas (g)	3,3
Fibra vegetal (g)	1,99
Hierro (mg)	0,8
Grasa (g)	0,3
Riboflavina (mg)	0,08
Tiamina (mg)	0,04
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

coles agrias a la noruega. Plato integrante de la cocina con verduras (Noruega) Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 2 horas y 30 minutos a 3 horas. **Ingredientes:** col blanca, mantequilla, harina, sal, comino, carne, vinagre, azúcar. Véase: platos internacionales con verduras.

coles chinas saladas. Plato de la “cocina de Corea” perteneciente al grupo de “salsas y guarniciones”. El *kimchee* preparado se puede adquirir fácilmente en los supermercados de alimentos asiáticos. El proceso de curado lleva varias semanas, por lo tanto debe prepararse con bastante anticipación. **Ingredientes:** Chile rojo seco, camarones secos, col china, sal, ajo, cebolleta, azúcar. Nombre en Corea; *kimchee*.

coles de Bruselas guisadas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 20 minutos. **Ingredientes:** coles de Bruselas, panceta, aceite, avellanas tostadas, tomate, cebolla, pastilla de caldo, harina, pimienta, sal. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

coles esparragadas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** col, aceite, ajo, pan, pimentón molido, comino, pimienta negra, sal.

coles fermentadas. La col picada se mezcla con agua, sal y especias y se deja fermentar. Se puede adquirir a granel o envasada. Se debe lavar antes de utilizarla para eliminar parte de la sal que contiene. Nombres originales: Sauerkraut; choucrout; **chucrut**. Según el Código Alimentario, 3.21.25. Son las diversas variedades hortícolas de la *Brassica oleracea*, L. sometidas a un proceso tecnológico adecuado de maceración y fermentación láctea con 2% a 3% de sal y condimentos. El chucrut debe presentar buen estado de conservación, de sabor ácido característico con una acidez no inferior al 1% expresado en ácido láctico. Para su obtención ha de partirse de hortalizas que se ajusten a las condiciones del artículo 3.21.12 (condiciones generales de productos hortícolas frescos), debiendo ajustarse los demás ingredientes a las exigencias de este Código para cada uno de ellos. Los recipientes donde se someta la hortaliza al proceso de fermentación se instalarán en locales adecuados, renovándose cada vez el líquido que cubre la masa por una salmuera previamente hervida. Véase: derivados de hortalizas y verduras;

encurtidos y conservas; coles. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Col fermentada escurrida	
Sodio (mg)	355,00
Potasio (mg)	288,00
Energía (kJ)	66,88
Agua (g)	91,50
Calcio (mg)	48,00
Fósforo (mg)	43,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	20,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	20,00
Energía (kcal)	16,00
Magnesio(mg)	14,00
Fibra (g)	2,20
Carbohidratos (g)	1,80
Proteína (g)	1,50
Hierro (mg)	0,60
Grasas totales (g)	0,30
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	0,20
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,05
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03
Colesterol (mg)	0,00
Flúor (mg)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Vitamina E (mg)	

coles moradas con jarabe de grosellas. Plato integrante de la cocina con verduras (Dinamarca) Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 2 horas y 30 minutos. **Ingredientes:** col morada, mantequilla, azúcar, vinagre, jarabe de grosellas, sal. Véase: platos internacionales con verduras.

coles moradas con manzanas. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora y 30 minutos. **Ingredientes:** col morada, manzana, cebolla, arroz, sal, pimienta, azúcar, clavo, canela, mantequilla, laurel. Véase: verduras guisadas y estofadas.

coles negritas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** col negrita, aceite, ajo, comino, sal, pimienta, pimentón.

coles rellenas a la griega. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 1 hora. **Ingredientes:** col, cebolla, mantequilla o aceite de oliva, carne cocida y picada, arroz hervido, pan mojado, salsa blanca, huevo, sal, pimienta, nuez moscada rallada. Véase: verduras rellenas.

coles rellenas con carne a la cazuela. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 30 minutos. Cocción: 50 minutos. **Ingredientes:** col, carne picada, cebolla, pasas de uva sin pipas, zanahoria, aceite, azúcar, sal, pimienta. Véase: verduras rellenas.

coles rellenas con carne de cerdo. Plato integrante de la cocina con verduras (Yugoslavia) Tiempo de preparación 1 hora. Cocción: 3 horas y 30 minutos. **Ingredientes:** col, carne de cerdo picada, carne de vaca picada, tocino ahumado, chuletas de cerdo ahumadas, harina, cebolla, arroz, huevo, manteca de cerdo, perejil picado, sal, jugo de tomate. Véase: platos internacionales con verduras. Nombre original: sarma.

coles rellenas con carne y arroz. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 40 minutos. Cocción: 2 horas. **Ingredientes:** col blanca, mantequilla, pimienta blanca molida, pimienta negra en grano, laurel, sal, arroz, carne picada, yema de huevo, nata fresca, melaza. Véase: verduras rellenas.

colesterol. Principal esteroide de los vertebrados. Todas las células de los vertebrados en una u otra etapa del desarrollo producen colesterol. En el adulto, sin embargo, los principales sitios de síntesis son el intestino, el hígado y la piel. El tejido nervioso es en particular rico en colesterol. Es un componente de la mielina, una lipoproteína compleja que sirve como envoltura de los axones y se comporta como un aislante. El

colesterol en los tejidos y fluidos del cuerpo se encuentra siempre en combinación con proteínas (lipoproteínas). En los humanos y otros omnívoros, y en los carnívoros, existe un consumo continuo de colesterol a través de los alimentos, aunque el esteroide es absorbido de manera deficiente. El colesterol de la dieta complementa el producido por la biosíntesis. Los esteroides de plantas no son absorbidos por estas especies y están ausentes en los esteroides de los tejidos. Los herbívoros absorben el colesterol y están relativamente indefensos contra su acumulación en los tejidos como resultado de un exceso en la alimentación.* Existen dos rutas principales para la eliminación del colesterol del cuerpo. La primera es por su excreción en la bilis en grado mucho menor a través de las paredes del intestino delgado. El colesterol biliar se mezcla en el intestino con el colesterol de la dieta. La porción no absorbida es metabolizada por las bacterias del tracto gastrointestinal y forman una variedad de productos, el principal de los cuales es el coprostanol. Este último no se reabsorbe, sino que es eliminado. La segunda ruta conduce a la producción de ácidos biliares, los cuales difieren con la especie, estos ácidos son conjugados con compuestos tales como glicina y taurina y son excretados en la bilis. Sirven como detergentes para promover la emulsificación de grasa en el intestino y son a su vez parcialmente reabsorbidos en la circulación enterohepática, junto con los productos de la digestión de grasas y reutilizados. * El colesterol es un constituyente de algunos cálculos biliares y también existe en las placas arteriales características de la arteriosclerosis. Muchas autoridades consideran los niveles elevados de colesterol en el plasma como un factor que ocasiona la arteriosclerosis, aunque otros piensan que su infiltración es una consecuencia del daño primario a las paredes arteriales. Todos concuerdan en que los dos factores: un alto nivel de coles-

terol en el plasma y una lesión en la pared intestinal, se hallan íntimamente asociados en la formación de las placas arteriales. La arteriosclerosis es una causa de muerte importante en los humanos; por ello controlar el nivel de colesterol es fundamental. Véase: alimentos ricos en colesterol.

colhue. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **mactra dulce**.

coliban. Véase: patata coliban.

colibia agrupada. Nombre vulgar de la seta: *Marasmius confluens*.

colibia butirácea. Nombre vulgar de la seta: *Collybia butyracea*.

colibia de los robles. Nombre vulgar de la seta: *Collybia dryophila*.

colibia de pie aterciopelado. Nombre vulgar de la seta: *Collybia velutipes*.

colibia de pie fusiforme. Nombre vulgar de la seta: *Collybia fusipes*.

colibia de pie largo. Nombre vulgar de la seta: *Collybia longipes*.

colibia de raíz larga. Nombre vulgar de la seta: *Collybia radicata*.

colibia de sombrero estriado. Nombre vulgar de la seta: *Collybia plathyphylla*.

colibia manchada. Nombre vulgar de la seta: *Collybia maculata*.

coliflor. Nombre vulgar de la planta: *Brassica oleracea* fma. *botrytis*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Coliflor	Cruda	hervida
Potasio (mg)	311,00	217,00
Energía (kJ)	96,14	96,14
Agua (g)	91,20	93,00
Fósforo (mg)	72,00	41,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	69,00	45,00
Energía (kcal)	23,00	23,00
Calcio (mg)	22,00	18,00

Vitamina A (µg eq. retinol)	21,00	21,00
Magnesio(mg)	17,00	
Sodio (mg)	16,00	11,00
Carbohidratos (g)	2,70	3,20
Proteína (g)	2,40	2,10
Fibra (g)	2,00	2,00
Hierro (mg)	1,10	0,70
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	0,60	0,50
Grasas totales (g)	0,30	0,20
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,20	
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,11	0,08
Grasa poliinsaturada (g)	0,10	tr.
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10	0,09
Vitamina E (mg)	0,10	
Flúor (mg)	0,01	
Colesterol (mg)	0,00	0,00

coliflor al ajoarriero. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. El bacalao nunca debe llegar a hervir o quedará reseco; justo el efecto contrario de lo que se pretende. **Ingredientes:** coliflor, bacalao, huevo, ajo, aceite, harina, pimentón, sal. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

coliflor a la belga. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** coliflor, huevo, sardinas en lata, sal, tomate, apio, aceite, vinagre. Véase: entradas frías de verduras.

coliflor a la crema. Plato de la cocina de Cantabria “Escalante” perteneciente al grupo de “entrantes y guisos”. **Ingredientes:** coliflor, leche, mantequilla, harina, pimienta blanca, nuez moscada, sal. Véase: cocina de Cantabria.

coliflor a la polaca. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** coliflor, mantequilla, pan rallado, yema de huevo duro, perejil. Véase: verduras al gratín.

coliflor a la vinagreta. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 35 minutos. **Ingredientes:** coliflor, lechuga, judías verdes, tomate, aceitunas negras, filetes de anchoas. **Vinagreta:** aceite, vina-

gre de jerez, sal, pimienta. Véase: ensaladas y entremeses en la cocina clásica.

coliflor al ajoarriero. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. El bacalao nunca debe llegar a hervir o quedará reseco; justo el efecto contrario de lo que se pretende. **Ingredientes:** coliflor, bacalao, huevo, ajo, aceite, harina, pimentón, sal. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

coliflor con ajos. Véase: coliflor con ajos y pimienta.

coliflor con ajos y pimienta. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “verduras y hortalizas”. Cocina de Murcia. **Ingredientes:** coliflor, pan, ajo, piñones, zumo de limón, mantequilla, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de España.

coliflor con patatas. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “vegetales y ensaladas”. Para la mayoría de los asiáticos, las patatas son una verdura más, su uso no está tan extendido como en otros países. **Ingredientes:** Patata, coliflor, cilantro, chile, comino, ghee, mostaza amarilla, chile verde fresco, cúrcuma, sal, pimienta negra. Nombre en India; *phool gobi aur aloo ki bhaji*.

coliflor con pimienta. Véase: coliflor con ajos y pimienta.

coliflor congelada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Coliflor congelada	cruda	hervida
Potasio (mg)	237,00	218,00
Agua (g)	92,00	93,00
Energía (kJ)	91,96	71,06
Fósforo (mg)	54,00	49,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	46,00	
Energía (kcal)	22,00	17,00
Calcio (mg)	16,00	14,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	14,00	14,00

Sodio (mg)	13,00	12,00
Carbohidratos (g)	3,30	2,20
Proteína (g)	1,80	1,70
Fibra (g)	1,00	1,00
Hierro (mg)	0,60	0,50
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	0,60	
Grasas totales (g)	0,20	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,06	
Tiamina (B ₁) (mg)	0,06	
Colesterol (mg)	0,00	0,00
Flúor (mg)		
Grasa poliinsaturada (g)	tr.	tr.
Magnesio(mg)		
Piridoxina (B ₆) (mg)		
Vitamina E (mg)		

coliflor enlatada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Coliflor enlatada	
Sodio (mg)	1030
Potasio (mg)	140
Porción comestible	100
Agua (mg)	93,8
Fósforo (mg)	36
Ácido ascórbico (mg)	22
Energía (kcal)	20
Retinol (mg)	18,3
Calcio (mg)	16,1
Ácido fólico (µg)	10
Carbohidratos (g)	3
Proteínas (g)	1,9
Fibra vegetal (g)	1,2
Grasa (g)	0,7
Hierro (mg)	0,53
Riboflavina (mg)	0,067
Tiamina (mg)	0,045
Grasa poliinsaturada(g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Ácido graso saturado (g)	0
Ácido linoléico (g)	0
Ácido linolénico (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Colesterol (mg)	0

coliflor frita, patatas y queso fresco. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de verduras. Este es un plato muy sencillo

y rápido de preparar. Primero se fríen la coliflor y las patatas, luego se cuecen a fuego lento, en una masala líquida hasta que estén hechas. Sírvasse este plato de hortalizas con un pan indio y un dhal, o sopa de verduras suave. **Ingredientes:** ghee; mostaza negra; guindillas frescas; jengibre fresco; hojas de laurel; cúrcuma; cilantro molido; canela molida; agua; patatas; panir prensado en dados; coliflor; sal; garam masala; hojas frescas de cilantro. Véase: verduras en la cocina védica. Nombre hindú: *alu phul gobbi panir sabji*.

coliflor gratinada. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “verduras y hortalizas”. Cocina de Cataluña. **Ingredientes:** coliflor, queso emmenthal, harina de maíz, queso graso, tomate frito, mantequilla, tomillo, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de España.

coliflor guisada. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** coliflor, cebolla, ajo, rama de perejil, aceite, sal, tomate. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

coliflor y patatas en salsa de yogur. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de verduras. Esta técnica de freír las hortalizas primero en una masala, cociéndolas luego al vapor; puede aplicarse a toda clase de verduras. Algunos se refieren a este método como hortalizas al “curry”. **Ingredientes:** coliflor; ghee; comino en grano; guindillas secas; cilantro molido; cúrcuma; asafétida; patatas; agua; sal; yogur; garam masala; tomates; limón. Véase: verduras en la cocina védica. Nombre hindú: *alu phul gobbi ki bhaji*.

colín. Nombre usual de una pieza de pan en Castellón de la Plana y Madrid. Bastoncito de masa de pan. Miga seca y crujiente. Variantes: Zaragoza, “churro”. Huelva, “picos”. Málaga, “violín”. Véase: panes de España.

colín. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palero**.

colina. Véase: vitaminas.

colinabo. Nombre vulgar de la planta: *Brassica oleracea* var. *gongylodes*. Planta crucífera bianual de estación fresca. *Brassica caulorapa* y *B. Oleracea* var. *calo-rapa*, originaria del norte de Europa, perteneciente al orden de las capparales. Se cultiva por su tallo alargado en forma de nabo, el cual se come por lo general como verdura cocida. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Colinabo	crudo	hervido
Potasio (mg)	372,00	260,00
Energía (kJ)	104,50	91,96
Agua (g)	90,30	92,20
Ácido ascórbico (C) (mg)	66,00	43,00
Calcio (mg)	58,00	45,00
Fósforo (mg)	51,00	41,00
Magnesio(mg)	32,00	16,00
Energía (kcal)	25,00	22,00
Sodio (mg)	10,00	7,00
Carbohidratos (g)	4,10	3,50
Proteína (g)	2,00	1,70
Vitamina A (µg eq. retinol)	2,00	2,00
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	1,80	1,20
Fibra (g)	1,4,00	1,50
Hierro (mg)	0,90	0,50
Grasas totales (g)	0,10	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,10	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,06	0,06
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,04	0,03
Colesterol (mg)	0,00	0,00
Flúor (mg)		
Grasa poliinsaturada (g)	tr.	tr.
Vitamina E (mg)		

Colines y Rosquillas (Murcia). Denominación de Calidad (D.C.) de Bollería. Protege la fabricación de colines y rosquillas en todo el territorio de la Región de Murcia. El producto se define como un pan especial fabricado con una masa que contiene la cantidad mínima de grasa para obtener una buena fabricación, laminada, cortada en cilindros o rosas alargadas, fermentada y horneada. Los ingredientes utilizados para su elaboración son: harina de trigo candeal, un máximo del 25% de harina de trigo duro, un 10%, como máximo, de masa madre o creciente, levadura prensada, agua y sal. En los colines y rosquillas integrales, la proporción de harina integral es de un 70%, como mínimo. Los co-

lines y rosquillas se presentan en 3 variedades: normales, integrales y sin sal. Véase: turrón, mazapán y bollería de España.

colirrábano. Nombre vulgar de la raíz de la planta *Brassica oleracea*, L. Variedad; *caulorapa*, La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Colirrábano	crudo	hervido
Potasio (mg)	372,00	260,00
Energía (kJ)	104,50	91,96
Agua (g)	90,30	92,20
Calcio (mg)	68,00	45,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	66,00	43,00
Fósforo (mg)	51,00	41,00
Magnesio(mg)	32,00	16,00
Energía (kcal)	25,00	22,00
Sodio (mg)	10,00	7,00
Carbohidratos (g)	4,10	3,50
Proteína (g)	2,00	1,70
Vitamina A (µg eq. retinol)	2,00	2,00
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	1,80	1,20
Fibra (g)	1,40	1,50
Hierro (mg)	0,90	0,50
Grasas totales (g)	0,10	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,10	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,06	0,06
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,04	0,03
Colesterol (mg)	0,00	0,00
Flúor (mg)		
Grasa poliinsaturada (g)	tr.	tr.
Vitamina E (mg)		

colirrubia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rabirrubia**.

Colisella limatula. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **acmea limadora**.

Colisella zebrina. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **acmea zebra**.

colissa. Nombre vulgar valenciano del molusco: *Tapes decussatus*.

Colistium guntheri. Pez. Designación oficial: **remol**.

Colistium nudipinnis. Pez. Designación oficial: **rodaballo de Neozelanda**.

colita de gambas en conserva. Véase: cola de gambas en conserva.

collaka. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **oblada**.

colleja. Nombre vulgar de la planta: *Silene inflata*.

collejas esparragadas. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Verduras. **Ingredientes:** collejas, ajos, pan, sal, aceite.

Collichthys fragilis. Pez. Designación oficial: **roncos**.

Collichthys lucidus. Pez. Designación oficial: **roncos**.

Collichthys niveatus. Pez. Designación oficial: **roncos**.

Collichthys novoegineae. Pez. Designación oficial: **roncos**.

Collybia. Otro nombre de la seta: *Collybia plathyphylla*.

Collybia acervata. Familia: marasmiáceas. Género: collybia. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: Afines a las *Marasmius*. No se pudren. Talla pequeña o mediana. Sombrero y pie rojizo. La carne del sombrero es tierna, con un típico olor mohoso y de sabor dulce. Es poco apreciada. Sólo se puede comer el sombrero. Sinónimo: *Marasmius acervatus*.

Collybia ambusta. Otro nombre de la seta: *Tephrocye carbonaria*.

Collybia asema. Familia: marasmiáceas. Género: collybia. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: *Collybya* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero sin fibrillas radiales. Pie sin largos trozos de micelio.

Láminas delgadas y cerradas. Pie no fusiforme. Sombrero blanquecino grisáceo. Carne muy delgada y blanquecina. No comestible o sin valor.

Collybia butyracea. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: *Collybia* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero sin fibrillas radiales. Pie sin largos trozos de micelio. Láminas delgadas y cerradas. Pie no fusiforme. Sombrero marrón gris, higrófono. Pie hinchado en la base. Seta comestible muy mediocre. La carne, de color blanco sucio, es poco consistente, acuosa, casi flácida, con olor ligeramente rancio o afrutado y un leve sabor dulzón. Nombre vulgar: colibia butirácea. En vascuence: **kolibia gurinkara**.

Collybia confluens. Otro nombre de la seta: *Marasmius confluens*.

Collybia conigena. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: Viven sobre piñas, enterradas o no. Sub-características: Láminas cerradas, delgadas, blanquecinas. Viven sobre piñas de pinos. Carne tenaz, delgada, blanquecina y sin olor ni sabor señalados. Sin valor. En vascuence: **pinotxa-kolibia**. Sinónimo: *Baeospora myosura*.

Collybia distorta. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: *Collybia* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero sin fibrillas radiales. Pie sin largos trozos de micelio. Láminas delgadas y cerradas. Pie no fusiforme. Sombrero marrón rojizo. Pie retorcido, surcos curvos. Carne delgada, blanquecina, pero rojiza bajo la cutícula del sombrero o en la base del pie, de olor fuerte desagradable que la hace no comestible. En vascuence: **kolibia haukabihurri**.

Collybia dryophila. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: Afines a

las *Marasmius*. No se pudren. Talla pequeña o mediana. Sombrero y pie marrón claro. Carne delgada, fibrosa, coriácea y blanquecina, de olor fúngico agradable y sabor dulce. Es comestible pero sin gran valor. Nombre vulgar: colibia de los robles. En vascuence: **haritz-marasmio**. Sinónimo: *Marasmius dryophilus*

Collybia esculenta. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: Viven sobre piñas, enterradas o no. Sub-características: Láminas algo espaciadas y anchas, blanquecinas. Viven sobre piñas de abetos. Especie de seta de dudosa comestibilidad, que no suele ser objetivo de los recolectores, cuando menos debido a su reducido tamaño. En vascuence: **izei-pinoxetako kolibia**. Sinónimo: *Collybia tenacella*, *Pseudohiatula tenacella*.

Collybia fusipes. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: *Collybia* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero sin fibrillas radiales. Pie sin largos trozos de micelio. Sombrero ni aterciopelado ni viscoso. Láminas anchas y gruesas. Pie fusiforme. Seta no apta para el consumo. Se presenta en grupos numerosos, tiene un pie fusiforme característico Surcado de canales. Nombre vulgar: colibia de pie fusiforme. En catalán: **bolet d'alzina; bolet de roure; flota d'aulina**. En vascuence: **kolibia marroi**. Sinónimo: *Agaricus fusipes*-

Collybia longipes. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: *Collybia* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero sin fibrillas radiales. Pie sin largos trozos de micelio. Sombrero aterciopelado. Carne delgada, tenaz, blanquecina, de olor agradable a nuez y buen sabor. Comestible. Nombre vulgar: colibia de pie largo. Sinónimo: *Xerula longipes*

Collybia maculata. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven

sobre piñas. Sub-características: *Collybya* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero sin fibrillas radiales. Pie sin largos trozos de micelio. Láminas delgadas y cerradas. Pie no fusi-forme. Sombrero y pie blanquecinos con manchas marrones rojizas. Carne densa y coriácea, de color blanco, olor poco señalado y sabor amargo. Puede ser comestible, pero de poco valor debido a su gusto amargo. Nombre vulgar: colibia manchada. En vascuence: **kolibia herdoildu**.

Collybia mucida. Otro nombre de la seta: *Mucidula mucida*.

Collybia plathyphylla. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: *Collybya* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero con fibrillas radiales. Pie con largos trozos de micelio. Seta comestible de baja calidad. Se reconoce bien por su ecología lignícola y por la presencia de rizomorfos largos y blancos. La carne no muy compacta, es de color blanco, poco olorosa y tiene un sabor un poco amargo. Hay quien considera comestible el sombrero de los ejemplares jóvenes. Nombre vulgar: colibia de sombrero estriado. En vascuence: **kolibia sustriait-su**. Sinónimo: *Agaricus grammocephalus*, *Agaricus platyphyllus*, *Collybia*, *Collybia plathyphylla*, *Tricholomopsis platyphylla*.

Collybia radicata. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: *Collybya* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero sin fibrillas radiales. Pie sin largos trozos de micelio. Sombrero viscoso. Sombrero gris marrón. Pie con larga raíz, no aterciopelado. Carne delgada y frágil en el sombrero, donde apenas si existe, y fibrosa en el pie. Es blanquecina, inodora y sin sabor señalado. Comestible sin valor. Nombre vulgar: coli-

bia de raíz larga. mucidula radicante. En vascuence: **kolibia erroluze**. Sinónimo: *Oudemansiella radicata*, *Mucidula radicata*.

Collybia tenacella. Otro nombre de la seta: *Collybia esculenta*.

Collybia velutipes. Familia: marasmiáceas. Género: *collybia*. Características: No viven sobre piñas. Sub-características: *Collybya* características de carne putrescible. Talla mediana o grande. Sombrero sin fibrillas radiales. Pie sin largos trozos de micelio. Sombrero viscoso. Sombrero rojo anaranjado. Pie sin larga raíz, aterciopelado y negruzco. Seta comestible de sabor suave, formada por un sombrerillo blanco minúsculo y un pie largo. Los sombreros son comestibles, pero no los pies, que resultan demasiado coriáceos. El enoki es muy apreciado en Asia y se comercializa sobre todo en las tiendas de comestibles asiáticas, donde se vende en manojos. Está delicioso crudo. Se emplea como guarnición y aliño de ensaladas y bocadillos. Se añade a sopas y platos orientales al final de la cocción para conservar su sabor. Igual que otras especies lignícolas, se puede cultivar a escala industrial con fines alimenticios, cosa que ya practican los japoneses. Nombre vulgar: colibia de pie aterciopelado, enoki. En vascuence: **kolibia zolabeltz**. Sinónimo: *Flammulina velutipes*.

colmenilla. Nombre vulgar de la seta: *Morchella conica*; *Morchella costata*; *Morchella crassipes*; *Morchella deliciosa*; *Morchella elata*; *Morchella esculenta*.

colmenilla común. Nombre vulgar de la seta: *Morchella esculenta*.

colmenilla cónica. Nombre vulgar de la seta: *Morchella conica*.

colmenilla pequeña. Nombre vulgar de la seta: *Mitrophora hybrida*

colmenilla redonda. Nombre vulgar de la seta: *Morchella rotunda*.

colmenilla, seca. (*Morchella conica*) Su sombrerillo abombado debe limpiarse con cuidado ya que puede contener arenilla. La variedad seca tiene sabor y aroma fuertes. Se remojan en agua caliente durante 20-30 minutos y el agua del remojo se reserva para sopas y caldos para arroces. Véase: setas secas.

colmilleja. Nombre vulgar del pez: *Cobitis taenia*. Designación oficial española del pez: *Acanthopsis taenia paludicola*; *Acanthopsis taenia*; *Acanthopsis taenia marocana*. Sinónimo oficial: Aranya; Gatet; Lamprehuela; Lampreilla; Lobo; Rabosa; Saranyán.

colmilleja común. Designación oficial española del pez: *Cobitis calderoni*.

colmilleja dorada. Nombre vulgar del pez: *Cobitis aurata*.

colmilleja palustre. Designación oficial española del pez: *Cobitis paludicola*.

colo hirudinoso. Nombre vulgar de la seta: *Colus hirudinosus*.

colocado. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

Colocasia esculenta. Familia: aráceas. Los tubérculos de esta planta (taro) se beneficia en los países cálidos porque son alimenticios una vez han sido despojados de ciertos principios venenosos, que desaparecen por cocción; están recubiertos de una piel castaña, gruesa, rugosa y velluda. La carne del taro es de color crema, harinosa y dulce. El taro debe pelarse bajo el agua del grifo o utilizar guantes, ya que contiene un líquido viscoso. El taro requiere 20 minutos de cocción en agua hirviendo. Se emplea de la misma manera que la patata y es mejor comerlo caliente, ya que su textura cambia una vez frío. El taro es rico en potasio. Véase: tubérculos. Nombre vulgar: **taro**.

colocón. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

Cololabis adocetus. Pez. Designación oficial: **sauri paparda**.

Cololabis saira. Pez. Designación oficial: **paparda del Pacífico**.

coloma pudenta. Nombre vulgar catalán de la seta: *Lepiota cristata*.

colombar. Variedad de uva blanca. Véase: uva colombard.

colombard. Véase: uva colombard.

colombier. Véase: uva colombier.

colomí. Nombre vulgar catalán del ave: *Columba livia*. Sinónimo: **pichón**.

colomida. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palometón**.

colón. Nombre usual de una pieza de pan en Castilla. Barra de pan bregado, muy metida en harina. Miga compacta y blanca. Corteza lisa. Véase: panes de España.

colonche. Bebida fuerte de Aguas Calientes en Méjico. **Ingredientes:** tunas, aguardiente de caña o ron, canela, hoja de higuera, canela, pastilla de jabón neutro, olla nueva. Véase: aguas frescas, pulques y bebidas fuertes en la cocina de Méjico.

colonel yate. Véase: manzana colonel yate.

color. Véase: vino con color.

color. Según el Código Alimentario, 3.30.04. e. Es el mosto concentrado por cualquier procedimiento autorizado, hasta que se haya llegado al tostado o requemo. Sinónimo: pantomina. Véase: clases de mosto.

colorada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: anchoa de fondo; anchoa trompuda.

coloradilla. Nombre vulgar del pez: *Rutilus arcasi*. Designación oficial: **bermejuela**.

coloradito. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón cebra**.

colorado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bejel; guaseta guato; mero ambulú; pargo colorado; salmonete gringuito.

colorante amarronado. (E-154) Véase: **marrrón FK**.

colorante artificial permitido. Véase: declaración de colorantes.

colorante natural. Véase: declaración de colorantes.

colorantes. Los colorantes son aditivos que se utilizan para dar color y embellecer los alimentos o sus superficies. Su objetivo es simplemente el de proporcionar un aspecto agradable a la vista, que llame la atención, que abra el apetito, estimulando así la venta. Sin embargo, lo que pretenden muchos colorantes es disfrazar el aspecto poco atractivo de algunos alimentos artificiales. En general, la gente otorga más importancia a las apariencias que a la esencia de las cosas. Tenemos un ejemplo que puede resultar cómico. Se trata de las truchas asalmonadas. Sabemos que éstas procedían, antiguamente, de aguas particularmente limpias y claras, donde se alimentaban de pequeños crustáceos, cuyo pigmento no sólo las coloreaba sino que les daba ese sabor particular tan apreciado por los gourmets. Esto hizo que el color rosa se convirtiera en signo de calidad. Hoy en día, para emularlo, se agrega un colorante químico a las truchas de vivero. Así, cuanto más asalmonada y por lo tanto apreciada por el consumidor, más contaminada está la trucha. No obstante, aún reconociendo que la función de los colorantes es de las menos “necesarias” de los aditivos, su uso no siempre se propone engañar. Piénsese que muchos

de los procesos técnicos, normales y correctos, decoloran parcialmente los alimentos, y en estos casos recurrir a los colorantes sirve para devolver al producto el color que lo identifica y lo hace agradable a la vista. Otra alternativa sería, en este tipo de casos, prescindir del colorante explicando al consumidor las razones y ventajas de un color menos atractivo. Véase: modificadores del color.

colorantes alimenticios. Colorantes comestibles elaborados con agua y alcohol. Al principio se añade una cantidad moderada, para luego obtener la intensidad de color deseada gota a gota. Se emplean para dar color a glaseados, helados y dulces, como el turrón de coco. Véase: condimentos y colorantes; modificadores del color.

colorantes permitidos. Según el Código Alimentario, 2.09.03. Los colorantes y pigmentos empleados en la fabricación de objetos para los fines indicados, sus pinturas, barnices y lacas, se ajustarán, en lo que sea de aplicación, a lo consignado en el capítulo XXXI (Aditivos. Sustancias que modifican los caracteres organolépticos). * Se considerarán inocuas a estos fines y se permiten las sales insolubles de bario, cadmio y cromo, el óxido de cinc, el litopón y el azul de Prusia. Todos los colores metálicos incorporados por fusión al vidrio y los esmaltes, con tal que no cedan plomo o cinc por tratamiento con solución de ácido acético al 4% durante 24 horas a temperatura ambiente. Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

colorantes prohibidos. Según el Código Alimentario, 2.09.04. Se considerarán entre otros, colorantes nocivos, cuyo uso queda prohibido a estos efectos: a) Los colorantes minerales que contengan antimonio, arsénico, cobre, mercurio, uranio, más de un 1% de plomo, el óxido de cromo y las sales solubles o carbonatos de bario, cadmio, cromo

y cinc. b) Los colorantes orgánicos que contengan ácido pícrico, dinitrocresol o que no figuren en las listas positivas de este Código. c) Las purpurinas no podrán ser a base de cobre o sus aleaciones. Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

coloreado del caucho. Según el Código Alimentario, 2.09.05. Los objetos y piezas de caucho o de sucedáneo del mismo, ya sean elásticos o endurecidos, podrán estar coloreados con sulfuro de antimonio o cadmio y compuestos de cinc insolubles en agua. Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

colosal de Connver. Variedad de la planta: *Asparagus officinalis*.

Coltricia perennis. Otro nombre de la seta; *Polyporus perennis*.

Columba palumbus. Familia: colúmbidos. Mide 41 cm de longitud. El plumaje de las partes superiores es de color gris a excepción de una mancha de color blanco situada a ambos lados del cuello y en cada ala. El pecho es de color rosado. La cola termina en una ancha banda de color negro, mientras que las patas son de color rojo púrpura. El plumaje de los inmaduros presenta tonos más apagados. Habita bosques de latifolios y coníferas, campiñas arboladas. En Europa Asia occidental y meridional, África nordoccidental. Tiene una dieta completamente vegetariana (semillas, granos, bayas, bellotas). Se necesita una pieza por persona. La carne de la pechuga es la más sabrosa. Tiene muy poca carne en los muslos y las pechugas, gruesas y tiernas, se deshuesan, se fríen y se cortan en lonchas para ensaladas calientes. Se emplean también en terrinas de caza y asados a la cazuela. Se encuentran durante todo el año. Véase: caza. Nombre vulgar: **paloma torcaz**.

Columbidae. Familia zoológica. Reino: animal. División: bilaterales. Rama: eumetazoos. Subdivisión: protostomas. Sección: pseudo-

celomados. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: tetrapodos. Clase: aves. Subclase: neornites. Superorden: neognatas. Orden: columbiformes. Consideramos: paloma de cola listada (*Columba fasciata*), paloma torcaz (*Columba palumbus*), paloma zurita (*Columba oenas*), tórtola común (*Streptopelia turtur*). Muchas domesticadas, pequeñas, de vuelo ágil, con la mandíbula superior abovedada y los dedos libres. Nombre vulgar: **palomas**. Según el Código Alimentario, 3.11.03. b). Véase: clasificación de las aves.

colúmbidos Nombre vulgar de la familia: *Columbidae*.

columida. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palometa blanca**.

Colus hirudinosus. Familia: clathraceae. Es una especie fácil de identificar. Recuerda bastante a *Clathrus cancellatus*, pero éste presenta mayor tamaño, hasta 12 cm de diámetro, y el receptáculo muestra una malla regular sin formar columnas en la base. Otra especie encontrada recientemente en España es *Ileodictyon gracile*, también de pequeño tamaño, pero de color blanco y con receptáculo esférico que se libera rápidamente del peridio. Nombre vulgar: colo hirudinoso.

colza. Nombre vulgar de la planta: *Brassica napus* y la variedad *Brassica campestris* son plantas miembro de la familia de las crucíferas. El nombre se deriva del latín *rapum*, que quiere decir nabo. Las partes aéreas de la planta se han criado para producir semillas oleaginosas, forrajes y cultivos de vegetales. La semilla del nabo es pequeña, redonda y por lo general negra, aunque también se han cultivado variedades con tegumento amarillo. Las semillas contienen más del 40% de aceite. Esta semilla contribuye aproximadamente con un 10 a un 12% del suministro de aceite vegetal comestible total del mundo, y es uno de los pocos cultivos de semillas oleaginosas comestibles que pueden producirse en el norte de Canadá, Europa y Asia, o, en la estación fresca, en áreas subtropicales. El

grano molido de la semilla de colza, producto secundario de la extracción de la semilla, es un suplemento alimenticio de alta calidad proteínica para el ganado y las aves de corral. En algunos países de Asia se utiliza también como fertilizante y acondicionador del suelo para cultivos especiales, como el tabaco y los cítricos, se utiliza ampliamente como forraje y, en algunos países, la planta completa se corta y se da a comer al ganado vacuno. Véase: nabo

comadreja. (*Trichosurus* spp.) Familia: mustélidos. La carne magra y compacta de este animal salvaje de Tasmania tiene un suave aroma a eucalipto. Antes de cocinar se deben quitar con cuidado las 4 bolsitas de almizcle, o de lo contrario la carne no sería comestible. Se asa, se estofa o se prepara a la brasa. Véase: caza.

comaga. Nombre vulgar catalán de la seta: *Psalliota campestris*.

comal. Utensilio básico de la cocina de México. Disco de barro que se coloca sobre el fuego y que sirve para cocer las tortillas. En él se asan los chiles, tomates, hongos e incluso se pueden hacer huevos estrellados sin grasa alguna. Su complemento son las piedras o los llamados *tenamxtles*, piezas zoomorfas de barro que lo sostienen a cierta distancia de las brasas. Véase: Utensilios básicos de la cocina de México.

comande. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cojinúa carbonera**.

comba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **comiza**.

combatiente inglesa. Véase: gallina combatiente inglesa.

combinaciones de mostaza. Existen dos tipos esenciales de preparados de mostaza: los finos y los granulados. Pueden estar condimentados con finas hierbas, chiles, granos

de pimienta, cítricos, bayas dulces, champaña o jerez. Pueden ser suaves o fuertes, ligeramente aromáticos o muy picantes. Describamos sucintamente entre ellas: mostaza a la miel, mostaza a las finas hierbas, mostaza al champán, mostaza alemana, mostaza americana, mostaza beaujolais, mostaza champ-sac, mostaza con estragón, mostaza con pimienta verde, mostaza con vino blanco, mostaza de Burdeos, mostaza de Dijon, mostaza de Düsseldorf, mostaza de Florida, mostaza de grano grueso, mostaza de Meaux, mostaza granulada, mostaza inglesa de grano entero, mostaza inglesa, mostaza roja.

combizo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **comiza**.

combustibles domésticos. Cualquier materia que se usa como fuente de energía calórica, los más importantes son los que contienen carbono y se queman al combinarse con el oxígeno; pueden ser sólidos, líquidos o gaseosos. Según el Código Alimentario, 5.38.25. A efectos de este Código se distinguen los siguientes: a) **Alcohol desnaturalizado**; b) **Carburo cálcico**; c) **Gas del alumbrado**; d) **Gases comprimidos**; e) **Butano doméstico**; f) **Propano doméstico**; g) **Butano-propano doméstico**; h) **Petróleo lampante**; i) **Carbón**; j) **Gasolina doméstica**; k) **Gasolina para carburación**. Véase: artículos higiénicos y de uso doméstico.

comegargajo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe ñato**.

comercialización de estimulantes varios. Según el Código Alimentario, 3.25.38. El almacenamiento y transporte, envases, etiquetas y venta de estos productos se ajustarán, en cuanto sea de aplicación, a lo dispuesto para el té en los artículos 3.25.32 y 3.25.33 de este Código. Véase: estimulantes varios.

comercialización de las especias. Véase: prohibiciones de especias.

comercio de chocolate. Véase: prohibiciones de derivados especiales de cacao.

comercio de derivados de cacao. Véase: prohibiciones de derivados especiales de cacao.

comercio de derivados de cacao de chocolate. Véase: prohibiciones de derivados especiales de cacao.

comercio de derivados especiales de cacao. Véase: manipulación de derivados especiales de cacao.

comercio de derivados especiales de cacao. Véase: manipulación de derivados especiales de cacao.

comercio de derivados especiales de chocolate. Véase: manipulación de derivados especiales de cacao.

cometa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

cometrapo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: palometa cagavivo; palometa cometrapo.

comevíveres. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bacoreta; melva.

comida con pringá. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Cidos y potajes. **Ingredientes:** carne de falda de ternera, garbanzos remojados, chícharos remojados, hueso de espinazo, tocino rancio, magro de cerdo, chorizo fresco, pan, tuétano de hueso, costilla salada, tocino fresco, morcillas frescas, tagarninas, sal.

cominate. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bagre cominate; bagre cuatete; bagre moreno.**

comino. Nombre vulgar de las semillas de la planta: *Cuminum cyminum*. Especia. Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

comino común. Nombre vulgar de las semillas de la planta: *Cuminum cyminum*.

comino de prado. Nombre vulgar de la planta: *Carum carvi*.

comino en grano, entero. Nombre hindú: *sabut safed jeera*; Véase: cocina védica.

comino en grano, molido Nombre hindú: *pesa safed jeera*; Véase: cocina védica.

comino fino. Nombre vulgar de las semillas de la planta: *Cuminum cyminum*.

comino hortense. Nombre vulgar de las semillas de la planta: *Cuminum cyminum*.

comino largo. Nombre vulgar de la planta: *Cuminum cyminum*.

comino negro. Nombre vulgar de las semillas de la planta: *Cuminum nigrum*. Nombre hindú: *kala jeera*; Véase: cocina védica.

comino ordinario. Nombre vulgar de las semillas de la planta: *Cuminum cyminum*.

comino real. Nombre vulgar de las semillas de la planta: *Cuminum cyminum*.

comino romano. Nombre vulgar de la planta: *Cuminum cyminum*.

comino rústico. Nombre vulgar de la planta: *Margotia gummiifera*.

Comium maculatum. Familia: umbelíferas. Subfamilia: apioídeas. Hierba de unos 2 m de altura, tallo rollizo hueco, hojas fétidas divididas en gajos, flores blancas y pequeñas. Su zumo es muy venenoso y los antiguos lo empleaban para ejecutar la pena de muerte, como en el caso de Sócrates. Nombre vulgar: cicuta.

comiza. Designación oficial española del pez: *Barbus comiza*. Sinónimo oficial: Barbo comiza; Barbo iberiarra; Barc iberic; Bocacho; Castizo; Comba; Combizo; Comizo; Judío; Picón; Piscarro.

comizo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **comiza**.

como una cuba. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

compañero de mero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: guaseta cherne; guaseta guato.

complejos cúpricos de clorofilas y clorofilinas. (E-141) Colorante **verde** a partir de clorofilas o clorofilinas que contiene cobre. Una cantidad muy elevada de cobre puede ser muy tóxica. Se encuentra en: conservas vegetales, licores, confitería, cremas, legumbres, aceites, chicle, helados, refrescos, sopas preparadas. Productos lácteos. No es tóxico. Véase: modificadores del color.

complementos panarios. Según el Código Alimentario, 3.20.40. En la elaboración de artículos de panadería y bollería se permitirá la incorporación a la masa panaria de las siguientes sustancias alimenticias: a) Gluten de trigo seco o húmedo, no desnaturalizado, b) Leche entera, concentrada, en polvo, total o parcialmente desengrasada, o suero lácteo, c) Huevos frescos o en polvo, d) Harina de leguminosas (soja, habas, guisantes, lentejas y judías), en proporción inferior al 3% del peso de la harina empleada y la de soja hasta el 5%, e) Harina de malta o extracto de malta y azúcares comestibles, f) Grasas comestibles, g) Esencia de limón y naranja, h) Cacao, vainilla y otras especias. Queda prohibido agregar a los artículos de panadería y bollería sustancias diferentes a las reseñadas anteriormente. Véase: productos de panadería.

completo. Véase: vino completo.

componentes de bebidas no alcohólicas. Según el Código Alimentario, 3.29.02. Las bebidas no alcohólicas o refrescantes deberán

contener fundamentalmente uno o varios de los siguientes **Ingredientes**: a) Zumos de frutas. b) Extracto de fruta o de partes de plantas comestibles. c) Frutas, tubérculos y semillas disgregados. d) Esencias naturales, agentes aromáticos y sustancias sápidas. e) Edulcorantes naturales. f) Anhídrido carbónico. g) Agua potable. h) Agua mineral. Véase: bebidas no alcohólicas.

composición de algunas sales. Véase: sal.

composición de bazo. Véase: bazo de vaca.

composición de cervezas. Véase: características de cervezas.

composición de cosméticos. Véase: prohibiciones de cosméticos y productos de tocador.

composición de las aguas minerales. Véase: agua natural.

composición de lengua. Véase: lengua de vaca

composición de productos de tocador. Véase: prohibiciones de cosméticos y productos de tocador.

composición de pulmón. Véase: pulmón de vacuno.

composición de riñón. Véase: riñón de vaca.

composición de sesos. Véase: sesos de vacuno.

composición de tejido graso. Véase: grasa de vacuno.

composición de un vino fino. Véase: vino fino.

composición de un vino oloroso. Véase: vino oloroso.

composición de vino amontillado. Véase: vino amontillado.

composición media del agua en el Mar Mediterráneo. Véase: agua de mar.

compota. Según el Código Alimentario, 3.22.28.1º. Es la confección preparada con fruta entera o partida en trozos regulares y con solución azucarada. No contendrá una riqueza superior al 15% de azúcares, expresada en sacarosa. Véase: confecciones de frutas. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Compota	
Energía (kJ)	276,21
Ácido fólico (µg)	185,00
Porción comestible	100,00
Potasio (mg)	99,00
Energía (kcal)	66,08
Carbohidratos (g)	17,30
Fósforo (mg)	13,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	11,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	10,00
Magnesio (mg)	9,80
Calcio (mg)	3,00
Sodio (mg)	3,00
Fibra (g)	2,00
Niacina (mg eq. niacina)	2,00
Proteína (g)	0,30
Hierro (mg)	0,20
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,02
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,02
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina E (mg)	0,00
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Grasa (g)	tr.
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

compota de membrillo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

compota de verduras. Este plato es una mezcla de verduras reducida casi a una salsa, y es oriunda de la región de Provenza, en Francia. Pimientos, calabacitas y tomates se usan en abundancia en esta región, así como el aceite de oliva. **Ingredientes:** cebollita, aceite de oliva, pimiento amarillo, pimiento rojo, pimiento verde, calabacita, sal, pimienta, tomates concossées, ajo, bouquet garni.

Compuestas. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: metachlamydeae; sympetalae-gamopetalae-monopetalae) Orden: synandreae. Presentan en general flores en capítulos. Consideramos: abrotano (*Artemisia abrotanus*), achicoria (*Cichorium intybus*), achicoria hojas anchas (*Cichorium intybus*), alazor (*Carthamus tinctorius*), alcachofa (*Cynara scolymus*), artemisa (*Artemisia vulgaris*), cardo (*Cynara cardunculus*), crisantemo (*Crysanthemum morifolium*), diente de león (*Taraxacum officinale*), endibia (*Cichorium endivia latifolium*), endibia belga (*Cichorium intybus*), escarola (*Cichorium endivia crispum*), escorzoneira, (*Scorzonera hispanica*), estragón (*Artemisia dracunculus*), estragón invernal (*Tagetes lucida*), girasol (*Helianthus annuus*), helenio (*Inula helenium*), huacatay (*Tagetes minuta*), lechuga y lechuga cogolluda (*Lactuca sativa*), lechuga de tallo, (*Lactuca sativa* var. *angustana*), lechuga rizada (*Lactuca sativa* var. *crispa*), lechuga repolluda, (*Lactuca sativa* var. *capitata*), lechuga romana (*Lactuca sativa* var. *longifolia*), manzanilla (*Matricaria chamomila*), milenrama (*Achillea millefolium*), roqueta (*Eruca sativa*), salsifí (*Tragopon porrifolius*), tagarnina (*Silybum marianum*), tupi nambo (*Helianthus tuberosus*)

compuesto de calamares. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** calamares, cebolla, tomate, pimiento, ajo, perejil, comino, reunidos, vino blanco, aceite, laurel, tomillo, sal, harina.

compuesto de papas y huevos. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** papas, agua, chorizo canario, aceite de oliva, perejil, queso duro rallado, hierba huerto, huevo duro, sal, cebolla, ajo, laurel.

compuesto de pescado. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** pescado, tomate, cebolla, perejil, aceite de oliva, reunidos, azafrán, ajo, sal gruesa, agua.

compuesto de pollo. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** carne de pollo, cebolla, tomate, pimiento, ajo, perejil, comino, reunidos, vino blanco, aceite, agua, laurel, tomillo, harina, sal.

común. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las pastas colorata. Las pastas comunes al huevo varían desde el color pálido al dorado, según la cantidad de yemas que se usen. Las pastas de agua y harina tienen un cálido matiz amarillo, de acuerdo con la calidad de la harina.

común. Véase: vino común.

con aguja. Término incluido en la lista de palabras que utilizan los catadores de vino para designar los aromas y sabores. Se dice de un producto ligeramente espumoso. Véase: cata del vino.

con huevo. Véase: prohibiciones de complementos panarios.

con leche. Véase: prohibiciones de complementos panarios.

conasacho. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo real**.

concentrado. Recado en la cocina de Méjico. **Ingredientes:** hoja de aguacate, hoja de cebolla, semilla de cilantro. Véase: Recados en la cocina de Méjico.

concentrado de caldo. Es una combinación de ternera, pollo, pescado o vegetales deshidratados y extracto de levadura, sal, azúcar, hierbas y especias. Se usa para preparar caldos, sopas y salsas. Véase: condimentos salados.

concentrado de carne de vacuno. Líquido concentrado elaborado con extractos de carne de vacuno y verduras, caldo de vacuno, extracto de levadura, colorantes, almidón, azúcar, sal, especias y vitaminas. Se disuelve en agua caliente para consumir como bebida o se añade a sopas, caldos o salsas. Véase: cafés, té y otras bebidas.

concentrado de lejía. Según el Código Alimentario, 5.38.19. Corresponde exclusivamente a disoluciones de hipoclorito alcalino cuyo contenido en cloro activo exceda del 10%, con una alcalinidad máxima expresada en carbonato sódico del 3%. Véase: lejías y polvos de blanqueo.

concentrado de malta. Según el Código Alimentario, 3.30.50.5. Producto de idénticas características del extracto de malta, pero sin actividad diastásica. Véase: materias primas y productos elaborados de cervezas.

concentrado de tamarindo. Una pasta concentrada de color marrón oscuro más bien agrio que se usa para dar un toque de sabor a ciertos platos. Pueden adquirirse también semillas de tamarindo (*Tamarindus indica*) enteras.

concentrado de tomate. Pasta espesa que se obtiene del jugo concentrado de tomate por acción de una cocción lenta (*coulis* de tomate); se utiliza mucho en salsas y guisos. Disponible en conserva o en tubo en los supermercados, aunque también puede prepararlo uno mismo. Sinónimo: puré de tomate, pasta de tomate. Véase: puré, pasta y concentrados de tomate; salsas y condimentos.

concentrados de tomate. Véase: puré, pasta y concentrados de tomate.

concepto de condimentos preparados. Consideramos: chatni con mango, harissa, humus, pasta de gambas, sambal ulek, tahini. Según el Código Alimentario, 3.24.64. Son aquellas mezclas de especias, entre sí o con otras sustancias alimenticias, dispuestas para empleo inmediato o utilización culinaria. Véase: condimentos y especias.

concepto de grasas hidrogenadas alimenticias. Véase: concepto y características de grasas hidrogenadas alimenticias.

concepto de los derivados de la leche. Véase: concepto y clasificación de los derivados de la leche.

concepto de platos congelados. Según el Código Alimentario, 3.26.09. Se incluyen: 1. **Platos precocinados congelados.** 2 **Platos preparados congelados.** Véase: platos precocinados y preparados congelados.

concepto de preparados alimenticios especiales. Según el Código Alimentario, 3.26.13. Son aquellos productos que, sin reunir las condiciones de los precocinados y platos preparados, proporcionan, por medio de una simple dilución o calentamiento, determinados alimentos de inmediato consumo. Véase: preparados alimenticios especiales.

concepto de productos de régimen. Véase: concepto y características de productos dietéticos y de régimen.

concepto de productos dietéticos. Véase: concepto y características de productos dietéticos y de régimen.

concepto genérico de bebidas espirituosas. Según el Código Alimentario, 3.30.25. Se considerará bebida “espirituosa” todo líquido apto para el consumo humano elaborado con alcohol de uso alimentario y que tenga un grado alcohólico no inferior al que en

cada caso se especifique. Véase: bebidas espirituosas.

concepto genérico de bebidas espirituosas. Véase: bebidas espirituosas. Concepto genérico.

concepto genérico de derivados de frutas. Según el Código Alimentario, 3.20.16. A efectos de este Código tienen esta consideración “**Derivados de frutas**” los zumos, néctares, derivados de tomate y confecciones obtenidos a partir de cualquier tipo o variedad de fruta o frutos frescos, mediante tratamiento o manipulación adecuados. Véase: derivados de frutas. **Aplicaciones:** Según 3.22.19. 4ª) Se admiten como edulcorantes el azúcar, la glucosa, la fructosa y la miel. También se admite el empleo de zumo de uva concentrado, en cantidad no superior al del zumo tratado, expresado éste siempre en zumo fresco. 6ª) Se admiten como clarificantes la albúmina, gelatina, caseína, tierra de infusorios y bentonita. 7ª) Se permite la adición de preparados enzimáticos que puedan facilitar la filtración y que se autoricen previamente. 10) Se admite la adición posterior de aromas recuperados durante el proceso tecnológico de concentración. 11) Se autoriza la adición de ácido cítrico (E 330) en cantidad máxima de 5 gramos por kilogramo de zumo fresco. 12) Se autoriza la adición máxima de 100 miligramos de ácido ascórbico (E 300) por litro de zumo fresco.

concepto genérico de salsas. Según el Código Alimentario, 3.24.71. Es la composición o mezcla de varias sustancias comestibles utilizables para acompañar a la comida o a los preparados alimenticios. Véase: salsas.

concepto y características de grasas hidrogenadas alimenticias. Según el Código Alimentario, 3.16.42. A efectos de este Código se consideran grasas hidrogenadas alimenticias las obtenidas por saturación selectiva de las grasas naturales comestibles, por hidrogenación catalítica, refinación y eliminación completa del catalizador utilizado. Llevarán la denominación del aceite o grasa de origen, seguido de la palabra “hidr-

ogenado” y reunirán las características generales indicadas en el artículo 3.16.02 (características de las grasas comestibles). Véase: alimentos; grasas hidrogenadas alimenticias.

concepto y características de productos dietéticos y de régimen. Según el Código Alimentario. 3.26.26. Los productos dietéticos, definidos en el capítulo II de este Código, responderán a una composición científicamente razonable y autorizada, poseerán un adecuado valor nutritivo, estarán debidamente designados y serán destinados a dietas especiales o a completar o sustituir la alimentación ordinaria. Véase: productos dietéticos y de régimen.

concepto y clasificación de los derivados de la leche. Según el Código Alimentario, 3.15.09. Son distintos productos obtenidos a partir de la leche mediante tratamientos tecnológicos adecuados. Se distinguen los siguientes grupos; a) **Nata**, b) **Mantequilla**, c) **Quesos y quesos fundidos**, d) **Sueros lácteos**, e) **Caseína**, f) **Requesón**. Véase: leche y derivados.

conch. Nombre vulgar del molusco: *Strombus gigas*.

concha. Nombre vulgar del molusco: *Acanthocardia aculeata*. Designación oficial: almendra manchada; cobo cambute; cobo cresta de gallo; ostión americano; ostión de los canales; **pecten patria**.

concha asesina. Nombre vulgar del molusco: *Tridacna gigas*.

concha blanca. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: almeja chilena; colengue; tivela blanca.

concha blanca de martillo. Nombre vulgar del molusco: *Malleus albus*.

concha burra. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostra espinosa burrica**.

concha cebollera. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almejón**.

concha de abanico. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: ostión abanico; peine volador.

concha de abanico. Nombre vulgar del molusco: *Argopecten purpuratus*.

concha de abanico japonés. Nombre vulgar del molusco: *Amosium japonicum*.

concha de los bajos. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus rayada**.

concha de los manglares. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **arca negra**.

concha de nácar. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostra perlera viuda**.

concha de peregrino. Designación oficial española del molusco: *Pecten jacobaeus*. Sinónimo oficial: Beira; Beira txikia; Closca de peregrí; Concha de Santiago; Concha de peregrino; Peregrina; Petxina de pelegrí; Rufina; Vano; Venera; Vieira.

concha de peregrino. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira**.

concha de Santiago. Nombre vulgar del molusco: *Pecten jacobaeus*. Designación oficial: **concha de peregrino**.

concha espinosa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: berberecho macho; ostra espinosa burrica.

concha fina. Nombre vulgar del molusco: *Callista chione*. Designación oficial: **almejón**.

concha gigante. Nombre vulgar del molusco: *Tridacna gigas*. Designación oficial española del molusco: *Pleuroplaca gigantea*.

concha hojarasca canela. Designación oficial española del molusco: *Isognomon janus*.

concha hojarasca del Pacífico. Designación oficial española del molusco: *Isognomon chemnitzianus*; *Isognomon recognitus*. Sinónimo oficial: Hojarasca.

concha lampa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pina lampa**.

concha mariposa. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: coquina alineja; coquina alta; coquina mariposa; coquina palabrita.

concha negra. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: almendra negra; arca negra; arco casco de burro.

concha negra de martillo. Nombre vulgar del molusco: *Malleus malleus*.

concha perla. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: ostra perlera nacarada; ostra perlera viuda.

concha perlífera. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostra perlera viuda**.

concha prieta. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **arca negra**.

concha rayada. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **venus rayada**.

concha Sol y Luna. Nombre vulgar del molusco: *Amosium japonicum*.

concha triangular sudafricana. Nombre vulgar del molusco: *Donax serra*.

concha tridacna pequeña. Nombre vulgar del molusco: *Tridacna elongata*.

concha veñeira. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira**.

conchas a la chalaca. Plato de la cocina de Perú del grupo de entradas. **Ingredientes:** concha de abanico, limón, sal, pimienta. Para la **salsa:** limón, choclo, cebolla, ají

amarillo, rocote, perejil, sal. Véase: entradas en la cocina de Perú.

conchas de cofre. Véase: *Donacidae*. Sinónimo: donácidos.

conchas triangulares. Véase: *Donacidae*. Sinónimo: donácidos.

conchavela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **oreja de mar**.

conchela de fisterra. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira**.

conchelo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: curruco; lapa; volandeira.

conchiglie. Pasta alimenticia compuesta originaria de Italia, comprendida en el grupo de las *forme speciali*. De diversos tamaños. Las más pequeñas se utilizan generalmente en sopas y las de tamaño intermedio con salsas. Las mayores, por lo común, se rellenan aunque son raras en Italia porque la cantidad de relleno que precisan ahoga el sabor de la pasta. Nombre español: **conchillas**.

conchiglie rigate. Pasta alimenticia hueca en forma de conchas. Véase: pastas cortas.

conchigliette piccole. Pasta alimenticia en forma de minúsculas conchas. Véase: pastas para sopas.

conchiglioni rigati. Pasta alimenticia hueca en forma de conchas gigantes. Véase: pastas cortas.

conchillas. Véase: *conchiglie*.

conchita blanca. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: venus blanca; venus vistosa.

Concholepas concholepas. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **loco**.

conchua. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: sardineta escamuda; sardineta ja-guana.

conchua pelona. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sardineta manzanillera.**

conchuela. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **peine volador.**

conchura de fuera. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almejón.**

concord. Tipo de uva americana en la costa Este de EE.UU. el vino que produce es de baja calidad. Véase: uvas.

concuyo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejepuerco blanco.**

condenado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco amarillo.**

condiciones de jaleas. Según el Código Alimentario, 3.22.30. Se exigen las siguientes: a) El color de la jalea será el natural, y no estará oscurecido por sobrecocción. b) La jalea será transparente o traslúcida, presentará el interior homogéneo, sin partículas de pulpa, burbujas, cristales visibles de azúcar, mohos, ni signos de fermentación. c) Al vaciar la jalea en el recipiente que se utilice como envase, deberá mantener la forma del interior de éste, temblará al ser movida sin sufrir deformaciones ni agrietarse. Deberá cortarse fácilmente con una cuchara, y el corte habrá de ser brillante. No será pegajosa ni gomosa ni presentará cristales al ser degustada. No presentará separación de líquidos (sinéresis) Véase: confecciones de frutas.

condiciones de materias primas para piensos. Según el Código Alimentario, 5.36.11. Deberán ser las siguientes: a) No modificarán los caracteres propios de los productos aptos para consumo humano que se obtengan de animales que las ingieran. b) Que la proporción de impurezas o residuos no dificulte o impida su utilización directa, o en la elaboración de piensos. c) Cumplirán las exigencias analíticas, de composición, distribución,

envasado, rotulado y registro que puedan indicarse en este Código o en las reglamentaciones correspondientes. d) Que se autorice expresamente su uso, si se trata de materia que no se haya utilizado tradicionalmente para pienso. Véase: materias primas para piensos.

condiciones de venta de pan. Según el Código Alimentario, 3.20.42. El pan se expendirá en establecimientos autorizados. Para su venta o consumo directo fuera de los mismos se presentará protegido con envoltura apropiada. * En los establecimientos de elaboración o de venta se observarán especialmente las siguientes reglas: a) Las harinas y primeras materias se almacenarán en depósitos que reunirán las condiciones generales consignadas en el capítulo VI (Almacenamiento y transporte), sin que se permita el apilamiento en los mismos locales de elaboración. b) Los productos elaborados que no lleven envolturas deberán tenerse en estantes o vitrinas, protegidos con medios que eviten el acceso de insectos y en perfecto estado de limpieza. No se permitirá el apilamiento sobre el suelo. Véase: pan.

condiciones especiales de derivados de patatas. Según el Código Alimentario, 3.19.17. Se establecen las siguientes: a) En la preparación de patatas conservadas, deshidratadas y fritas y copos de patatas se podrán emplear los aditivos autorizados en las listas positivas complementarias del libro IV de este Código. b) Los “gránulos de patata” tendrán consistencia adecuada para convertirse rápidamente en puré cuando se mezclen con un líquido caliente o hirviendo. c) El envase de los “copos de patata” será opaco, impermeable y suficientemente consistente. Véase: derivados de patatas.

condiciones especiales de fertilizantes. Según el Código Alimentario, 5.37.05. Durante la producción y aplicación de fertilizantes se observarán las normas sanitarias y genéricas

para toda clase de industrias. * Los abonos que se empleen por vía foliar dejarán de aplicarse, en el período que se fije para cada uno de ellos, antes de la recolección, de forma que los residuos que puedan quedar en la planta sean inferiores a los límites que señale oportuna reglamentación. Ver: fertilizantes.

condiciones especiales de leguminosas. Según el Código Alimentario, 3.18.08. Las legumbres secas y sus derivados presentarán un aspecto, olor y sabor normales, sin señales de haber sido atacadas por hongos, bacterias, insectos, ácaros o roedores, y su contenido máximo de humedad será del 15%. * Las características tipo serán las que para cada campaña se fijen oficialmente, detallándose la tolerancia en cuanto se refiere a humedad, cuerpos extraños, impurezas, manchados, partidos y malformaciones. * Los purés y harinas de legumbres deberán contener, como mínimo, un 20% de proteínas, tolerándose máximo de 3% de grasas y 6% de cenizas. En los purés y harinas de garbanzos se tolerarán un mínimo de 17% de proteínas y un máximo del 8% de grasas, y en la harina de soja desengrasada, un mínimo del 40% de proteínas. * Las legumbres secas y sus derivados que no reúnan estas condiciones serán considerados “alimentos alterados”. Véase: disposiciones comunes de leguminosas.

condiciones especiales de patatas. Véase: condiciones especiales y tolerancias de patatas.

condiciones especiales de setas. Según el Código Alimentario, 3.21.20. Para que las setas puedan destinarse al consumo deberán reunir, además de las condiciones generales que señala el artículo 3.21.12 (Condiciones generales de hortalizas, verduras y legumbres) las especiales siguientes: a) Autorización para el consumo, previo examen facultativo. b) Presentarse enteras, no pudiendo venderse mezcladas varias especies. c) En perfecto estado de conservación. * La reglamentación correspondiente contendrá catálogo de las setas silvestres que en cada re-

gión pueden destinarse al consumo en fresco, así como normas para su recolección, circulación y venta. setas. Véase: hortalizas y verduras; setas.

condiciones especiales y tolerancias de patatas. Según el Código Alimentario, 3.19.05. Además de las condiciones establecidas en el capítulo VI (Almacenamiento y transporte), se establecen las siguientes: a) En el almacenamiento de “patatas frescas” se mantendrán las condiciones ambientales adecuadas que impidan la excesiva pérdida de agua, el desarrollo de organismos parásitos, el crecimiento de los brotes o la excesiva acumulación de azúcares. b) Las tolerancias en las “patatas frescas” para los residuos de productos fitoterapéuticos serán las autorizadas en el capítulo XXXVII de este Código y reglamentaciones complementarias. c) En la elaboración de “patatas peladas” se podrán emplear, únicamente, blanqueantes autorizados en las listas positivas complementarias del capítulo XXXI de este Código. d) En el almacenamiento y transporte se mantendrá el producto a temperaturas superiores a 5 °C e inferiores a 35 °C. Véase: patatas.

condiciones específicas de alimentos conservados. Según el Código Alimentario. 2.05.16. Para los alimentos conservados se establecen las siguientes: a) Los procedimientos de conservación deberán garantizar siempre las condiciones higienico-sanitarias para los alimentos sometidos a estos tratamientos. b) Cada proceso de conservación utilizado deberá cumplir todos los requisitos exigidos en su caso. c) La conservación de alimentos por radiaciones ionizantes se autorizará siempre que se haya comprobado, por procedimientos adoptados tradicionalmente, que el alimento así conservado está exento de peligro para el consumidor. d) Las proporciones máximas de humedad de los productos conservados por los procedimientos de desecación, deshidratación y liofilización no deberán exceder de los que se establezcan para cada uno de ellos en la reglamentación oportuna. Véase: alimentos conservados.

condiciones generales de almacenamiento de alimentos. Según el Código Alimentario, 2.06.02. El almacenamiento reunirá las siguientes condiciones generales: a) Distribución de los alimentos en pilas o lotes que guarden la debida distancia entre ellos, y con paredes, suelos y techos. b) Utilización de espacios en superficies y altura y sistema de almacenamiento adecuados al movimiento, recepción, manipulación y expedición. c) Rotación de existencias y remociones periódicas en función del tiempo de almacenamiento y condiciones de conservación que exija cada producto. d) Reconocimiento e inspección periódicos de las condiciones del local y del estado de los alimentos. e) Retirada de los alimentos deteriorados, infestados o contaminados, así como de aquellos cuyos envases aparezcan rotos. Se procederá, según los casos, a su inutilización o a su destino a otros usos que no sean el consumo humano. con respecto al local se tomarán las medidas apropiadas para evitar ulteriores contaminaciones. Véase: almacenamiento y transporte de alimentos.

condiciones generales de aparatos relacionados con los alimentos. Véase: condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado.

condiciones generales de aparatos, utensilios y envoltentes. Según el Código Alimentario. 2.04.01. Todo material que tenga contacto con los alimentos en cualquier momento de su preparación o elaboración, distribución y consumo, mantendrá las debidas condiciones de conservación, higiene y limpieza y reunirá las condiciones siguientes, además de aquellas otras que para caso se especifican en este Código y disposiciones complementarias. a) Estar fabricado con materias primas autorizadas en este Código. b) No transmitir a los alimentos y bebidas con que se pongan en contacto sustancias tóxicas o que puedan contaminarlos. c) No

ceder sustancia alguna ajena a la composición normal de los alimentos y bebidas, o que, aún siéndolo, exceda del contenido autorizado en los mismos. d) No alterar las características de composición y los caracteres organolépticos de los alimentos.

condiciones generales de componentes de bebidas no alcohólicas. Según el Código Alimentario, 3.29.10. Las bebidas no alcohólicas deberán satisfacer las siguientes condiciones generales: a) Estar elaboradas exclusivamente con los productos autorizados para cada clase de bebidas. b) Poseer aspecto normal, color, olor y sabor característicos. c) Estar exentas de impurezas y microorganismos nocivos. d) Cumplir las exigencias de este capítulo en cuanto a la utilización o presencia de aditivos. e) No contener mayor cantidad de alcohol etílico que el procedente de las materias primas autorizadas. Véase: bebidas no alcohólicas.

condiciones generales de envases para alimentos. Véase: condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado.

condiciones generales de hortalizas. Véase: condiciones generales de productos hortícolas frescos.

condiciones generales de juguetes. Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico. Según el Código Alimentario. Capítulo IX 2.09.00. Comprende: 2.09.01 **Contenido.** 2.09.02 **Fabricación.** 2.09.03 **Colorantes permitidos.** 2.09.04 **Colorantes prohibidos.** 2.09.05 **Coloreado del caucho.** 2.09.06 **Pinturas infantiles.** 2.09.07 **Pinturas y tinta china.** 2.09.08 **Tintas y otros.** 2.09.09 **Pinturas para la construcción.** 2.09.10 **Textiles, papeles y cueros.** 2.09.11

Productos varios. Véase: condiciones generales de los materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

condiciones generales de material de uso doméstico. Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

condiciones generales de materiales relacionados con los alimentos. Véase: condiciones generales de materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

condiciones generales de materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación. Según el Código Alimentario. Segunda parte. Consta de: Capítulo IV 2.04.00 **Condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado.** Capítulo V 2.05.00 **Conservación de alimentos.** Capítulo VI. 2.06.00 **Almacenamiento y transporte.** Capítulo VII. 2.07.00 **Preparación culinaria.** Capítulo VIII. 2.08.00 **Condiciones generales que debe cumplir el personal relacionado con los alimentos, establecimientos e industrias de la alimentación.** Capítulo IX. 2.09.00 **Condiciones generales de los juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.** Véase: Código Alimentario español.

condiciones generales de personal relacionado con las industrias de la alimentación. Véase: condiciones generales de materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

condiciones generales de personal relacionado con los alimentos. Véase: condiciones generales de materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

condiciones generales de preparación culinaria. Según el Código Alimentario,

2.07.02. La preparación culinaria en todos los establecimientos que distribuyan o vendan alimentos preparados para su inmediato consumo (hoteles, restaurantes, comedores colectivos y otros) se ajustará a las condiciones generales que se establecen y, en su caso, a la Reglamentación complementaria. Véase: preparación culinaria.

condiciones generales de productos hortalícolas desecados. Véase: condiciones generales de productos hortalícolas desecados y deshidratados.

condiciones generales de productos hortalícolas desecados y deshidratados. Según el Código Alimentario, 3.21.17. Se establecen las siguientes: a) Procederán de hortalizas, verduras o legumbres recién recolectadas o en perfectas condiciones de conservación, sanas y limpias, privadas de pedúnculos, partes leñosas, fibrosas o dañadas y, en general, de las que usualmente no sean comestibles. b) Aquellas que lo precisen se cortarán en formas finas que aseguren mejor desecación. c) Como tratamientos previos a la desecación se admiten la lejía caliente y el anhídrido sulfuroso, gaseoso o en disolución, pero nunca el residuo que quede de este último en las hortalizas y verduras será superior al 12,5 gramos por 1.000 en peso. d) No podrán contener más del 12% de agua, del 10% de cenizas totales ni del 15 por 1.000 de cenizas solubles en ácido clorhídrico. e) La capacidad de reconstitución para cada clase de productos desecados se establecerá en las reglamentaciones complementarias. f) El envasado se hará en condiciones que aseguren una perfecta protección de la humedad y del contacto directo con el aire. Véase: condiciones generales de productos hortalícolas.

condiciones generales de productos hortalícolas deshidratados. Véase: condiciones generales de productos hortalícolas desecados y deshidratados.

condiciones generales de productos hortalícolas frescos. Según el Código Alimentario, 3.21.12. Las hortalizas destinadas para el

consumo en fresco, para la desecación o deshidratación, para la congelación y para la elaboración de derivados y conservas, reunirán las siguientes condiciones. a) Estarán recién recolectadas o en perfectas condiciones de conservación, desprovistas de humedad exterior anormal y sin olor ni sabor extraños. b) Estar exentas de lesiones o traumatismos de origen físico o mecánico que afecten a su presentación o apariencia. c) Estar exentas de artrópodos, gusanos, moluscos y de partes o excrementos de cualquiera de ellos. d) Estar exentas de enfermedades criptogámicas. e) Estar libres de partes marchitas y de materias extrañas adheridas a su superficie. f) Estar exentas de agentes microbianos patógenos. g) No tener impurezas de pesticidas en proporción superior a los límites de tolerancia que este Código establece. Véase: hortalizas, verduras y legumbres.

condiciones generales de rotulación de alimentos. Véase: condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado.

condiciones generales de sustancias enriquecedoras de alimentos. Según el Código Alimentario, 3.26.32. Para que una sustancia sea considerada como enriquecedora de los alimentos deberá figurar en uno de los grupos que integra los "nutrientes" incluidos en el capítulo II de este Código. También podrá considerarse como tales aquellos productos naturales que por su alto contenido en nutrientes se incorporan a los alimentos a fin de enriquecerlos. Los productos enriquecedores serán expuestos, almacenados y vendidos exclusivamente en envases de origen. Véase: sustancias enriquecedoras de alimentos.

condiciones generales de sustancias que impiden las alteraciones biológicas. Véase: condiciones generales de sustancias que

impiden las alteraciones químicas y biológicas.

condiciones generales de sustancias que impiden las alteraciones químicas y biológicas. Según el Código Alimentario, 4.33.02. Las sustancias antioxidantes y agentes conservadores, además de las condiciones exigidas para los aditivos en el capítulo XXXI (Aditivos. Sustancias que modifican los caracteres organolépticos) de este Código, deberán reunir las siguientes: a) Poseer una eficaz acción inhibidora. b) Dispersarse o disolverse fácilmente en los alimentos. d) Ser inocuos por razón de la concentración utilizada. d) No modificar los caracteres organolépticos ni las cualidades nutritivas de los alimentos. Véase: sustancias que impiden las alteraciones químicas y biológicas.

condiciones generales de transporte de alimentos. Según el Código Alimentario, 2.06.06. El transporte de alimentos deberá adaptarse a las condiciones adecuadas para cada clase de producto. * Todos los materiales de los medios de transporte y de protección empleados reunirán las condiciones previstas en el capítulo IV de este Código (Condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado). Véase: almacenamiento y transporte de alimentos.

condiciones generales de tratamientos relacionados con las industrias de la alimentación. Véase: condiciones generales de materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

condiciones generales de tratamientos relacionados con los alimentos. Véase: condiciones generales de materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

condiciones generales de útiles de colegio.

Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

condiciones generales del envasado de alimentos. Véase: condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado.

condiciones generales del material relacionado con los alimentos. Véase: condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado.

condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado. Según el Código Alimentario. 2.04.00. Comprende: Sección 1ª **Aparatos, utensilios y envoltorios.** Sección 2ª **Rotulación y etiquetado.** Sección 3ª **Envasado.** Véase: condiciones generales de los materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

condiciones generales que debe cumplir el personal relacionado con los alimentos, establecimientos e industrias de la alimentación. Según el Código Alimentario. Capítulo VIII 2.08.00. Comprende: 2.08.01 **Misión de los Técnicos titulados.** 2.08.02 **Plantilla de Técnicos.** 2.08.03 **Responsabilidad de los Técnicos titulados.** 2.08.04 **Obligaciones generales.** 2.08.05 **Estado sanitario.** 2.08.06 **Carné sanitario.** 2.08.07 **Vigilancia sanitaria.** Véase: condiciones generales de los materiales, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

condiciones microbiológicas de helados. Según el Código Alimentario, 3.28.16. Los helados y sorbetes de frutas ácidas no contendrán más de 50.000 bacterias banales por gramo, haciéndose el recuento en placas; los de otras frutas, leche y nata no contendrán más de 100.000 bacterias banales por gramo. No existirán licuadoras de la gelatina ni

microbios patógenos: estreptococos, estafilococos, *Microbacterium tuberculosis*, brucelas y salmonellas. El grupo coliforme no podrá sobrepasar los 20 gérmenes por gramo. Véase: helados.

condiciones para el tratamiento de grasas comestibles. Véase: condiciones para la obtención o tratamiento de grasas comestibles.

condiciones para la obtención o tratamiento de grasas comestibles. Según el Código Alimentario, 3.16.07. Para permitir un procedimiento de obtención o tratamiento de grasas comestibles, no consignado en 3.16.06 (Tratamiento de grasas comestibles), serán indispensables las siguientes condiciones: a) Que no resulte de su aplicación una merma del valor alimenticio del producto obtenido, respecto al procedente de otros métodos autorizados. b) Que no produzca cambios perjudiciales en la estructura natural de los componentes. c) Que se haya comprobado la acción inocua de los productos por pruebas biológicas. Véase: grasas comestibles; contenido de grasas de los alimentos.

condiggion. Plato de la “cocina de Italia”. Nombre español: ensalada de verano de verduras.

condimento. Sustancia de diversa naturaleza que se añade a los alimentos para corregir el sabor o facilitar su digestión. Los condimentos pueden ser **ácidos**, como el vinagre, limón, **aliáceos**, como el ajo, cebolla, mostaza, etc.; **aromáticos**, como la vainilla, canela, anís, hinojo, etc. El condimento más común es la sal de cocina o cloruro de sodio. Véase: condimentos preparados, especias, mostaza de mesa, salsas y vinagres, salsas y condimentos.

condimento aromático. Véase: especias.

condimento criollo. La cocina criolla de Luisiana se ha extendido dentro y fuera de los estados unidos durante los últimos años. Chiles, hierbas aromáticas, mostaza y comino son los principales condimentos. Los

preparados comerciales tienden a incluir polvo de cebolla y de ajo, los cuales suelen tener un marcado sabor químico, por lo que es preferible utilizar cebolla y ajo frescos. Esta mezcla se frota en la carne o el pescado antes de asarlo, o se utiliza para sazonar *gumbos* (estofados locales) y *jambalayas* (platos de arroz) Como variantes, se puede utilizar salvia seca, albahaca o hinojo en lugar de tomillo y orégano, **Ingredientes:** diente de ajo, cebolla, pimentón, pimienta negra molida, comino molido, mostaza en polvo, cayena, tomillo seco, orégano seco, sal. Véase: mezclas de especias.

condimento de guindillas. Mezcla de especias a base de guindillas secas y molidas que puede incluir, además, pimienta, comino, orégano, pimentón, clavo de especia y ajo. El sabor picante de las guindillas empleadas determina la fuerza de la mezcla. El condimento de guindillas aromatiza y da color al arroz y la pasta. Véase: especias.

condimento dulce. Tipo de chatni oscuro, elaborado con varias hortalizas, azúcar, vinagre, dátiles, sal, manzanas, zumo de limón, colorantes, especias, ácido alimenticio y ajo. Se sirve con carnes frías y quesos. Véase: encurtidos, aderezos y chatnis.

condimento para encurtidos Usada en conservas o encurtidos de verduras y hortalizas, en vinagres y chatnis, esta mezcla se compone de hojas de laurel, guindillas rojas, semillas de mostaza y de cilantro, pimienta de Jamaica, clavos, jengibre y macis. Véase: especias y semillas.

condimentos. Véase: condimentos y especias; salsas y condimentos.

condimentos aromáticos. Según el Código Alimentario, 3.24.21. Se designa con el nombre de especias o de condimentos aromáticos a las plantas, frescas o desecadas, Prof. Dr. Dr. Felicísimo Ramos Fernández (D.I.C.)

enteras o molidas, que, por tener sabores u olores característicos, se destinan a la condimentación o a la preparación de ciertas bebidas. Véase: especias.

condimentos de España. Las principales condimentos españoles protegidos con Denominación de Origen (D.O.) son: Azafrán de la Mancha. Con Denominación de Calidad (D.C.) son: Pimentón de la Vera. Véase: alimentos de España.

condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico. Acitrón, Azocile, Achiote, Adobo, Agar agar, Aguacate, Ajonjolí, Albahaca, Alcaparra, Almendra, Anís, Avellana, Azafrán, Bagre, Cacahuete, Canela, Cilantro, Clavo, Comino, Cuitlacoche, Charal, Chaya, Chayote, Chía, Chicharrón, Chiles (Chile de chiapas, Chile verde serrano, Chile pasilla, Chile guajillo, Chile ancho, Chile mulato, Chile morita, Chile cascabel, Chile poblano, Chile jalapeño, Chilaca, Chicotle), Chocolate, Chorizo, Fideo, Higuera, Epazote, Guaje, Jitomate, Jumil, Mejorana, Mezquite, Mixiote, Nopal, Orégano, Pápalo, Pasitas, Pepita, Perejil, Piloncillo, Pimienta, Pinole, Tortillas de harina, Tortilla de harina tipo crêpes.

condimentos preparados. Según el Código Alimentario, Capítulo XXIV Sección 4ª. Comprende: 3.24.64 **Concepto.** 3.24.65. **Clasificación.** Véase: condimentos y especias.

condimentos salados: Caldo líquido; Clorofila líquida; Concentrado de caldo; Extracto concentrado de levadura; Gentleman's relish; Glutamato monosódico; Mezcla para rellenos; Pan rallado; Pasta de anchoas; Pimienta negra; Pimienta rosa; Sal de ajo; Sal de apio; Sal de cebolla; Sal de mesa; Sal marina; Sal mineral; Verjuice. Véase: salsas, condimentos, aderezos y conservas.

condimentos y colorantes. Agua de azahar; Agua de rosas; Bitter; Cocinilla; Coloran-

tes alimenticios; Esencia de almendras; Esencia de naranja; Esencia de vainilla; Salsa París. Véase: salsas, condimentos, aderezos y conservas.

condimentos y especias. Según el Código Alimentario, Capítulo XXIV. 3.24.00. Sección 1ª **Sal.** Sección 2ª **Vinagres.** Sección 3ª **Especias.** Sección 4ª **Condimentos preparados.** Sección 5ª **Mostaza de mesa.** Sección 6ª **Salsas.** Sección 7ª **Disposiciones comunes.** Véase: alimentos y bebidas.

condrostoma común. Nombre vulgar del pez: *Chondrostoma nasus*.

condrostoma italiana. Nombre vulgar del pez: *Chondrostoma soetta*.

conducción. Gases comprimidos. Véase: envasado y conducción. Gases comprimidos.

conejo. Nombre vulgar del pez: *Euthynnus pelamis*. Designación oficial española del pez: *Gempylus prometheus*; *Prometeus atlanticus*; *Promethichthys prometheus*; *Signatus guttatus*; *Thyrsites ballieui*.

conejo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lanzón trompalarga; listado; matajuelo ñato; tamboril mondeque.

conejo. Nombre vulgar del mamífero: *Oryctolagus cuniculus*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Conejo	
Energía (kJ)	364,50
Potasio (mg)	360,00
Fósforo (mg)	220,00
Energía (kcal)	87,20
Colesterol (mg)	71,90
Sodio (mg)	67,00
Porción comestible	57,00
Magnesio (mg)	24,90
Calcio (mg)	22,80
Vitamina B ₁₂ (µg)	11,00
Proteína (g)	10,10
Niacina (mg eq. niacina)	8,70

Grasa (g)	5,20
Ácido fólico (µg)	4,80
Grasa saturada (g)	1,80
Yodo (mg)	1,80
Grasa poliinsaturada (g)	1,50
Hierro (mg)	1,50
Cinc (mg)	1,40
Grasa moninsaturada (g)	1,40
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,35
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,34
Vitamina E (mg)	0,27
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,12
Tiamina (B ₁) (mg)	0,10
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.

conejo a la alicantina. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “caza”. Cocina de Valencia. España era, en la antigüedad, “tierra de conejos”, como la llamaron los romanos. El conejo abunda aún en nuestras colinas y montes. Por ello, no es de extrañar que, desde tiempos inmemoriales, se encuentre en nuestras recetas culinarias. Cada región lo hace a su estilo, siempre exquisito. **Ingredientes:** conejo, habas, naranja agria, harina, ajo, lechuga, guindilla, laurel, tomillo, orégano, pimienta, aceite, sal. Véase: cocina de España.

conejo a la cacerola con zanahorias. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pollo y animales de caza”. **Ingredientes:** patas de conejo, sal, pimienta, harina, aceite vegetal, mantequilla, cebollitas, vino tinto, bouquet garni, carne de ternera, zanahoria, cebollita, azúcar, champiñón. Nombre en Francia: lapin mijote aux carottes fondantes. Véase: pollo y animales de caza en la cocina de Francia.

conejo a la cazadora. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** conejo, manteca de cerdo, vino blanco, chalotes, hierbas aromáticas, tomate en conserva, setas secas, perejil, sal, pimienta.

conejo a la cazallera. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** conejo, cebolla, ajo, pimentón, orégano, vinagre, aceite, sal.

conejo a la marismeña. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** conejo de campo, cebolla, ajo, pimiento, aceite de oliva, caldo de carne, vino blanco, perejil, laurel, tomillo, romero, orégano, comino, pimienta, canela en rama.

conejo a la mostaza. Plato de la cocina de Cantabria “Pesquera” perteneciente al grupo de “carne”. **Ingredientes:** conejo, crema de leche, vino blanco, mostaza, harina, aceite de oliva, pimienta negra, sal. Véase: cocina de Cantabria.

conejo a la sidra. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** Véase: cocina de Asturias.

conejo al alioli. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “caza”. Típico de la cocina de Cataluña. **Ingredientes:** conejo, tomate, zanahoria, manteca de cerdo, ajo, cebolla, laurel, vino blanco, canela, pimienta, aceite, sal. Véase: cocina de España.

conejo al estilo del monte Sibalbín. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** conejo, tomate, pimiento, cebolla, ajo, laurel, vino blanco, pimienta negra, aceite, patatas, perejil. Para la salsa de tomate: tomate, pimiento, cebolla, azúcar.

conejo al horno. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** conejo, tomillo, orégano, romero, mostaza del orégano, vino blanco, manteca, sal. Véase: cocina de Asturias.

conejo al salmorejo. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “caza”.

Cocina de Cataluña. **Ingredientes:** conejo, patatas, pimiento rojo, ajo, pimentón, comino, laurel, tomillo, vinagre, aceite, sal. Véase: cocina de España.

conejo al salmorejo. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** Conejo, ajo, sal gruesa, comino, orégano, laurel, perejil, vino blanco, vinagre, aceite, pimienta negra, tomillo.

conejo al salmorejo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** conejo, pimiento chorricero, vino blanco, aceite, pimentón, laurel, orégano, tomillo, sal.

conejo asado. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** Véase: cocina de Asturias.

conejo belga. Raza grande. Es una de las razas de conejo más grande. El aspecto económico de la cría de este conejo está en retroceso. Los animales son muy exigentes en cuanto a alojamiento, calidad y cantidad del alimento que, además, no utilizan adecuadamente. El sabor de su carne es insulso. Debido al gran peso de los intestinos y la grasa se producen muchos despojos por lo que la carne aprovechable es mínima. **Características.** Peso mínimo: 5,5 kg, peso medio: 6 a 7 kg, el máximo no está establecido. Véase: conejo doméstico.

conejo béliér francés. Raza grande. El conejo carnero francés es un representante ampliamente extendido de las razas de carne grandes y pesadas. El conejo francés es el preferido por los pequeños criadores ya que el aumento de peso de sus crías es especialmente importante, incluso cuando la raza no es muy fértil (generalmente 6 crías por manada) Necesitan menos alimento que el resto de las razas, y su piel es de gran tamaño. **Características.** Peso mínimo: 5 kg, peso óptimo: 5,5 kg, el máximo no está establecido. Véase: conejo doméstico.

conejo campero a la mejorana. Véase: conejo campero al almorau.

conejo campero al almorau. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** conejo campero, tomillo, laurel, comino, pimienta negra, nuez moscada, culantro, orégano, clavo, almorau (mejorana), ajo, vino blanco, aceite de oliva, sal.

conejo casero. Nombre vulgar del mamífero: *Oryctolagus cuniculus*. Véase: conejo; mamíferos de caza; conejo doméstico.

conejo castorex. Véase: conejo Rex.

conejo chinchilla. Raza mediana. Véase: conejo doméstico. El nombre de esta raza proviene del pequeño y salvaje roedor sudamericano llamado chinchilla, con el que tienen en común la coloración plateada de la piel. Los chinchilla son conejos adecuados para la cría a pequeña escala. Producen una piel muy valiosa y, a la vez, una carne tierna y jugosa. Frecuentemente se los cría con fines médicos o de laboratorio, ya que tienen en las orejas una venas muy visibles que facilitan la extracción de sangre. El valor de la piel del conejo chinchilla depende de la coloración del pelo. Ésta es gris matizado, negra y blanca, debido a sus pelos espigados rayados transversalmente, cuya parte inferior es de un color azul grisáceo en una longitud de, aproximadamente, 16 mm. La parte media de una longitud de 5 mm es de un color azul grisáceo hasta blanco grisáceo, y tiene que diferenciarse claramente de la parte inferior y de la superior. La transición hacia final del pelo está formada por una franja negra a marrón de una anchura de 3 mm. La parte final es alternativamente en un pelo negro y en otro blanco. Así se forma un típico matiz en forma ondulado. Una ventaja de esta raza es su poca exigencia en cuanto a la conejera. Las conejas son muy fértiles, de 4 a 5 veces al año paren de 6 a 8 crías por camada. Véase: conejo doméstico.

conejo con caracoles. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “caza”. De la cocina de Cataluña. Este succulento guisado nos permite empezar a conocer la importancia que tienen los caracoles en la cocina de Cataluña. Tanta, que existen hasta siete tipos de caracoles diferentes. El mejor, el que debemos utilizar para apreciar todo su exquisito sabor, es el llamado “caracol de las viñas” (*Helix pomatia*), que tienen la cáscara blanquecina, con manchas negras y su superficie es rugosa y granulada. Los expertos gastronómicos del caracol, que en Cataluña son miles, lo consideran el mejor, seguido a poca distancia por el llamado “caracol judío” (*Helix candidissima*), cuya cáscara es muy blanca. Ambos se suelen hallar entre los viñedos. El conejo, así tratado, adquiere un sabor especial. Existe un contraste de sabores que nos permite valorar muy bien esta exquisita receta, que merece ser mucho más conocida fuera de los límites de Cataluña. **Ingredientes:** conejo, caracoles hervidos, cebolla, tomate, almendras, ajo, chocolate, caldo de ternera, brandy, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de España.

conejo con gambas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 20 minutos. **Ingredientes:** conejo, gambas, cebolla, tomate, ramito compuesto, ajo, vino rancio, brandy, almendras tostadas, azafrán, caldo, chocolate, mantequilla, aceite, sal, pimienta, harina. Véase: conejo y aves de corral en la cocina clásica.

conejo con setas y chocolate. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 10 minutos. **Ingredientes:** conejo, cebolla, puerro, apio, tomate, pica-da clásica, rebanado de pan frito, chocolate, vino rancio, setas, sal, pimienta, hierbas aromáticas, aceite, manteca de cerdo. Véase: conejo y aves de corral en la cocina clásica.

conejo de Angora. Raza mediana. El conejo angora es una de las razas más antiguas y, al mismo tiempo, la única que da lana en vida. Se trata de un típico conejo de pelo

largo y que, en la actualidad, es el que más se cría. La lana se obtiene normalmente por esquilado, más raramente por peinado o pelado. Este procedimiento se repite cada 3 meses. Un conejo adulto da de 300 a 500 g de lana al año. Interesa saber que los animales de peso medio (≈ 3 kg) son los que producen mejor lana y resultan más económicos. Las crías son de pelo corto, el pelo largo crece después de 30 días aproximadamente. La lana tiene una longitud de 60 a 80 mm, es fina y con una parte mínima de pelos espigados. La mejor lana no tiene más de 2% de pelos espigados en el número total de pelos. Por 1 kg de masa viva, la producción de un conejo angora es enorme. Un conejo con una masa viva de 3 kg de peso da al año lana para confeccionar un jersey de caballero. Las ovejas producen por 3 kg de peso sólo 300 ó 400 g de lana, es decir, solamente una tercera parte de la producción de lana de un conejo angora. Además, la lana de angora es más suave y ligera y, en determinadas circunstancias, calienta casi 10 veces más que la de oveja. La coloración más frecuente del conejo angora es la albina (blanco con ojos rojos), blanco con ojos azules o amarillo ámbar. Menos frecuentes son las tonalidades azul, gris, negra y amarilla. **Características.** Peso óptimo: 3,5 a 4 kg, valores límites no establecidos. Véase: conejo doméstico.

conejo de Borgoña. Raza mediana. Esta es una de las antiguas razas que han sido criadas sobre todo en Italia, Francia y Suiza y muy parecida al neozelandés rojo. Sin embargo tiene una piel rojo oscura, en parte rojo herrumbre, fuerte, con pelo claro. Por sus **Características**, esta raza también se cría a gran escala, sobre todo en los estados de Europa occidental. En dichos lugares se emplean por una parte para el cruzamiento de mejora y, por otra parte, para la cría de conejos cebados, adecuados para el asado. **Características.** Peso mínimo: 3

kg, peso óptimo: 4 kg, peso máximo 5 kg. Véase: conejo doméstico.

conejo de campo. (*Oryctolagus cuniculus*) Su carne tiene un sabor más fuerte que el conejo de granja, y es mejor cocinado lentamente con cebollas. Resulta delicioso con salsa de mostaza. Al comprarlo, escoja un ejemplar redondeado, evitando los alargados y delgados. Medio conejo pequeño suele ser la ración para una persona. Véase: caza.

conejo de campo. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** conejo, aceite, ajo, vino blanco, laurel, perejil, sal, agua.

conejo de granja. (*Oryctolagus cuniculus*) Animal de carne magra y huesos pequeños. La carne del conejo de granja es muy pálida y tiene sabor y textura delicados. De sabor más suave que el conejo de campo, es apropiado para todas las recetas clásicas de conejo. Antes de cocinar se deben dejar en remojo en agua con sal varias horas. Para estofar, asar o saltear. Véase: caza.

conejo doméstico. Consideramos: Conejo belga; Conejo Bélier francés; Conejo chinchilla; Conejo de Angora; Conejo de Borgoña; Conejo gigante; Conejo liebre; Conejo Neozelandés blanco; Conejo Neozelandés rojo; Conejo plateado; Conejo Rex. Véase: conejo, conejo de campo; caza.

conejo en la cocina clásica. Véase: conejo y aves de corral en la cocina clásica.

conejo en salsa. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 35 minutos. **Ingredientes:** conejo troceado, cebolla, zanahoria, caldo, aceite, aceitunas verdes desaladas y deshuesadas, vino blanco, harina, puré de tomate, sal, pimienta, tomillo, orégano, laurel, ajo. Véase: conejo y aves de corral en la cocina clásica.

conejo en salsa borracha. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** conejo, cebolla, tomate, aceite, ajo, orégano, laurel, tomillo, perejil, sal, vino blanco.

conejo en salsa de pimienta. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** carne de conejo, ajo, pimentón, orégano, aceite, vinagre, sal, mojo picón, vino blanco, laurel, tomillo, azafrán.

conejo enchilado. Plato de la cocina yucateca en Méjico. **Ingredientes:** conejo, chile pasilla, ajo, jitomate, perejil, vinagre, comino, sal, pimienta. Véase: carnes en la cocina de Méjico.

conejo escabechado a la antigua. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** conejo, aceite, vinagre, laurel, tomillo, ajo, cebolletas, pimienta, sal, pepinillos en vinagre. Véase: conejo y aves de corral en la cocina clásica.

conejo escopetero. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** conejo, cebolla, pimienta verde, ajo, laurel, perejil, vino blanco, vinagre, aceite, tomillo, sal, pimienta. Véase: cocina de Asturias.

conejo estofado. Plato de la cocina de Cantabria “Selaya” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** conejo, cebolla, ajo, laurel, pimentón, perejil, caldo de carne, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria.

conejo gigante. Raza grande. El conejo gigante alemán y el conejo manchado inglés se parecen bastante en cuanto a la coloración, pero se distinguen en el tamaño. Los dos son adecuados para la crianza a pequeña escala. El cuerpo gigante alemán tiene un cuerpo excepcionalmente largo y un pelaje blanco con manchas negras o azules. Éstas forman sobre la cabeza la llamada mariposa; dos manchas desde la nariz que forman hacia arriba unos ramales (llamados espinos). Además tienen círculos alrededor de los ojos, puntos sobre las mejillas

y pequeñas manchas en las protuberancias del antebrazo y talón. Sobre la espalda, desde la nuca hacia el rabo, corre un raya de 5 cm de ancho. Este fértil conejo pare 3 veces al año camadas de 10 crías y es muy apreciado por su carne. El conejo manchado inglés, pertenece a los conejos pequeños y, fue criado en las últimas 2 décadas del siglo XIX. Tiene un pelaje muy característico; sobre fondo blanco aparecen manchas negras, grises o marrón amarillento que, en la cabeza, aparecen en la misma forma que las del conejo gigante alemán. Existe una diferencia en las manchas laterales, que desaparecen en la raza inglesa. La piel de la raza inglesa es especialmente valiosa, ya que tiene pelos espigados cortos y su dibujo no alcanza el cuero de la piel. Esto confirma la teoría de los criadores de conejos de que los animales de las razas pequeñas y enanas tienen las pieles más buscadas por la industria peletera, ya que no hace falta cortar los pelos espigados. Características. Conejo gigante manchado alemán: Peso mínimo: 5 kg, peso óptimo y máximo no están establecidos. Conejo manchado inglés. Peso mínimo: 2 kg, peso óptimo: 2,5 a 2,7 kg, peso máximo: 3,5 kg. Véase: conejo doméstico.

conejo gigante alemán. Véase: conejo gigante.

conejo liebre. Raza mediana. Este conejo sólo tiene en común con la liebre el porte y la forma del cuerpo. Sorprendentemente, su aspecto no muestra ninguna similitud con sus antepasados, los conejos salvajes y el conejo gigante belga, de los que se obtuvo hacia finales del siglo XIX en Bélgica. Las puntas de algunos pelos espigados son negras, de tal manera que sobre la piel de color caoba aparece una singular tonalidad ondulada. El pelo corporal es azul intenso. La piel tan sólo es rentable si se puede utilizar en estado natural, sin posterior tratamiento. La coneja pare normalmente 2 a 3 veces al año un promedio de 4 a 6 crías por camada. En cuanto a sus exigencias en alimentación y alojamiento, este conejo liebre es conocido como raza decorativa y

criada a pequeña escala por aficionados.

Características. Peso mínimo: 3,8 kg, peso máximo: 4,5 kg. Véase: conejo doméstico.

conejo llama. Véase: conejo Rex.

conejo manchado inglés. Véase: conejo gigante.

conejo neozelandés blanco. Raza mediana.

Este conejo tiene un cuerpo rechoncho, que, visto desde arriba muestra la forma de una pera. La parte pectoral y, sobretodo, la zona de la pelvis son enormemente anchas. El pelaje es blanco como la nieve y fino. Los neozelandeses blancos son conejos para carne de alto rendimiento (hasta 65%) Las conejas son muy fértiles (paren de 4 a 5 veces al año un promedio de 8 crías) y tienen mucha leche, aproximadamente de 164 a 180 g al día. Gracias a esta rica nutrición, las crías crecen rápidamente y se desarrollan pronto. Son igualmente apreciados por los pequeños criadores como por criadores a gran escala. **Características.** Peso mínimo: 3,5 kg, peso óptimo: 4,5 kg, peso máximo: 6 kg. Véase: conejo doméstico.

conejo neozelandés rojo. Raza mediana. Esta raza es originaria de California, donde fue criada gracias a cruces de liebres gigantes belgas y de conejo liebre. Los neozelandeses son apreciados por los criadores pequeños como conejos de carne. Aprovechan muy bien el alimento, y se ceban fácil y rápidamente. La coneja pare de 3 a 4 veces al año, con un promedio de 6 crías por camada. Los neozelandeses rojos tienen un cuerpo cilíndrico, cabeza arqueada, orejas de V con una longitud de hasta 13 cm, y un pelaje rojo fuego y tupido brillante. **Características.** Peso mínimo: 3 kg, peso óptimo: 4,1 a 4,5 kg, peso máximo no está establecido. Véase: conejo doméstico.

conejo plateado. Raza mediana. Este ejemplar es un representante excepcional de los conejos para carne adecuados para la cría a pequeña y gran escala. Estos conejos no sólo producen una carne excelente, sino también una piel de primerísima calidad, muy solicitada en la industria peletera. La belleza y calidad de estas pieles depende de los pelos espigados blancos y negros, que les da el famoso brillo plateado. Los pelos espigados negros deben estar en una relación 1:10 hasta 1:20 con los blancos. Tienen que sobrepasar el pelo corporal, aproximadamente, 10 mm y estar repartidos regularmente por todo el cuerpo. Cuanto más destacadas son las espigas negras, más vale la piel. La piel corporal grisácea es muy tupida. **Características.** Peso mínimo: 3,5 kg, peso óptimo: 4,3 a 4,7 kg, peso máximo: 5 kg. Véase: conejo doméstico.

conejo Rex. Raza mediana. Por la longitud del pelo, el conejo castorex pertenece a las razas de pelo corto. El pelo inferior es muy corto, las espigas sólo sobresalen de 1 a 2 mm. Esta longitud casi igual de los dos tipos de pelo se conoce como vellosidad "rex". Ni el pelo corporal ni el pelo espigado deben ser ondulados y, como en todos los conejos rex, las espigas deben crecer perpendicularmente a la piel. La longitud ideal del pelo es, en la parte dorsal, de 19 a 20 mm. El tono natural de la piel del castorex se parece a una castaña recién pelada. Además de la descrita modalidad marrón rojizo, se crían los castorex en los siguientes colores: azul, color albino, chinchilla, marrón y color perla, pero estos colores son menos solicitados. Esta raza es muy delicada en cuanto a cuidado y alimentación y además poco resistente a enfermedades. Tampoco su fertilidad es muy alta, la coneja pare un máximo de 3 veces al año, 6 crías de promedio. Pero debido a sus valiosas pieles, esta raza tiene importante valor económico. Pielés valiosas

aunque pequeñas también las da el conejo llama, que pertenece a las razas pequeñas. Sus colores básicos son negro, marrón o azul, complementados por unas manchas color llama (rojo herrumbre) en el cuello, alrededor de los ojos, orejas, ollares y labios. También de color llama es la parte inferior del cuerpo, desde la barbilla hasta la punta del rabo. Los conejos llama no son exigentes en cuanto al alimento y al cuidado. Las 2 razas se crían tan sólo a pequeña escala. **Características. Conejo castorex.** Peso mínimo 3 kg, óptimo: 3,5-3,7 kg, peso máximo: 4,5 kg. **Conejo llama.** Peso mínimo: 2 kg, óptimo: 2,5 a 2,7 kg, máximo: 3,5 kg. Véase: conejo doméstico.

conejo y aves de corral en la cocina clásica.

Consideramos: Capón asado al espetón; Codornices en salsa; Conejo con gambas; Conejo con setas y chocolate; Conejo en salsa; Conejo escabechado a la antigua; Fritada de conejo y caracoles; Gallo al vino tinto; Guiso de pavo con albóndigas; Oca con peras; Pato a la naranja; Pato a la sevillana; Pato con judías; Pavo asado relleno; Pavo escabechado; Picantón relleno; Pichones en salsa; Pintada al vino tinto; Pollo batzoki; Pollo al chilindrón; Pollo con ciruelas y pasas; Pollo con manzanas; Pollo con sanfaina; Pollo en pepitoria; Pollo planchado alpujarreño. Véase: cocina clásica.

coney. Nombre vulgar del pez: *Cephalopholis fulva*.

confecciones de frutas. Según el Código Alimentario, 3.22.27. Se da este nombre genérico a los productos obtenidos a partir de frutas frescas o de sus zumos sometidos o no a un proceso de preparación mecánica previo, tratadas, en todo caso, por cocción con o sin materias azucaradas, y que se conservan posteriormente mediante procedimientos adecuados. Consta de: 3.22.28 **Denominaciones.** 3.22.29 **Clasificación de las confecciones.** 3.22.30 **Condiciones de las jaleas.** 3.22.31 **Prohibiciones.** Véase: derivados de frutas.

confecciones de mezcla de frutas. Véase: clasificación de confecciones de frutas.

confecciones de una sola fruta. Véase: clasificación de confecciones de frutas.

confecciones de varias frutas. Véase: clasificación de confecciones de frutas.

conference. Véase: pera Conference.

confite. Según el Código Alimentario, 3.23.35. Es pasta maciza hecha con azúcar, de variado tamaño y forma, aromatizada y coloreada. Se distinguen los siguientes; a) **Confites menudos**, b) **Confites rellenos.** Véase: productos de confitería.

confites menudos. Según el Código Alimentario, 3.23.35. a. De forma más o menos esférica y variados colores y sabores. Véase: confite.

confites rellenos. Según el Código Alimentario, 3.23.35. b. Es el confite relleno de variadas sustancias y cuya cubierta, de consistencia variable, es de azúcar y glucosa con sustancias alimenticias diversas, ácidos, esencias y colorante permitidos. El relleno puede ser de masas de frutas, frutas enteras, cacao, coco, yema de huevo, jarabes, licores u otras sustancias alimenticias. Véase: confite.

confites rellenos. Según el Código Alimentario, 3.23.35. b. Relleno de variadas sustancias y cuya cubierta, de consistencia variable, es de azúcar y glucosa con sustancias alimenticias diversas, ácidos, esencias y colorante permitidos. El relleno puede ser de masas de fruta, frutas enteras, cacao, coco, yema de huevo, jarabes, licores u otras sustancias alimenticias. Véase: confite.

confitura. Según el Código Alimentario, 3.22.28.2°. Es la confección preparada con solución azucarada y frutas partidas irregularmente, pero cuyo origen puede reconocerse. La riqueza en azúcares no será inferior al 50%, expresada en sacarosa. Véase: confecciones de frutas. La cantidad de nu-

trientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Confitura	
Energía (kcal)	292
Colesterol (mg)	225
Porción comestible	100
Carbohidratos (g)	69,2
Agua (mg)	26
Calcio (mg)	16
Potasio (mg)	13
Sodio (mg)	13
Fósforo (mg)	11,1
Ácido ascórbico (mg)	5,7
Retinol (mg)	3
Grasa (g)	2,1
Proteínas (g)	0,6
Hierro (mg)	0,4
Tiamina (mg)	0,027
Riboflavina (mg)	0,02
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

confitura de albaricoque. Se obtiene cocinando los albaricoques, enteros o en trozos grandes, con azúcar, jarabe de glucosa, pectina y un ácido comestible. se puede consumir con cuchara o se puede servir como salsa para acompañar pasteles. Véase: miel, mermelada y confitura.

confitura de fresas. Se prepara con fresas enteras o troceadas, azúcar, jarabe de glucosa, pectina y un ácido comestible. puede contener también frutos secos. Véase: miel, mermelada y confitura.

confitura de frutas. La confitura se obtiene por la cocción de frutas en almibar enteras o troceadas. Las mejores se preparan con frutas ácidas Véase: confecciones de frutas, cuyo contenido de pectina es mayor

(ciruelas, grosellas o manzanas) Algunas confituras se sazonan, a veces, con especias, alcohol u otras frutas. El contenido en azúcar debe superar el 50%. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Confitura de frutas	normal	baja en calorías
Energía (kJ)	1149,50	927,96
Energía (kcal)	275,00	222,00
Potasio (mg)	105,00	105,00
Porción comestible	100,00	100,00
Azúcares	98,00	55,00
Carbohidratos (g)	68,00	55,00
Sodio (mg)	16,00	14,00
Fósforo (mg)	14,00	14,00
Calcio (mg)	12,00	12,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	8,00	0,00
Magnesio (mg)	6,00	7,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	5,00	0,00
Ácido fólico (µg)	2,00	2,00
Fibra (g)	1,00	0,80
Hierro (mg)	0,50	1,00
Cinc (mg)	0,20	0,00
Grasa (g)	0,10	0,00
Colesterol (mg)	0,00	0,00
Proteína (g)	0,00	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00	0,00
Vitamina D (µg)	0,00	0,00
Vitamina E (mg)	0,00	0,00
Grasa moninsaturada (g)	tr.	0,00
Grasa poliinsaturada (g)	tr.	0,00
Grasa saturada (g)	tr.	0,00
Niacina (mg eq. niacina)	tr.	tr.
Piridoxina (B ₆) (mg)	tr.	0,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	tr.	0,00
Tiamina (B ₁) (mg)	tr.	0,00
Yodo (mg)		

confitura de zarzamora. Véase: zarzamora.

congaro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

cóngaru. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

congelación. Según el Código Alimentario, 2.05.05. Consiste en someter los alimentos a temperaturas iguales o inferiores a las necesarias, para que la mayoría de su agua

congelable se encuentre en forma de hielo. Durante el período de conservación, la temperatura se mantendrá uniforme de acuerdo con las exigencias y tolerancias permitidas en cada producto. * La descongelación consiste en someter los alimentos congelados a procedimientos adecuados que permitan que su temperatura sea en todos sus puntos superior a la de congelación. Véase: conservación por frío; carnes congeladas; conservación de natas.

congella. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **doncella de San Pedrano.**

Conger conger. Familia: cóngridos. Pez fisóstomo marino, de cuerpo largo y casi cilíndrico, su carne es blanca y comestible, pero con muchas espinas. Dorso pardo o tirando a negro, con irisaciones azuladas; zona ventral blanquecina; longitud máxima 3 m (peso 65 kg) El congrio abunda en todos los mares europeos. Al igual que la morena, es un animal solitario que, a veces, permanece en cuevas de las que sólo sobresale la zona delantera de su cuerpo. Su principal alimentación se compone de peces, cangrejos y calamares que captura sobre todo por la noche. Nombre vulgar: congrio, polo, saffio. Designación oficial: **congrío.** Según el Código Alimentario, 3.13.02. Pescado teleósteo, anguiliforme. *Conger conger*, Linneo. Véase pescado. Según el Real Decreto 560/1995, de 7 de Abril, por el que se establecen las tallas mínimas de determinadas especies pesqueras, y posteriores correcciones; la talla biológica de este pez, en el Atlántico de 58 cm y la talla comercial de 500 g/unidad.

Conger esculentus. Pez. Designación oficial: **congrío antillano.**

Conger marginatus. Pez. Designación oficial: **congrío.**

Conger microps. Pez. Designación oficial: **congrío.**

Conger myrus. Pez. Designación oficial: **congrío pintado.**

Conger oceanicus. Pez. Designación oficial: **congrío americano.**

Conger orbignyanus. Pez. Designación oficial: **congrío argentino.**

Conger triporiceps. Pez. Designación oficial: **congrío dentón.**

Conger verrauxi. Pez. Designación oficial: **congrío australiano.**

Conger vulgaris. Pez. Designación oficial: **congrío.**

Conger vulgaris niger. Pez. Designación oficial: **congrío.**

Congermuraena nalarica. Pez. Designación oficial: **varga.**

congrío real. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez palo.**

congrío-itxar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío.**

Congiopodus peruvianus. Pez. Designación oficial: **cacique.**

congrío. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bagre congo; bagre cuatete; bagre moreno; robalo maqueque.

congrío blanco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **robalo aleta amarilla.**

congrío. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: congrio dulce; congrio; morena amarilla; morena cadena; morena de charco; morena dorada; morena franjeada; morena negra; morena pintada; varga.

congrío blanch. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío.**

congrío d'alguer. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío.**

congrío d'arena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arbitán.**

congre de fang. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

congre de forat. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

congre de roquer. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

congre de sucre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío dulce**; **lorcha**; **varga**.

congre dolç. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío dulce**, **lorcha**; **varga**.

congre dols. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío dulce**; **lorcha**; **varga**.

congre negre. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

congre pintat. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío pintado**.

congre roig. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío dulce**; **varga**.

congre ros. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **varga**.

congre rosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congríbadejo rosado**.

congre seroeté. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío dulce**.

congre serpenté. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío pintado**.

congre serpenter. Pez, nombre vulgar. Designación oficial:.

congre serpenter. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío pintado**; **culebra de mar**; **culebrita roja marina**.

congre serpeté. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío pintado**; **varga**.

congre vert. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morena congrío**.

congret. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

congrí. Plato integrante de la cocina con arroz. Tiempo de preparación 12 horas. Cocción: 2 horas. **Ingredientes:** judías pintas, pimiento, carne de cerdo, manteca, cebolla, ajo, laurel, sal, orégano, arroz, tocino. Véase: arroz en platos únicos.

congríbadejo carmesí. Designación oficial española del pez: *Genypterus reedi*.

congríbadejo colorado. Designación oficial española del pez: *Genypterus chilensis*. Sinónimo oficial: **Congrio**; **Congrio colorado**; **Himakhara**; **Rosada profunda**; **Yumakara**.

congríbadejo negro. Designación oficial española del pez: *Genypterus maculatus*. Sinónimo oficial: **Chacha**; **Congrio**; **Congrio anigrado**; **Congrio barraleño**; **Congrio desnudo**; **Congrio manchado**; **Congrio moreno**; **Congrio negro**; **Congrio pintado**; **Mono**; **Rosada oscura**.

congríbadejo rosado. Designación oficial española del pez: *Genypterus blacodes*. Sinónimo oficial: **Abadejo**; **Congre rosa**; **Congrio dorado**; **Himakhara**; **Rosada chilena**; **Yumakara**.

cóngridos. Véase: *Congriidae*.

Congriidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase osteíctios. Subclase actinopterygios. Infraclass, teleósteos. División, tenniopedios. Orden anguilliformes. Comprende especies de anguilas marinas que viven en todos los océanos con la excepción del océano Glacial Ártico. La familia incluye más de veinte géneros, en los que la aleta

dorsal arranca por encima del nacimiento de las pectorales. Las ventrales están ausentes y las fosas nasales son tubulares. Consideramos: congrio (*Conger conger*).

congrío. Designación oficial española del pez: *Conger conger*; *Conger marginatus*; *Conger microps*; *Conger vulgaris*; *Conger vulgaris niger*; *Congrus vulgaris*; *Leptocephalus morrisii*; *Leptocephallus pellucidus*; *Muraena conger*; *Muraena nigra*. Sinónimo oficial: Anguiacho; Axote; Cabot de búfera; Congaro; Congioa-itxar; Congre; Congre blanch; Congre d'alguer; Congre de fang; Congre de forat; Congre de roquer; Congre negre; Congret; Congrio de costa; Congrioa-itxar; Congro; Correa; Cóngaru; Fideu (joven); It-sas-aingira; Luciato; Mikela; Mikelkume; Negrilla; Perengüena; Polo; Safío; Zafío.

congrío. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bio-bio; brótula negra; brótula pintada; brótula rosada; congribadejo colorado; congribadejo negro; congrio antillano; congrio argentino; congrio dentón; congrio dulce; congriperla cornuda; congriperla leopardo; congriperla plateada; matajuelo ñato; morena congrio; morenocio guayanés; morenocio plata; pico de pato. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Congrio	
Vitamina A (µg eq. retinol)	500,00
Energía (kJ)	444,96
Energía (kcal)	106,45
Fósforo (mg)	102,00
Porción comestible	75,00
Magnesio (mg)	30,00
Vitamina D (µg)	22,00
Proteína (g)	19,00
Calcio (mg)	10,00
Niacina (mg eq. niacina)	5,50
Grasa (g)	2,80
Carbohidratos (g)	1,40
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,00
Hierro (mg)	0,70
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,37
Tiamina (B ₁) (mg)	0,17
Fibra (g)	0,00

Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.
Ácido fólico (µg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Sodio (mg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

congrío a la cazuela. Plato de la cocina de Cantabria "Comillas" perteneciente al grupo de "pescado y marisco". **Ingredientes:** congrio, almejas, ajo, perejil, harina, vino blanco, aceite, sal. Véase: cocina de Cantabria.

congrío aguado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brótula negra**.

congrío americano. Designación oficial española del pez: *Conger oceanicus*.

congrío antigrado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congribadejo negro**.

congrío antillano. Designación oficial española del pez: *Conger esculentus*. Sinónimo oficial: Congrio.

congrío Arcipreste de Hita. Plato de la cocina de Cantabria "Laredo" perteneciente al grupo de "pescado y marisco". **Ingredientes:** congrio, almejas, patatas, ajo, perejil, guindilla, aceite de oliva, sal. Véase: cocina de Cantabria.

congrío argentino. Designación oficial española del pez: *Conger orbignyanus*. Sinónimo oficial: Congrio; Congro.

congrío australiano. Designación oficial española del pez: *Conger verrauxi*.

congrío barraleño. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congribadejo negro**.

congrío bronceado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brótula negra**.

congrío brujo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sapo fraile**.

congrío colorado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: brótula pintada; brótula rosada; congribadejo colorado.

congrío con escamas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brótula rosada**.

congrío con guisantes. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** congrío, guisantes, cebolla, ajo, pimentón, vinagre, vino blanco, aceite, sal. Véase: cocina de Asturias.

congrío con mojo a la virgen. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** congrío fresco, ajo, aceite, pan rallado, pimienta quemada, pimienta molida, perejil, comino, reunidos, sal.

congrío con patatas. **Ingredientes:** Congrio, patatas, cebolla, ajo, vino blanco, laurel, perejil, pimentón, aceite, sal. Véase: cocina de Cantabria.

congrío culebra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bio-bio**.

congrío de aleta pintada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congriperla pintada**.

congrío de altura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congriperla cornuda**.

congrío de costa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

congrío de peña. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: brótula pintada; brótula rosada.

congrío dentón. Designación oficial española del pez: *Conger triporiceps*. Sinónimo oficial: Congrio.

congrío desnudo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congribadejo negro**.

congrío dorado. Nombre vulgar del pez: *Geryntherus blacodes*.

congrío dorado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congribadejo rosado**.

congrío dulce. Designación oficial española del pez: *Bathycongrus mystax*; *Congromuraena mollissii*; *Gnathophis mystax*; *Leptocephalus congri mystacis*; *Muraena mystax*. Sinónimo oficial: Congre; Congre de sucre; Congre dols; Congre dolç; Congre roig; Congre seroeté; Congrio; Pillet de platje; Pillet de platja.

congrío en cazuela. **Ingredientes:** Congrio, almejas, ajo, harina, caldo, perejil, guindilla, vino blanco, aceite, sal, costrones de pan frito. Véase: cocina de Cantabria.

congrío manchado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congribadejo negro**.

congrío moreno. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congribadejo negro**.

congrío moteado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congriperla leoparda**.

congrío mulato. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brótula negra**.

congrío negro. Nombre vulgar del pez: *Ceryntherus maculatus*. Designación oficial: brótula negra; congribadejo negro.

congrío perla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congriperla cornuda**.

congrío pintado. Designación oficial española del pez: *Conger myrus*; *Muraena myrus*; *Myrus vulgaris*. Sinónimo oficial: Bicha; Congre pintat; Congre serpenter; Congre serpenté; Congre serpeté; Culebra; Culebra picuda; Duradu; Lirón; Martina; Serp de mar.

congrío pintado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congríbadejo negro**.

congrío plata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morenocio plata**.

congrío plateado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congriperla cornuda**; **congriperla plateada**.

congrío rojo. Nombre vulgar del pez: *Genypterus chilensis*.

congrío rosado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brótula pintada**; **brótula rosada**.

congríoa-itxar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

congriperla moteado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congriperla leoparda**.

congriperla. Designación oficial española del pez: *Lepophidium pheromystax*; *Lepophidium profundorum*. Sinónimo oficial: **Perla**.

congriperla canastera. Designación oficial española del pez: *Otophidium scrippsi*.

congriperla cornuda. Designación oficial española del pez: *Lepophidium prorates*. Sinónimo oficial: **Anguila**; **Congrio**; **Congrio de altura**; **Congrio perla**; **Congrio plateado**; **Perla**.

congriperla leoparda. Designación oficial española del pez: *Lepophidium pardale*. Sinónimo oficial: **Anguila**; **Congrio**; **Congrio moteado**; **Congrioperla moteado**.

congriperla moteada. Designación oficial española del pez: *Chilara taylori*.

congriperla pintada. Designación oficial española del pez: *Lepophidium negropinna*. Sinónimo oficial: **Anguila**; **Congrio de aleta pintada**.

congriperla plateada. Designación oficial española del pez: *Lepophidium microlepis*. Si-

nónimo oficial: **Anguila**; **Congrio**; **Congrio plateado**; **Perlitas**.

congro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío argentino**; **congrío**.

Congromuraena mollissii. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío dulce**.

Congrus vulgaris. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío**.

conguito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañeta común**; **castañeta conguito**.

conguito blanco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **robalo aleta amarilla**.

conguyo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañeta conguito**.

conill. Nombre vulgar catalán del mamífero: *Oryctolagus cuniculus*. Sinónimo: **conejo**.

coniño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cañailla**.

Conocybe tenera. Familia: **naucariáceas**. Género: **conocybe**. Características: **sombrero poco carnoso**, **hygrófono**, **lampiño** y con **revestimiento micáceo**. Carne **delgada**, **frágil** y **rojiza**, sin olor señalado y de sabor algo dulce. No es comestible. En vasconcelo: **konocibe samur**.

Conodon macrops. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco ojón**.

Conodon nobilis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco canario**.

Conodon plumieri. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco canario**.

Conodon serrifer. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco ofensivo**.

conpoy. Especialidad china de **vieiras secas**, cortadas en rodajas, de intenso sabor a mar. Se deben dejar en remojo y se emplean para realzar el sabor de platos cocinados al

vapor y guisos. Se guardan en un recipiente hermético, en un lugar seco y fresco. Véase: pescados y mariscos en conserva.

conserva de Elvas. Véase: aceituna conserva de Elvas.

conserva de lima. Preparada con limas, vinagre, aceite, sal, granos de mostaza, azúcar, pimentón, cebolla, cúrcuma, fenogreco, guindilla y ácido alimenticio. Muy picante y aromático, combina bien con platos de *curry*. Véase: encurtidos, aderezos y chatnis.

conserva de mango. Preparada con mangos verdes, vinagre, aceite, cebolla y especias, tiene sabor picante fuerte y se sirve con platos de *curry*. Véase: encurtidos, aderezos y chatnis.

conserva de palmito. Véase: palmito conserva.

conserva de pepinillos en vinagre. Véase: pepinillos en vinagre conserva.

conservación de alimentos. Los alimentos se encuentran más frescos inmediatamente después de cosecharlos, matarlos o pescarlos. La frescura es una cualidad muy importante para el gusto y el valor nutritivo de los alimentos. A fin de retenerla, hay que tener presentes dos puntos clave: la higiene y la conservación. Existen varias formas de preservar la frescura de los alimentos. Antes se buscaban técnicas para conservarlos durante más tiempo para almacenarlos y utilizarlos cuando no se pudieran conseguir. En la actualidad, las diferentes técnicas de conservación que se han desarrollado están destinadas a abastecernos todo el año de alimentos en las mejores condiciones posibles. Existen muchos procedimientos, naturales o industriales, que permiten la conservación de los alimentos. Los llamados métodos naturales, utilizan ciertos aditivos como el azúcar (jaleas y mermeladas); la sal (en carnes frías o cecinas); el vinagre (en las salmueras o adobos); el alcohol (para las frutas); los aceites (para pescados) y las gelatinas grasas (pates) Según el Código Alimentario. Capítulo V 2.05.00. Comprende: 2.05.01 **Alimentos conservados**. 2.05.02 **Procedimiento de conservación**. 2.05.16 **Condiciones específicas**. 2.05.17 **Prohibiciones**. Véase: condiciones generales de los material, tratamientos y personal relacionado con los alimentos e industrias de la alimentación.

conservación de alimentos por ahumado. Véase: ahumado.

conservación de alimentos por calor, Según el Código Alimentario, 2.05.06. Consiste en someter los alimentos a la acción del calor a temperatura y tiempo suficientes para reducir o eliminar la acción de los microorganismos y enzimas mediante los procedimientos de: a) **Esterilización**, b) **Pasteurización**. c) **Cocción**. Véase: procedimiento de conservación de alimentos.

conservación de alimentos por desecación. Véase: desecación.

conservación de alimentos por deshidratación. Véase: deshidratación.

conservación de alimentos por encurtido. Véase: encurtido.

conservación de alimentos por escabechado. Véase: escabechado.

conservación de alimentos por el frío. Según el Código Alimentario, 2.05.03. Es el procedimiento que consiste en someter los alimentos a la acción de bajas temperaturas, para reducir o eliminar las actividades microbianas y enzimáticas y para mantener determinadas condiciones físicas y químicas del alimento mediante los procesos de: a) 2.05.04 **Refrigeración**, b) 2.05.05 **Congelación**. En estos tratamientos se tendrá en cuenta, fundamentalmente, la tempera-

tura, la humedad relativa, la circulación y renovación del aire, la estiba y la densidad y duración del almacenamiento que requiere cada alimento conservado. Véase: procedimiento de conservación de alimentos.

conservación de alimentos por liofilización.
Véase: liofilización.

conservación de alimentos por otros procedimientos. Según el Código Alimentario, 2.05.15. Los alimentos se podrán someter también a otros tratamientos de conservación autorizados, con azúcares, aceites, líquidos alcohólicos, productos alimenticios naturales y aditivos permitidos, sujetándose en todos los casos a límites de tolerancia. Véase: alimento conservado.

conservación de alimentos por radiaciones. Según el Código Alimentario, 2.05.09. Consiste en someter los alimentos a la acción de radiaciones, obtenidas por procedimientos autorizados con el fin de: a) Inhibir la germinación de ciertos alimentos vegetales, b) Combatir infecciones por insectos, c) Contribuir a la destrucción de la flora microbiana, cuyo control total descansa, además, en la aplicación de otros métodos de conservación. El empleo de este método debe asegurar que no se alteren las propiedades esenciales de los alimentos. Véase: procedimiento de conservación de alimentos.

conservación de alimentos por salazón.
Véase: salazón.

conservación de alimentos que van a ser utilizados. Véase: almacenamiento y conservación de los alimentos que van a ser utilizados.

conservación de bebidas derivadas de vino.
Véase: manipulación de bebidas derivadas de vino.

conservación de bebidas espirituosas. Véase: prohibiciones de bebidas espirituosas.

conservación de cervezas. Véase: prohibiciones de cervezas.

conservación de helados. Véase: conservación y transporte de helados.

conservación de jarabes. Véase: prohibiciones de jarabes.

conservación de leguminosas. Según el Código Alimentario, 3.18.11. Para la conservación de los purés y harinas de legumbres se tendrán en cuenta las normas especificadas en el capítulo XX (Harinas y derivados) de este Código para las harinas de cereales. Véase: disposiciones comunes de leguminosas.

conservación de miel. Véase: prohibiciones de miel.

conservación de mostos de manzana. Véase: prohibiciones de sidras.

conservación de natas. Según el Código Alimentario, 3.15.17. La nata deberá conservarse refrigerada a menos de 8 °C o congelada. Para su conservación, la nata podrá congelarse en túnel a temperaturas comprendidas entre -35 °C y -40 °C. Una vez congelada, se mantendrá a temperatura de -18 a -20 °C. El producto deberá envasarse, con anterioridad a su congelación, en recipientes metálicos perfectamente limpios. Podrá añadir glucosa o sacarosa en cantidades inferiores al 10% en peso. La descongelación se llevará a cabo lentamente en locales adecuados a temperaturas de 2 a 4 °C. Véase: nata; manipulación de natas; prohibiciones de natas.

conservación de quesos. Véase: manipulación de quesos.

conservación de requesón. Véase: manipulación de requesón.

conservación de sidras. Véase: prohibiciones de sidras.

conservación de tripas naturales. Según el Código Alimentario, 3.10.41. Se efectuará mediante la salazón en sus dos formas, seca

y húmeda, y en el secado, al aire libre o por aire caliente, seguido de insuflado por medios mecánicos, atada, desinflado y planchado. * Las conservadas serán colocadas dentro de barriles o de recipientes de materiales autorizados en el capítulo IV de este Código (Condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado) y separadas de aquellos por papel de celofán, polietileno de único uso u otras envolturas autorizadas. * Cada mazo o paquete llevará fijado de modo indeleble el marchamo o distintivo sanitario correspondiente, y los envases llevarán en su etiqueta, además de las condiciones que señala el citado capítulo IV (Condiciones generales del material relacionado con los alimentos, aparatos y envases. Rotulación y precintado. Envasado), el número del registro sanitario de la industria de procedencia. * Las tripas frescas para su traslado desde el centro de sacrificio al taller o industria de elaboración se colocarán dentro de vasijas recubiertas por materiales impermeables autorizados, perfectamente cerradas. * Cuando el transporte de las tripas frescas sea dentro de la localidad, se efectuará en vehículos análogos a los señalados en el artículo 3.10.16 (Transporte de carnes) para las carnes frescas, y si es para fuera de la misma, en los vehículos señalados en dicho artículo para las carnes refrigeradas y congeladas. * Las tripas conservadas se transportarán en vehículos cerrados, convenientemente desinfectados antes de cada expedición, obteniéndose protección eficiente de los agentes atmosféricos. * En los almacenes se colocarán los envases de tripas, separados convenientemente del suelo mediante tarimas, tanto sean las tripas naturales como artificiales, frescas o conservadas y de procedencia natural o de importación. * Los establecimientos de venta dispondrán de un local independiente para las tripas, y éstas permanecerán en los envases de origen, convenientemente cerrados, hasta el mo-

mento de la entrega al comprador. Véase: tripas.

conservación de tubérculos. Según el Código Alimentario, 3.19.23. Desecados en el grado conveniente los tubérculos o derivados, se mantendrán en condiciones ambientales apropiadas, que impidan el desarrollo de organismos parásitos y la putrefacción. En todo caso, el contenido de agua no deberá exceder del adecuado para que no se produzcan alteraciones. Véase: otros tubérculos y sus derivados.

conservación de vinagre. Véase: manipulación de vinagre; prohibiciones de vinagre.

conservación peradas. Véase: prohibiciones de sidras.

conservación y transporte de helados. Según el Código Alimentario, 3.28.19. En la preparación, conservación y transporte de los helados se observarán las siguientes normas: a) La conservación de la mezcla se efectuará a temperatura inferior a 6 °C. b) El endurecimiento se hará a temperaturas no superiores a 25 °C bajo cero. c) La conservación de helados por períodos inferiores a seis meses se efectuará a temperaturas inferiores a 23 °C bajo cero y en períodos de tiempo superiores se efectuará a 30 °C bajo cero. d) El transporte de helado se hará a temperatura inferior a 20 °C bajo cero y de forma que el aumento de la temperatura del helado durante el transporte no excederá de 4 °C. Véase: helados.

conservantes. Véase: agentes conservadores.

conservas. Hoy la mayoría de los alimentos están disponibles todo el año, pero la tradición de conservar, embotellar y preparar encurtidos, escabeches, adobos, salmueras sigue vigente en la cocina mediterránea y muchos de los productos de estas artes culinarias antiguas se han convertido en exquisiteces por derecho propio. Los corazones de

alcauciles en conserva y los pimientos rojos dulces, por ejemplo, son un simple pero asombroso aperitivo, la fruta embotellada en aceite de mostaza dulce, *mostardi di frutti*, son una celebrada especialidad italiana, mientras que las frutas embotelladas o abri-llantadas son populares y deliciosas golosi-nas en toda la región mediterránea. Conside-ramos: calabaza abrillantada, pimientos en conserva, dulce de membrillo, aceitunas ma-rinadas, limones en conserva. Véase: salsas, condimentos, aderezos y conservas. Según el Código Alimentario, Capítulo XXVI. Sección 1ª. Consta de: 3.26.01 **Conservas; semiconservas; platos preparados**. 3.26.02 **Clasificación**. 3.26.03 **Manipulaciones**. 3.26.04 **Sustancias complementarias**. 3.26.05 **Características**. 3.26.06 **Prohibi-ciones**. 3.26.07 **Envasado y rotulación**. 3.26.08 **Almacenamiento y transporte**. Véase: conservas animales y vegetales. Pla-tos preparados. Productos dietéticos y de ré-gimen.

conservas. Según el Código Alimentario, 3.26.01. Productos obtenidos a partir de ali-mentos perecederos de origen animal o ve-getal, con o sin adición de otras sustancias autorizadas, contenidas en envases apropia-dos, herméticamente cerrados, tratados ex-clusivamente por el calor, en forma que ase-gure su conservación. También: semicon-servas, platos preparados. Véase: conservas.

conservas. Una de las preparaciones chacineras extremeñas sin embutir. Véase: derivados cárnicos de Extremadura.

conservas al vinagre. Véase: prohibiciones de vinagre, m).

conservas animales. Véase: conservas ani-males y vegetales. Platos preparados. Pro-ductos dietéticos y de régimen.

conservas animales y vegetales. Platos pre-parados. Productos dietéticos y de régi-men. Según el Código Alimentario, Capí-tulo XXVI 3.26.00. Consta: Sección 1ª **Conservas**. Sección 2ª **Platos precocina-dos y preparados congelados**. Sección 3ª

Preparados alimenticios especiales. Sec-ción 4ª **Productos dietéticos y de régi-men**. Sección 5ª **Alimentos enriquecidos y sustancias enriquecedoras**. Véase: ali-mentos y bebidas.

conservas cárnicas. Según el Código Ali-mentario, 3.10.34. Por su carácter especial, estos derivados cárnicos se ajustarán a lo dispuesto en el capítulo XXVI de este Cód-i-go (Conservas animales y vegetales. Platos preparados. Productos dietéticos y de régi-men). Véase: gelatinas alimenticias. Extrac-tos y caldos de carne

conservas de caracoles. Según el Código Ali-mentario, 3.13.18. Deberán prepararse con caracoles del género "Helix", sanos, secos, desprovistos de su concha, exentos de mate-rias mucosas y libres de tierra o arena, y en el caso de la especie "Helix pomatia" deberá eliminarse el hepatopáncreas. * En la prepa-ración de estas conservas ha de efectuarse la adición necesaria de sal, especias y condi-mentos. * Las conservas de caracoles pre-sentarán un líquido de cobertura límpido, de color pardo verdoso, sin llegar a negro; los caracoles serán firmes, pero tiernos, y par-dos, sin llegar a negros; tendrán sabor y olor normales. Véase: caracoles.

conservas de lomo de cerdo. Otra especialidad andaluza de derivado cárnico. En Córdoba. Se hacen en aceite. Véase: derivados cáрни-cos de Andalucía.

conservas de pescado. Véase: otros derivados de pescados.

conservas en la cocina del Mediterráneo. Hoy la mayoría de los alimentos están dis-ponibles todo el año, pero la tradición de conservar, embotellar y preparar encurtidos (escabeche, adobo, salmuera) sigue vigente en el Mediterráneo y muchos de los pro-ductos de estas artes culinarias antiguas se han convertido en exquisiteces por derecho propio. Los corazones de alcauciles en conserva y los pimientos rojos dulces, por ejemplo, son un simple pero asombroso aperitivo, la fruta embotellada en aceite de

mostaza dulce, *mostardi di frutti*, son una celebrada especialidad italiana, mientras que las frutas embotelladas o abrillantadas son populares y deliciosas golosinas en toda la región. Consideramos: aceitunas marinadas; calabaza abrillantada; dulce de membrillo; limones en conserva; pimientos en conserva.

conservas vegetales. Véase: conservas animales y vegetales. Platos preparados. Productos dietéticos y de régimen.

consomé. Es un caldo, de pollo o buey, clarificado y servido caliente. Para que quede sabroso, debe colarse el caldo y ponerse a hervir; en el momento del hervor se agrega un par de claras de huevo batidas y se revuelve hasta que ascienden. Inmediatamente después, hay que espumar las impurezas, retirar la olla del fuego y esperar a que las claras cuajen; se pone de nuevo al fuego y se deja que hierva lentamente unos 20 minutos, para volver a colarlo. Puede enriquecerse con una copita de jerez. Sinónimo: caldo concentrado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Consomé	
Potasio (mg)	180
Agua (mg)	100
Porción comestible	100
Energía (kcal)	50
Sodio (mg)	40
Calcio (mg)	20
Colesterol (mg)	10
Fósforo (mg)	10
Grasa (g)	5
Proteínas (g)	1,2
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Carbohidratos (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Hierro (mg)	0

Retinol (mg)	0
Riboflavina (mg)	0
Tiamina (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

consomé a la reina. Plato integrante de la cocina de las sopas. Tiempo de preparación 40 minutos. Cocción: 45 minutos. **Ingredientes:** tapioca, pechuga de pollo, huevo, yema, perejil. Véase: sopas de pollo.

consomé de ave. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “sopas, caldos y cremas”. Cocina de Madrid. **Ingredientes:** gallina, menudos de ave, carne de vaca, zanahoria, puerros, claras de huevo, sal. Véase: cocina de España; sopas y caldos de aves.

consomé de ave al jerez. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 2 hora y 5 minutos. El consomé es un gran estimulante del apetito. Servir según las preferencias (frío o caliente) con los trozos e la pechuga muy picados. El secreto de su aceptación está en la práctica ausencia de grasa. Su sabor resulta delicado y es aceptado por todos los comensales. **Ingredientes:** hueso de ternera, pechuga de gallina, despojos de pollo (cabeza, cuello, molleja y patas), puerro, nabo, zanahoria, cebolla, clara de huevo, sal, jerez seco. Véase: sopas, cremas y consomes en la cocina clásica.

consomé de carne con crêpes de Juliana de hierbas. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. **Ingredientes:** caldo de carne, atado de estragón. Para la mezcla para **clarificar:** carne magra picada, miripoix de verduras, claras de huevo, pimienta, sal. Para la **guarnición de crepés:** harina, huevos, yema, leche, mantequilla, hierbas frescas, sal, pimienta negra, mantequilla purificada

para freír. Nombre en Francia: consommé Celestine. Véase: sopas en la cocina de Francia.

consomé de carne con tofu. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. **Ingredientes:** caldo de carne, tofu, perejil. Para la mezcla para **clarificar:** carne magra, mirepoix de verdura, clara de huevo, granos de pimienta pisados. Nombre en Francia: consommé japonais. Véase: sopas en la cocina de Francia.

consomé de curry. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 2 hora y 30 minutos, más el enfriado. El consomé es un caldo colado y afinado. Resultará más transparente si a media cocciones le añade un poco de carne o verduras crudas y un clara de huevo. **Ingredientes:** Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

consomé de hongos. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 3 horas. **Ingredientes:** setas variadas, huesos de buey, zanahoria, puerro, tomate, agua, sal, pimienta. **Guarnición:** setas, rebanadas de pan tostado. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

consomé de macarrones. Plato integrante de la cocina de las sopas. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 18 minutos. **Ingredientes:** consomé, macarrones, sal, queso rallado. Véase: sopas de patatas y de arroz.

consomé de pollo con croquetas. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. Esta sopa es rica en sabor y lleva croquetas de pollo como delicada guarnición. También se le conoce como “**consommé princesse**” cuando se lo sirve con espárragos. **Ingredientes:** pollo, zanahoria, cebolla aromatizada con clavos, tallo de apio, puerro, bouquet garni, ajo, tomate, pimienta negra, agua, pimienta molida, coñac. Para las **croquetas:** crema, clara de huevo, nuez moscada, coñac. Para la mezcla para **clarificar:** zanahoria, tallo de

apio, puerro, tomate, clara de huevo ligeramente batida. Nombre en Francia: consommé de volaille aux quenelles. Véase: sopas en la cocina de Francia.

consomés en la cocina clásica. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

consommé Celestine. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. Nombre español: **consomé de carne con crepés de Juliana de hierbas.** Véase: sopas en la cocina de Francia.

consommé de volaille aux quenelles. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. Nombre español: **consomé de pollo con croquetas.** Véase: sopas en la cocina de Francia.

consommé japonais. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. Nombre español: **consomé de carne con tofu.** Véase: sopas en la cocina de Francia.

consommé princesse. Véase: consomé de pollo con croquetas.

constantino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: robalo aleta amarilla; robalo constantino.

consumo de helados. Véase: prohibiciones de helados.

consumo de jarabes. Véase: prohibiciones de jarabes.

consumo de las distintas clases de leche. Véase: Preparación de las distintas clases de leche, su envasado, consumo y venta.

consumo de las leches acidificadas. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches fermentadas o acidificadas.

consumo de las leches certificadas. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches certificadas.

consumo de las leches concentradas a 1/4 o 1/5 de su volumen como máximo. Véase:

preparación, envasado, consumo y venta de las leches concentradas a $\frac{1}{4}$ o $\frac{1}{5}$ de su volumen como máximo.

consumo de las leches conservadas. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches conservadas.

consumo de las leches desnatadas. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches desnatadas.

consumo de las leches enriquecidas. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches enriquecidas.

consumo de las leches especiales. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches especiales.

consumo de las leches fermentadas. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches fermentadas o acidificadas.

consumo de las leches higienizadas. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches higienizadas.

consumo de las leches naturales. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches naturales.

consumo de leches especiales. Véase: preparación, envasado, consumo y venta de las leches especiales.

consumo de sucedáneos de café. Véase: manipulación de sucedáneos de café.

consumo de sustancias azucaradas. Véase: prohibiciones de azúcares y derivados del azúcar.

consumo de tabaco. Véase: Prohibiciones de tabaco.

consumo de té. Véase: manipulación de té; manipulación de té y derivados; cafeína.

consumo de vinagre. Véase: prohibiciones de vinagre.

consumo de vinos en establecimientos. Según el Código Alimentario, 3.30.15. La reglamentación correspondiente establecerá las normas complementarias sobre el despacho de vino en establecimientos de consumo. Véase: vinos.

consumo humano de aceites de semillas. Según el Código Alimentario, 3.16.20. Se autoriza la utilización de aceites de semillas para consumo humano cuando reúnan las características que este Código determine para las distintas variedades. Véase aceites de semillas.

contadino. Véase: salchichón Contadino.

contenido de ácido fólico en los alimentos. Véase: alimentos ricos en ácido fólico.

contenido de ácido linoleico en los alimentos. Véase: alimentos ricos en ácido linoleico.

contenido de ácido oxálico en los alimentos. Véase: alimentos ricos en ácido oxálico.

contenido de azúcar en los alimentos. Véase: alimentos para diabéticos; alimentos ricos en carbohidratos.

contenido de calcio en los alimentos. Véase: alimentos ricos en calcio.

contenido de carbohidratos en los alimentos. Véase: alimentos ricos en carbohidratos.

contenido de cinc en los alimentos. Véase: alimentos ricos en cinc.

contenido de cistina en los alimentos. Véase: alimentos ricos en cistina.

contenido de colesterol en los alimentos. Véase: alimentos ricos en colesterol.

contenido de condiciones generales de juguetes. Véase: contenido de condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

contenido de condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico. Según el Código Alimentario, 2.09.01. Los objetos y utensilios, así como los útiles de trabajo, que puedan estar en contacto con la piel o las mucosas se ajustarán a las condiciones generales del presente capítulo. Se considerarán, entre otros, incluidos en el mismo: a) Juguetes infantiles. b) Material escolar. c) Material de escritorio. d) Instrumentos musicales. e) Útiles de barbería y peluquería. f) Objetos de adorno o uso personal. G) Ropa y tapicerías. h) Mobiliario. i) Coches y vehículos infantiles. j) Pinturas, barnices y lacas de uso en los anteriores. Véase: condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

contenido de condiciones generales de material de uso doméstico. Véase: contenido de condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

contenido de condiciones generales de útiles de colegio. Véase: contenido de condiciones generales de juguetes, útiles de colegio y material de uso doméstico.

contenido de fibra en los alimentos. Véase: alimentos ricos en fibra.

contenido de fósforo en los alimentos. Véase: alimentos ricos en fósforo.

contenido de gluten en los alimentos. Véase: alimentos sin gluten.

contenido de grasa en los alimentos. Véase: alimentos ricos en grasa; alimentos sin grasa; contenido en grasas de los alimentos; grasas comestibles.

contenido de grasas de los alimentos. Véase también: alimentos; alimentos ricos en grasa. Relacionamos, en orden ascendente de grasa total, expresado en porcentaje de porción comestible:

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Albaricoque	0,10	tr.	tr.	tr.
Bacalao ahumado	0,10	0,10	0,20	0,20
Bacalao salado remojado	0,10	0,10	0,05	0,20
Café (infusión)	0,10	tr.	tr.	tr.
Caramelos	0,10			
Confitura de frutas	0,10	tr.	tr.	tr.
Ensalada de frutas enlatada	0,10			
Frijol	0,10			
Leche de vaca desnatada	0,10			
Litchis	0,10			
Mango	0,10	0,05	0,07	0,03
Pepinillos en vinagre, conserva	0,10	tr.	tr.	tr.
Queso fresco desnatado “Dannon”	0,10			
Zumo de zanahoria, envasado	0,10	tr.	tr.	tr.
Tomate	0,11	tr.	tr.	0,11
Ciruela	0,15	tr.	tr.	tr.
Alubia blanca en conserva	0,20	0,07	tr.	0,12
Arándano	0,20			
Arroz blanco hervido	0,20	tr.	tr.	tr.
Calabacín	0,20			
Calabaza	0,20			
Cardo	0,20			
Clara de huevo	0,20			
Chirimoya	0,20			
Dátil seco	0,20			
Ketchup	0,20	0,04	0,05	0,13

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Leche desnatada con Ca Vit A,D y E “Leyma”	0,20	0,05	0,03	tr.
Leche UHT desnatada	0,20	0,04	tr.	tr.
Lima	0,20			
Palosanto sin piel	0,20	tr.	tr.	TR
Pepino	0,20	0,06	0,01	0,08
Pimiento	0,20	0,04	0,01	0,10
Puré de tomate	0,20			
Rábano	0,20	tr.	tr.	tr.
Sandía	0,20	tr.	tr.	tr.
Sémola de trigo hervida	0,20	0,02	0,02	0,08
Tapioca cruda	0,20	tr.	tr.	T
Toronja	0,20			
Zanahoria	0,20	0,05	0,02	0,12
Zumo de naranja, envasado	0,20	tr.	tr.	tr.
Patata	0,21	0,05	tr.	0,11
Acerola	0,23			
Ajo	0,23	0,05	0,03	0,10
Endibia	0,24	0,04	0,02	0,13
Plátano	0,27	0,12	tr.	0,09
Licor de café	0,29	0,10	0,02	0,10
Ancas de rana	0,30	0,02	0,02	0,02
Boniato crudo	0,30	0,06	tr.	0,13
Dátil	0,30			
Escarola	0,30			
Espárrago en lata	0,30			
Fresón	0,30	tr.	0,05	0,19
Guindillas secas	0,30			
Leche de coco	0,30			
Leche desnatada A+D UHT “Puleva”	0,30			

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Leche desnatada calcio UHT “Puleva”	0,30			
Leche desnatada vitaminada LAUKI	0,30	0,05	0,03	tr.
Leche fermentada bifidobacterium desnatada natural	0,30	0,10	0,15	tr.
Lombarda	0,30			
Menestra de verduras conserva	0,30	0,06	tr.	0,15
Nabo	0,30	0,04	0,03	0,16
Pomelo	0,30			
Tamarindo	0,30			
Yogur desnatado	0,32	0,11	0,15	tr.
Maíz inflado con miel Corn pops “Kelloggs”	0,35			
Yogur desnatado con frutas	0,38			
Acelgas	0,40	tr.	tr.	tr.
Anchoa	0,40			
Bacalao fresco	0,40	0,20	0,10	0,40
Ciruelas secas	0,40			
Guisantes	0,40	0,17	0,14	0,05
Habas	0,40	0,03	0,19	0,14
Higos chumbos	0,40			
Judía verde cruda	0,40	0,09	0,06	0,20
Lechuga	0,40	0,08	TR	0,26
Limón	0,40			
Pastas sin gluten (Noglut) “Santiveri”	0,40			
Percebes	0,40	0,01	0,01	0,01
Ají	0,50			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Almejas, berberechos y similares en conserva	0,50	0,05	0,03	0,12
--	------	------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Almejas, berberechos y similares en conserva	0,50	0,05	0,03	0,12
Almejas, chirlas, berberchos, etc.	0,50	0,05	0,03	0,12
Calamares y similares	0,50	0,05	0,03	0,12
Cangrejo de río crudo	0,50	0,06	0,13	0,19
Carambola sin piel cruda	0,50	0,11	0,13	0,15
Cebollino	0,50	0,12	0,08	0,22
Cereza	0,50	0,11	0,13	0,15
Guayabas	0,50			
Níspero	0,50			
Trufa de Périgord	0,50			
Kivis	0,54			
Batata	0,60	0,21	0,04	0,18
Frambuesas	0,60	0,02	0,06	0,34
Guindillas verdes	0,60			
Judía verde congelada	0,60	1,16	0,06	0,22
Paella de marisco congelado comercial "Frudesa"	0,62	0,28	0,25	0,08
Salsa agridulce "Mc Donald"	0,63	0,63	0,63	0,63
Abadejo	0,70	0,12	0,07	0,45
Albaricoque seco	0,70			
Arroz a la cazuela	0,70	0,10		
Bacaladilla	0,70			
Cigala	0,70	0,11	0,15	0,22
Menta (infusión)	0,70			
Níscalo crudo	0,70	0,14	0,04	0,49
Pan para diabéticos	0,70			
Pavo, pechuga	0,70	0,07	0,25	0,25

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Surimi	0,70	0,18	0,15	0,13
Tenca	0,74			

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Arroz blanco crudo	0,80	0,17	0,20	0,26
Arroz integral hervido	0,80	0,15	0,24	0,25
Copos de maíz tostado Corn flakes KELLOGGS	0,80	0,20		
Harina de arroz	0,80			
Melocotón seco	0,80			
Pasas crudas	0,80	0,16	0,14	0,14
Pastas italianas sin gluten “Santiveri”	0,80	0,49	0,11	0,20
Perca	0,80	0,11	0,08	0,06
Pescadilla	0,80	0,09	0,29	0,17
Sopa de verduras	0,80	1,12	0,34	0,30
Tabletas energéticas “Santiveri”	0,80			
Yogur líquido	0,88	0,51	0,22	0,02
Brécol	0,90			
Lucio al horno	0,90	0,15	0,20	0,26
Pasta al gluten “Santiveri”	0,90			
Pasta al gluten “Santiveri”	0,90			
Pasta al gluten “Santiveri”	0,90			
Quisquilla congelada	0,90	0,10	0,20	0,30
Raya	0,90	0,20	0,20	0,40
Sorbete	0,90	0,52	0,24	tr.
Vieira	0,90	0,21	0,08	0,51
Batido proteico de cacao “Santiveri”	1,00			
Carne de caballo	1,00	0,25	0,45	0,18
Codorniz	1,00	0,60	0,53	0,50
Copos de arroz con miel PAS-CUAL	1,00	0,27	0,34	0,38
Faneca	1,00	0,25	0,18	0,27

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Leche desnatada en polvo	1,00	0,65	0,22	0,03
--------------------------	------	------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Mora	1,00			
Pan de payés	1,00	0,15	0,07	0,43
Pan de trigo y centeno	1,00	0,13	0,10	0,47
Pulpo	1,00			
Sepia cruda	1,00	0,24	0,13	0,30
Bogavante crudo	1,10	0,14	0,24	0,46
Chirivía	1,10	0,18	0,45	0,18
Pan blanco de barra sin sal	1,10	0,23	0,14	0,40
Pan de cebada	1,10			
Berberecho crudo	1,20	0,55	0,17	0,14
Bígaro hervido	1,20	0,20	0,20	0,40
Champiñón cultivado	1,20	0,20	0,06	0,54
Harina de trigo	1,20	0,14	0,12	0,46
Pasta alimenticia hervida	1,20	0,16	0,13	0,54
Pasta alimenticia hervida	1,20	0,16	0,13	0,54
Sémola de trigo cruda	1,20	0,16	0,13	0,54
Sopa de ternera y vegetales preparado enlatado “Campbell”	1,26	0,37	0,38	0,12
Alubia blanca cruda	1,30	0,28	0,10	0,70
Arame	1,30			
Arroz tres delicias “Findus”	1,30	0,30		
Calet	1,30			
Flan de vainilla	1,30	1,82	0,87	0,10
Gambas y camarones	1,30	0,16	0,32	0,49
Gambas y camarones	1,30	0,16	0,32	0,49
Langostinos	1,30	0,29	0,36	0,29
Lubina	1,30	0,24	0,53	0,32
Preparado panificable- repostería sin gluten “Sanavi”	1,30	0,81	0,13	0,36

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Caracoles	1,40			
Harina de cebada	1,40			

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Ostras	1,40	0,28	0,14	0,41
Pasta alimenticia cruda	1,40	0,19	0,15	0,63
Pasta alimenticia cruda	1,40	0,19	0,15	0,63
Platija	1,40	0,18	0,36	0,27
Queso blanco desnatado	1,40	0,90	0,40	tr.
Solla	1,40	0,18	0,36	0,27
Judías blancas	1,50	0,21	0,08	0,82
Leche de soja	1,50			
Leche en polvo desnatada	1,50	1,00	0,40	tr.
Levadura seca	1,50			
Macarrones	1,50	0,30	0,10	0,80
Pan de avena	1,50			
Pasta con huevo hervida	1,50	0,30	0,50	0,20
Pasta con huevo hervida	1,50	0,30	0,50	0,20
Pastas al huevo hervida	1,50	0,30	0,50	0,20
Quisquilla cruda	1,50	0,32	0,29	0,17
Tostadas sin gluten (Noglut) “Santiveri”	1,50			
Yogur sabores	1,50			
Arroz tres delicias “Frudesa”	1,55	0,48	0,57	0,50
Bogavante hervido	1,60	0,20	0,30	0,60
Cangrejo buey hervido	1,60	0,20	0,30	0,60
Carne de ciervo	1,60	0,80	0,40	0,40
Higos secos	1,60			
Leche semidesnatada Ca UHT “Puleva”	1,60			
Pan blanco de barra	1,60	0,39	0,28	0,34
Pan integral de trigo	1,60	0,31	0,23	0,71
Trigo inflado con miel “Pas-	1,60	0,36	0,79	0,46

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

cual”				
Vieja	1,62			

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Arroz pulido sin cáscara	1,70	0,13	0,15	0,21
Bacalao salado seco	1,70	0,71	0,40	0,59
Cabeza de jabalí	1,70			
Centeno	1,70	0,28	0,42	0,74
Leche de mujer (10 días post-parto)	1,70	1,72	1,31	0,37
Lentejas	1,70	0,23	0,30	0,84
Minicroquetas de pollo congelado comercial "Findus"	1,70	1,20		
Crema de pollo y champiñón preparado enlatado "Campbell"	1,76	,1,76	1,76	1,76
Minestrón preparado enlatado "Campbell"	1,76			
Sopa de buey preparado enlatado "Campbell"	1,76			
Sopa de pavo y fideos preparado enlatado "Campbell"	1,76	0,21	0,30	0,10
Sopa de tomate preparado enlatado "Campbell"	1,76			1,75
Sopa de vegetales preparado enlatado "Campbell"	1,76	1,76		0,00
Almeja	1,80	0,53	0,38	0,38
Espaguetis	1,80	0,20	0,20	0,80
Gamba roja cruda	1,80	0,30	0,37	0,60
Huevas frescas	1,80	0,29	0,32	0,51
Merluza	1,80	0,35	0,43	0,46
Salsa barbacoa	1,80	0,27	0,77	0,68
Atún enlatado en agua	1,90	0,53	0,53	0,84
Gallo	1,90	0,33	0,39	0,61
Halibut	1,90	0,27	0,54	0,36
Pan de maíz	1,90			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Arroz a la marinera	2,00	0,30		
Arroz con leche	2,00	1,77	1,10	0,18

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Besugo	2,00			
Copos tostados de trigo integral Bran flakes Kelloggs	2,00	0,40		
Harina de centeno	2,00	0,24	0,19	0,80
Langosta	2,00	0,22	0,34	0,67
Lasaña	2,00			
Leche de burra	2,00	1,01		
Lomo de cerdo	2,00	0,90	1,10	0,65
Rape	2,00	0,51	0,16	1,03
Solomillo de cerdo	2,00	0,90	1,15	0,65
Trigo candeal	2,00	0,28	0,21	0,84
Trigo, grano entero	2,00	0,37	0,27	1,05
Cebada	2,10			
Croquetas de bacalao congelado comercial "Findus"	2,10	0,50		
Habas secas	2,10	0,30	0,30	1,10
Paté de hígado de cerdo	2,10	6,30	9,95	3,10
Pimienta blanca	2,10			
Fiambre york	2,15	0,75	1,10	0,30
Salema	2,17			
Castañas	2,20	0,72	0,68	0,32
Harina integral de trigo	2,20	0,32	0,25	1,00
Mejillón crudo	2,20	0,71	0,44	0,38
Regaliz	2,20	0,60	0,50	0,70
Fiambre lomo adobado	2,30	0,80	0,95	0,40
Flan de huevo normal "dano-ne"	2,30			
Guisantes secos	2,30	0,77	0,66	0,23
Flan de huevo ligero "danone"	2,31			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Paella marinera congelado comercial "Frudesa"	2,36	0,45	0,62	1,29
---	------	------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Horchata de chufa “che” “Puleva”	2,40	0,50		
Croquetas de merluza	2,46	0,96	1,13	0,37
Gofio de trigo	2,48	0,51	0,41	1,55
Callos de ternera	2,50			
Pan tostado de trigo	2,50	0,60	0,40	1,00
Redondo de ternera (filete) cocido	2,50	0,95	1,10	0,17
Arroz integral crudo	2,60	0,52	0,83	0,89
Riñón de ternera	2,60	2,10	1,70	0,50
Yogur natural	2,60	1,50	0,72	0,13
Crema de patatas preparado enlatado “Campbell”	2,64	0,45	0,21	0,15
Sopa de guisantes verdes preparado enlatado “Campbell”	2,64	0,50	0,36	0,14
Sopa de pavo y vegetales preparado enlatado “Campbell”	2,64	0,64	0,95	0,47
Sopa de pollo y vegetales preparado enlatado “Campbell”	2,64	0,71	1,06	0,50
Crema de tomate	2,70	1,40	1,10	0,06
Croquetas de marisco congelado comercial “Findus”	2,70	0,60		
Croquetas de pollo congelado comercial “Findus”	2,70	0,70		
Dorada	2,70	0,50	0,80	0,50
Gofio canario	2,70	0,31	0,36	1,15
Jabalí	2,70	0,79	1,00	0,38
Mejillón hervido	2,70	0,50	0,40	1,00
Biscotes glutinados con harina de malta	2,73			
Berberechos al natural	2,75	1,19	0,51	0,05

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Congrio	2,80			
Faisán	2,80	0,96	0,92	0,49
Harina de maíz	2,80	0,28	0,50	0,84

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Breca	2,82			
Bizcocho	2,90	1,40	1,20	0,30
Mejillón conserva	2,90	0,46	0,49	0,71
Pan integral de trigo tostado	2,90	0,60	0,60	0,90
Pavo sin piel, asado	2,90	1,00	0,74	0,96
Chanquete	3,00			
Jamón cocido	3,00	0,45	1,45	1,60
Leche de vaca entera	3,00			
Leche entera con Ca “Puleva”	3m60	1m989	1m05	0m09
Morralla	3,00			
Pescados comidos enteros	3,00			
Picatostes	3,00	0,60	0,40	1,00
Pichón sin piel, asado	3,00	0,48	1,10	0,64
Trucha	3,00	0,39	0,67	0,98
Liebre	3,01			
Riñón de cordero	3,03			
Pote gallego preparado enlata- do “Litoral”	3,08	1,27	1,48	0,34
Costillas de ternera	3,10	1,17	1,33	0,27
Solomillo de ternera crudo sin grasa	3,10	1,28	1,31	0,33
Croquetas de queso congelado comercial “Findus”	3,30	0,80		
Hígado de buey	3,30	1,45	1,37	0,14
Pan de Viena	3,30			
Pimienta negra	3,30			
Carne de ballena	3,38			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Leche fermentada bifidobacterium entera natural	3,40	2,20	0,90	0,10
Pasta rellena hervida con carne	3,40	1,30	1,60	0,32
Pasta rellena hervida con carne	3,40	1,30	1,60	0,32
Pollo, muslo	3,40	1,40	1,40	0,49

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Puré de patatas con leche	3,40	1,90	0,67	0,13
Puré de pavo con arroz y zanahorias preparado enlatado "Sandoz"	3,40			
Pan de molde sándwich "bimbo"	3,49	0,68	1,72	1,05
Batido energético de cacao "Santiveri"	3,50			
Cereales integrales "Kelloggs"	3,50	0,50		
Kéfir	3,50			
Leche pasteurizada	3,50	2,10	1,10	0,16
Solomillo de buey	3,50	1,70	0,90	0,10
Yogur bio sabores	3,50			
Crema de espárragos preparado enlatado "Campbell"	3,52	0,79	0,56	0,75
Crema de judías con bacón preparado enlatado "Campbell"	3,52	0,54	0,77	0,65
Corazón de cerdo	3,60	0,96	0,59	1,53
Leche UHT entera	3,60	2,20	1,05	0,12
Raviolis de carne, con salsa de tomate, en conserva	3,60	1,30	1,60	0,32
Rodaballo	3,60	0,70	0,60	0,60
Yogur enriquecido	3,60	2,28	0,88	0,07
Pavo, muslo	3,61	1,31	0,73	0,90
Hígado de pollo	3,70	1,21	1,33	0,78
Pan de molde blanco	3,70	0,56	0,73	1,17
Salmonete	3,70	0,96	0,76	0,56
Pizza romana congelado comercial "La Cocinera"	3,78	2,10	1,10	0,51
Hígado de ternera	3,80	1,79	0,65	0,97
Maíz	3,80	0,52	1,03	1,50

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Tomate frito “orlando”	3,88	0,40	0,89	2,59
Leche de cabra	3,90	2,58	1,06	0,00

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Puré de ternera a la jardinera preparado enlatado “Sandoz”	3,90			
Cabrito o choto	4,00			
Corazón de ternera	4,00	1,96	1,06	0,11
Corazón de vaca crudo	4,00	1,60	0,98	0,54
Hígado de cordero	4,00	2,00	1,47	0,14
Hígado de vaca	4,00	4,50	0,64	0,84
Puré de pollo con pasta y champiñones preparado enlatado “Sandoz”	4,00	4,00	4,00	4,00
Requesón	4,00	2,46	1,03	0,12
Puré de pollo con verduras preparado enlatado “Sandoz”	4,10			
Panecillo bocata BIMBO	4,18	0,84	2,06	1,26
Palomitas de maíz sin aceite ni sal	4,20	0,60	1,10	1,90
Pasta con huevo cruda	4,20	0,92	1,50	0,38
Pasta con huevo cruda	4,20	0,92	1,05	0,38
Pastas al huevo cruda	4,20	0,92	1,50	0,38
Croquetas de bacalao congelado comercial “La Cocinera”	4,24	0,59	1,21	2,43
Barrita proteica “Santiveri”	4,30			
Batido de cacao	4,30	2,75	1,24	0,14
Pez espada	4,30	1,04	1,29	0,89
Puré de merluza besamel preparado enlatado “Sandoz”	4,30			
Sargo	4,40			
Sopa de cebolla	4,40	2,50	1,41	0,21
Sopa de cebolla preparado enlatado “Campbell”	4,40	1,48	1,19	0,58
Sopa de ostras cocidas preparado enlatado “Campbell”	4,40			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Fibracao “Sanavi”	4,50	2,50	1,50	0,50
-------------------	------	------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Croquetas de jamón congelado comercial “La Cocinera”	4,56	0,94	1,52	2,09
Salsa siciliana picante “gallo”	4,57	0,59	3,35	0,63
Cuajada	4,60	2,82	1,26	0,06
Solomillo de ternera asado	4,60	1,80	2,00	0,62
Salsa napolitana “gallo”	4,68	0,42	1,36	2,85
Gofio de maíz	4,73	0,72	1,01	2,99
Molleja de ternera asada	4,80	1,50	1,50	0,80
Soja fresca	4,80			
Biscote	5,00	1,40	1,80	1,10
Hígado de cerdo	5,00	1,85	0,93	1,72
Palometa	5,00	0,70	0,30	0,80
Cangrejos, nécoras y similares	5,10	0,69	1,13	2,18
Cangrejos, nécoras y similares	5,10	0,69	1,13	2,18
Carne magra de ternera	5,10	2,00	2,23	0,19
Castaña seca	5,10	1,54	1,45	0,68
Pasta rellena hervida con queso	5,10	2,05	2,34	0,49
Pasta rellena hervida con queso	5,10	2,05	2,34	0,49
Queso blanco semigraso 20% MG	5,10	3,07	1,29	0,14
Carpa	5,20	0,90	1,98	1,17
Centolla	5,20	0,71	1,15	2,22
Conejo	5,20	1,80	1,40	1,50
Riñón de cerdo	5,20	2,34	1,39	1,25
Crema de camarón preparado enlatado “Campbell”	5,28	1,65	0,77	0,10
Tortellini italiana congelado comercial “Frudesa”	5,29	1,81	2,04	1,43
Calamares y similares (conserva)	5,30	1,16	1,11	3,04

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Caviar sucedáneo	5,30	0,86	1,10	2,48
Caviar, sucefáneo	5,30	0,86	1,10	2,45

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Salsa de tomate	5,30	0,81	1,40	2,30
Croquetas de pollo congelado comercial "La Cocinera"	5,32	0,89	1,73	2,68
Garbanzos con callos preparado enlatado "Litoral"	5,32	2,10	2,47	0,77
Canelones de carne "La Cocinera"	5,33	2,40	1,76	1,20
Garbanzos	5,50	0,38	1,60	2,50
Leche de almendras	5,50	0,49	3,57	1,43
Pollo, pechuga	5,50	1,80	1,40	1,50
Quinoa, cruda	5,60	0,50	1,40	2,10
Croquetas de jamón congelado comercial "Findus"	5,80	1,30		
Lengua de ternera	5,80			
Callos a la madrileña "la tila"	5,82	2,42	2,66	0,23
Corazón de pollo	5,83	2,44	0,89	0,53
Paletilla de ternera cruda	5,90	2,70	2,70	0,27
Bonito	6,00			
Boquerón	6,00	2,30	0,81	2,30
Caviar de lumpo	6,00	1,00	1,40	2,60
Leche de oveja	6,00	4,01	1,55	0,29
Mero	6,00	0,92	1,79	2,78
Queso quark "danone"	6,00			
Canelones Rossini "La Cocinera"	6,10	1,40		
Lasaña de carne y paté congelado comercial "La Cocinera"	6,10	2,84	1,83	1,41
Crema de apio preparado enlatado "Campbell"	6,16	0,97	0,68	0,93
Crema de champiñones preparado enlatado "Campbell"	6,16	1,86	1,08	1,67

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Canelones de atún claro “Fru- desa”	6,20	2,61	1,83	1,83
Pollo entero con piel, asado	6,20	1,80	2,90	1,20

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Salsa boloñesa “gallo”	6,23	1,63	2,55	2,05
Pan rallado	6,40	1,20	0,80	2,30
Pintada	6,40	1,71	2,25	1,44
Minicroquetas de jamón congelado comercial “Findus”	6,50	2,70		
Tofu	6,60	0,80	1,30	3,20
Delicias de calamar congelado comercial “La Cocinera”	6,74	0,82	1,73	4,19
Jurel	6,80			
Mújol	6,80	2,29	1,42	2,42
Bonito del Norte crudo	7,00	1,00	0,80	1,70
Avena	7,09			
Lengua de vaca/buey	7,10	3,00	3,30	0,40
Harina de avena	7,15	1,23	2,36	2,71
Pizza romana congelado comercial “Findus”	7,20	2,70		
Tallarines carbonara congelado comercial “Frudesa”	7,25	3,50	3,19	0,55
Pizza margarita merluza y gambas congelado comercial “La Cocinera”	7,36	3,56	2,21	1,58
Bocadillos de pescado	7,40	0,90		
Arenque ahumado	7,50	5,02	4,06	8,46
Calamares fritos	7,50	1,90	2,80	2,10
Chopped pavo	7,50			
Lenguado	7,50	0,16	0,24	0,39
Delicias de queso congelado comercial “Findus”	7,70	1,90		
Pizza margarita queso y tomate congelado comercial “La Cocinera”	7,79	4,70	2,57	0,59
Calamares a la romana “La	7,80	1,11	2,23	4,48

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Cocinera”				
Lentejas con chorizo preparado enlatado “Litoral”	7,87	3,38	3,81	3,81

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Canelones a la italiana “Findus”	7,90	3,30		
Helados	7,90	4,00	2,90	0,70
Cacao en polvo azucarado	8,10	4,47	2,56	0,25
Cocido español “Litoral”	8,10	3,57	3,70	0,83
Mousse de chocolate	8,10	4,79	2,59	0,25
Leche evaporada entera	8,20	5,02	2,48	0,19
Salmón ahumado	8,20	1,36	3,56	3,29
Albóndigas con chorizo	8,23	3,57	3,76	0,90
Paleta de cerdo	8,25	3,20	3,88	2,65
Bonito del Norte en aceite de soja	8,40	1,80	1,80	4,20
Jamón curado sin grasa	8,40	3,00	4,09	0,91
Delicias de merluza congelado comercial “Pescanova”	8,59	1,46	2,34	4,79
Sesos de ternera	8,60			
Pizza de atún congelado comercial “Findus”	8,70	3,20		
Sesos de cordero	8,80	2,00	1,70	1,00
Fabada asturiana preparado enlatado “Litoral”	8,82	3,73	4,15	0,93
Varitas de merluza empanadas congelado comercial “Pescanova”	8,85	1,25	2,12	5,50
Palitos de merluza congelado comercial “Pescanova”	8,96	1,03	2,13	2,79
Minicroquetas de bacalao congelado comercial “Findus”	9,00	3,80		
Pizza margarita congelado comercial “Findus”	9,00	3,80		
Sesos de cerdo	9,00	2,00	1,60	1,40
Delicias de jamón y queso congelado comercial “Findus”	9,08	3,04	5,52	0,51

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Leche concentrada	9,10	5,90	2,52	0,22
Alacha	9,13			

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Germen de trigo	9,20	1,68	1,42	4,49
Anchoa enlatada en aceite	9,30	1,22	5,04	3,04
Boga	9,39			
Sardina	9,40	2,60	2,80	2,90
Calamares a la romana “Fin-dus”	9,70	1,40		
Leche condensada LA LE-CHERA	9,70	6,30	2,90	0,30
Lija	9,70	1,26	2,34	2,43
Albóndigas	9,72	2,48	4,27	2,97
Pizza al atún claro congelado comercial “La Cocinera”	9,77	4,70	3,18	1,87
Helado cremoso	9,80	6,40	2,40	0,30
Pizza tomate y queso	9,80	4,12	3,21	1,99
Caballa	10,00	2,19	3,47	2,19
Calamares a la romana	10,00	1,33	4,03	4,09
Corazón de cordero	10,00		4,20	0,36
Mostaza	10,00	1,30	4,80	1,80
Caballa en aceite	10,05	1,61	6,17	2,27
Croquetas de pescado frito	10,10	2,60	3,80	3,30
Corazón de buey	10,60	4,28	4,86	0,41
Hamburguesa con queso	10,60	5,20	4,10	0,84
Rollitos de primavera, fritos	10,60	4,00	4,84	1,20
Paletilla de cordero asada sin grasa	10,70	5,50	4,20	0,50
Caprichos de fresa “Sanavi”	11,00	4,43	5,38	1,19
Pierna de cerdo	11,00	3,40	4,35	2,95
Salmón	11,00	1,90	1,40	3,10
Salsa mornay	11,10	6,70	3,40	0,50
Bonito en aceite	11,50	1,80	3,10	5,40

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Jamón serrano magro	11,50	4,00	4,50	0,77
---------------------	-------	------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Entrecot de vaca con grasa parrilla	11,60	5,00	5,60	0,47
Aceituna verde en salmuera	11,80	1,75	7,20	1,35
Huevo de pata	11,80	2,90	4,90	2,00
Atún	12,00	2,77	2,39	3,07
Lomo embuchado	12,00	4,70	5,40	2,35
Salsa mostaza caliente “McDonald”	12,00	1,53	3,69	5,58
Turrón de avellanas al cacao con fructosa “Santiveri”	12,00	15,20	22,00	4,50
Turrón de mazapán y nueces con fructosa “Santiveri”	12,00	1,50	17,50	11,00
Empanadillas de atún congelado comercial “Findus”	12,03	5,13	3,68	3,21
Huevo de gallina	12,10	3,30	4,90	1,80
Requesón de Miraflores	12,10			
Huevo de pava	12,20	3,33	4,23	1,26
Tortilla a la francesa (omelette)	12,30	3,70	5,00	1,50
Falda de vaca cocida	12,40	5,30	6,00	0,50
Aceituna verde	12,50	1,50	7,83	1,26
Atún en aceite	12,55	1,61	1,99	8,95
Falda de vaca cruda	12,70	5,70	5,90	0,52
Chopped cerdo	13,00	4,30	5,85	2,00
Pimentón en polvo	13,00	1,90	1,40	7,10
Crema de almendras, envasada, sin reconstituir	13,20	0,90	7,29	2,10
San jacob “Findus”	13,34	2,70	4,57	6,07
Pizza americana romana congelado comercial “Findus”	13,40	5,80		
Empanadillas de carne congelado comercial “Findus”	13,50	5,30		

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Pierna de cordero con grasa, asado	13,60	6,40	5,70	0,85
Aguacate	13,80	1,45	9,32	1,07

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Pierna de cordero con grasa, cruda	13,90	6,71	6,69	0,85
Marie-diet “Sanavi”	14,00	4,54	5,96	3,50
Mejillón escabeche	14,00	2,76	2,77	8,52
Pato	14,00	3,96	5,76	2,88
Empanadillas de bonito congelado comercial “La Cocinera”	14,01	6,72	4,76	2,52
Cabeza de jabalí fiambre	14,20	5,10	6,90	1,30
Bizcochos glutinados con fructosa “Sanavi”	14,30	5,61	6,95	1,74
Arenque	14,60	1,63	4,07	1,43
Vitadiab “Sanavi”	14,80	4,36	5,89	4,55
Yogurvi “Sanavi”	14,80	4,36	5,89	4,88
Queso de Burgos	14,90	8,80	4,30	0,89
Chuletas de cerdo	15,00	5,85	7,25	5,00
Mortadela con aceitunas	15,00	5,25	7,80	2,25
Angula	15,50	2,84	8,95	1,33
Bizcochos sin gluten con chocolate	15,60	12,16	1,18	2,26
Galletas sin gluten vainilla “Sanavi”	15,60	4,47	4,39	6,74
Sardinas en aceite	15,70	3,28	7,17	5,25
Pizza americana cuatro quesos congelado comercial “Findus”	15,90	7,40		
Atún, bonito, caballa y otros (en escabeche)	15,95	1,89	2,97	11,00
Atún, bonito, caballa y otros (en escabeche)	15,95	1,89	2,97	11,00
Chuletas de cordero parrilla	16,00	7,80	6,10	0,75
Sardinas en escabeche	16,10	3,55	3,48	9,08

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Leche en polvo semidesnatada	16,30	9,70	5,10	0,60
Gallevit “Sanavi”	16,80	4,90	6,20	5,70
Costillas de cordero	17,00	8,72	6,02	0,56

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Caviar natural	17,10	2,50	3,50	5,70
Oca sin piel asada	17,70	7,30	6,90	2,50
Morcilla cruda	17,80	14,40	14,31	3,09
Salavi “Sanavi”	17,90	5,80	6,60	5,50
Anguila	18,00	4,58	7,03	4,58
Chorizo	18,00	6,45	8,10	2,55
Almendrado	18,10	1,50	12,40	3,40
Gallina	18,10	5,12	7,44	3,99
Paleta de cordero	18,30	8,50	7,10	1,09
Crema de pollo preparado enlatado “Campbell”	18,38	3,27	6,46	5,84
Filete de pescado congelado comercial “Mc Donald”	18,38	3,27	6,46	6,84
Soja seca	18,60	2,07	3,15	8,19
Caprichos de cacao “Sanavi”	18,70	8,17	7,99	2,54
Bimbocao	18,90	1,22	6,03	7,92
Galleta tipo María	19,00	9,70	5,70	2,50
Salchichas tipo Franckfurt	19,50	6,79	7,65	1,32
Gelantinas fiambre	19,80	7,60	8,80	1,30
Barrita energética “Santiveri”	20,00			
Nata líquida cocinar	20,00	12,70	5,70	0,49
Buñuelos	20,10			
Chuletas de cordero cruda	20,10	9,96	8,50	1,18
Butifarra cruda	20,30	7,40	8,33	1,44
Croissant	20,30			
Chuletas de ternera	20,50	7,50	8,59	0,73
Galletas dietéticas con salvado “Sanavi”	21,10	4,10	13,60	3,40
Bombones	21,20			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Sardinas en salsa de tomate	21,20	3,18	4,90	13,10
Lomo de ternera	21,60	9,30	9,50	0,90

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Chocolitos “Sanavi”	21,70	10,59	8,59	2,52
Empanado de carne picada de cerdo	21,80	11,00	8,20	1,60
Magdalenas	22,00	0,00	14,70	5,09
Bacón ahumado a la parrilla	22,10	8,30	9,30	2,90
Jamón serrano ibérico	22,40	6,49	13,21	2,46
Tortas granadinas dietéticas con fructosa “Sanavi”	22,40	3,80	10,00	8,20
Queso brie	22,50	17,30	8,00	0,80
Jamón curado con grasa	22,60	7,94	11,06	2,58
Galletas sin gluten “Noglut”	23,00	8,40	7,60	7,00
Paletilla de cordero asada con grasa	23,00	11,70	9,10	1,10
Queso fundido graso	23,00	13,77	8,69	0,77
Harina de soja	23,50	2,61	3,98	10,34
Costillas de cerdo	23,60	8,41	9,59	1,98
Chufa	23,80	3,60	17,76	1,98
Queso de cabra fresco	23,90	15,36	6,22	0,81
Mazapán	24,00	1,90		
Queso de Camembert	24,00	15,60	6,50	0,60
Queso majorero	24,30	16,91	5,24	0,82
Roscas glutinados con lactitol “Sanavi”	24,90	6,80	13,80	4,30
Manitas de cerdo	25,00	8,33	11,18	2,90
Queso de bola	25,00	14,70	7,20	0,62
Queso graso	25,00			
Salchichas tipo Viena	25,00	8,80	11,40	3,50
Lacitos de hojaldre dietético con fructosa “Sanavi”	25,25	9,59	10,83	4,83
Queso manchego fresco	25,40	13,68	7,28	0,73

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Arenque salado	25,60	6,44	7,59	11,60
Pastas glutinadas con lactitol “Sanavi”	26,10	7,20	14,30	4,60

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Queso de vaca y oveja, fresco	26,30	15,93	7,56	0,72
Bizcocho de chocolate	26,40			
Masa de hojaldre congelado comercial "Findus"	26,40	13,00		
Queso parmesano	26,50	18,70	7,70	0,58
Mortadela común	27,00	9,81	11,07	1,92
Salchichas frescas	27,00	9,36	10,62	1,84
Leche en polvo entera	27,10	16,17	8,55	0,93
Roscas sin gluten sabor nata "Sanavi"	27,10	6,63	14,99	5,48
Queso gouda	27,40	17,70	7,80	0,66
Longaniza	27,50	11,25	1,50	4,65
Queso gallego	28,00	15,03	8,02	0,69
Queso edam	28,30	17,30	7,92	0,91
Queso raclette	28,40	17,40	7,90	1,50
Queso munster	28,70	18,20	8,30	0,63
Queso Arzúa-ulloa. (Queixo de Arzúa – Ulloa)	29,00	17,98	8,46	1,01
Salchichón	29,00	10,50	14,37	4,60
Chocolate bitter, sin azúcares, bajo en calorías "Sanavi"	29,40	18,20	9,70	1,50
Queso azul	29,60	18,50	8,60	0,90
Queso emmental	29,70	18,40	9,20	1,30
Aceituna negra	30,00	3,78	18,81	3,06
Aceituna negra en salmuera	30,00	4,20	20,90	3,40
Caqui	0.30			
Chocolate negro	30,00	17,80	9,60	0,90
Palmito conserva	0.30			
Turrón de chocolate y arroz inflado con fructosa "Santiveri"	30,00	12,70	14,00	3,20

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Volador	0,30			
Mantecados dietéticos con fructosa “Sanavi”	30,10	5,20	19,80	5,10

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Queso manchego semicurado	30,40	18,90	9,00	0,75
Chocolote con leche “Nestlé”	30,50	19,10		
Chocolate	30,60			
Salsa holandesa	30,60	18,90	0,20	1,20
Chocolate blanco	30,90	18,20	9,90	1,10
Queso gruyère	31,00	36,65	8,88	0,77
Queso gorgonzola	31,20			
Queso san simón	31,70	20,58	9,63	1,22
Queso roquefort	32,00	20,70	8,00	1,50
Turrón de yema con fructosa “Santiveri”	32,00	2,70	20,80	8,50
Turrón de yema quemada con fructosa “Santiveri”	32,00	2,70	21,10	8,20
Palomitas de maíz con aceite y sal	32,10	5,46	16,79	8,27
Chocolate con leche desnatada, sin azúcar, bajo en calorías “Sanavi”	32,40	19,40	11,70	1,30
Queso Torta del Casar	32,60	21,80	7,53	1,50
Queso fundido extragrasso extra-grasso	32,80	19,90	10,20	0,92
Queso de Cabrales	33,00	17,73	9,45	0,82
Turrón de mazapán con fructosa “Santiveri”	33,00	2,80	21,30	8,90
Yema de huevo	33,00	11,02	14,55	4,13
Queso mahón	33,70	20,02	10,30	1,50
Nata líquida montar	34,00	21,60	9,70	0,83
Queso cheddar	34,40	21,70	9,40	1,40
Queso tetilla	34,50	21,45	10,06	1,07
Nata esterilizada pasteurizada	35,50			
Nata esterilizada UHT	35,50			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Queso manchego curado	35,80	18,70	8,40	6,20
Butifarra cocida	36,00	12,33	15,86	4,21

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Coco desecado	36,00	27,84	2,14	0,88
Coco fresco	36,00	30,93	2,38	0,61
Queso ibores	37,00	25,31	8,72	0,92
Turrón blando almendrado con fructosa "Santiveri"	37,00	3,50	23,50	9,90
Turrón duro de almendras con fructosa "Santiveri"	37,00	3,00	24,60	0,40
Queso zamorano	37,40	25,85	9,00	0,54
Queso idiazábal	37,70	25,10	8,66	0,93
Mahonesa baja en calorías	38,50	4,95	7,38	21,51
Queso roncal	38,80	25,19	9,06	1,47
Queso de cabra curado	39,60	25,40	10,60	1,40
Margarina baja en calorías	41,50	11,97	7,92	16,11
Fuet de primera	42,00	15,50	19,95	6,50
Salami	42,00	14,76	17,19	3,24
Girasol, pepitas	43,00	4,51	4,78	28,10
Foie-gras	44,00	12,00	25,20	4,80
Queso villalón	46,00			
Nata	48,00	30,00	13,90	1,40
Panceta de cerdo	48,00	18,85	20,00	15,60
Cacahuete sin cáscara	49,00	8,30	21,06	12,60
Chistorra cruda	49,00	20,26	21,48	4,41
Semilla de sésamo	50,00	7,90	18,90	21,90
Semilla de girasol, sin sal	50,40	5,30	9,70	33,20
Cabeza de cerdo	50,60	18,45	20,79	3,60
Mantequilla de cacahuete	51,00	10,10	25,80	12,80
Pistacho	51,60	6,80	31,39	6,09
Almendra sin cáscara	53,50	3,82	32,94	9,00
Almendra	54,20	4,59	36,04	11,19

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Avellana sin cáscara	54,40	3,51	38,25	5,04
Almendra tostada	56,70	4,23	31,50	13,05

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Corazón de vaca cocido	57,00	2,30	1,40	0,77
Chicharrones	57,00	23,18	22,22	5,90
Nueces sin cáscara	59,00	6,80	9,80	41,50
Yema de huevo deshidratada	59,30	18,00	22,32	7,38
Nuez cruda	63,80	5,66	11,47	43,84
Salsa bearnesa	66,50	41,00	19,60	3,00
Salsa besamel	66,50	41,00	19,60	3,00
Sobrasada	67,50	23,80	33,20	10,50
Piñones sin cáscara	68,60	4,60	19,90	411,00
Bacón	69,30	28,21	27,05	7,10
Tocino de cerdo	71,00	26,28	29,16	4,75
Salsa vinagreta	71,80	10,10	50,40	8,10
Turrone	73,90			
Mahonesa congelado comercial	78,90	11,85	45,50	13,65
Mantequilla media sal	82,00	44,10	23,49	1,98
Margarina	82,80	23,58	30,96	16,47
Mantequilla	83,00	45,00	24,12	2,07
Mantequilla con sal (Puleva)	83,50			
Mantequilla sin sal (Puleva)	83,50			
Alioli	86,90	12,61	61,74	8,71
Aceite de coco	99,00	92,00	6,60	1,40
Manteca de cerdo	99,00	37,71	37,44	8,09
Aceite de trigo	99,50	15,48	13,23	57,23
Aceite de nuez	99,80	9,30	17,10	69,00
Aceite de girasol	99,90	11,79	28,62	19,11
Aceite de hígado de bacalao	99,90	14,62	48,92	22,10
Aceite de maíz	99,90	14,85	26,37	44,28
Aceite de oliva	99,90	12,69	62,73	10,08

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Aceite de oliva virgen	99,90	14,37	59,42	10,84
Aceite de palma	99,90	61,00	40,00	9,00

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Aceite de pepita de uva	99,90	10,98	14,04	60,93
Aceite de soja	99,90	12,60	21,87	51,12
Aceite de cacahuete	99.90	17,32	46,37	19,11

contenido de grasas de los alimentos. Relacionamos, en orden alfabético del alimento, expresado en porcentaje de porción comestible:

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Abadejo	0,70	0,12	0,07	0,45
Aceite de cacahuete	99,90	17,32	46,37	19,11
Aceite de coco	99,00	92,00	6,60	1,40
Aceite de girasol	99,90	11,79	28,62	19,11
Aceite de hígado de bacalao	99,90	14,62	48,92	22,10
Aceite de maíz	99,90	14,85	26,37	44,28
Aceite de nuez	99,80	9,30	17,10	69,00
Aceite de oliva	99,90	12,69	62,73	10,08
Aceite de oliva virgen	99,90	14,37	59,42	10,84
Aceite de palma	99,90	61,00	40,00	9,00
Aceite de pepita de uva	99,90	10,98	14,04	60,93
Aceite de soja	99,90	12,60	21,87	51,12
Aceite de trigo	99,50	15,48	13,23	57,23
Aceituna negra	30,00	3,78	18,81	3,06
Aceituna negra en salmuera	30,00	4,20	20,90	3,40
Aceituna verde	12,50	1,50	7,83	1,26
Aceituna verde en salmuera	11,80	1,75	7,20	1,35
Acelgas	0,40	tr.	tr.	tr.
Acerola	0,23			
Aguacate	13,80	1,45	9,32	1,07
Ají	0,50			
Ajo	0,23	0,05	0,03	0,10
Alacha	9,13			
Albaricoque	0,10	tr.	tr.	tr.
Albaricoque seco	0,70			
Albóndigas	9,72	2,48	4,27	2,97
Albóndigas con chorizo	8,23	3,57	3,76	0,90
Alioli	86,90	12,61	61,74	8,71

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Almeja	1,80	0,53	0,38	0,38
Almejas, berberechos y similares en conserva	0,50	0,05	0,03	0,12
Almejas, berberechos y similares en conserva	0,50	0,05	0,03	0,12
Almejas, chirlas, berberchos, etc.	0,50	0,05	0,03	0,12
Almendra	54,20	4,59	36,04	11,19
Almendra sin cáscara	53,50	3,82	32,94	9,00
Almendra tostada	56,70	4,23	31,50	13,05
Almendrado	18,10	1,50	12,40	3,40
Alubia blanca cruda	1,30	0,28	0,10	0,70
Alubia blanca en conserva	0,20	0,07	tr.	0,12
Ancas de rana	0,30	0,02	0,02	0,02
Anchoa	0,40			
Anchoa enlatada en aceite	9,30	1,22	5,04	3,04
Anguila	18,00	4,58	7,03	4,58
Angula	15,50	2,84	8,95	1,33
Arame	1,30			
Arándano	0,20			
Arenque	14,60	1,63	4,07	1,43
Arenque ahumado	7,50	5,02	4,06	8,46
Arenque salado	25,60	6,44	7,59	11,60
Arroz a la cazuela	0,70	0,10		
Arroz a la marinera	2,00	0,30		
Arroz blanco hervido	0,20	tr.	tr.	tr.
Arroz blanco crudo	0,80	0,17	0,20	0,26
Arroz con leche	2,00	1,77	1,10	0,18
Arroz integral crudo	2,60	0,52	0,83	0,89

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Arroz integral hervido	0,80	0,15	0,24	0,25
Arroz pulido sin cáscara	1,70	0,13	0,15	0,21

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Arroz tres delicias “Findus”	1,30	0,30		
Arroz tres delicias “Frudesa”	1,55	0,48	0,57	0,50
Atún	12,00	2,77	2,39	3,07
Atún en aceite	12,55	1,61	1,99	8,95
Atún enlatado en agua	1,90	0,53	0,53	0,84
Atún, bonito, caballa y otros (en escabeche)	15,95	1,89	2,97	11,00
Atún, bonito, caballa y otros (en escabeche)	15,95	1,89	2,97	11,00
Avellana sin cáscara	54,40	3,51	38,25	5,04
Avena	7,09			
Bacaladilla	0,70			
Bacalao ahumado	0,10	0,10	0,20	0,20
Bacalao fresco	0,40	0,20	0,10	0,40
Bacalao salado remojado	0,10	0,10	0,05	0,20
Bacalao salado seco	1,70	0,71	0,40	0,59
Bacón	69,30	28,21	27,05	7,10
Bacón ahumado a la parrilla	22,10	8,30	9,30	2,90
Barrita energética “Santiveri”	20,00			
Barrita proteica “Santiveri”	4,30			
Batata	0,60	0,21	0,04	0,18
Batido de cacao	4,30	2,75	1,24	0,14
Batido energético de cacao “Santiveri”	3,50			
Batido proteico de cacao “San- tiveri”	1,00			
Berberecho crudo	1,20	0,55	0,17	0,14
Berberechos al natural	2,75	1,19	0,51	0,05
Besugo	2,00			
Bígaro hervido	1,20	0,20	0,20	0,40

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Bimbocao	18,90	1,22	6,03	7,92
Biscote	5,00	1,40	1,80	1,10

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Biscotes glutinados con harina de malta	2,73			
Bizcocho	2,90	1,40	1,20	0,30
Bizcocho de chocolate	26,40			
Bizcochos glutinados con fructosa “Sanavi”	14,30	5,61	6,95	1,74
Bizcochos sin gluten con chocolate	15,60	12,16	1,18	2,26
Bocadillos de pescado	7,40	0,90		
Boga	9,39			
Bogavante crudo	1,10	0,14	0,24	0,46
Bogavante hervido	1,60	0,20	0,30	0,60
Bombones	21,20			
Boniato crudo	0,30	0,06	tr.	0,13
Bonito	6,00			
Bonito del Norte crudo	7,00	1,00	0,80	1,70
Bonito del Norte en aceite de soja	8,40	1,80	1,80	4,20
Bonito en aceite	11,50	1,80	3,10	5,40
Boquerón	6,00	2,30	0,81	2,30
Breca	2,82			
Brécol	0,90			
Buñuelos	20,10			
Butifarra cocida	36,00	12,33	15,86	4,21
Butifarra cruda	20,30	7,40	8,33	1,44
Caballa	10,00	2,19	3,47	2,19
Caballa en aceite	10,05	1,61	6,17	2,27
Cabeza de cerdo	50,60	18,45	20,79	3,60

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Cabeza de jabalí	1,70			
Cabeza de jabalí fiambre	14,20	5,10	6,90	1,30
Cabrito o choto	4,00			
Cacahuete sin cáscara	49,00	8,30	21,06	12,60

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Cacao en polvo azucarado	8,10	4,47	2,56	0,25
Café (infusión)	0,10	tr.	tr.	tr.
Calabacín	0,20			
Calabaza	0,20			
Calamares a la romana	10,00	1,33	4,03	4,09
Calamares a la romana “Fin- dus”	9,70	1,40		
Calamares a la romana “La Cocinera”	7,80	1,11	2,23	4,48
Calamares fritos	7,50	1,90	2,80	2,10
Calamares y similares	0,50	0,05	0,03	0,12
Calamares y similares (conser- va)	5,30	1,16	1,11	3,04
Calet	1,30			
Callos a la madrileña “la tila”	5,82	2,42	2,66	0,23
Callos de ternera	2,50			
Canelones a la italiana “Fin- dus”	7,90	3,30		
Canelones de atún claro “Fru- desa”	6,20	2,61	1,83	1,83
Canelones de carne “La Coci- nera”	5,33	2,40	1,76	1,20
Canelones Rossini “La Cocine- ra”	6,10	1,40		
Cangrejo buey hervido	1,60	0,20	0,30	0,60
Cangrejo de río crudo	0,50	0,06	0,13	0,19
Cangrejos, nécoras y similares	5,10	0,69	1,13	2,18
Cangrejos, nécoras y similares	5,10	0,69	1,13	2,18
Caprichos de cacao “Sanavi”	18,70	8,17	7,99	2,54
Caprichos de fresa “Sanavi”	11,00	4,43	5,38	1,19
Caqui	0,30			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Caracoles	1,40			
Carambola sin piel cruda	0,50	0,11	0,13	0,15

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Caramelos	0,10			
Cardo	0,20			
Carne de ballena	3,38			
Carne de caballo	1,00	0,25	0,45	0,18
Carne de ciervo	1,60	0,80	0,40	0,40
Carne magra de ternera	5,10	2,00	2,23	0,19
Carpa	5,20	0,90	1,98	1,17
Castaña seca	5,10	1,54	1,45	0,68
Castañas	2,20	0,72	0,68	0,32
Caviar de lumpo	6,00	1,00	1,40	2,60
Caviar natural	17,10	2,50	3,50	5,70
Caviar sucedáneo	5,30	0,86	1,10	2,48
Caviar, sucefáneo	5,30	0,86	1,10	2,45
Cebada	2,10			
Cebollino	0,50	0,12	0,08	0,22
Centeno	1,70	0,28	0,42	0,74
Centolla	5,20	0,71	1,15	2,22
Cereales integrales “Kelloggs”	3,50	0,50		
Cereza	0,50	0,11	0,13	0,15
Cigala	0,70	0,11	0,15	0,22
Ciruela	0,15	tr.	tr.	tr.
Ciruelas secas	0,40			
Clara de huevo	0,20			
Cocido español “Litoral”	8,10	3,57	3,70	0,83
Coco desecado	36,00	27,84	2,14	0,88
Coco fresco	36,00	30,93	2,38	0,61
Codorniz	1,00	0,60	0,53	0,50
Conejo	5,20	1,80	1,40	1,50

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Confitura de frutas	0,10	tr.	tr.	tr.
Congrio	2,80			
Copos de arroz con miel PAS-CUAL	1,00	0,27	0,34	0,38
Copos de maíz tostado Corn flakes KELLOGGS	0,80	0,20		
Copos tostados de trigo integral Bran flakes Kelloggs	2,00	0,40		
Corazón de buey	10,60	4,28	4,86	0,41
Corazón de cerdo	3,60	0,96	0,59	1,53
Corazón de cordero	10,00		4,20	0,36
Corazón de pollo	5,83	2,44	0,89	0,53
Corazón de ternera	4,00	1,96	1,06	0,11
Corazón de vaca cocido	57,00	2,30	1,40	0,77
Corazón de vaca crudo	4,00	1,60	0,98	0,54
Costillas de cerdo	23,60	8,41	9,59	1,98
Costillas de cordero	17,00	8,72	6,02	0,56
Costillas de ternera	3,10	1,17	1,33	0,27
Crema de almendras, envasada, sin reconstituir	13,20	0,90	7,29	2,10
Crema de apio preparado enlatado “Campbell”	6,16	0,97	0,68	0,93
Crema de camarón preparado enlatado “Campbell”	5,28	1,65	0,77	0,10
Crema de champiñones preparado enlatado “Campbell”	6,16	1,86	1,08	1,67
Crema de espárragos preparado enlatado “Campbell”	3,52	0,79	0,56	0,75
Crema de judías con bacón preparado enlatado “Campbell”	3,52	0,54	0,77	0,65
Crema de patatas preparado enlatado “Campbell”	2,64	0,45	0,21	0,15
Crema de pollo preparado enlatado “Campbell”	18,38	3,27	6,46	5,84

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Crema de pollo y champiñón preparado enlatado “Campbell”	1,76	,1,76	1,76	1,76
Crema de tomate	2,70	1,40	1,10	0,06
Croissant	20,30			
Croquetas de bacalao congelado comercial “Findus”	2,10	0,50		
Croquetas de bacalao congelado comercial “La Cocinera”	4,24	0,59	1,21	2,43
Croquetas de jamón congelado comercial “Findus”	5,80	1,30		
Croquetas de jamón congelado comercial “La Cocinera”	4,56	0,94	1,52	2,09
Croquetas de marisco congelado comercial “Findus”	2,70	0,60		
Croquetas de merluza	2,46	0,96	1,13	0,37
Croquetas de pescado frito	10,10	2,60	3,80	3,30
Croquetas de pollo congelado comercial “Findus”	2,70	0,70		
Croquetas de pollo congelado comercial “La Cocinera”	5,32	0,89	1,73	2,68
Croquetas de queso congelado comercial “Findus”	3,30	0,80		
Cuajada	4,60	2,82	1,26	0,06
Champiñón cultivado	1,20	0,20	0,06	0,54
Chanquete	3,00			
Chicharrones	57,00	23,18	22,22	5,90
Chirimoya	0,20			
Chirivía	1,10	0,18	0,45	0,18
Chistorra cruda	49,00	20,26	21,48	4,41
Chocolate	30,60			
Chocolate bitter, sin azúcares, bajo en calorías “Sanavi”	29,40	18,20	9,70	1,50

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Chocolate blanco	30,90	18,20	9,90	1,10
------------------	-------	-------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Chocolate con leche desnatada, sin azúcar, bajo en calorías “Sanavi”	32,40	19,40	11,70	1,30
Chocolate negro	30,00	17,80	9,60	0,90
Chocolitos “Sanavi”	21,70	10,59	8,59	2,52
Chocolote con leche “Nestlé”	30,50	19,10		
Chopped cerdo	13,00	4,30	5,85	2,00
Chopped pavo	7,50			
Chorizo	18,00	6,45	8,10	2,55
Chufa	23,80	3,60	17,76	1,98
Chuletas de cerdo	15,00	5,85	7,25	5,00
Chuletas de cordero cruda	20,10	9,96	8,50	1,18
Chuletas de cordero parrilla	16,00	7,80	6,10	0,75
Chuletas de ternera	20,50	7,50	8,59	0,73
Dátil	0,30			
Dátil seco	0,20			
Delicias de calamar congelado comercial “La Cocinera”	6,74	0,82	1,73	4,19
Delicias de jamón y queso congelado comercial “Findus”	9,08	3,04	5,52	0,51
Delicias de merluza congelado comercial “Pescanova”	8,59	1,46	2,34	4,79
Delicias de queso congelado comercial “Findus”	7,70	1,90		
Dorada	2,70	0,50	0,80	0,50
Empanadillas de atún congelado comercial “Findus”	12,03	5,13	3,68	3,21
Empanadillas de bonito congelado comercial “La Cocinera”	14,01	6,72	4,76	2,52
Empanadillas de carne congelado comercial “Findus”	13,50	5,30		
Empanado de carne picada de	21,80	11,00	8,20	1,60

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

cerdo				
Endibia	0,24	0,04	0,02	0,13

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Ensalada de frutas enlatada	0,10			
Entrecot de vaca con grasa parrilla	11,60	5,00	5,60	0,47
Escarola	0,30			
Espaguetis	1,80	0,20	0,20	0,80
Espárrago en lata	0,30			
Fabada asturiana preparado enlatado "Litoral"	8,82	3,73	4,15	0,93
Faisán	2,80	0,96	0,92	0,49
Falda de vaca cocida	12,40	5,30	6,00	0,50
Falda de vaca cruda	12,70	5,70	5,90	0,52
Faneca	1,00	0,25	0,18	0,27
Fiambre lomo adobado	2,30	0,80	0,95	0,40
Fiambre york	2,15	0,75	1,10	0,30
Fibracao "Sanavi"	4,50	2,50	1,50	0,50
Filete de pescado congelado comercial "Mc Donald"	18,38	3,27	6,46	6,84
Flan de huevo ligero "danone"	2,31			
Flan de huevo normal "dane-ne"	2,30			
Flan de vainilla	1,30	1,82	0,87	0,10
Foie-gras	44,00	12,00	25,20	4,80
Frambuesas	0,60	0,02	0,06	0,34
Fresón	0,30	tr.	0,05	0,19
Frijol	0,10			
Fuet de primera	42,00	15,50	19,95	6,50
Galleta tipo María	19,00	9,70	5,70	2,50
Galletas dietéticas con salvado "Sanavi"	21,10	4,10	13,60	3,40
Galletas sin gluten "Noglut"	23,00	8,40	7,60	7,00

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Galletas sin gluten vainilla “Sanavi”	15,60	4,47	4,39	6,74
Gallevit “Sanavi”	16,80	4,90	6,20	5,70

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Gallina	18,10	5,12	7,44	3,99
Gallo	1,90	0,33	0,39	0,61
Gamba roja cruda	1,80	0,30	0,37	0,60
Gambas y camarones	1,30	0,16	0,32	0,49
Gambas y camarones	1,30	0,16	0,32	0,49
Garbanzos	5,50	0,38	1,60	2,50
Garbanzos con callos preparado enlatado "Litoral"	5,32	2,10	2,47	0,77
Gelantinas fiambre	19,80	7,60	8,80	1,30
Germen de trigo	9,20	1,68	1,42	4,49
Girasol, pepitas	43,00	4,51	4,78	28,10
Gofio canario	2,70	0,31	0,36	1,15
Gofio de maíz	4,73	0,72	1,01	2,99
Gofio de trigo	2,48	0,51	0,41	1,55
Guayabas	0,50			
Guindillas secas	0,30			
Guindillas verdes	0,60			
Guisantes	0,40	0,17	0,14	0,05
Guisantes secos	2,30	0,77	0,66	0,23
Habas	0,40	0,03	0,19	0,14
Habas secas	2,10	0,30	0,30	1,10
Halibut	1,90	0,27	0,54	0,36
Hamburguesa con queso	10,60	5,20	4,10	0,84
Harina de arroz	0,80			
Harina de avena	7,15	1,23	2,36	2,71
Harina de cebada	1,40			
Harina de centeno	2,00	0,24	0,19	0,80
Harina de maíz	2,80	0,28	0,50	0,84

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Harina de soja	23,50	2,61	3,98	10,34
Harina de trigo	1,20	0,14	0,12	0,46

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Harina integral de trigo	2,20	0,32	0,25	1,00
Helado cremoso	9,80	6,40	2,40	0,30
Helados	7,90	4,00	2,90	0,70
Hígado de buey	3,30	1,45	1,37	0,14
Hígado de cerdo	5,00	1,85	0,93	1,72
Hígado de cordero	4,00	2,00	1,47	0,14
Hígado de pollo	3,70	1,21	1,33	0,78
Hígado de ternera	3,80	1,79	0,65	0,97
Hígado de vaca	4,00	4,50	0,64	0,84
Higos chumbos	0,40			
Higos secos	1,60			
Horchata de chufa “che” “Puleva”	2,40	0,50		
Huevas frescas	1,80	0,29	0,32	0,51
Huevo de gallina	12,10	3,30	4,90	1,80
Huevo de pata	11,80	2,90	4,90	2,00
Huevo de pava	12,20	3,33	4,23	1,26
Jabalí	2,70	0,79	1,00	0,38
Jamón cocido	3,00	0,45	1,45	1,60
Jamón curado con grasa	22,60	7,94	11,06	2,58
Jamón curado sin grasa	8,40	3,00	4,09	0,91
Jamón serrano ibérico	22,40	6,49	13,21	2,46
Jamón serrano magro	11,50	4,00	4,50	0,77
Judía verde congelada	0,60	1,16	0,06	0,22
Judía verde cruda	0,40	0,09	0,06	0,20
Judías blancas	1,50	0,21	0,08	0,82
Jurel	6,80			
Kéfir	3,50			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Ketchup	0,20	0,04	0,05	0,13
Kivis	0,54			

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Lacitos de hojaldre dietético con fructosa “Sanavi”	25,25	9,59	10,83	4,83
Langosta	2,00	0,22	0,34	0,67
Langostinos	1,30	0,29	0,36	0,29
Lasaña	2,00			
Lasaña de carne y paté congelado comercial “La Cocinera”	6,10	2,84	1,83	1,41
Leche concentrada	9,10	5,90	2,52	0,22
Leche condensada LA LE-CHERA	9,70	6,30	2,90	0,30
Leche de almendras	5,50	0,49	3,57	1,43
Leche de burra	2,00	1,01		
Leche de cabra	3,90	2,58	1,06	0,00
Leche de coco	0,30			
Leche de mujer (10 días post-parto)	1,70	1,72	1,31	0,37
Leche de oveja	6,00	4,01	1,55	0,29
Leche de soja	1,50			
Leche de vaca desnatada	0,10			
Leche de vaca entera	3,00			
Leche desnatada A+D UHT “Puleva”	0,30			
Leche desnatada calcio UHT “Puleva”	0,30			
Leche desnatada con Ca Vit A,D y E “Leyma”	0,20	0,05	0,03	tr.
Leche desnatada en polvo	1,00	0,65	0,22	0,03
Leche desnatada vitaminada LAUKI	0,30	0,05	0,03	tr.

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Leche en polvo desnatada	1,50	1,00	0,40	tr.
Leche en polvo entera	27,10	16,17	8,55	0,93
Leche en polvo semidesnatada	16,30	9,70	5,10	0,60
Leche entera con Ca “Puleva”	3m60	1m989	1m05	0m09

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Leche evaporada entera	8,20	5,02	2,48	0,19
Leche fermentada bifidobacterium desnatada natural	0,30	0,10	0,15	tr.
Leche fermentada bifidobacterium entera natural	3,40	2,20	0,90	0,10
Leche pasteurizada	3,50	2,10	1,10	0,16
Leche semidesnatada Ca UHT “Puleva”	1,60			
Leche UHT desnatada	0,20	0,04	tr.	tr.
Leche UHT entera	3,60	2,20	1,05	0,12
Lechuga	0,40	0,08	TR	0,26
Lengua de ternera	5,80			
Lengua de vaca/buey	7,10	3,00	3,30	0,40
Lenguado	7,50	0,16	0,24	0,39
Lentejas	1,70	0,23	0,30	0,84
Lentejas con chorizo preparado enlatado “Litoral”	7,87	3,38	3,81	3,81
Levadura seca	1,50			
Licor de café	0,29	0,10	0,02	0,10
Liebre	3,01			
Lija	9,70	1,26	2,34	2,43
Lima	0,20			
Limón	0,40			
Litchis	0,10			
Lombarda	0,30			
Lomo de cerdo	2,00	0,90	1,10	0,65
Lomo de ternera	21,60	9,30	9,50	0,90
Lomo embuchado	12,00	4,70	5,40	2,35
Longaniza	27,50	11,25	1,50	4,65

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Lubina	1,30	0,24	0,53	0,32
--------	------	------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Lucio al horno	0,90	0,15	0,20	0,26
Macarrones	1,50	0,30	0,10	0,80
Magdalenas	22,00	0,00	14,70	5,09
Mahonesa baja en calorías	38,50	4,95	7,38	21,51
Mahonesa congelado comercial	78,90	11,85	45,50	13,65
Maíz	3,80	0,52	1,03	1,50
Maíz inflado con miel Corn pops “Kelloggs”	0,35			
Mango	0,10	0,05	0,07	0,03
Manitas de cerdo	25,00	8,33	11,18	2,90
Manteca de cerdo	99,00	37,71	37,44	8,09
Mantecados dietéticos con fructosa “Sanavi”	30,10	5,20	19,80	5,10
Mantequilla	83,00	45,00	24,12	2,07
Mantequilla con sal (Puleva)	83,50			
Mantequilla de cacahuete	51,00	10,10	25,80	12,80
Mantequilla media sal	82,00	44,10	23,49	1,98
Mantequilla sin sal (Puleva)	83,50			
Margarina	82,80	23,58	30,96	16,47
Margarina baja en calorías	41,50	11,97	7,92	16,11
Marie-diet “Sanavi”	14,00	4,54	5,96	3,50
Masa de hojaldre congelado comercial “Findus”	26,40	13,00		
Mazapán	24,00	1,90		
Mejillón conserva	2,90	0,46	0,49	0,71
Mejillón crudo	2,20	0,71	0,44	0,38
Mejillón escabeche	14,00	2,76	2,77	8,52
Mejillón hervido	2,70	0,50	0,40	1,00
Melocotón seco	0,80			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Menestra de verduras conserva	0,30	0,06	tr.	0,15
Menta (infusión)	0,70			

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Merluza	1,80	0,35	0,43	0,46
Mero	6,00	0,92	1,79	2,78
Minestrón preparado enlatado "Campbell"	1,76			
Minicroquetas de bacalao congelado comercial "Findus"	9,00	3,80		
Minicroquetas de jamón congelado comercial "Findus"	6,50	2,70		
Minicroquetas de pollo congelado comercial "Findus"	1,70	1,20		
Molleja de ternera asada	4,80	1,50	1,50	0,80
Mora	1,00			
Morcilla cruda	17,80	14,40	14,31	3,09
Morralla	3,00			
Mortadela común	27,00	9,81	11,07	1,92
Mortadela con aceitunas	15,00	5,25	7,80	2,25
Mostaza	10,00	1,30	4,80	1,80
Mousse de chocolate	8,10	4,79	2,59	0,25
Mújol	6,80	2,29	1,42	2,42
Nabo	0,30	0,04	0,03	0,16
Nata	48,00	30,00	13,90	1,40
Nata esterilizada pasteurizada	35,50			
Nata esterilizada UHT	35,50			
Nata líquida cocinar	20,00	12,70	5,70	0,49
Nata líquida montar	34,00	21,60	9,70	0,83
Níscalo crudo	0,70	0,14	0,04	0,49
Níspero	0,50			
Nueces sin cáscara	59,00	6,80	9,80	41,50
Nuez cruda	63,80	5,66	11,47	43,84

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Oca sin piel asada	17,70	7,30	6,90	2,50
Ostras	1,40	0,28	0,14	0,41

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Paella de marisco congelado comercial "Frudesa"	0,62	0,28	0,25	0,08
Paella marinera congelado comercial "Frudesa"	2,36	0,45	0,62	1,29
Paleta de cerdo	8,25	3,20	3,88	2,65
Paleta de cordero	18,30	8,50	7,10	1,09
Paletilla de cordero asada con grasa	23,00	11,70	9,10	1,10
Paletilla de cordero asada sin grasa	10,70	5,50	4,20	0,50
Paletilla de ternera cruda	5,90	2,70	2,70	0,27
Palitos de merluza congelado comercial "Pescanova"	8,96	1,03	2,13	2,79
Palmito conserva	0,30			
Palometa	5,00	0,70	0,30	0,80
Palomitas de maíz con aceite y sal	32,10	5,46	16,79	8,27
Palomitas de maíz sin aceite ni sal	4,20	0,60	1,10	1,90
Palosanto sin piel	0,20	tr.	tr.	TR
Pan blanco de barra	1,60	0,39	0,28	0,34
Pan blanco de barra sin sal	1,10	0,23	0,14	0,40
Pan de avena	1,50			
Pan de cebada	1,10			
Pan de maíz	1,90			
Pan de molde blanco	3,70	0,56	0,73	1,17
Pan de molde sándwich "bimbo"	3,49	0,68	1,72	1,05
Pan de payés	1,00	0,15	0,07	0,43
Pan de trigo y centeno	1,00	0,13	0,10	0,47
Pan de Viena	3,30			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Pan integral de trigo	1,60	0,31	0,23	0,71
Pan integral de trigo tostado	2,90	0,60	0,60	0,90

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Pan para diabéticos	0,70			
Pan rallado	6,40	1,20	0,80	2,30
Pan tostado de trigo	2,50	0,60	0,40	1,00
Panceta de cerdo	48,00	18,85	20,00	15,60
Panecillo bocata BIMBO	4,18	0,84	2,06	1,26
Pasas crudas	0,80	0,16	0,14	0,14
Pasta al gluten “Santiveri”	0,90			
Pasta al gluten “Santiveri”	0,90			
Pasta al gluten “Santiveri”	0,90			
Pasta alimenticia cruda	1,40	0,19	0,15	0,63
Pasta alimenticia cruda	1,40	0,19	0,15	0,63
Pasta alimenticia hervida	1,20	0,16	0,13	0,54
Pasta alimenticia hervida	1,20	0,16	0,13	0,54
Pasta con huevo cruda	4,20	0,92	1,50	0,38
Pasta con huevo cruda	4,20	0,92	1,05	0,38
Pasta con huevo hervida	1,50	0,30	0,50	0,20
Pasta con huevo hervida	1,50	0,30	0,50	0,20
Pasta rellena hervida con carne	3,40	1,30	1,60	0,32
Pasta rellena hervida con carne	3,40	1,30	1,60	0,32
Pasta rellena hervida con queso	5,10	2,05	2,34	0,49
Pasta rellena hervida con queso	5,10	2,05	2,34	0,49
Pastas al huevo cruda	4,20	0,92	1,50	0,38
Pastas al huevo hervida	1,50	0,30	0,50	0,20
Pastas glutinadas con lactitol “Sanavi”	26,10	7,20	14,30	4,60
Pastas italianas sin gluten “Sanavi”	0,80	0,49	0,11	0,20
Pastas sin gluten (Noglut) “Santiveri”	0,40			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Patata	0,21	0,05	tr.	0,11
Paté de hígado de cerdo	2,10	6,30	9,95	3,10

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Pato	14,00	3,96	5,76	2,88
Pavo sin piel, asado	2,90	1,00	0,74	0,96
Pavo, muslo	3,61	1,31	0,73	0,90
Pavo, pechuga	0,70	0,07	0,25	0,25
Pepinillos en vinagre, conserva	0,10	tr.	tr.	tr.
Pepino	0,20	0,06	0,01	0,08
Perca	0,80	0,11	0,08	0,06
Percebes	0,40	0,01	0,01	0,01
Pescadilla	0,80	0,09	0,29	0,17
Pescados comidos enteros	3,00			
Pez espada	4,30	1,04	1,29	0,89
Picatostes	3,00	0,60	0,40	1,00
Pichón sin piel, asado	3,00	0,48	1,10	0,64
Pierna de cerdo	11,00	3,40	4,35	2,95
Pierna de cordero con grasa, asado	13,60	6,40	5,70	0,85
Pierna de cordero con grasa, cruda	13,90	6,71	6,69	0,85
Pimentón en polvo	13,00	1,90	1,40	7,10
Pimienta blanca	2,10			
Pimienta negra	3,30			
Pimiento	0,20	0,04	0,01	0,10
Pintada	6,40	1,71	2,25	1,44
Piñones sin cáscara	68,60	4,60	19,90	411,00
Pistacho	51,60	6,80	31,39	6,09
Pizza al atún claro congelado comercial "La Cocinera"	9,77	4,70	3,18	1,87
Pizza americana cuatro quesos congelado comercial "Findus"	15,90	7,40		
Pizza americana romana con-	13,40	5,80		

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

gelado comercial “Findus”				
Pizza de atún congelado co- mercial “Findus”	8,70	3,20		

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Pizza margarita congelado comercial "Findus"	9,00	3,80		
Pizza margarita merluza y gambas congelado comercial "La Cocinera"	7,36	3,56	2,21	1,58
Pizza margarita queso y tomate congelado comercial "La Cocinera"	7,79	4,70	2,57	0,59
Pizza romana congelado comercial "Findus"	7,20	2,70		
Pizza romana congelado comercial "La Cocinera"	3,78	2,10	1,10	0,51
Pizza tomate y queso	9,80	4,12	3,21	1,99
Plátano	0,27	0,12	tr.	0,09
Platija	1,40	0,18	0,36	0,27
Pollo entero con piel, asado	6,20	1,80	2,90	1,20
Pollo, muslo	3,40	1,40	1,40	0,49
Pollo, pechuga	5,50	1,80	1,40	1,50
Pomelo	0,30			
Pote gallego preparado enlatado "Litoral"	3,08	1,27	1,48	0,34
Preparado panificable-repostería sin gluten "Sanavi"	1,30	0,81	0,13	0,36
Pulpo	1,00			
Puré de merluza besamel preparado enlatado "Sandoz"	4,30			
Puré de patatas con leche	3,40	1,90	0,67	0,13
Puré de pavo con arroz y zanahorias preparado enlatado "Sandoz"	3,40			
Puré de pollo con pasta y champiñones preparado enlatado "Sandoz"	4,00	4,00	4,00	4,00
Puré de pollo con verduras preparado enlatado "Sandoz"	4,10			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Puré de ternera a la jardinera preparado enlatado “Sandoz”	3,90			
---	------	--	--	--

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Puré de tomate	0,20			
Queso Arzúa-ulloa. (Queixo de Arzúa – Ulloa)	29,00	17,98	8,46	1,01
Queso azul	29,60	18,50	8,60	0,90
Queso blanco desnatado	1,40	0,90	0,40	tr.
Queso blanco semigraso 20% MG	5,10	3,07	1,29	0,14
Queso brie	22,50	17,30	8,00	0,80
Queso cheddar	34,40	21,70	9,40	1,40
Queso de bola	25,00	14,70	7,20	0,62
Queso de Burgos	14,90	8,80	4,30	0,89
Queso de cabra curado	39,60	25,40	10,60	1,40
Queso de cabra fresco	23,90	15,36	6,22	0,81
Queso de Cabrales	33,00	17,73	9,45	0,82
Queso de Camembert	24,00	15,60	6,50	0,60
Queso de vaca y oveja, fresco	26,30	15,93	7,56	0,72
Queso edam	28,30	17,30	7,92	0,91
Queso emmental	29,70	18,40	9,20	1,30
Queso fresco desnatado “Da-none”	0,10			
Queso fundido extragrasso extra-graso	32,80	19,90	10,20	0,92
Queso fundido graso	23,00	13,77	8,69	0,77
Queso gallego	28,00	15,03	8,02	0,69
Queso gorgonzola	31,20			
Queso gouda	27,40	17,70	7,80	0,66
Queso graso	25,00			
Queso gruyère	31,00	36,65	8,88	0,77
Queso ibores	37,00	25,31	8,72	0,92
Queso idiazábal	37,70	25,10	8,66	0,93

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Queso mahón	33,70	20,02	10,30	1,50
Queso majorero	24,30	16,91	5,24	0,82

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Queso manchego curado	35,80	18,70	8,40	6,20
Queso manchego fresco	25,40	13,68	7,28	0,73
Queso manchego semicurado	30,40	18,90	9,00	0,75
Queso munster	28,70	18,20	8,30	0,63
Queso parmesano	26,50	18,70	7,70	0,58
Queso quark “danone”	6,00			
Queso raclette	28,40	17,40	7,90	1,50
Queso roncal	38,80	25,19	9,06	1,47
Queso roquefort	32,00	20,70	8,00	1,50
Queso san simón	31,70	20,58	9,63	1,22
Queso tetilla	34,50	21,45	10,06	1,07
Queso Torta del Casar	32,60	21,80	7,53	1,50
Queso villalón	46,00			
Queso zamorano	37,40	25,85	9,00	0,54
Quinoa, cruda	5,60	0,50	1,40	2,10
Quisquilla congelada	0,90	0,10	0,20	0,30
Quisquilla cruda	1,50	0,32	0,29	0,17
Rábano	0,20	tr.	tr.	tr.
Rape	2,00	0,51	0,16	1,03
Raviolis de carne, con salsa de tomate, en conserva	3,60	1,30	1,60	0,32
Raya	0,90	0,20	0,20	0,40
Redondo de ternera (filete) cocido	2,50	0,95	1,10	0,17
Regaliz	2,20	0,60	0,50	0,70
Requesón	4,00	2,46	1,03	0,12
Requesón de Miraflores	12,10			
Riñón de cerdo	5,20	2,34	1,39	1,25
Riñón de cordero	3,03			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Riñón de ternera	2,60	2,10	1,70	0,50
Rodaballo	3,60	0,70	0,60	0,60

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Rollitos de primavera, fritos	10,60	4,00	4,84	1,20
Roscos glutinados con lactitol "Sanavi"	24,90	6,80	13,80	4,30
Roscos sin gluten sabor nata "Sanavi"	27,10	6,63	14,99	5,48
Salami	42,00	14,76	17,19	3,24
Salami "Sanavi"	17,90	5,80	6,60	5,50
Salchichas frescas	27,00	9,36	10,62	1,84
Salchichas tipo Franckfurt	19,50	6,79	7,65	1,32
Salchichas tipo Viena	25,00	8,80	11,40	3,50
Salchichón	29,00	10,50	14,37	4,60
Salema	2,17			
Salmón	11,00	1,90	1,40	3,10
Salmón ahumado	8,20	1,36	3,56	3,29
Salmonete	3,70	0,96	0,76	0,56
Salsa agri dulce "Mc Donald"	0,63	0,63	0,63	0,63
Salsa barbacoa	1,80	0,27	0,77	0,68
Salsa bearnesa	66,50	41,00	19,60	3,00
Salsa besamel	66,50	41,00	19,60	3,00
Salsa boloñesa "gallo"	6,23	1,63	2,55	2,05
Salsa de tomate	5,30	0,81	1,40	2,30
Salsa holandesa	30,60	18,90	0,20	1,20
Salsa mornay	11,10	6,70	3,40	0,50
Salsa mostaza caliente "McDonald"	12,00	1,53	3,69	5,58
Salsa napolitana "gallo"	4,68	0,42	1,36	2,85
Salsa siciliana picante "gallo"	4,57	0,59	3,35	0,63
Salsa vinagreta	71,80	10,10	50,40	8,10

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

San jacobó “Findus”	13,34	2,70	4,57	6,07
Sandía	0,20	tr.	tr.	tr.
Sardina	9,40	2,60	2,80	2,90

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Sardinas en aceite	15,70	3,28	7,17	5,25
Sardinas en escabeche	16,10	3,55	3,48	9,08
Sardinas en salsa de tomate	21,20	3,18	4,90	13,10
Sargo	4,40			
Semilla de girasol, sin sal	50,40	5,30	9,70	33,20
Semilla de sésamo	50,00	7,90	18,90	21,90
Sémola de trigo cruda	1,20	0,16	0,13	0,54
Sémola de trigo hervida	0,20	0,02	0,02	0,08
Sepia cruda	1,00	0,24	0,13	0,30
Sesos de cerdo	9,00	2,00	1,60	1,40
Sesos de cordero	8,80	2,00	1,70	1,00
Sesos de ternera	8,60			
Sobrasada	67,50	23,80	33,20	10,50
Soja fresca	4,80			
Soja seca	18,60	2,07	3,15	8,19
Solomillo de buey	3,50	1,70	0,90	0,10
Solomillo de cerdo	2,00	0,90	1,15	0,65
Solomillo de ternera asado	4,60	1,80	2,00	0,62
Solomillo de ternera crudo sin grasa	3,10	1,28	1,31	0,33
Solla	1,40	0,18	0,36	0,27
Sopa de buey preparado enlatado "Campbell"	1,76			
Sopa de cebolla	4,40	2,50	1,41	0,21
Sopa de cebolla preparado enlatado "Campbell"	4,40	1,48	1,19	0,58
Sopa de guisantes verdes preparado enlatado "Campbell"	2,64	0,50	0,36	0,14
Sopa de ostras cocidas preparado enlatado "Campbell"	4,40			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Sopa de pavo y fideos preparado enlatado “Campbell”	1,76	0,21	0,30	0,10
---	------	------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Sopa de pavo y vegetales preparado enlatado “Campbell”	2,64	0,64	0,95	0,47
Sopa de pollo y vegetales preparado enlatado “Campbell”	2,64	0,71	1,06	0,50
Sopa de ternera y vegetales preparado enlatado “Campbell”	1,26	0,37	0,38	0,12
Sopa de tomate preparado enlatado “Campbell”	1,76			1,75
Sopa de vegetales preparado enlatado “Campbell”	1,76	1,76		0,00
Sopa de verduras	0,80	1,12	0,34	0,30
Sorbete	0,90	0,52	0,24	tr.
Surimi	0,70	0,18	0,15	0,13
Tabletas energéticas “Santiveri”	0,80			
Tallarines carbonara congelado comercial “Frudesa”	7,25	3,50	3,19	0,55
Tamarindo	0,30			
Tapioca cruda	0,20	tr.	tr.	T
Tenca	0,74			
Tocino de cerdo	71,00	26,28	29,16	4,75
Tofu	6,60	0,80	1,30	3,20
Tomate	0,11	tr.	tr.	0,11
Tomate frito “orlando”	3,88	0,40	0,89	2,59
Toronja	0,20			
Tortas granadinas dietéticas con fructosa “Sanavi”	22,40	3,80	10,00	8,20
Tortellini italiana congelado comercial “Frudesa”	5,29	1,81	2,04	1,43
Tortilla a la francesa (omelette)	12,30	3,70	5,00	1,50
Tostadas sin gluten (Noglut) “Santiveri”	1,50			
Trigo candeal	2,00	0,28	0,21	0,84

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Trigo inflado con miel “Pas- cual”	1,60	0,36	0,79	0,46
---------------------------------------	------	------	------	------

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Trigo, grano entero	2,00	0,37	0,27	1,05
Trucha	3,00	0,39	0,67	0,98
Trufa de Périgord	0,50			
Turrón blando almendrado con fructosa “Santiveri”	37,00	3,50	23,50	9,90
Turrón de avellanas al cacao con fructosa “Santiveri”	12,00	15,20	22,00	4,50
Turrón de chocolate y arroz inflado con fructosa “Santiveri”	30,00	12,70	14,00	3,20
Turrón de mazapán con fructosa “Santiveri”	33,00	2,80	21,30	8,90
Turrón de mazapán y nueces con fructosa “Santiveri”	12,00	1,50	17,50	11,00
Turrón de yema con fructosa “Santiveri”	32,00	2,70	20,80	8,50
Turrón de yema quemada con fructosa “Santiveri”	32,00	2,70	21,10	8,20
Turrón duro de almendras con fructosa “Santiveri”	37,00	3,00	24,60	0,40
Turrones	73,90			
Varitas de merluza empanadas congelado comercial “Pescanova”	8,85	1,25	2,12	5,50
Vieira	0,90	0,21	0,08	0,51
Vieja	1,62			
Vitadiab “Sanavi”	14,80	4,36	5,89	4,55
Volador	0,30			
Yema de huevo	33,00	11,02	14,55	4,13
Yema de huevo deshidratada	59,30	18,00	22,32	7,38
Yogur bio sabores	3,50			
Yogur desnatado	0,32	0,11	0,15	tr.
Yogur desnatado con frutas	0,38			

Repertorio en torno a las Especies Alimentarias más utilizadas en España.

Yogur enriquecido	3,60	2,28	0,88	0,07
Yogur líquido	0,88	0,51	0,22	0,02

Alimento	Grasa total	Grasa Saturada	G.mono-insat.	G.poli-insat.
Yogur natural	2,60	1,50	0,72	0,13
Yogur sabores	1,50			
Yogurvi “Sanavi”	14,80	4,36	5,89	4,88
Zanahoria	0,20	0,05	0,02	0,12
Zumo de naranja, envasado	0,20	tr.	tr.	tr.
Zumo de zanahoria, envasado	0,10	tr.	tr.	tr.

contenido de grasas monoinsaturadas en los alimentos. Véase: alimentos ricos en grasas monoinsaturadas.

contenido de grasas poliinsaturadas en los alimentos. Véase: alimentos ricos en grasas poliinsaturadas.

contenido de grasas saturadas en los alimentos. Véase: alimentos ricos en grasas saturadas.

contenido de hierro en los alimentos. Véase: alimentos ricos en hierro.

contenido de isoleucina en los alimentos. Véase: alimentos ricos en isoleucina.

contenido de leucina en los alimentos. Véase: alimentos ricos en leucina.

contenido de lisina en los alimentos. Véase: alimentos ricos en lisina.

contenido de magnesio en los alimentos. Véase: alimentos ricos en magnesio.

contenido de metionina en los alimentos. Véase: alimentos ricos en metionina.

contenido de potasio en los alimentos. Véase: alimentos ricos en potasio.

contenido de proteínas en los alimentos. Véase: alimentos ricos en proteínas.

contenido de purinas en los alimentos. Véase: alimentos ricos en purinas.

contenido de sodio en los alimentos. Véase: alimentos ricos en sodio.

contenido de treonina en los alimentos. Véase: alimentos ricos en treonina.

contenido de triptófano en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina triptófano.

contenido de vitamina A en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina A.

contenido de vitamina B₁ en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina B₁.

contenido de vitamina B₁₂ en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina B₁₂.

contenido de vitamina B₂ en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina B₂; vitamina B₂.

contenido de vitamina B₃ en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina B₃.

contenido de vitamina B₆ en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina B₆.

contenido de vitamina B₉ en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina B₉.

contenido de vitamina C en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina C.

contenido de vitamina D en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina D.

contenido de vitamina E en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina E.

contenido de vitamina K en los alimentos. Véase: alimentos ricos en vitamina K; vitamina K.

contenido de yodo en los alimentos. Véase: alimentos ricos en yodo.

contenido en principio activo de parasitocidas. Según el Código Alimentario, 5.37.10. Las normas contenidas en esta sección y en las listas positivas se refieren al contenido en principio activo, y se aplicarán a los preparados que los contengan, ya sea como componentes únicos o combinados con otros u otros. Véase: parasitocidas.

contenido. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprícnico; eretismo cardiovascular.

contiene colorante artificial. Véase: declaración de colorantes.

contiene zumo. Véase: publicidad de bebidas no alcohólicas.

contra. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. Su carne es algo más correosa y de fibras más bastas que la de la tapa. Se utiliza para estofar, asar, hacer guisos (gulash) o preparar rollos. Véase: pierna.

Contracecum. Género zoológico. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: nematodo. Familia: anisákidos. Véase: *Anisakidae*.

Contracecum asculatum. Especie zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: nematodo. Familia anisáquidos. Véase: *Anisakidae*.

contracción gélida. (*cold shortening*) Contracción que experimenta la carne cuando se la enfría bruscamente después del sacrificio de la res. Véase: calidad y control de carne de vacuno.

contratapa. Corte de la canal de vaca consistente en la pieza del cuarto trasero. Se puede asar, pero es más conocida para elaborar blanqueta de vacuno o cecina. Véase: despiece de la canal de vaca.

contratapa de ciervo. Corte de la canal de ciervo constituye un buen corte para estofar. Véase: caza.

contratapa de ciervo deshuesada y lista para asar. Corte de la canal de ciervo. Pieza para asar o estofar. Véase: caza.

control de carne de vaca. Véase: calidad y control de carne de vacuno.

Convolvulacea. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: metachichlamydeae (sympetalae – gamopetalae-monopetalae) Orden: tubiflorae. Se caracterizan por presentar floema interno, ser plantas clorofílicas, con dos primodios seminales por carpelo y cotilodones plicados. Nombre vulgar: **convolvuláceas**. Consideramos: boniatos, batatas (*Ipomoea batatas*).

convolvuláceas. Véase: *Convolvulaceae*.

conxa de pelegrí. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira**.

coña. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **salema**.

coñac. Véase: brandy.

copa. Obtenida del coco, la copa es principalmente una grasa saturada. Fundida y mezclada con otros ingredientes, cuaja de nuevo al enfriarse. Se emplea para elaborar crujientes de chocolate y helado de coco. Véase: aceites, margarinas y grasas.

copete. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno.

copetón. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

copo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **lapa**.

copos de arroz. Son copos secos y crujientes, obtenidos del arroz y empleados como cereal para desayunos o en panes y repostería. Véase: granos, cereales y harinas. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

<p>Copos de arroz con miel Pascual</p>
--

Energía (kJ)	1486,62
Energía (kcal)	355,65
Ácido fólico (µg)	200,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	87,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	51,00
Niacina (mg eq. niacina)	15,30
Hierro (mg)	10,00
Proteína (g)	5,10
Vitamina D (µg)	4,25
Piridoxina (B ₆) (mg)	1,70
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,60
Tiamina (B ₁) (mg)	1,20
Fibra (g)	1,00
Grasa (g)	1,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,85
Sodio (mg)	0,40
Grasa poliinsaturada (g)	0,38
Grasa moninsaturada (g)	0,34
Grasa saturada (g)	0,27
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Colesterol (mg)	
Fósforo (mg)	
Magnesio (mg)	
Potasio (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

copos de arroz precocido. Arroz precocido, prensado y secado. Se emplea en aperitivos salados y para elaborar pudines de leche. no se puede utilizar como cereal para desayuno. Véase: granos, cereales y harinas.

copos de avena. Copos que se obtienen de los granos de avena sin cáscara, cocidos al vapor y aplastados para formar copos planos. Los copos de avena cortados en trozos más pequeños se cuecen antes que los copos de avena al estilo antiguo. Para un mejor resultado se mezcla 1 parte de copos con 3 partes de agua hirviendo y se deja reposar durante 10 minutos. Se utilizan en galletas, muesli, panes y pasteles de carne. Véase: cereales, reales y harinas. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Copos de avena	Instan- táneo	In- tegral
Energía (kJ)	1605,12	1517,34
Fósforo (mg)	430,00	405,00
Potasio (mg)	400,00	360,00
Energía (kcal)	384,00	363,00
magnesio(mg)	140,00	139,00
calcio (mg)	70,00	65,00
carbohidratos (g)	65,40	61,20
agua (g)	13,40	10,30
proteína (g)	13,30	13,80
grasas totales (g)	7,70	7,00
fibra (g)	6,70	6,70
sodio (mg)	5,00	5,00
hierro (mg)	4,00	5,10
grasa poliinsaturada (g)	2,80	2,70
vitamina E (mg)	1,10	1,00
Niacina (B ₃)(mg eq. niaci- na)	1,00	1,00
Tiamina (B ₁) (mg)	0,56	0,56
piridoxina (B ₆) (mg)	0,16	0,16
riboflavina (B ₂) (mg)	0,15	0,15
colesterol (mg)	0,00	0,00
ácido ascórbico (C) (mg)		0,00
flúor (mg)		0,10
vitamina A (µg eq. retinol)		

copos de bonito desecado. Láminas finas de filetes de bonito, desecado, utilizadas como ingrediente principal en el caldo de pescado japonés (*dashi*) o para dar sabor a platos insípidos. Se deben conservar en lugar fresco. Véase: pescados y mariscos desecados.

copos de cacahuete. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Copos de cacahuete	
Energía (kJ)	2027,30
Energía (kcal)	485,00
Carbohidratos (g)	58,00
Grasas totales (g)	22,00
Proteína (g)	13,00
Agua (g)	3,00
Grasa poliinsaturada (g)	2,20
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Calcio (mg)	
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Flúor (mg)	
Fósforo (mg)	
Hierro (mg)	

Magnesio(mg)	
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Potasio (mg)	
Riboflavina (B ₂) (mg)	
Sodio (mg)	
Tiamina (B ₁) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina E (mg)	

copos de cebada. Obtenidos a partir de la cebada cocida al vapor y prensada, se emplean como cereal en productos de panadería y como espesante para sopas y guisos. Véase: granos, cereales y harinas.

copos de centeno. Parecidos a los copos de avena, se obtienen a partir de harina gruesa de centeno, cocida al vapor y prensada. Se consumen en forma de gachas para el desayuno o se espolvorean sobre pan antes de hornearlo. Véase: granos, cereales y harinas. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Copos de centeno	
Energía (kJ)	1283,26
Potasio (mg)	450,00
Fósforo (mg)	350,00
Energía (kcal)	307,00
Magnesio(mg)	120,00
Carbohidratos (g)	61,00
Calcio (mg)	30,00
Agua (g)	15,30
Proteína (g)	12,00
Fibra (g)	10,00
Hierro (mg)	4,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	2,00
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	1,80
Vitamina E (mg)	1,80
Grasas totales (g)	1,70
Grasa poliinsaturada (g)	0,80
Tiamina (B ₁) (mg)	0,35
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,20
Flúor (mg)	0,15
Colesterol (mg)	0,00

Sodio (mg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	

copos de cereal. Según el Código Alimentario, 3.20.34. Es el producto resultante de someter el grano mondado a la acción del vapor de agua y posteriormente al laminado y tostado. Podrá llevar ingredientes autorizados. Véase: Productos varios de harina y derivados.

copos de chocolate. Elaborados con azúcar, glucosa, jarabe y cacao, estos copos con sabor a chocolate se emplean para decorar pasteles, borrachos y mousses. Véase: Aditivos y productos para repostería.

copos de coco. Se deben conservar en un envase hermético, en un lugar fresco, seco y oscuro. Se utilizan en repostería y postres, y en muchos platos de la cocina India. Véase: frutas y frutos secos.

copos de coco tostados. Son tiras de pulpa de coco, tostadas hasta que sus bordes se lleguen a quemar. Se utilizan como adornos para pasteles y postres. Véase: Aditivos y productos para repostería.

copos de escalonias fritos. Es la cebolla preferida en Oriente. Las escalonias fritas se utilizan como aderezo o espolvoreadas sobre la comida. Se pueden servir también como aperitivo. Véase: ingredientes de la comida asiática.

copos de maíz. Copos crujientes obtenidos a partir de varios tipos de granos de maíz molidos, prensados y tostados. Por lo general se enriquecen con varios nutrientes. Se consumen con leche fría o caliente. Véase: granos, cereales y harinas; Maíz inflado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Copos de maíz tostado Corn flakes Kelloggs	
Energía (kJ)	1464,88

Energía (kcal)	350,45
Ácido fólico (µg)	167,00
Porción comestible	100,00
Carbohidratos (g)	83,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	50,00
Niacina (mg eq. niacina)	15,00
Proteína (g)	8,00
Hierro (mg)	7,90
Vitamina D (µg)	4,20
Fibra (g)	2,50
Piridoxina (B ₆) (mg)	1,70
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,30
Tiamina (B ₁) (mg)	1,20
Sodio (mg)	1,00
Grasa (g)	0,80
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,80
Grasa saturada (g)	0,20
Colesterol (mg)	0,00
Calcio (mg)	
Cinc (mg)	
Fósforo (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Magnesio (mg)	
Potasio (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

copos de patatas. Véase: gránulos y copos de patatas; prohibiciones de derivados de patatas; gránulos y copos de patatas.

copos de salvado. Copos grandes obtenidos de las capas externas de los cereales. Se consumen como cereales para el desayuno. Véase: granos, cereales y harinas. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Copos de salvado	
Vitamina A (µg eq. retinol)	1400,00
Energía (kJ)	1003,32
Fósforo (mg)	920,00
Potasio (mg)	308,00
Energía (kcal)	240,00
Calcio (mg)	60,00
Carbohidratos (g)	42,00
Proteína (g)	13,40
Hierro (mg)	9,00

Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	8,20
Agua (g)	3,00
Grasas totales (g)	2,00
Tiamina (B ₁) (mg)	1,16
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,20
Colesterol (mg)	0,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Fibra (g)	
Flúor (mg)	
Magnesio(mg)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Sodio (mg)	
Vitamina E (mg)	

copos de trigo. El valor nutritivo de los copos de trigo cocidos puede variar según el grado de refinamiento y los procesos de fabricación. Los copos crudos, que se fabrican como los copos de avena, se deben poner en remojo varias horas antes de cocerse. Se utilizan como cereal o se espolvorean sobre panes antes de cocerlos. Véase: granos, cereales y harinas; cereales. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Copos tostados de trigo integral bran flakes Kelloggs	
Energía (kJ)	1261,32
Fósforo (mg)	350,00
Ácido fólico (µg)	333,00
Energía (kcal)	301,75
Magnesio (mg)	120,00
Porción comestible	100,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	66,00
Carbohidratos (g)	65,00
Hierro (mg)	24,30
Fibra (g)	16,00
Niacina (mg eq. niacina)	14,20
Proteína (g)	10,00
Vitamina E (mg)	8,30
Vitamina D (µg)	4,20
Cinc (mg)	2,60
Piridoxina (B ₆) (mg)	2,30
Grasa (g)	2,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,70
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,10
Sodio (mg)	0,80
Tiamina (B ₁) (mg)	0,80

Grasa saturada (g)	0,40
Colesterol (mg)	0,00
Calcio (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Potasio (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Yodo (mg)	

copra. Parte carnosa, desecada, del interior del coco, de la que se extraen grasas y aceites de uso industrial, y particularmente farmacéutico. Véase: *Cocos nucifera* (coco)

coprina entintada. Nombre vulgar de la seta: *Coprinus atramentarius*.

Coprinaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: thallobionta (talofitas) División: eumycetes (fungi) Clase: basidiomycetes. Subclase: autobasidiomycetes o holobasidiomycetes (basidios no tabicados normales) Orden: agaricales. Pertenecen a este grupo especies de tamaño mediano o pequeño, de tejido algo delicado y frágil. El sombrero puede ser cónico, acampanado, convexo o plano, de superficie lisa, escamosa y verrugosa. El pie es liso, fibriloso, casi siempre desprovisto de anillo y raramente bulboso. Las láminas, bastante tupidas, libres o adherentes, absorben la humedad en la fase madura, especialmente en el caso de las *Coprinus*, y se transforman en un líquido denso y negruzco. Las esporas son de color marrón oscuro o negro, muy variables en cuanto a forma. Todas son saprófitas. Pocas son comestibles, algunas son venenosas y en su mayor parte no tienen ningún interés culinario debido a su inconsistencia y reducidas dimensiones. Consta de cuatro géneros: **coprinus**, **drosophila**, **lacrymaria**, **psilocybe** y **panaeolus**. Nombre vulgar: coprináceas. Consideramos. **Género coprinus:** *Coprinus atramentarius*, *Coprinus comatus*, *Coprinus disseminatus*, *Coprinus flocculosus*, *Coprinus lagopus*, *Coprinus micaceus*, *Coprinus niveus*, *Coprinus picaceus*, *Coprinus plicatilis*, *Coprinus radians*, *Coprinus radiatus*. **Género drosophila:** *Drosophyla candolleana*, *Drosophyla hydrophyla*, *Drosophyla spadicea*, *Drosophyla spadiceogrisea*. **Género lacrymaria:** *Lacrymaria velutina*. **Género panaeolus:** *Panaeolus campanulatus*, *Panaeolus papilionaceus*, *Panaeolus phoenicisii*, *Panaeolus semiovatus*, *Panaeolus sphinctrinus*, *Panaeolus subbalteatus*. **Género psilocybe:** *Psilocybe semilanceata*.

coprináceas. Familia de hongios: Véase: *coprinaceae*.

coprino blanco de nieve. Nombre vulgar de la seta: *Coprinus niveus*.

coprino blanco y negro. Nombre vulgar de la seta: *Coprinus picaceus*.

coprino diseminado. Nombre vulgar de la seta: *Coprinus disseminatus*.

coprino plegado. Nombre vulgar de la seta: *Coprinus plicatilis*.

Coprinus atramentarius, Fr. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescente. Subgrupo: especies gruesas con anillo fugaz. Sombrero ocre claro con largos surcos. Sin escamas. Anillo fugaz bajo. Seta con carne blanca, muy frágil y de sabor y olor ligeros pero agradables. Debe consumirse con precaución y sólo cuando es joven. Se debe evitar a toda costa el consumo simultáneo de bebidas alcohólicas, que podrían provocar graves trastornos, como palpitaciones cardíacas, eritemas cutáneos e hipersudoración. Nombre popular: coprina entintada. En catalán: **bolet de femer**; **pixacá de tinta**; **pixacá negro**. En vasco: **urbeltz gorritzaile**. Véase: setas venenosas

Coprinus comatus. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescentes. Subgrupo: especies gruesas con anillo fugaz. Sombrero blanquecino con escamas muy pronunciadas. Anillo fugaz alto. En estado muy joven, es comestible. Cuando las láminas exhiben tonalidades rosadas debe desecharse. Las escamas del pileo se deben desechar porque son indigestas. Con el jugo resultante de la autólisis del pileo, debidamente concentrado, se prepara una tinta más resistente que la tinta china. Carne poco espesa, delgada, al principio blanca y luego rosada, tiene olor y sabor agradables poco señalados, es comestible delicada pero hay que consumirla joven. Si se consume joven es una de las setas más sabrosas y admite numerosas combinaciones culinarias. Nombre vulgar: barbuda, maticandil, apagador. En catalán: **bolet de femer; bolet de tinta**. En vascuence: **lederki; urbeltz galpardun; urbeltz**. Sinónimo oficial: *Agaricus porcellanus*, *Agaricus tiphoides*.

Coprinus disseminatus. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas adherentes no delicuescentes. Subgrupo: Sombrero de color variado de crema a rojizo. Especie pequeña que forma grandes colonias. Por su diminuto tamaño carece de interés comestible y es muy fácil de reconocer por su morfología y forma de crecer en grandes colonias diseminadas. Carne muy escasa no delicuescente, sin olor ni sabor señalados y también sin valor culinario. Nombre vulgar: coprino diseminado. En vascuence: **urbeltz ugari**. Sinónimo: *Psathyrella disseminatus*, *Pseudocoprinus disseminatus*.

Coprinus flocculosus. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Sin interés comestible. Nombre vulgar: coprino floculoso.

Coprinus lagopus. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescente. Subgrupo: especies no gruesas y sin anillo. Sombrero cubierto de joven de lanosidad debida a los restos del velo. Sombrero alto ci-

lindrico-ovoide, grisáceo y cubierto de velo blanco. Láminas no delicuescentes. Carne escasa muy frágil, sin olor ni sabor señalado y sin interés culinario.

Coprinus micaceus. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescente. Subgrupo: especies no gruesas y sin anillo. Sombrero con placas restos de velo. Sombrero leonado con placas micáceas brillantes. Carne delgada, frágil, de olor y sabor poco señalados pero agradables y sin ninguna importancia culinaria. No conviene consumirla con bebidas alcohólicas pues causa trastornos parecidos a los de la *Coprinus atramentarius*, aunque menos fuertes. En vascuence: **urbeltz mikadun**.

Coprinus niveus. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescente. Subgrupo: especies no gruesas y sin anillo. Sombrero cubierto de joven de lanosidad debida a los restos del velo. Sombrero blanquecino con restos de velo blanco. Seta sin interés comestible se la reconoce bien por su sombrero blanco niveo y escamoso. Nombre vulgar: coprino blanco de nieve. En vascuence: **urbeltz elurzuri**.

Coprinus picaceus. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescente. Subgrupo: especies no gruesas y sin anillo. Sombrero con placas restos de velo. Sombrero oscuro con escamas blanquecinas muy anchas. Seta con carne escasa, frágil, blanca, de olor desagradable. Aparte de no tener ningún interés gastronómico, algunos autores la consideran ligeramente tóxica. Nombre vulgar: coprino blanco y negro. En vascuence: **urbeltz zuribeltz**.

Coprinus plicatilis. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescente. Subgrupo: especies no gruesas y sin anillo. Sombrero grisáceo con largos y profundos surcos que llegan a una zona central ocrácea. Seta sin interés comestible, dadas sus di-

minutas proporciones y fragilidad. Se la reconoce a primera vista por la presencia del gran disco central que tiene en la parte apical del pie, donde se insertan las láminas. Nombre vulgar: coprino plegado. En catalán: **bolet de femer plegat**. En vasco: **urbeltz argal**.

Coprinus radians. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescente. Subgrupo: especies no gruesas y sin anillo. Sombrero con placas restos de velo. Sombrero grisáceo con el centro ocre y placas en forma de verrugas cónicas. Carne escasa, frágil, sin olor ni sabor señalado y sin interés culinario.

Coprinus radiatus. Familia: coprináceas. Género: coprinus. Características: láminas libres, por lo general delicuescente. Subgrupo: especies no gruesas y sin anillo. Sombrero cubierto de joven de lanosidad debida a los restos del velo. Sombrero gris ceniza con mechas blancas y pliegues radiales. Carne escasa y frágil, no tiene olor ni sabor señalado ni valor culinario.

Coprobacia granulata. Familia: pecizáceas. Género: aleuria. Ascocarpo en un principio acopado, finalmente discoidal, midiendo de 1-3 mm de diámetro, de color anaranjado y carente de pie. Seta muy común en España sobre estiércol de vaca.

coq au vin d'Alsace. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pollo y animales de caza”. Nombre español: pollo dorado en vino blanco. Véase: pollo y animales de caza en la cocina de Francia.

coqueta. Una de las preparaciones chacineras aragonesas. De carne o vísceras cocidas. Pasta de sangre con hierbas aromáticas. Véase: derivados cárnicos de Aragón.

coquetes. Otra especialidad catalana de derivado cárnico. Similar al pastel de sangre, mez-

clado con hierbas, sobre todo hinojo. Véase: derivados cárnicos de Cataluña.

coquilles Saint-Jacques. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “mariscos”. Nombre español: vieiras con salsa de vino tinto.

coquilles St. Jacques a la provençale. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: peregrina con ajo y coñac.

coquina. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **almeja perro**.

coquina. Nombre vulgar del molusco: *Donax denticulatus*. Designación oficial española del molusco: *Donax trunculus*. Sinónimo oficial: Ameixa negra; Arolaña; Cadelina; Cadelucha; Chirla; Correiro; Dique; Kadeluxa; Maravilla; Navalha; Navallina; Petxina; Pique; Tallerina; Tellina; Tutturatana; Txirla; Xarleta; Zapatela.

coquina alineja. Designación oficial española del molusco: *Donax dentifer*. Sinónimo oficial: Alineja; Almeja; Concha mariposa.

coquina alta. Designación oficial española del molusco: *Iphigenia altior*. Sinónimo oficial: Concha mariposa.

coquina amarilla. Designación oficial española del molusco: *Donax californicus*.

coquina atlántica. Designación oficial española del molusco: *Iphigenia brasiliana*. Sinónimo oficial: Almeja de mar; Coquina gigante.

coquina berberecho. Designación oficial española del molusco: *Donax hanleyanus*. Sinónimo oficial: Berberecho; Coquin del Plata.

coquina del Caribe. Designación oficial española del molusco: *Donax denticulatus*.

coquina entreabierto recortada Nombre vulgar del molusco: *Mya truncata*.

coquina esculpida. Designación oficial española del molusco: *Donax carinatus*; *Donax culminatus*.

coquina gigante. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **coquina atlántica**.

coquina mariposa. Nombre vulgar del molusco: *Donax variabilis*. Designación oficial española del molusco: *Donax asper*; *Donax navicula*. Sinónimo oficial: Almeja; Concha mariposa; Palabrita; Señorita.

coquina menuda. Designación oficial española del molusco: *Donax gracilis*.

coquina palabrita. Designación oficial española del molusco: *Donax parvianus*. Sinónimo oficial: Concha mariposa; Mariposita; Palabrita; Señorita.

coquina radiada. Designación oficial española del molusco: *Donax gouldii*.

coquina rayada. Designación oficial española del molusco: *Donax stratus*.

coquinas, conchas triangulares o de cofre. Véase: *Donacidae*. Sinónimo: donácidos.

coquiña. Sinónimo: xarleta. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Molusco, bivalvo, *Donax trunculus*, Linneo. Véase: marisco.

coquito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **castañuela de peña**.

***Coracinus boops*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato**.

***Coracinus chalcis*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvallo**.

coral. Nombre vulgar de la planta: *Salvia elegans*.

coral. Nombre que se da al exquisito, y comestible, saco de las huevas de diversos

crustáceos y moluscos. Véase: huevas comestibles.

corallini. Pasta alimenticia en forma de pequeños abalorios. Véase: pastas para sopas.

coratina. Véase: aceituna coratina.

corazón. Nombre vulgar de la planta: *Annona squamosa*.

corazón. Despojo cárnico. Esta víscera, cuando procede de reses adultas, suministra un alimento algo seco; en cambio, el corazón de animales jóvenes (sobre todo cerdo) es muy tierno y agradable de comer. Después de quitar la grasa, se deja en remojo en agua con vinagre durante 1-3 horas, luego se lava y se seca. Se puede asar al horno o a la parrilla, o cortarlo en dados y emplearlos en guisos. También se puede rellenar y asar. Es preferible no cocerlo demasiado o la carne se volverá dura. Véase: despojos cárnicos. Peso aproximado: vacuno 2,50 kg; ternera 0,75 kg; ovino 0,30 kg; porcino 0,40 kg. Composición centesimal: agua 71,1; proteínas 17,5; grasa 9,4; hidratos de carbono 0,31; sales 0,95; kilocalorías en 100 g 165. Véase: clasificación de despojos; despojos cárnicos; despiece de la canal de porcino.

corazón de buey. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Corazón de buey	
Energía (kJ)	736,52
Potasio (mg)	290,00
Fósforo (mg)	210,00
Energía (kcal)	176,20
Porción comestible	95,00
Sodio (mg)	88,00
Colesterol (mg)	65,00
Magnesio (mg)	22,00
Proteína (g)	20,20
Vitamina B ₁₂ (µg)	13,00
Grasa (g)	10,60
Calcio (mg)	8,00
Niacina (mg eq. niacina)	6,30
Grasa moninsaturada (g)	4,86
Grasa saturada (g)	4,28

Ácido fólico (µg)	4,00
Hierro (mg)	2,60
Cinc (mg)	1,80
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,80
Tiamina (B ₁) (mg)	0,45
Vitamina E (mg)	0,45
Grasa poliinsaturada (g)	0,41
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,23
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

corazón de cerdo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Corazón de cerdo	
Energía (kJ)	418,00
Potasio (mg)	257,00
Fósforo (mg)	176,00
Colesterol (mg)	150,00
Energía (kcal)	100,00
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	80,00
Calcio (mg)	20,00
Magnesio (mg)	20,00
Proteína (g)	16,90
Vitamina A (µg eq. retinol)	10,00
Niacina (mg eq. niacina)	6,60
Ácido ascórbico (C) (mg)	5,30
Hierro (mg)	4,30
Ácido fólico (µg)	4,00
Grasa (g)	3,60
Vitamina B ₁₂ (µg)	2,70
Cinc (mg)	2,20
Grasa poliinsaturada (g)	1,53
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,06
Grasa saturada (g)	0,96
Grasa moninsaturada (g)	0,59
Tiamina (B ₁) (mg)	0,46
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,43
Yodo (mg)	0,00
Carbohidratos (g)	

Fibra (g)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	

corazón de cordero. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Corazón de cordero	
Energía (kJ)	657,10
Potasio (mg)	248,00
Fósforo (mg)	160,00
Energía (kcal)	157,20
Sodio (mg)	118,00
Porción comestible	78,00
Proteína (g)	16,80
Magnesio (mg)	16,00
Grasa (g)	10,00
Hierro (mg)	6,10
Vitamina B ₁₂ (µg)	5,20
Niacina (mg eq. niacina)	4,60
Grasa moninsaturada (g)	4,20
Calcio (mg)	4,00
Cinc (mg)	2,12
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,86
Grasa poliinsaturada (g)	0,36
Tiamina (B ₁) (mg)	0,31
Ácido ascórbico (C) (mg)	
Ácido fólico (µg)	
Carbohidratos (g)	
Colesterol (mg)	
Fibra (g)	
Grasa saturada (g)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

corazón de pollo. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Corazón de pollo	
Energía (kJ)	508,58
Potasio (mg)	262,00
Colesterol (mg)	170,00
Fósforo (mg)	164,00

Energía (kcal)	121,67
Sodio (mg)	111,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	22,00
Proteína (g)	17,30
Vitamina A (µg eq. retinol)	9,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	6,00
Niacina (mg eq. niacina)	6,00
Grasa (g)	5,83
Vitamina B ₁₂ (µg)	4,24
Cinc (mg)	3,10
Grasa saturada (g)	2,44
Hierro (mg)	1,70
Riboflavina (B ₂) (mg)	1,24
Vitamina E (mg)	1,20
Grasa moninsaturada (g)	0,89
Grasa poliinsaturada (g)	0,53
Tiamina (B ₁) (mg)	0,43
Ácido fólico (µg)	
Carbohidratos (g)	
Fibra (g)	
Magnesio (mg)	
Piridoxina (B ₆) (mg)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

corazón de ternera. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Corazón de ternera	
Energía (kJ)	434,72
Potasio (mg)	260,00
Fósforo (mg)	210,00
Colesterol (mg)	145,00
Energía (kcal)	104,00
Sodio (mg)	92,00
Porción comestible	80,00
Magnesio (mg)	23,00
Proteína (g)	17,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	13,00
Niacina (mg eq. niacina)	7,30
Calcio (mg)	6,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	5,00
Hierro (mg)	4,80
Grasa (g)	4,00
Ácido fólico (µg)	3,00
Grasa saturada (g)	1,96
Grasa moninsaturada (g)	1,06
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,90

Vitamina E (mg)	0,52
Tiamina (B ₁) (mg)	0,44
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,29
Cinc (mg)	0,20
Grasa poliinsaturada (g)	0,11
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

corazón de vaca. Despojo procedente del despiece del ganado vacuno. El de un animal joven tiene la carne firme y buena fibrosidad. Sirve para asar, freír, estofar o cocer. Según la edad y el peso requiere entre 2 y 4 horas de cocción. Véase: despojo de vaca. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Corazón de vaca	crudo	cocido
Energía (kJ)	434,72	681,34
Potasio (mg)	263,00	232,00
Fósforo (mg)	210,00	230,00
Hierro (mg)	210,00	230,00
Colesterol (mg)	140,00	200,00
Energía (kcal)	104,00	163,00
Porción comestible	100,00	100,00
Sodio (mg)	92,00	100,00
Grasa (g)	4,00	57,00
Proteína (g)	17,00	27,90
Magnesio (mg)	23,00	25,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	13,00	14,00
Calcio (mg)	6,00	6,00
Cinc (mg)	2,00	3,50
Niacina (mg eq. niacina)	2,30	3,10
Grasa saturada (g)	1,60	2,30
Ácido ascórbico (C) (mg)	6,00	2,00
Ácido fólico (µg)	3,00	2,00
Grasa moninsaturada (g)	0,98	1,40
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,96	1,40
Vitamina D (µg)	1,00	1,40
Grasa poliinsaturada (g)	0,54	0,77
Vitamina E (mg)	0,52	0,70
Tiamina (B ₁) (mg)	0,44	0,20
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,30	0,15
Azúcares	0,00	0,00
Carbohidratos (g)	0,00	0,00
Fibra (g)	0,00	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00	0,00
Yodo (mg)		

corazón en la cocina. Véase: Corazón y otros despojos en la cocina.

corazón lleno. Cultivar de la planta: *Taraxacum officinale*.

corazón y otros despojos en la cocina. Consideramos los platos siguientes: Broquetas de hígado; Callos al vino blanco; Callos con col y garbanzos; Callos empanados; Corazón de ternera asado al horno; Hígado a la provenzal; Hígado de ternera con cebollas y pimienta. Véase: carnes en la cocina.

corazones de quandong. Al tostar los huesos de esta fruta, adquieren un sabor fuerte a avellana y almendra tostada. Se emplean en cantidades pequeñas para aromatizar salsas, crema de leche y hojaldres, o se añaden a mezclas para rebozar. Nunca los utilice crudos. Véase: ingredientes silvestres de Australia.

corazones de ternera asados al horno. Plato integrante de la cocina con carne. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 1 hora y 30 minutos. **Ingredientes:** corazón de ternera, zanahoria, cebolla, caldo de carne, sal, pimienta, aceite. Véase: corazón y otros despojos en la cocina.

corb (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvallo**.

corb. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina**.

corb amb pues. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cañailla**.

corb reig. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina**.

corba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvallo; corvina.

corbal. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato de fango**.

corball. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvallo; verrugato de fango; verrugato.

corball de sorra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato**.

corballina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvallo; verrugato.

corballino. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina**.

corballo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvallo; corvina.

corballo de arena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato de fango**.

corballo de fango. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato de fango**.

corballo de hondura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato de fango**.

corbata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sable peludo**.

corbelo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **abadejo**.

corbina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvallo; corvina; ronco chileno; verrugato.

Corbina australis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina austral**.

corbina china. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla ñata**.

corbina chola. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata alba**.

corbinata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato**.

corbinata coliamarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata goete**.

corbinata jamaicana. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **corvinata goete**.

corbiña. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvallo**.

corcobado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado lamparosa**.

corcobajo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corocoro corcovado; jorobado antena.

corcobato. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jorobado de penacho**.

corcón. Nombre vulgar del pez: *Mugil labrosus*. Designación oficial: abichón; galupa; lisa; pardete.

corcorocá. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **burriqueta**.

corcova. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro corcovado**.

corcovada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dentón**.

corcovado. Designación oficial española del pez: *Vomer declivifrons*. Sinónimo oficial: Espejo; Jorobadito del Pacífico; Reloj.

corcovado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: burro chita; burro frijol; corocoro zapata; jorobado antena.

***Corculum cardissa*.** Familia: cárdidos. Este berberecho, de color blanco o marfil, tiene la estructura de los pliegues proporcionada a una forma de corazón muy bien marcada. El tubo está ligeramente dentado a los lados. Este molusco de entre 6 y 9 cm de tamaño se cría en todo el Indopacífico. En Japón se considera la carne y el musculoso pie como algo especialmente tierno y exquisito. El borde, de color oscuro, de la carne de este berberecho ostenta una forma muy similar a la de un pico de gallina, también el gusto recuerda a la carne de la gallina. De ahí que el nombre japonés, “*torigai*” signi-

fique gallina-crustáceo. Nombre vulgar: **berberecho de medio corazón**.

cordero. El cordero es la cría de la oveja, un mamífero rumiante relativamente dócil. En cocina se llama **carnero** a la carne del macho adulto castrado y a la del adulto no castrado. La carne de cordero suele proceder de un animal de menos de 12 meses aunque el criterio varía según el país. El **lechal** o **cordero de leche** se caracteriza por tener unos 2 meses y haberse alimentado casi exclusivamente de leche materna. Su canal, que se vende con la piel, la cabeza y los despojos, pesa unos 14 kg. Su carne es tierna y muy delicada. El **cordero pesado** se cría en apriscos, resguardado de la intemperie. Su alimentación consta de cereales y forraje. Se sacrifica entre los 3 y 8 meses (en cualquier caso siempre antes de los 12 meses) Su carne es tierna y su sabor es más intenso que el del lechal. El **cordero ligero** presenta unas características intermedias de los dos tipos anteriores. Las carnes de cordero y carnero se diferencian del resto de los animales por la naturaleza de su grasa, llamada “grasa dura”. Recibe este nombre porque se fija con suma rapidez en el plato, por eso se aconseja servir estas carnes en platos muy calientes. El cordero es rico en proteínas, cinc y vitaminas del grupo B, sobre todo niacina, riboflavina y B₁₂. Además constituye una buena fuente de hierro, potasio y fósforo. Véase: clasificación de las carnes; corazón de cordero; costillas de cordero; costillas grasas de cordero; costillas magras de cordero; cuello de cordero; chuleta de cordero.

cordero a la cerveza. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** cordero, ajo, ñoras, cerveza, vino, caldo, aceite de oliva, sal.

cordero a la pequinesa. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** Cordero (paletilla), fécula de maíz, salsa de hoisin, aceite, aguardiente de arroz, salsa de soja, vinagre, azúcar, jengibre en polvo, sal, pimienta.

cordero al chilindrón. Plato de la cocina de España perteneciente al grupo de “cordero y cabrito”. Cocina de Navarra. Tiempo de realización 1 hora y 20 minutos. El chilindrón es un juego de naipes cuyo nombre se ha trasladado a nuestra gastronomía. Es un plato típico de Nacarra y Aragón, sobre todo, y puede aplicarse a diversos tipos de carne, también aves y conejos. En otra época, era un plato de fiesta, muy casero. **Ingredientes:** pierna de cordero, pimientos secos, limón, ajo, perejil, aceite, sal. Véase: carnes; cordero y cabrito en la cocina de España.

cordero al horno. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** cordero, papa, ajo, vinagre, ají panca, pimienta, pimentón, achiote, comino, sal. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

cordero al vino tinto. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** cordero, tino, cebolletas, champiñones, vino tinto, harina, manteca de cerdo, sal, pimienta, laurel, pimentón, tomillo. Véase: carnes en la cocina clásica.

cordero asado. Plato de la cocina de España perteneciente al grupo de “cordero y cabrito” Cocina de Castilla. Tiempo de realización 1 hora y 30 minutos. **Ingredientes:** cordero lechal, manteca de cerdo, vino blanco, cebolla, ajo, orégano, perejil, clavo, aceite, sal. Véase: carnes; cordero y cabrito en la cocina de Castilla.

cordero asado con patatas. Plato de la “cocina de Grecia” perteneciente al grupo de “carne y pollo”. Tiempo de preparación: 10 minutos; tiempo de cocción 2 ½ horas. **Ingredientes:** pierna de cordero, ajo, zumo de limón, aceite de oliva, caldo de pollo, canela molida, sal, pimienta negra, orégano

seco, patatas. Véase: cocina de Grecia; carne y pollo en la cocina de Grecia.

cordero con alcauciles. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** pierna o paletilla de cordero, alcauciles, cebolla, ajo, caldo de carne, fécula de patata, perejil, tomillo, aceite de oliva, pimienta, laurel, vino fino, sal, limón.

cordero con chermoula. Plato de la cocina de Marruecos. Tiempo de preparación 25 minutos más 3 horas en marinada; tiempo de cocción 45 minutos. **Ingredientes:** cebolla rallada, perejil fresco, cilantro fresco, comino molido, azafrán molido, harissa, aceite de oliva, zumo de limón, pierna de cordero. Véase: carnes en la cocina de Marruecos.

cordero con habas y alcachofas. Plato de la cocina de Marruecos. Tiempo de preparación 15 minutos; tiempo de cocción 1 ½ horas. **Ingredientes:** costillas de la parte superior del cuello, jengibre en polvo, azafrán molido, ajo majado, aceite vegetal, pimienta molida, agua, habas peladas, corazón de alcachofa, corteza de limón en conserva, zumo de limón, aceitunas pequeñas. Véase: carnes en la cocina de Marruecos.

cordero asado con especias. Plato de la cocina de Marruecos. Tiempo de preparación 30 minutos; tiempo de cocción 1 ½ a 2 horas. **Ingredientes:** pierna de cordero, mantequilla sin sal, pimienta molida, cebolla roja, ajo majado, comino en polvo, canela en polvo, jengibre en polvo, guindilla en polvo, azafrán molido, aceite de oliva, agua. Véase: carnes en la cocina de Marruecos.

cordero con fideos de soja. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** Fideos de soja, cordero (paletilla), ajo, jengibre, cebolleta,

aceite, salsa de soja, azúcar, fécula de maíz, sal.

cordero con guisantes y piñones. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 30 minutos. **Ingredientes:** tripa de cordero, zanahoria, cebolla, apio, puerro, tomate, vino, brandy, piñones, guisantes, almendras, avellanas, ajo, perejil, pan frito, vino rancio, aceite, harina, sal, pimienta, caldo. Véase: carnes en la cocina clásica.

cordero con lentejas. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “carnes”. Es un plato indio cotidiano, muy fácil de hacer; sus ingredientes se consiguen fácilmente. Se puede preparar con cualquier tipo de *dhal*; son preferibles las rojas. Se sirve con arroz **Ingredientes:** Pierna de cordero, cebolla, comino, jengibre, sal, agua de tamarindo, berenjena, judía verde, tomate, chile en polvo, hijas de cilantro. **Para las lentejas:** Cilantro, chile en polvo, mostaza, alholva, cúrcuma, lentejas rojas, agua. **Para los ingredientes fritos:** Aceite vegetal, cebolla, chile seco, ajo, mostaza amarilla, comino, hoja de curry, asafétida. Nombre en India; *dalcha*.

cordero con salsa de ají picante y yogur. Plato de la “cocina India” perteneciente al grupo de “platos clásicos”. Éste es un guiso muy sabroso; se puede preparar con cordero, cabrito o carne vacuna. La carne no se desgrasa para que el plato sea más succulento; su exquisito sabor se enriquece si se cocina con *ghee* (manteca clarificada) **Ingredientes:** Paleta o pierna de cordero, ají molido, sal, aceite de cacahuete, cebolla, cardamomo verde, laurel, yogur, agua de tamarindo, pimienta negra, agua, garam masala. **Para la pasta:** Ajo, jengibre, ají, pimienta negra, canela en rama, semilla de cilantro, comino, pimentón dulce, clavo, sal. Nombre indio: *rogan josh*.

cordero de leche. Véase: cordero. Sinónimo: lechal; cordero lechal.

cordero de Morón. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** pierna de cordero, ajo, perejil, cebolla, vino, sal, azafrán, aceite, pimienta, laurel.

cordero del mesonero. Plato de la “cocina” española perteneciente al grupo de “cordero y cabrito”. Clásico en la cocina de Castilla. **Ingredientes:** espaldas de cordero deshuesadas, cebolla, ajo, guindilla, vino blanco, pimienta, azafrán, pimienta, aceite, sal.

cordero en la cocina de España. Véase: cordero y cabrito en la cocina de España.

cordero en la cocina de Francia. Consideramos: **Carre d’agneau persille** (costillar de cordero recubierto con ajo y perejil), **Gigot d’agneau du boulanger** (pierna de cordero en una capa de brioche), **Canon d’agneau en crepinette au persil** (filete de cordero con mousse de pollo y perejil), **Croquets d’agneau a l’infusion de menthe** (croquetas de cordero con una infusión de menta fresca) Véase: platos principales en la cocina de Francia.

cordero estofado. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** pata o costilla de cordero, cebolla, ajo, tomate, laurel, tomillo, pimienta negra, perejil, sal, pimienta molida, vino blanco, aceite, harina.

cordero lechal asado. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 40 minutos. **Ingredientes:** pierna de cordero, manzana reineta, piñones, vino blanco, ajo, perejil, laurel, tomillo, tomate, manteca de cerdo, patatas, caldo de carne, pimienta negra, sal. Véase: carnes en la cocina clásica.

Cordero Lechal del País Vasco. Véase: Esneko Euskal Bildotsa.

cordero ligero. Véase: cordero.

Cordero Manchego. Denominación Específica de carnes de España; protege la producción

de carne de cordero en la región natural de La Mancha. El cordero que se destine a carne con Denominación Específica puede ser macho sin castrar o hembra, con un peso vivo al sacrificio en matadero de 22 a 28 kg y con una edad entre 60 y 90 días. La alimentación de los corderos debe realizarse en estabulación con leche materna, complementada con paja blanca y concentrados autorizados por el Consejo Regulador. El período mínimo de lactancia natural es de 30 días. La carne del Cordero Manchego, de color rosa pálido, resulta tierna, de gran jugosidad y muy agradable. Véase: carnes de España.

cordero mrouziya. Antiguamente, este estofado marroquí era el medio para conservar la carne en una civilización en que el congelador y la nevera no existían. **Ingredientes:** azafrán, ras el hanout, pimienta negra molida, canela molida, sal, pierna de cordero con hueso, uvas, almendras blanqueadas, cebolla finamente picada, mantequilla, agua, miel espesa.

cordero, paleta. Véase: paleta de cordero.

cordero, paletilla asada con grasa. Véase: paletilla de cordero asada con grasa.

cordero, paletilla asada sin grasa. Véase: paletilla de cordero asada sin grasa.

cordero, pulmones. Véase: Pulmones cordero.

cordero, riñón. Véase: Riñón de cordero.

cordero, sesos. Véase: sesos de cordero.

cordero pesado. Véase: cordero.

cordero pierna con grasa asada. Véase: pierna de cordero con grasa asada

cordero pierna con grasa cruda. Véase: pierna de cordero con grasa cruda

cordero precoz. Véase: ternasco.

cordero y cabrito en la cocina de España.

El ganado ovino ha estado vinculado a la cocina interior de la península ibérica desde la antigüedad. La meseta es lugar de pastoreo y las carnes de los corderos y cabritos castellanos tienen unas características especiales. Para las tres grandes religiones que coincidieron en España (cristiana, árabe y judía) el cordero es un animal importante y el preferido para los diversos sacrificios, de ahí que la cultura culinaria española haya mantenido vivo el interés por su carne. La variedad de platos es realmente grande. Ejemplo: Cabrito estilo canario, Caldereta de cabrito, Caldereta de cordero, Chuletas de cordero a la mañica, Chuletas de cordero al ajo cabañil, Cochifrito, Cordero al chilindrón, Cordero asado, Cordero del mesonero, Frito de cordero, Guiso de cordero, Lechazo asado estilo Aranda, Pierna de cordero al horno, Ternasco al horno con patatas a lo pobre. Véase: cocina de España.

cordial. Véase: envasado y rotulación de las bebidas espirituosas.

Cordiceps capitata. Familia: clavicipitáceas. Género: cordiceps. Características: Peritéceo coriáceo. Parásito de insectos, hongos y gramíneas. Especies parásitas de otros hongos o de insectos. Sub-características: Parásita sobre especies de *Elaphomyces*. Cabeza globosa bien señalada sobre el pie y de color pardo marrón. Pie marrón oliva. Es parásita de la *Elaphomyces cervinus* y suelen presentarse varios individuos en el mismo carpóforo del *Elaphomyces*. No es comestible. En vascuence: **boillur-mazo**.

Cordiceps gracilis. Familia: clavicipitáceas. Género: cordiceps. Características: Peritéceo coriáceo. Parásito de insectos, hongos y gramíneas. Especies parásitas otros hongos o de insectos. SbCaracterísticas: Pará-

sitas sobre insectos. Receptáculo de unos 3 cm de alto. Cabeza amarillenta parda. Pie muy delgado.

Cordiceps militaris. Familia: clavicipitáceas. Género: cordiceps. Características: Peritéceo coriáceo. Parásito de insectos, hongos y gramíneas. Especies parásitas de otros hongos o de insectos. Sub-características: Parásita sobre insectos. Receptáculo de 1 a 5 cm de alto. Cabeza rojiza anaranjada. Pie no delgado. Seta pequeña y esbelta (0,3 a 1 cm) de forma de clava o pedúnculo, de color rojo anaranjado. No tiene ningún interés alimentario. En vascuence: **beldar-mazo**.

Cordiceps ophyoglossoides. Familia: clavicipitáceas. Género: cordiceps. Características: Peritéceo coriáceo. Parásito de insectos, hongos y gramíneas. Especies parásitas de otros hongos o insectos. Sub-características: Parásita sobre especies de *Elaphomyces*. Cabeza en forma de maza o de lengua que se atenúa hacia el pie y de color al principio amarillo verdoso y luego negro. Pie amarillo.

cordonnier. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pámpano de hebra**.

coreano. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mendo**.

corégono. Designación oficial española del pez: *Coregonus albula*; *Coregonus altior*; *Coregonus clupeaformis*; *Coregonus elegans*; *Coregonus hoyi*; *Coregonus pollan*.

corégono arenero. Nombre vulgar del pez: *Coregonus nasus*.

corégono blanco. Nombre vulgar del pez: *Coregonus albula*.

corégono grande de fondo. Nombre vulgar del pez: *Coregonus nasus*.

corégono narigudo. Nombre vulgar del pez: *Coregonus oxyrinchus*.

corégono nipón. Designación oficial española del pez: *Prosopium quadrilaterale*.

corégono pequeño de fondo. Nombre vulgar del pez: *Coregonus pidschian*.

corégono picudo. Designación oficial española del pez: *Coregonus lavaretus oxyrinchus*; *Coregonus oxyrinchus*; *Salmo oxyrinchus*.

coregonus. Género zoológico. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Superorden: teleósteos. Orden: salmoniformes. Suborden: salmonoides. Familia: **salmónidos**. Forma un género de los salmónidos. Las especies de ambos poseen una aleta adiposa, pero los representantes de los coregónidos se caracterizan por tener escamas más grandes, mandíbulas más cortas, una aleta caudal escotada y, en la mayoría de los casos, una coloración plateada. Los coregónidos viven en los ríos de la parte boreal del hemisferio Norte, en las aguas saladas, así como en los ríos de montaña y en los lagos del Norte de Europa, Asia y América del Norte. Las huevas se comercializan como “**caviar dorado**”. Nombre vulgar: **corégono**. Consideramos: corégono blanco (*Coregonus albula*), corégono grande de fondo (*Coregonus nasus*), corégono pequeño de fondo (*Coregonus pidschian*), corégono narigudo (*Coregonus oxyrinchus*), lavareto (*Coregonus lavaretus*), mountain (*Prosopium williamsoni*), peled (*Coregonus peled*), round whitetfish (*Prosopium cylindraceum*), *Coregonus autumnalis*. Véase: *Salmonidae*.

Coregonus albula. Familia: salmónidos. Género: coregonus. Cuerpo delgado, boca puntiaguda, ojos muy grandes y aleta adiposa. Habita en todo el Norte de Europa. También en reservas, en lagos del Sur de Alemania, Francia y Sur de Rusia. Vive como pez migratorio (en el Norte) y sedentario, formando bancos en los largos ríos del Sur. Se alimenta de plancton y alcanza los 45 cm de

largo. Nombre vulgar: **corégono blanco**.
Designación oficial: **corégono**.

Coregonus altior. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **corégono**.

Coregonus ardetii. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arenque de lago**.

Coregonus autumnalis. Familia: salmónidos. Género: coregonus. Se trata de un gran coregónido, caracterizado por una boca terminal que posee dos mandíbulas aproximadamente de la misma longitud. El dorso es oscuro, a veces con reflejos verdosos, los flancos plateados y el vientre blanco sucio. Su alimentación se compone sobre todo de crustáceos pelágicos, así como de organismos bentónicos, alevines y huevos de otros peces. Longitud: hasta 60 cm. Peso: hasta 2 kg.

Coregonus clupeaformis. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **corégono**.

Coregonus elegans. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **corégono**.

Coregonus hoyi. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **corégono**.

Coregonus lavaretus. Familia: salmónidos. Género: coregonus. Aparece en las Islas Británicas, en la zona del mar Báltico, en los lagos de regiones prealpinas, en Escandinavia, Norte de Rusia, Siberia, hasta el estrecho de Bering y Alaska; no existe en España. Se dan tantas especies migratorias como sedentarias. Su alimentación se compone principalmente de cangrejos del plancton. Talla hasta 60 cm. Este pescado tiene muchas espinas, pero su carne es delicada y requiere un tiempo muy breve de cocción. Admite muchas de las preparaciones propias de la trucha. Nombre vulgar: **lavareto**.

Coregonus lavaretus oxyrinchus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corégono picudo**.

Coregonus nasus. Familia: salmónidos. Género: coregonus. Pariente del lavareto, aparece desde Nueva Inglaterra hacia el Norte, hasta el Ártico canadiense, en Escandinavia y en todos los ríos y lagos del Norte de Rusia y Siberia; también en numerosos lagos de la zona alpina. En los territorios árticos vive como pez migratorio; en los demás lugares es un pez sedentario. Alcanza los 80 cm de longitud (Siberia) Nombre vulgar: corégomo grande de fondo, **nasus**, corégono arenoso.

Coregonus oxyrhynchus. Familia: salmónidos. Género: coregonus. Su característica principal es la boca alargada en forma de nariz, de color azul oscuro tirando a negro. Aparece desde Alaska hasta el Norte de Europa, pasando por Siberia. Este pez suele ser migratorio; las especies sedentarias son crucos. Nombre vulgar: **corégono narigudo**. Designación oficial: **corégono picudo**.

Coregonus peled. Familia: salmónidos. Género: coregonus. Se trata de un coregónido con el cuerpo particularmente alto y una joroba en la parte anterior del dorso. La mandíbula superior es prominente. La coloración es oscura, la cabeza y los flancos están constelados de pequeñas manchas negras. La aleta dorsal lleva además una gran mancha oscura al lado de las pequeñas. Reemplaza a menudo al lavareto y su importancia económica es innegable. Longitud: hasta 60 cm. Peso: hasta 5 kg. Nombre vulgar: **peled**.

Coregonus pidschian. Familia: salmónidos. Género: coregonus. Aparece a lo largo de la frontera ártica, en Siberia, Norte de Rusia, Finlandia y Noruega, hasta Alaska; pero también en la zona central de Suecia y en los lagos alpinos. Nombre vulgar: corégono pequeño de fondo, **pidschian**.

Coregonus pollan. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **corégono**.

Coregonus silus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sula**.

corella. Véase: pera corella.

corezuelo. Pellejo de cochinillo asado.

corfat. Nombre usual de una pieza de pan en Valencia. Hogaza de miga esponjosa. Corteza gruesa, oscura y mate, características a las que debe su nombre. Véase: panes de España.

coriandro. Nombre vulgar de la planta: *Coriandrum sativum*.

coriandro de Vietnam. Nombre vulgar de la planta: *Polygonum odoratum*.

Coriandrum sativum. Familia: umbelíferas. Hierba ramosa, cuyo fruto se usa como condimento; los frutos frescos, de olor desagradable, se hacen aromáticos después de secos; sus semillas tienen propiedades estomacales. El cilantro es una planta anual, crece hasta unos 30 a 80 cm de altura y tiene pequeños grupos de diminutas flores blancas o rosas. Se desarrolla mejor en clima soleado. Las semillas se recogen cuando están totalmente maduras; las plantas se cortan cuando están cubiertas de rocío para evitar que las vainas se partan; a continuación se ponen a secar, se trillan y se tamizan. La especia se almacena en sacos. Las hojas y frutos verdes tienen un olor fuerte y fétido. El fruto maduro tiene un sabor dulce, con un aroma a madera especiada, y una nota picante y balsámica. Su sabor es suave, dulzón y ligeramente ardiente, con un claro matiz a cáscara de naranja, muy característico. Se utiliza mucho en la cocina mediterránea, hispanoamericana y asiática. Sus raíces y hojas son ingredientes esenciales del curry verde tailandés. * Es preferible moler el cilantro tras tostarlo ligeramente, ya que el que se vende molido pierde su intensidad fácilmente. Nombre vulgar: **cilantro**, ciliandro,

colentro, coriandro, coriantro, culantro, perejil chino. Véase: hierbas aromáticas, especias. Según el Código Alimentario, 3.24.31. Constituido por los frutos sanos, limpios y desecados del *Coriandrum sativum*, L. No sobrepasarán las cifras siguientes: Humedad, máximo, 10%; cenizas, máximo, 7%; sílice, 1,5%; fibra bruta, 30%; aceite esencial, mínimo, 0,6%. Véase: clasificación de especias.

coriantro. Nombre vulgar de la planta: *Coriandrum sativum*.

Coricus brama. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

Coricus fasciatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **doncel**.

Coricus rostratus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

Coridodax pullus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **palometa neozelandesa**.

corifénidos. Véase: *Coryphaenidae*.

Corine sarcoides. Familia: bulgariaceae. Género: corine. Características: Receptáculo algo cupuliforme y espeso con relación a su tamaño. Sin pie por regla general. Subcaracterísticas: Receptáculo de color violeta o rosa violeta. Esporas incoloras. Specie no comestible. En vascuence: **mukiziza ubel**.

coriniño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

Corioloopsis gallica. Otro nombre de la seta: *Polyporus gallicus*.

Coriolus hirsutus. Otro nombre de la seta: *Trametes hirsuta*.

Coriolus pubescens. Otro nombre de la seta: *Trametes pubescens*.

Coriolus versicolor. Familia: poliporáceas. Género: coriolus. Características: Sombrero más o menos vellosa pero sin pelos erizados

duros. Sub-características: Sombrero con zonas de distintos colores y con la superficie más o menos brillante. Seta que, por su colorido y belleza, se le utiliza en la composición de los conjuntos de flores secas, a los que da un toque exótico e inesperado. Carne delgada, blanca, coriácea, sin olor ni sabor señalados, de poco interés comestible. Nombre vulgar: **yesquero multicolor**. En catalán: **bolet de soca**. En vascuence: **larruki koloreanitz**. Sinónimo oficial: *Polysticus versicolor*, *Trametes versicolor*.

Coriolus zonatus. Familia: poliporáceas. Género: coriolus. Características: Sombrero más o menos vellosos pero sin pelos erizados duros. Sub-características: Sombrero con zonas marrones claras y oscuras y con la superficie no brillante. Carne coriácea no comestible.

Coriphoblenius galerita. Familia: blénidos. La parte superior de la cabeza, por detrás del ojo, lleva una cresta longitudinal cuya parte anterior está constituida por un importante apéndice de forma generalmente triangular. La cresta se prolonga en dirección a la dorsal en forma de 3 a 9 excrecencias filamentosas, a veces ramificadas. Cerca del borde posterior de la fosa nasal anterior, de forma tubular, se encuentra otro apéndice, corto y ramificado en su parte superior. Otro apéndice similar, pero todavía más corto se encuentra cerca del borde anterior de la fosa nasal. La dorsal presenta una profunda escotadura allí donde se separan los radios espinosos de los radios blandos, siendo los primeros más cortos que los segundos. Las pectorales llegan hasta el nacimiento de la aleta anal, en los individuos jóvenes llegan incluso a la altura del radio 11 ó 12 de esta aleta. La mandíbula superior lleva 35 ó 56 dientes, la mandíbula inferior de 35 a 45. Longitud 6-8 cm. Nombre vulgar y designación oficial: **moma**. Sinónimo: *Blennius galerita*.

Coris giofredi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **julia**.

Coris julis. Familia: lábridos. Cuerpo alargado y lateralmente comprimido. Cabeza desnuda, salvo en la nuca, con rostro agudo y boca pequeña y poco protáctil. Aberturas branquiales relativamente pequeñas. Aleta dorsal con menos radios espinosos que blandos y caudal con borde posterior convexo y redondeado. Las hembras tienen la parte espinosa de la dorsal de altura uniforme, mientras los machos ostentan los primeros radios sobreelevados. Llega a tener 25 cm de longitud. Habita en el Atlántico y es muy común en el Mediterráneo. Su carne es blanca y sabrosa, bastante apreciada. Nombre vulgar: **doncella**, gallito de rey, julia, rubioca. Designación oficial: **julia**.

corn flakes Kelloggs. Véase: Copos de maíz tostado

corná. Nombre vulgar de la planta: *Acrocomia culeata*.

Cornaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae (apetalae, chori-petalae o dialypetalae) Orden: umbelliferales. Se caracteriza por sus flores perfectas o unisexuales, un solo primordio seminal en cada lóculo, tantos estambres como pétalos y hojas opuestas. Nombre vulgar: **cornáceas**. Consideramos: cornejo (*Cornus mas*).

cornáceas. Véase: *Cornaceae*.

cornaila. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cornuda; pez martillo.

cornalito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pejerrey cornalito**.

cornecha. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **clica**.

cornecho. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: bígaro; busano; cañaílla.

corneiro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **chirla**.

cornejo Nombre vulgar de la planta: *Cornus mas*.

cornello. Nombre vulgar gallego de la seta: *Claviceps purpurea*.

cornet. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **busano**.

cornet amb pues. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cañaílla**.

corneta. Nombre vulgar del molusco: *Murex trunculus*. Designación oficial: **busano**.

corneta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corneta cornetera; corneta flautera; pipa; trompeta.

corneta cornetera. Designación oficial española del pez: *Fistularia commersonii*; *Fistularia depressa*. Sinónimo oficial: Aguja; Corneta; Trompeta.

corneta flautera. Designación oficial española del pez: *Fistularia corneta*. Sinónimo oficial: Aguja pato; Agujón; Corneta; Flauta; Pez corneta; Trompeta; Trompetero.

cornetilla. Designación oficial española del pez: *Ocenebra erinacea*.

corneviveres. Pez. Véase: **melva**.

cornezuelo. Véase: aceituna cornezuelo.

cornezuelo de centeno. Nombre vulgar de la seta: *Claviceps purpurea*.

cornicabra. Véase: aceituna cornicabra.

cornicha. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: almeja babosa; clica.

corniche. Véase: aceituna corniche.

corniño. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **bígaro**.

cornish. Véase: gallina Cornish.

corniza. Nombre vulgar del pez: *Barbus comiza*.

cornizó. Nombre vulgar gallego de la seta: *Claviceps purpurea*.

cornio. Designación oficial española del pez: *Charonia rubicunda*.

cornio. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracola**.

cornúa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cabeza de pala; cornuda común; cornuda de corona; pez martillo gigante; pez martillo.

cornuda. Designación oficial española del pez: *Sphyrna bigelowi*; *Sphyrna tudes*; *Zyggaena tudes*. Sinónimo oficial: Cornailla; Cornudilla; Guardia civil; Itsas-mailu; Llimada; Llunada; Marrasu; Martell; Martillo; Pez martillo; Taburón.

cornuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cornuda común; pez martillo.

cornuda blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cornuda coronada; cornuda de corona.

cornuda común. Designación oficial española del pez: *Cestacion leeuwenii*; *Sphyrna diplana*; *Sphyrna lewini*. Sinónimo oficial: Carocha; Cornúa; Cornuda; Cornuda festonada; Cornuda negra; Demoiselle; Halicorne; Marteau; Martillo.

cornuda coronada. Designación oficial española del pez: *Sphyrna corona*. Sinónimo oficial: Cornuda blanca.

cornuda cruz. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez martillo**.

cornuda de corona. Designación oficial española del pez: *Sphyrna tiburo*. Sinónimo oficial: Cornúa; Cornuda blanca; Cornuda tiburo; Demoiselle; Halicorne; Marteau; Martello; Martillo; Pez martillo.

cornuda festonada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cornuda común**.

cornuda gigante. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez martillo gigante**.

cornuda lisa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez martillo**.

cornuda negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cornuda común; pez martillo gigante.

cornuda tiburo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cornuda de corona**.

cornudilla. Nombre vulgar del pez: *Sphyrna zygaena*. Designación oficial: cornuda; pez martillo.

cornudita. Designación oficial española del pez: *Leptopus peregrinus*; *Lophotes cepedianus*.

cornudo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cachona**.

cornuilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez martillo**.

Cornus mas. Familia: cornáceas. Se trata de un arbusto de lento crecimiento, con pequeñas flores amarillas que se desarrolla con bastante precocidad, antes incluso que las hojas. El fruto es una drupa oval, del tamaño de una aceituna y de color rojo intenso, de pulpa agri dulce y algo astringente, que rodea a un hueso duro. Los cornejos se recolectan en pleno verano. La producción se destina al consumo directo o bien a la industria alimentaria y farmacéutica. Los

cornejos se consumen crudos, enteros o en macedonias. Nombre vulgar: **cornejo**.

cornwall. Sinónimo: cerdo de Cornualles.

coró. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco torroto**.

corocoro. Designación oficial española del pez: *Haemulon quadrilineatum*; *Haemulon striatum*.

corocoro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: ronco blanco; ronco carbonero; ronco listado; ronco mapurite.

corocoro amarillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco amarillo**.

corocoro arena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro curruca**.

corocoro boquimorada. Designación oficial española del pez: *Pomadasy bayanus*. Sinónimo oficial: Blanquillo; Boquimorada; Burrito; Burro; Gruñidor; Gruñón; Mojarrón; Roncador; Sargo; Trompa morada; Vieja trompuda.

corocoro brin. Designación oficial española del pez: *Haemulon modestum*; *Orthopristis cantharinus*; *Pristipoma cantharinum*. Sinónimo oficial: Brin; Burrito.

corocoro bronceado. Designación oficial española del pez: *Orthopristis reddingi*. Sinónimo oficial: Burrito; Roncador.

corocoro burro. Designación oficial española del pez: *Orthopristis crysoptera*; *Pristipoma fasciatum*. Sinónimo oficial: Burro.

corocoro coche. Designación oficial española del pez: *Pomadasy macracanthus*. Sinónimo oficial: Bacoco; Brin; Burriquete; Burrito; Burro; Cabezón; Coche; Corocoro de espina larga; Curruca; Mapache; Mojarrón; Mulatillo; Pargo blanco; Roncacho; Ronca-

dor; Roncador oscuro; Ronco; Ruco; Vieja trompuda.

corocoro congo. Designación oficial española del pez: *Orthopristis ruber*.

corocoro corcovado. Designación oficial española del pez: *Orthopristis brevipinnis*. Sinónimo oficial: Burrito; Cardinal; Cerco bajo; Corcobajo; Corcova; Jopatón; Jorobado; Peje de fondo; Presidente; Rayadillo; Yeniente.

corocoro crocro. Designación oficial española del pez: *Pomadasys approximans*; *Pomadasys crocro*; *Pomadasys productus*; *Pristipoma productum*. Sinónimo oficial: Cabeza dura; Coroncoro; Crocro; Ronco; Ronco perro; Viejo.

corocoro cubano. Designación oficial española del pez: *Orthopristis poeyi*. Sinónimo oficial: Burro.

corocoro curruca. Designación oficial española del pez: *Pomadasys branickii*; *Pristipoma branickii*. Sinónimo oficial: Burrito; Burro; Carruca; Corocoro arena; Curruca; Curruca de peña; Decena; Gallinazo; Lorna; Morado; Roncador; Roncador de peña; Roncador negro; Ruco; Vieja; Vieja trompuda.

corocoro de espina larga. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro coche**.

corocoro gallinazo. Designación oficial española del pez: *Pomadasys schyri*. Sinónimo oficial: Gallinazo; Roncador.

corocoro gris. Designación oficial española del pez: *Haemulon corvinaeforme*; *Pomadasys corvinaeformis*. Sinónimo oficial: Ronco gris.

corocoro gruñidor. Designación oficial española del pez: *Pomadasys bipunctatus*. Sinónimo oficial: Sargo.

corocoro mapache. Designación oficial española del pez: *Pomadasys panamensis*. Sinónimo oficial: Blanquillo; Burrito; Burro; Cabezón; Chaparro; Chocoano; Corocoro

panameño; Curruca; Mapache; Mojarrón; Pargo blanco; Roncacho; Roncador; Roncador blanco; Ronco; Ruco; Vieja; Vieja trompuda; Zapatito.

corocoro margariteño. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco margariteño**.

corocoro panameño. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro mapache**.

corocoro pargo. Designación oficial española del pez: *Pomadasys sinuosus*. Sinónimo oficial: Pargo.

corocoro pato. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco catire**.

corocoro plateado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco plateado**.

corocoro rayado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco rayado**.

corocoro zapata. Designación oficial española del pez: *Orthopristis chalceus*; *Pristipoma chalceum*. Sinónimo oficial: Brin; Burrito; Callana; Corcovado; Ronco; Roncán; Soldadito; Teniente; Zapata.

coroinata jamaicana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata goete**.

corona de cordero. La corona de cordero se prepara con el costillar, con las puntas de las costillas pulidas. El costillar se dobla al revés, de manera que la carne quede en lo interior, y se ata en forma de corona. El hueco de la corona se suele rellenar antes de asarla. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

corona de pavo. Pieza para asar. Compuesta por las dos pechugas y las alas. Fácil de cortar. Véase: pavo.

corona y mestura. Sinónimo: boroña.

coronado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: medregal coronado; medregal del Cabo.

coroncoro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro crocro.**

corozo. Nombre vulgar de la planta: *Acrocomia culeata.*

correa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: congrio; sable peludo.

correctores de la acidez. Véase: acidulantes y correctores de la acidez.

correctores de cualidades plásticas. Según el Código Alimentario, 4.34.00. 4.34.01 **Definición.** 4.34.02 **Denominación.** 4.34.03. **Prohibiciones.**

correctores de piensos. Según el Código Alimentario, 5.36.12. Son productos de diversos orígenes, que se adicionan a los piensos en proporciones reducidas, con el fin de equilibrar su composición o su valor nutritivo. Véase: piensos.

corredana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **porredana.**

corredor. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **macarena salmón.**

correiro. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **coquina.**

correoso. Véase: vino correoso.

corretja. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **picón.**

corriedale. Véase: oveja Corriedale.

corrocón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **galupa.**

corruco. Nombre vulgar del molusco: *Acanthocardia tuberculatum.* Designación oficial: **curruco.**

corruncha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cherná cabrilla.**

corsito. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **aguja.**

cortadillos. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

cortado. Véase: café cortado.

corte cuadrado. Los diferentes cortes en la verdura modifican el tiempo necesario para la cocción. Las formas más importantes son: brunoise, dado, macedonia, mirepoix. Véase: técnicas de preparación de verduras. corte cuadrado; técnicas de corte de verduras.

corte de paletilla. Corte de la canal de cordero consistente en un corte para brasear, tradicionalmente empleado en el plato griego *kleftiko*, preparado con ajo y hierbas. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

corte de pierna de cordero. Corte de la canal de cordero consistente en una rodaja gruesa de pierna de cordero, buena para asar a la parrilla, a la plancha o a la brasa. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

corte de solomillo. Corte de la canal de vaca. Filete de primera calidad para asar a la parrilla. Véase: despiece de la canal de vaca.

corte rectangular. Los diferentes cortes rectangulares en la verdura modifican el tiempo necesario para la cocción. Pueden ser en forma de: **jardinera, juliana, paisana, tira.** Véase: técnicas de preparación de verduras; técnicas de corte de verduras.

cortes de la canal. Véase: despiece de la canal.

cortes de la canal, escuela de Viena. En Viena la res se despieza en más cortes que en ninguna otra parte del mundo, es así

gracias a las aportaciones de las distintas regiones del antiguo imperio austro húngaro, que, hábilmente combinadas, han dado como resultado este meticuloso procedimiento. De ahí el renombre internacional del que gozan las especialidades de vacuno austriacas. Consideramos: Beinfleisch; Fledermaus; Hüferscherzel; Hüferschwanzl; Kavalierspitz; Kruspelspitz; Kügerl; Meisel magro; Scherzel; Scherzel blanco; Tafelspitz.

corteza al natural. Según el Código Alimentario, 3.22.18. Son las cortezas de frutas conservadas en estado fresco por medio de anhídrido sulfuroso o cloruro sódico. Cantidad máxima de anhídrido sulfuroso, 0,2 g/kg, y de cloruro sódico, 25 g/kg. Véase: cortezas de frutas.

corteza casia. Nombre vulgar de la planta: *Cinnamomum cassia*.

corteza confitada. Véase: corteza edulcorada.

corteza de árbol. Este envoltorio no comestible se emplea en la preparación de carnes blancas y pescados a la brasa o para forrar los platos. Para hacerla más flexible se debe mojar ligeramente. Los alimentos se envuelven y se atan con bramante. Este envoltorio hace que el tiempo de cocción se alargue en un 20 a 30%. A temperaturas muy altas la corteza se ennegrece y los alimentos adquieren un sabor ahumado. Véase: ingredientes silvestres de Australia.

corteza de naranja. Ingrediente culinario que complementa los platos de ave. Antes de ser utilizada se sumerge durante 5 minutos en agua hirviente.

corteza de suidos. Véase: despojos.

corteza desecada. Véase: corteza deshidratada.

corteza deshidratada. Según el Código Alimentario, 3.22.18. Es aquella contenido en agua se ha reducido menos del 10%. Sinó-

nimo oficial: corteza desecada. Véase: cortezas de frutas.

corteza edulcorada. Según el Código Alimentario, 3.22.18. Es aquella a la que han añadido los edulcorantes naturales autorizados en este C.A. Se distinguirán tres tipos principales; **cortezas confitadas**, **cortezas en almíbar** o **cortezas escarchadas**. Véase: cortezas de frutas.

corteza en almíbar. Véase: corteza edulcorada.

corteza escarchada. Véase: corteza edulcorada.

cortezas de frutas. Según el Código Alimentario, 3.22.18. Se denominarán así los productos elaborados con el epicarpio y mesocarpio (flavedo y albedo) de los frutos cítricos. Se distinguen: **Corteza al natural**. **Corteza deshidratada** o **desecada**. **Corteza edulcorada**. Véase: derivados de frutas.

Corticaceae. Sinónimo: *Thelephoraceae*

cortinario anillado. Nombre vulgar de la seta: *Cortinarius armillatus*.

cortinario azul. Nombre vulgar de la seta: *Cortinarius coerulescens*.

cortinario de láminas rojas. Nombre vulgar de la seta: *Cortinarius sanguineus*.

cortinario de las montañas. Nombre vulgar de la seta venenosa: *Cortinarius orellanus*.

cortinario notable. Nombre vulgar de la seta: *Cortinarius praestans*.

cortinario violeta. Nombre vulgar de la seta: *Cortinarius violaceus*.

cortinario viscoso. Nombre vulgar de la seta: *Cortinarius collinitus*.

***Cortinarius alboviolaceus*.** Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: inoloma. Características: especies con tonos

lilas o azules pálidos. Sub-características: enteramente azul lila o violeta claro. Pie alargado. Carne inodora. Carne blanda, blanquecina que en la parte alta del pie lleva tonos lilas. Sin olor señalado y con un ligero sabor dulce. Es comestible poco apreciada. En vascuence: **sare zuriubel**.

Cortinarius allutus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas pálidas, cremas o con distintos tonos de amarillo. Láminas blanco cremas, luego amarillentas o rosadas. Sombrero amarillo anaranjado sin fibrillas. Pie corto. Bajo coníferas. Carne comestible blanca de olor ligero a miel o a tierra y sabor poco señalado. Es comestible.

Cortinarius amoenolens. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero de colores ocráceos o pardos claros sombrero sin fibrilla innatas en el margen. Cutícula y carne amargas. Bajo frondosas. Pie esbelto con bulbo muy marginado. Olor fuerte a frutas o violeta. Carne blanquecina que en la parte superior del sombrero tiene tonos lilas. Olor a fruta o violeta muy característico y más fuerte que la del *Cortinarius cyanopus* y tiene sabor dulce con fondo amargo, sobre todo en la cutícula, no comestible.

Cortinarius armillatus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: telamonia. Características: pie marrón claro con brazaletes rojizos. Seta de carne elástica, de olor a rábano. No es comestible. Vive en bosques caducifolios y de coníferas, en la montaña. Nombre vulgar: **cortinario anillado**. En vascuence: **sare marragorri**. Sinónimo: *Telamonia armillatus*.

Cortinarius berkeleyi. Otro nombre de la seta: *Cortinarius praestans*.

Cortinarius bolaris. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: dermocyste. Características: Láminas de color crema a ocre. Sub-características: Sombrero y pie con manchas escamosas rojizas sobre fondo ocre blanquecino. Carne blanca, después amarillenta, que rojea al corte o con el frotamiento. De olor suave y sabor picante está considerada actualmente como sospechosa de poder producir envenenamientos mortales.

Cortinarius bulliardi. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: hydrocyste. Características: Pie rojizo naranja en su zona inferior. Carne cerrada, blanquecina lila o blanquecina rosada en general y roja en el bulbo. No tiene olor ni sabor señalados y no es comestible. En vascuence: **sare zola gorri**.

Cortinarius caesocyaneus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero violeta o azulado. La cutícula del sombrero no toma color rojo con sosa o potasa cáustica. Margen del sombrero con fibrillas. Láminas blanquecinas o gris lila. Carne blanca o blanca azulada, más lila en la parte alta del pie. Tiene olor desagradable y sabor poco señalado. Sin valor culinario o no comestible.

Cortinarius calochrous. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero leonado vivo contrastando con láminas rosa lilas. Carne densa, blanca sin olor ni sabor señalados ni valor culinario. En vascuence: **sare hori polit**.

Cortinarius caninus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: inoloma. Características: especies sin tonos violetas,

lilas o azules. Sub-características: pie no cubierto con mechas escamosas. Sombrero rojo naranja con margen blanquecino. Sombrero no afieltrado. Carne blanquecina sin olor señalado. Carne blanda de color blanquecino o blanco amarillento, sin olor ni sabor señalados y considerada como comestible.

Cortinarius canphoratus. Seta de carne compacta, de olor y sabor desagradables. No comestible. Se encuentra en bosques de coníferas, en zonas de montaña.

Cortinarius causticus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: elastici. Características: Conjunto en el que contrasta el amarillo de las láminas con el blanco del sombrero y pie. El primero cubierto de escamas blancas y el pie sin tonos lilas. Carne blanquecina de sabor dulce aunque la cutícula sea amarga. No es comestible.

Cortinarius cinnabarinus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: dermocybe. Características: Láminas rojizas. Sub-características: Sombrero y pie completamente rojizos. Color rojo cinabrio muy brillante. Vive en bosques de hojas. Carne delgada y frágil de color rojo cinabrio como el resto del carpóforo. Tiene un ligero olor a rábanos y su sabor no es señalado. Es venenosa y actualmente se considera que puede ser mortal. En vascuence: **sare zinabrio**.

Cortinarius cinnamomeus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: dermocybe. Características: Láminas color canela. Sub-características: Sombrero y pie de color canela a leonado. Seta de carne fibrosa, con olor a rábano silvestre y sabor muy amargo. Vive en bosques de coníferas y caducifolios. Carne delgada amarilla verdosa de olor a rábanos y sabor poco señalado. Es de las que en la actualidad están consideradas sospechosas de ser venenosas mortales en unión de otras especies de *Dermocybes*. En catalán: **pixaca color**

canyela. En vascuence: **sare kanela kolore**.

Cortinarius coerulescens. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero violeta o azulado. La cutícula del sombrero no toma color rojo con sosa o potasa cáustica. Margen del sombrero sin fibrillas. Lámina azul violeta. Nombre vulgar: **cortinario azul**. En catalán: **blava petita**. En vascuence: **sare urdinubel; urdintxu**.

Cortinarius collinitus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: mixacium. Características: pie con zonas escamosas concéntricas. Sub-características: sombrero marrón dorado más claro en los bordes. Pie con tintes violáceos. En bosques de coníferos, preferentemente abetos. La carne de esta seta es blanquecina o amarillenta. Se la considera comestible; pero es probablemente insípida. Hay muy pocos cortinarios buenos y un refrán malévolo dice que “el mejor no vale más que el peor”. Nombre vulgar: **cortinario viscoso**. En catalán: **polleranca mocosa**. En vascuence: **pinudietako mukisare**.

Cortinarius cottonneus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: inoloma. Características: especies sin tonos violetas, lilas o azules. Sub-características: pie no cubierto con mechas escamosas. Tonalidades verdosas. Sombrero afieltrado. Carne olivácea de fuerte olor a rábanos. Carne espesa de color amarillo pálido en el sombrero y amarillo azafrán en el pie. Tiene fuerte olor a rábanos, sabor agri dulce y no es comestible.

Cortinarius cumatilis. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: cliduchi. Características: en la juventud tonos lilas y violetas en el sombrero y pie. Con el amoníaco la carne no toma color amarillo. Totalmente azul-violeta en la juventud menos el alto del pie. Sin placas ni margen acanalado. Seta de

carne blanca, compacta y tiene un agradable sabor dulce. Está considerada como especie de buena calidad.

Cortinarius cyanopus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero de colores ocráceos o pardos claros sombrero sin fibrilla innatas en el margen. Cutícula y carne amargas. Bajo frondosas. Pie no esbelto con bulbo poco marginado. Olor suave a frutas o violeta. Carne densa, blanquecina en el sombrero y gris azulada en el pie. Tiene olor a frutas o a violetas. Bajo la cutícula es de color ocre verdoso y también bajo la corteza del pie. Sabor dulce, pero la cutícula es amarga. Sin valor culinario o no comestible.

Cortinarius delibutus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: mixacium. Características: pie sin zonas escamosas concéntricas. Sub-características: sombrero sin margen sillonado. Cutícula amarilla dorada poco viscosa. Pie ensanchado en la base. Carne cerrada, blanquecina y luego amarillenta, sin olor señalado. No comestible. En vascuence: **muki-sare orriurdin**.

Cortinarius elegantior. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas pálidas, cremas o con distintos tonos de amarillo. Láminas amarillentas, luego amarilla oliva. Carne rojiza en la base del pie y el bulbo. Carne compacta blanca amarillenta, más amarillenta ocre en el bulbo y la base del pie. Sin olor ni sabor señalado, es comestible.

Cortinarius eliator. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: mixacium. Características: pie sin zonas escamosas concéntricas. Sub-características:

sombrero con margen sillonado. Sombrero amarillo ocre, luego marrón. Láminas de color algo lila en la juventud. No tiene olor señalado. Carne bastante blanda y delgada, de color blanco cremoso y sin olor señalado. Es comestible, pero sin valor. En vascuence: **muki-sare ezpainzimur**.

Cortinarius fulgens. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas pálidas, cremas o con distintos tonos de amarillo. Láminas, amarillo vivo desde el principio. Sombrero de 6 a 10 cm de diámetro. Pie y carne no amarillo vivo. Carne compacta blanca amarillenta que en el pie es de color ocre y en el bulbo ferruginoso. Sin olor ni sabor muy señalados, se considera no comestible.

Cortinarius glaucopus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero con fibrillas innatas en el margen. Cutícula y carne no amargas. Bajo coníferas. Carne compacta blanquecina azulada, pero que en la base del pie es amarillenta. Tiene un ligero olor a harina y el sabor no es muy señalado. Es comestible.

Cortinarius hinnuleus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: telamonia. Características: pie marrón leonado con anillo blanco. Carne delgada de color crema ocre o leonado rosado, que es más oscura en el pie. Olor a tierra y moho bastante desagradable y sabor poco señalado. No comestible. En vascuence: **sare D.D.T. usain**.

Cortinarius humicola. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: inoloma. Características: especies sin tonos violetas, lilas o azules. Sub-características: pie cubierto con mechas escamosas. Sombrero

amarillo leonado, igual que el pie. Láminas de color amarillo leonado. Carne blanquecina de olor a nabos. Carne espesa en el mamelón, de color blanquecino en el sombrero y leonado en el pie, sobre todo en la base. Tiene olor y sabor ligero a nabos y se considera comestible sin valor culinario. En vascuence: **sareokre ezkatasu**.

Cortinarius infractus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: elastici. Sub-características: Conjunto pardo oliváceo con sombrero hendido y margen blanquecino con franja oscura característica. Pie con tonos lilas en su juventud. Es la más carnosa de las especies del grupo *Elastici* en unión de la *sebaceus*, pareciéndose ambas a las especies del grupo *Cliduchi*. En vascuence: **sare mingots**.

Cortinarius ionochlorus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: scauri. Características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero verde oliváceo. Carne espesa de color verde amarillento sin olor ni sabor señalado y también sin valor comestible.

Cortinarius largus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: cliduchi. Características: en la juventud tonos lilas y violetas en el sombrero y pie. Con el amoníaco la carne toma color amarillo. Con el amoníaco amarillo no vivo. Sombrero gris lila. Carne violeta claro, con un leve olor afrutado y de sabor dulce. Carne compacta, blanca o algo grisácea, con tonos lilas en la juventud. Con el amoníaco de color amarillo pero no es vivo como ocurre en el *variecolor*. Sin olor señalado y con sabor dulce es comestible. En vascuence: **sare lila luze**.

Cortinarius mucifluus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: mixacium. Características: pie sin zonas escamosas concéntricas. Sub-características: sombrero con margen sillo-

nado. Sombrero ocre, luego ocre oliva. Láminas sin color lila en la juventud. Tiene olor muy característico a miel. Carne blanquecina crema de olor característico a miel pero al mismo tiempo algo viroso y de sabor poco señalado. Comestible pero no muy buscada.

Cortinarius mucosus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: mixacium. Características: pie sin zonas escamosas concéntricas. Sub-características: sombrero sin margen sillonado. Cutícula marrón o caoba muy viscosa. Pie algo atenuado en la base. Carne pálida sin olor señalado, al principio de sabor dulce y luego algo picante. Es comestible. En vascuence: **muki-sare marroi**.

Cortinarius multiformis. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: scauri. Sub-características: Láminas pálidas, cremas o con distintos tonos de amarillo. Láminas blanco cremas, luego amarillentas o rosadas. Sombrero amarillo ocre con fibrillas. Pie esbelto. Bajo frondosas. Carne casi blanca que amarillea en el pie y es de color marrón en el bulbo. Seta de carne blanca y compacta, tiene un ligero olor a manzana y un sabor dulzón. Es comestible pero poco apreciada. En catalán: **fals fredolic**.

Cortinarius nemorensis. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Grupo: cliduchi. Características: en la juventud tonos lilas y violetas en el sombrero y pie. Con el amoníaco la carne toma un color amarillo muy vivo. Sombrero marrón más o menos oscuro. Carne con olor fuerte a tierra. Pie generalmente hueco. Bajo frondosas. Se la considera no comestible o muy mediocre.

Cortinarius orellanus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: dermocyste. Características: Láminas rojizas. Sub-características: Sombrero y pie algo rojizos pero no completamente. Sombrero rojo amarillento. Pie amarillento rojizo. Láminas rojizas amarillentas. Especie bastante

rara que crece preferentemente en bosques de caducifolios, sobre terreno silíceo. Crece a finales de verano-otoño. La carne de esta seta es de color amarillo marronáceo, con un característico pero leve olor a rábano y sabor dulzón. Seta venenosa, con frecuencia, mortal. Considerada inocua hasta hace unas décadas, el *Cortinarius orellanus* ha demostrado ser una especie mortal por su contenido en **orellaína**, una toxina estable incluso a temperaturas altas, que se mantiene inalterada incluso tras lacocción de la seta. Tiene además una gran capacidad de acumulación a largo plazo. Los síntomas (sed, alteraciones gastrointestinales dolorosas, dolor de cabeza, frío en las extremidades y dolor de riñones) se manifiestan de forma tardía, entre 3 y 14 días después de la ingestión de la seta. El pronóstico debe ser favorable sólo en el caso de personas fuertes y que hayan comido muy poca cantidad. Nombre vulgar: **cortinario de las montañas**. En vascuence: **sare hiltzaile**. Sinónimo: *Cortinarius rutilans*.

Cortinarius paleaceus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: hydrocybe. Características: Pie pardo manchado de blanco. Carne delgada de color ocre pálido y olor característico a geranio. No solamente no es comestible sino que está catalogada entre las sospechosas.

Cortinarius phoeniceus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: dermocyste. Características: Láminas rojizas. Sub-características: Sombrero y pie algo rojizos pero no completamente. Sombrero pardo rojizo. Pie pardo rojizo más claro. Láminas rojo sangre. Carne delgada de color leonado púrpura, con olor y sabor no muy señalados y considerada actualmente como venenosa mortal. En vascuence: **sare purpura hiltzaile**.

Cortinarius pholideus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: inoloma.

Características: especies sin tonos violetas, lilas o azules. Sub-características: pie cubierto con mechas escamosas. Sombrero ocre marrón, igual que el pie. Láminas violetas en la juventud. Carne violeta e inodora. Carne bastante espesa en el centro del sombrero, de un color violeta pálido en el alto pie y marrón en el resto, que se oscurece en la base del pie. Con olor poco señalado y sabor algo dulce, no es comestible.

Cortinarius praestans. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: cliduchi. Sub-características: en la juventud tonos lilas y violetas en el sombrero y pie. Con el amoníaco la carne no toma color amarillo. Especie enorme de sombrero marrón violeta con placas blancas y margen acanalado. Seta con carne muy compacta, de color gris amarillento debajo de la cutícula del sombrero, y rosa violáceo en el interior del pie, de sabor suave y sin ningún olor particular. Es una especie de gran calidad, tanto que en algunos países se considera a la altura del hongo común, pero sólo deben recogerla personas expertas. Nombre vulgar: gran cortinario, cortinario notable. En vascuence: **sare bikain**. Sinónimo: *Cortinarius berkeleyi*, *Phlegmacium praestans*.

Cortinarius privignus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: hydrocybe. Características: El pie no es rojizo naranja en su zona inferior ni tampoco es pardo manchado de blanco. Sombrero y pie de color pardusco. Carne olor fúngico. Con fenolanilina color rojo. Carne dura en el sombrero y más blanda en el pie, de un color blanquecino algo leonado. Con olor fúngico y sabor dulzaino. Con la fenolanilina da una reacción roja, lo que la diferencia de otras especies parecidas. No es comestible.

Cortinarius purpurascens. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género:

plegmacium. Características: scauri. Sub-características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero marrón púrpura. Carne espesa y cerrada de color violeta lila, de olor a frutas y sabor dulce. No tiene valor culinario. Los recolectores poco expertos confunden, a veces, a esta especie con el pie azul (*Rhodopaxillus nudus*) de mejor calidad. En catalán: **bolet de cabra**. En vascuence: **sare purpurakorra**.

Cortinarius rigens. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: hydrocybe. Características: El pie no es rojizo naranja en su zona inferior ni tampoco es pardo manchado de blanco. Sombrero y pie de color ocre cuero. Carne olor a tierra. Con fenolanilina no reacciona. Carne delgada en el sombrero y espesa en el pie, de color blanquecino, olor a tierra y sabor a rábano. Es mejor no consumirla como a otras *Cortinarius*.

Cortinarius rutilans. Otro nombre de la seta venenosa: *Cortinarius orellanus*.

Cortinarius sanguineus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: dermocyste. Características: Láminas rojizas. Sub-características: Sombrero y pie completamente rojizos. Color rojo sangre opaco, no brillante. Vive en bosques de coníferas. La carne de esta seta es roja, tiene un olor imperceptible y un leve sabor amargo. Especie muy venenosa que puede dar lugar a gravísimas intoxicaciones, a veces letales. Nombre vulgar: cortinario de láminas rojas. En vascuence: **sare odoltsu**. Sinónimo: *Dermocyste sanguineus*.

Cortinarius sebaceus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: elastici. Sub-características: Conjunto amarillo pálido. El sombrero palidece con la edad y el margen es blanco debido al resto del velo sebáceo. Pie sin tonos lilas y carne dulce. Carne compacta y blanco sin olor ni sabor muy señalados, pero el sabor algo dulce. Es comestible bastante buena para ser un *Cortinarius*.

Cortinarius semisanguineus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: dermocyste. Características: Láminas rojizas. Sub-características: Sombrero y pie sin tonos rojizos. Sombrero marrón oliva o crema oliva. Pie amarillento. Seta no comestible. Carne es delgada amarilla rosada o amarilla ocre con un ligero olor a rábanos o a iodoformo. Es tóxica y actualmente está considerada como sospechosa de ser mortal. En vascuence: **sare orrigorri**.

Cortinarius sodagnitus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: scauri. Sub-características: Láminas violetas, lilas o azuladas en su juventud. Sombrero violeta o azulado. La cutícula del sombrero toma color rojo con sosa o potasa cáustica. Carne blanquecina que pasa a ser violeta en los bordes. No tiene olor señalado y el sabor es dulce. Sin valor culinario.

Cortinarius splendens. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: scauri. Sub-características: Láminas pálidas, cremas o con distintos tonos de amarillo. Láminas amarillo vivo desde el principio. Sombrero de 3 a 6 cm de diámetro. Pie y carne amarillo vivo. Carne densa de color amarillo vivo, sin olor ni sabor señalados, pero considerada rechazable. Actualmente está considerada como venenosa mortal. En vascuence: **sarehori hiltzaile**.

Cortinarius subtortus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: elastici. Sub-características: Conjunto amarillento. Sombrero amarillo leonado láminas amarillas ocre ligeramente vellosas. Pie largo y retorcido, amarillo sin tonos lilas. Carne blanquecina de olor a incienso o a madera de cedro y sabor algo amargo. No es comestible o muy mediocre.

Cortinarius torvus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: telamonia. Características: pie violeta claro con funda membranosa blanquecina. Carne es-

pesa, cerrada, de color blanquecino violáceo o gris amatista que luego se hace más oscura. Tiene un olor fuerte y desagradable a frutas o a alcanfor. Es comestible mediocre, pero como en la mayoría de los *Cortinarius* más vale no consumirla.

***Cortinarius traganus*.** Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: inoloma. Características: especies con tonos lilas o azules pálidos. Sub-características: enteramente azul lila o violeta claro. Pie corto. Carne con olor desagradable. Seta de carne poco compacta y de color amarillo marrón, desprende un olor muy desagradable y tiene mal sabor. No es apta para consumir.

***Cortinarius triumphans*.** Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: cliduchi. Sub-características: nunca hay tonos lilas ni violetas en el sombrero ni en el pie. Láminas nunca violetas. Sombrero con fibrillas casi escamosas. Láminas gris azuladas de jóvenes. Pie con bandas amarillas restos del velo. Carne blanquecina ocre que se colorea de amarillo con el amoníaco, lo mismo que las especies del grupo *variecolor*. No tiene olor muy señalado y su sabor es dulce. Es comestible.

***Cortinarius trivialis*.** Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: mixacium. Características: pie con zonas escamosas concéntricas. Sub-características: sombrero marrón oliváceo, amarillento en los bordes. Pie sin tintes violáceos. En bosques de frondosas, prefiere robles y sauces. Carne espesa y cerrada, de color blanquecino o amarillo pálido, que es ocre en lo alto del pie. No tiene olor señalado y el sabor es algo dulce. Sin valor culinario. En vascuence: **muki-sare hankanabar**.

***Cortinarius turbinatus*.** Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género:

plegmacium. Características: scauri. Sub-características: Láminas pálidas, cremas o con distintos tonos de amarillo. Láminas blanco cremas, luego amarillentas o rosadas. Sombrero amarillo ocre con tintes oliváceos. Láminas con tintes rosados. Carne blanca y dulce. Comestible de poco valor culinario.

***Cortinarius turmalis*.** Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: cliduchi. Sub-características: nunca hay tonos lilas ni violetas en el sombrero ni en el pie. Láminas nunca violetas. Sombrero rugoso radialmente. Láminas color canela. Cortina blanca abundante en el pie y bordes del sombrero. Carne densa, blanca o algo crema, que no tiene olor ni sabor muy señalados y es comestible mediocre.

***Cortinarius variecolor*.** Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: cliduchi. Sub-características: en la juventud tonos lilas y violetas en el sombrero y pie. Con el amoníaco la carne toma color amarillo. Con el amoníaco amarillo muy vivo. Sombrero marrón más o menos oscuro. Carne con olor fuerte a tierra. Pie nunca hueco. Bajo coníferas. Carne blanquecina con algún tinte violeta y ligeramente ocre en los adultos. Con amoníaco da una reacción amarilla viva. Tiene un olor fuerte a tierra muy característico y sabor dulce. Comestible mediocre.

***Cortinarius varius*.** Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: plegmacium. Características: cliduchi. Sub-características: nunca hay tonos lilas ni violetas en el sombrero ni en el pie. Láminas violetas en la juventud. Seta con carne blanca o ligeramente amarillenta en el interior del pie, es muy compacta, inodora y de sabor dulzón. Es comestible pero poco apreciada.

Cortinarius venetus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: dermocyste. Características: Láminas amarillo oliváceas. Sub-características: Sombrero ocre. Pie amarillo oliváceo. Carne blanda de color amarillo oliva que es más oscura la base del pie. Tiene ligero olor a rábano y sabor poco señalado perodesagradable. No comestible. En vascuence: **sareoliba**.

Cortinarius violaceus. Familia: naucariáceas. Género: cortinarius. Sub-género: inoloma. Características: especies totalmente violetas. Nombre vulgar: cortinario violeta, seta de pezón azul. Seta con carne de color violeta púrpura, más oscura en la parte superior y más clara en el bulbo; muy tierna, con un ligero olor a cuero y de sabor dulce. Es comestible pero poco apreciada a causa de su escaso sabor. Nombre vulgar: cortinario violeta. En catalán: **blava**. En vascuence: **sare ubel**.

Cortinarius elegantior. Familia: cortinariaceae. Seta de carne dura, amarillenta en el pie y marrón rojizo a la altura del bulbo, del todo inodora y de sabor decididamente dulce. Es comestible pero de escaso valor.

Cortinarius purpurascens. Familia: cortinariaceae. Seta con carne compacta, de olor apenas perceptible pero agradable y sabor muy leve. No apta como comestible.

corto. Véase: café corto.

corto. Véase: vino corto.

corujo. Nombre vulgar del pez: *Psetta maxima*. Designación oficial: remol; rodaballo.

Coruphena equisetis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dorado**.

Coruphena imperialis. Familia: corifénidos. Nombre vulgar y designación oficial: **lampuga**.

coruxo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **remol**.

corva. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvallo; verrugato.

corvall. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: verrugato de fango; verrugato.

corvallina (joven). Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvallo**.

corvallo. Designación oficial española del pez: *Coracinus chalcis*; *Corvina canariensis*; *Corvina nigra*; *Johnius umbra*; *Sciaena nigra*; *Sciaena umbra*. Sinónimo: Andesa; Belle arrain; Corb (joven); Corba; Corball; Corballina; Corballo; Corbina; Corbiña; Corva; Corvallina (joven); Corvallo de piedra; Corvina; Corvinata; Corvinato; Escorbai; Escurbai; Escurball; Lantes; Magra; Reig; Reigetó.

corvallo de fango. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato de fango**.

corvallo de hondura. Nombre vulgar del pez: *Umbrina ronchus*.

corvallo de piedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvallo**.

corvalo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe suco**.

corvejo. Nombre vulgar de la planta: *Passiflora regularis*.

corvina. Designación oficial española del pez: *Aplodinotus grunniens*; *Argyrosomus regius*; *Cheilodipterus aquila*; *Johnius hololepidotus*; *Johnius regius*; *Labrus hololepidotus*; *Perca regia*; *Pseudosciaena hololepidota*; *Sciaena aquila*; *Sciaena regia*; *Sciaena sauvagei*; *Sciaena umbra*. Sinónimo oficial: Andeja; Antesa; Arreno berrugueta; Bele arrain; Berrugate; Berrugueta; Berruguete; Corb; Corb reig; Corba; Corballino; Corballo; Corbina; Corvinata; Corvinato; Curbina; Lantes; Merua; Pardilleja (joven); Pejerrey; Rech; Reig; Reiger; Reix; Retx; Sarausle.

corvina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: ayanque; bombache boquinete; bombache cajeta; bombache de roca; bom-

bacho ojo amarillo; cococha negra; corvallo; corvina ciega; corvina pampera; corvinata; corvinata alba; corvinata aleta amarilla; corvinata amarilla; corvinata bocona; corvinata del Golfo; corvinata mordedora; corvinata pelona; corvinata plateada; corvinata rayada; corvinata rolliza, corvinata totoaba; corvineta azul; corvineta blanca; corvineta ruyo; corvinilla de Juan Fernández; corvinilla ronca; corvinilla roncadora; corvinilla zorra; corvinón gurrubato; corvinón ocelado; corvinón rayado; lambe bocadulce; lambe rayado; lorna peruana; ronco chileno; verrugato corvinilla; verrugato de fango; verrugato petota.

corvina a la chorrillana. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** corvina, cebolla, ajo, tomate, limón, vinagre, maicena, pimentón, lechuga, aceite perejil, comino, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

corvina a lo macho. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** corvina, ají amarillo, cebolla, tomate, vino blanco, pasta de tomate, mantequilla, pan, perejil, harina, ajo, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

corvina agria. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón gurrubato**.

corvina aguada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: brótula rosada; corvinata aguada; corvinata pelona.

corvina aleta amarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata aleta amarilla**.

corvina aleta blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata alba**.

corvina alona. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón gurrubato**.

corvina angoleña. Designación oficial española del pez: *Johnius angolensis*; *Miracorvina angolensis*; *Sciaena angolensis*.

corvina apanada. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** corvina, lechuga, pan, tomate, huevo, perejil, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

corvina austral. Designación oficial española del pez: *Corbina australis*; *Corvina belangeri*; *Corvina lobata*; *Corvina nasus*; *Johnius australis*; *Johnius bekangerii*; *Johnius fasciatus*; *Sciaena belangeri*; *Sciaena nasus*; *Sciaena novaehollandiae*.

corvina azul. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata azul**.

Corvina belangeri. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina austral**.

corvina blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata mejicana; corvinata rolliza; corvinón brasileño; lambe bocadulce.

corvina boca amarilla. Designación oficial española del pez: *Atractoscion aequidens*.

corvina boca amarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata aguada; corvinata alba; corvinata rolliza.

corvina boquituerta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bombache boquituerta; bombache ñato.

corvina brasileira. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón brasileño**.

Corvina canariensis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvallo**.

corvina chata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bombache boquinete; bombache boquituerta; bombache cabezón; bom-

batche cajeta; bombache ñato; corvinilla zorra; bombache cajeta.

corvina chilena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco chileno**.

corvina china. Designación oficial española del pez: *Argyrosomus nibe*; *Atrobucca nibe*; *Nibea nibe*; *Nibea ping*; *Sciaena nibe*.

corvina china. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvina ciega; corvinilla china; corvinilla ronca; corvinilla tuza; corvinilla zorra.

corvina chinchada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe marialuisa**.

corvina chorrosca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta barbirrubia**.

corvina ciega. Designación oficial española del pez: *Nebris occidentalis*; *Nebris zestus*. Sinónimo oficial: Bocón; Chinita; Corvina; Corvina china; Corvina guavina; Guabina; Guavina; Mojarra ciega; Mojarrilla grande; Ojo chico.

corvina cinchada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvina de piedra; lambe suco.

corvina cococó. Designación oficial española del pez: *Micropogonias fasciatus*. Sinónimo oficial: Cococó.

corvina coliamarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata aleta amarilla; corvinata pelona.

corvina de altura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brótula rosada**.

corvina de California Nombre vulgar del pez: *Menticirrhus undulatus*.

corvina de Dussumier. Designación oficial española del pez: *Corvinus grypota*; *Dendrophysa dussumieri*; *Johnius amblycephalus*; *Johnius dussumieri*; *Sciaena dussumieri*; *Umbrina dussumieri*; *Umbrina fuscolineata*.

corvina de fondo. Designación oficial española del pez: *Sciaena bathytatos*. Sinónimo oficial: Acoupa; Truite de mer.

corvina de galápagos. Designación oficial española del pez: *Sciaena galapagorum*.

corvina de piedra. Designación oficial española del pez: *Paralonchurus petersi*; *Scripphus politus*. Sinónimo oficial: Corvina cinchada; Lambe de piedra; Ratón; Rocacho blanco; Roncacho; Roncacho blanco.

corvina de piedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinón gurrubato; lambe gurrubato.

corvina de poll. Designación oficial española del pez: *Pentheroscion mbizi*; *Pseudosciaena mbizi*; *Sciaena mbizi*.

corvina del Golfo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata del Golfo**.

corvina del norte. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lorna peruana**.

corvina dorada. Designación oficial española del pez: *Micropogon altipinnis*; *Micropogon ectenes*. Sinónimo oficial: Corvinilla; Corvinón; Torno.

corvina dorada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón gurrubato**.

Corvina fulgens. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta barbirrubia**.

corvina gallinita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla roncadora**.

corvina gallote. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe ratón**.

corvina guavina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina ciega**.

corvina herrero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lambe suco**.

corvina japonesa. Designación oficial española del pez: *Pseudosciaena manchurica*.

corvina lenguado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **brótula rosada**.

Corvina lobata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina austral**.

corvina lubina. Designación oficial española del pez: *Johnius wieneri*; *Sciaena wieneri*. Sinónimo oficial: Robalillo; Robalo.

Corvina macrops. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **roncos**.

corvina manteca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta dientona**.

Corvina microps. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla ojo chico**.

corvina mordedora. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata mordedora; corvineta dientona.

Corvina nasus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina austral**.

corvina negra. Nombre vulgar del pez: *Sciaena umbra*. Designación oficial: corvinón negro; verrugato rabo amarillo.

Corvina nigra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvallo**.

corvina ñata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bombache bereche; bombache boquinete; bombache boquituerta; bombache cajeta; bombache ñato.

corvina ojo chico. Designación oficial española del pez: *Nebris microps*.

corvina ojona. Designación oficial española del pez: *Argyrosomus aneus*; *Johnius aneus*; *Otolithus leuciscus*; *Pennahia aneus*; *Pennahia macrophthalmus*; *Pennahia macrophthalmus*; *Pseudosciaena aneus*; *Sciaena aneus*; *Sciaena macrophthalmus*.

corvina ojona. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata mordedora**.

corvina pampera. Designación oficial española del pez: *Johnius gilberti*; *Sciaena gilberti*. Sinónimo oficial: Ayanque; Corvina; Corvinilla; Gringa; Pampera; Roncador; Rubia.

corvina pelona. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata aguada; corvinata pelona.

corvina picuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata rolliza**.

corvina rabirrubia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta armada**.

corvina rayada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata rayada; lambe suco; verrugato cochicato.

corvina reina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata alba**.

corvina robalo. Designación oficial española del pez: *Sciaena starksii*. Sinónimo oficial: Grandazo; Grande; Lubina; Robalillo; Robalo.

corvina saltada. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** corvina, papa, ajo, tomate, cebolla, limón, ají verde, vinagre, harina, perejil, sillao, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

Corvina stearnsi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinón aleta manchada**.

Corvina strabo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla cococha**.

corvina sureña. Designación oficial española del pez: *Sciaena suavis*. Sinónimo oficial: Corvinilla.

Corvina trispinosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla estrellada**.

corvina zorra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: lambe gurrubato; lambe ratón.

corvinata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvallo; corvina; corvineta caimui-re; corvinón gurrubato; corvinón rayado; verrugato maroto; verrugato rayado; verrugato.

corvinata aguada. Designación oficial española del pez: *Cynoscion squamipinnis*. Sinónimo oficial: Cachema; Corvina; Corvina aguada; Corvina boca amarilla; Corvina pelona; Corvinata boquiamarilla; Pelada.

corvinata ala corta. Designación oficial española del pez: *Isopisthus affinis*; *Isopisthus harroweri*; *Isopisthus parvipinnis*.

corvinata alba. Designación oficial española del pez: *Cynoscion albus*; *Otolithus albus*; *Otolithus cayennensis*. Sinónimo oficial: Corbina chola; Corvina; Corvina aleta blanca; Corvina boca amarilla; Corvina reina.

corvinata aleta amarilla. Designación oficial española del pez: *Cynoscion xathulus*; *Eriscion xanthulus*. Sinónimo oficial: Corvina; Corvina aleta amarilla; Corvina coliamarilla; Pelada amarilla.

corvinata amarilla. Designación oficial española del pez: *Cestrus acoupa*; *Costreus maracaiboensis*; *Cynoscion acoupa*; *Cynoscion maracaiboensis*; *Otolithus romboidalis*; *Otolithus toeroe*. Sinónimo oficial: Acoupa; Corvina; Pescada amarela; Truite de mer.

corvinata azul. Designación oficial española del pez: *Alolithus magdalenae*; *Cynoscion parvipinnis*. Sinónimo oficial: Corvina azul.

corvinata blanca. Designación oficial española del pez: *Cynoscion leiarchus*. Sinónimo

oficial: Acoupa; Curvinata; Pescada blanca; Salmón; Truite de mer.

corvinata bocona. Designación oficial española del pez: *Cynoscion praedatorius*. Sinónimo oficial: Bocón; Corvina; Pelada.

corvinata boquiamarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata aguada**.

corvinata cambucú. Designación oficial española del pez: *Cynoscion virescens*; *Otolithus microps*. Sinónimo oficial: Acoupa; Curvinata; Pescada cambucú; Truite de mer.

corvinata coliamarilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata pelona**.

corvinata de arena. Designación oficial española del pez: *Cynoscion arenarius*. Sinónimo oficial: Trucha de arena.

corvinata del Golfo. Designación oficial española del pez: *Cynoscion othonopterus*. Sinónimo oficial: Corvina; Corvina del Golfo.

corvinata dorada. Designación oficial española del pez: *Cynoscion bairdi*; *Cynoscion microlepidotus*. Sinónimo oficial: Acoupa; Curvinata; Truite de mer.

corvinata goete. Designación oficial española del pez: *Anchoscion petranus*; *Cynoscion jamaicensis*; *Cynoscion petranus*. Sinónimo oficial: Acoupa; Coroinata jamaicana; Corbinata jamaicana; Corbinata coliamarilla; Goete; Salmón; Tronquicha; Truite de mer.

corvinata gungo. Designación oficial española del pez: *Eques viola*; *Pareques viola*. Sinónimo oficial: Gungo; Roncador raya; Roncador rayado.

corvinata linda. Designación oficial española del pez: *Eques fuscovittatus*; *Pareques fuscovittatus*.

corvinata mejicana. Designación oficial española del pez: *Atractoscion nobilis*; *Cyonoscion nobilis*; *Otolithus californiensis*. Sinónimo oficial: Corvina blanca.

corvinata mordedora. Designación oficial española del pez: *Isopisthus remifer*. Sinónimo oficial: Aguada; Corvina; Corvina mordedora; Corvina ojona; Corvineta azul; Pelada blanca; Peladilla.

corvinata negra. Designación oficial española del pez: *Cheilotrema saturnum*; *Sciaena saturna*. Sinónimo oficial: Codorniz; Corvineta; Roncador; Roncador negro.

corvinata pelona. Designación oficial española del pez: *Cynoscion stolzmanni*. Sinónimo oficial: Ayanque; Ayanque cola de rombo; Cachema; Corvina; Corvina aguada; Corvina coliamarilla; Corvina pelona; Corvinata coliamarilla; Corvinilla; Guavina.

corvinata peruana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ayanque**.

corvinata pescada. Designación oficial española del pez: *Cynoscion steindachneri*. Sinónimo oficial: Pescada.

corvinata pescadilla. Designación oficial española del pez: *Cynoscion striatus*; *Otolithus quatucupa*; *Otolithus striatus*. Sinónimo oficial: Corvinata rayada; Pescada olhuda; Pescadilla.

corvinata picuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata rolliza**.

corvinata pintada. Designación oficial española del pez: *Cynoscion nebulosus*; *Otolithus carolinensis*; *Otolithus drummondi*. Sinónimo oficial: Trucha de mar.

corvinata plateada. Designación oficial española del pez: *Cynoscion nothus*. Sinónimo oficial: Corvina; Trucha plateada.

corvinata rayada. Designación oficial española del pez: *Pareques lanfeari*. Sinónimo oficial: Corvina; Corvina rayada; Herrero; Pelada; Pelada rayada; Roncador rayado; Sargento; Trucha.

corvinata rayada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata pescadilla**.

corvinata real. Designación oficial española del pez: *Cyonoscion regalis*.

corvinata rolliza. Designación oficial española del pez: *Cyonoscion phoxocephalus*. Sinónimo oficial: Cachema; Cachema cola ahumada; Chavela corvina; Corvina; Corvina blanca; Corvina boca amarilla; Corvina picuda; Corvinata picuda; Corvinilla; Pelada yanca.

corvinata tonquicha. Designación oficial española del pez: *Cyonoscion similis*. Sinónimo oficial: Acoupa; Tonquicha; Truite de mer.

corvinata totoaba. Designación oficial española del pez: *Cynoscion macdonaldi*; *Eriscion macdonaldi*. Sinónimo oficial: Corvina; Machorro; Totoava.

corvinato. Nombre vulgar del pez: *Argyrosomus regius*; *Umbrina cirrhosa*. Designación oficial: boca de oro; corvallo; corvina; verrugato.

corvineta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cococha negra; corvinata negra; corvineta armada; corvineta roncacha; corvinilla blanca, corvinilla roncadora.

corvineta armada. Designación oficial española del pez: *Bairdiella armata*; *Nector armata*. Sinónimo oficial: Corvina rabirrubia; Corvineta; Roncador; Ronco.

corvineta azul. Designación oficial española del pez: *Bairdiella batabana*; *Corvula batabana*; *Corvula sialis*; *Johnius batabanus*.

Sinónimo oficial: Acoupa; Barriga blanca; Corvina; Truite de mer.

corvineta azul. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata mordedora**.

corvineta barbirrubia. Designación oficial española del pez: *Bairdiella ensifera*; *Corvina fulgens*. Sinónimo oficial: Barbirrubia; Bocón; Corvina chorrosca; Roncacho; Ronco.

corvineta blanca. (*Glaucosoma* spp.) Pez de agua salada que se encuentra en los caladeros tropicales, al lado de arrecifes. Tiene carne blanca y blanda de sabor dulce delicado y se puede consumir asada, al horno, a la parrilla, a la plancha o pochada. Designación oficial española del pez: *Bairdiella chrysoura*. Sinónimo oficial: Acoupa; Corvina; Truite de mer. Véase: pescados.

corvineta caimuire. Designación oficial española del pez: *Bairdiella sanctaeliciae*; *Corvula sanctaeliciae*; *Vacougussanctaeliciae*. Sinónimo oficial: Acoupa; Caimuire; Corvinata; Ronco; Truite de mer.

corvineta dientona. Designación oficial española del pez: *Macrodon mordax*. Sinónimo oficial: Corvina manteca; Corvina mordedora; Pelada dientona.

corvineta listada. Designación oficial española del pez: *Genyonemus lineatus*. Sinónimo oficial: Roncacho blanco; Roncador; Ronco blanco.

corvineta ojona. Designación oficial española del pez: *Bairdiella macrops*; *Corvula macrops*. Sinónimo oficial: Vacuoca.

corvineta roncacha. Designación oficial española del pez: *Bairdiella icistia*. Sinónimo oficial: Corvineta; Garrubata; Roncador; Rono.

corvineta ruyo. Designación oficial española del pez: *Bairdiella armata*. Sinónimo oficial: Acoupa; Caracare; Corvina; Curvinata

blanca; Ronco; Ronco basto; Truite de mer.

corvinilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: arnillo; ayanque; corvina dorada; corvina pampera; corvina sureña; corvinata pelona; corvinata rolliza; corvinilla de Juan Fernández; corvinilla listada; lorna peruana; verrugato corvinilla.

corvinilla agusanada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla china**.

corvinilla aplanada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla ronca**.

corvinilla bisojo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla cococha**.

corvinilla blanca. Designación oficial española del pez: *Stellifer furthi*. Sinónimo oficial: Baileta; Chimbera; China; Choborro blanco; Chogorro blanco; Cococha blanca; Corvineta; Mojarilla; Mojarilla blanca; Mojarilla rayada.

corvinilla camiseta. Designación oficial española del pez: *Pareques perissa*. Sinónimo oficial: Camiseta.

corvinilla chimbera. Designación oficial española del pez: *Stellifer erycimba*. Sinónimo oficial: Baileta; Chimbera; China; Choborro blanco; Mojarilla.

corvinilla china. Designación oficial española del pez: *Ophioscion vermicularis*. Sinónimo oficial: Cococha; Corvina china; Corvinilla agusanada.

corvinilla china. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla tuza**.

corvinilla cococha. Designación oficial española del pez: *Corvina strabo*; *Ophioscion strabo*. Sinónimo oficial: Cococha; Corvinilla bisojo.

corvinilla crepuscular. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinilla zorra**.

corvinilla de Juan Fernández. Designación oficial española del pez: *Sciaena reedi*; *Umbrina reedi*. Sinónimo oficial: Corvina; Corvinilla.

corvinilla deliciosa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **roncacho**.

corvinilla espinosa. Designación oficial española del pez: *Stellifer marcensis*. Sinónimo oficial: Mojarilla espinosa.

corvinilla estrellada. Designación oficial española del pez: *Corvina trispinosa*; *Stellifer stellifer*. Sinónimo oficial: Mojarra.

corvinilla gallinazo. Designación oficial española del pez: *Ophioscion obscurus*. Sinónimo oficial: Gallina; Gallinazo.

corvinilla lanzona. Designación oficial española del pez: *Stellifer lanceolatus*; *Stellifer stellifera*.

corvinilla listada. Designación oficial española del pez: *Stellifer agassizii*; *Stellifer minor*. Sinónimo oficial: Corvinilla; Mojarilla; Mojarilla común.

corvinilla lucia. Designación oficial española del pez: *Stellifer griseus*.

corvinilla mayita. Designación oficial española del pez: *Stellifer oscitans*. Sinónimo oficial: Baileta; Cabeza esponjosa; Chimbera; China; Choborro blanco; Cococha; Mayita; Mojarra; Mojarilla.

corvinilla mojarilla. Designación oficial española del pez: *Stellifer zosterocarus*; *Stellifer zosterocarus*.

corvinilla ñata. Designación oficial española del pez: *Stellifer schrysoleuca*. Sinónimo oficial: Corbina china; Mojarilla; Roncador; Ronco; Ñato.

corvinilla ojo chico. Designación oficial española del pez: *Corvina microps*; *Ophioscion brasiliensis*; *Ophioscion constaricensis*; *Ophioscion microps*; *Stellifer microps*.

corvinilla panameña. Designación oficial española del pez: *Ophioscion panamensis*.

corvinilla pancha. Designación oficial española del pez: *Ophioscion simulus*. Sinónimo oficial: Pancha-

corvinilla pintadilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arnillo**.

corvinilla pizarra. Designación oficial española del pez: *Stellifer pizarroensis*. Sinónimo oficial: Choborro blanco; Chochoque; Mojarra; Mojarilla.

corvinilla prieta. Designación oficial española del pez: *Stellifer melanochari*; *Stellifer melanocheir*; *Zeus melanochir*. Sinónimo oficial: Baileta.

corvinilla punteada. Designación oficial española del pez: *Ophioscion punctissimus*.

corvinilla rastra. Designación oficial española del pez: *Stellifer rastrifer*; *Stelliferus rastrifer*.

corvinilla ronca. Designación oficial española del pez: *Ophioscion imiceps*. Sinónimo oficial: Cococha; Corvina; Corvina china; Corvinilla aplanada; Pancha.

corvinilla roncadora. Designación oficial española del pez: *Elattarchus archidium*; *Odontoscion australis*. Sinónimo oficial: Barbirrubia; Corvina; Corvina gallinita; Corvineta; Gurrubata; Roncador.

corvinilla tuza. Designación oficial española del pez: *Ophioscion typicus*; *Sciaena ophioscion*. Sinónimo oficial: Cococha; Corvina china; Corvinilla china; Parita; Ronco.

corvinilla venezolana. Designación oficial española del pez: *Ophioscion venezuelae*.

corvinilla zorra. Designación oficial española del pez: *Ophioscion sciera*; *Ophioscion scierus*; *Sciaena vermicularis*. Sinónimo oficial: Corvina; Corvina chata; Corvina china; Corvinilla crepuscular; Gallinazo; Pancha; Parita; Polla; Ronco; Tuza; Zorra.

corvinón. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvina dorada; corvinón gurrubato.

corvinón aleta manchada. Designación oficial española del pez: *Corvina stearnsi*; *Roncador stearnsii*.

corvinón berrugato. Designación oficial española del pez: *Micropogonias megalops*. Sinónimo oficial: Berrugato.

corvinón brasileño. Designación oficial española del pez: *Micropogon lineatus*; *Micropogon opervularis*; *Micropogon undulatus*; *Micropogonias undulatus*; *Sciaena crocea*. Sinónimo oficial: Acoupa; Corvina blanca; Corvina brasileira; Gurrubata; Tambor moteado; Truite de mer; Verrugato.

corvinón chano. Designación oficial española del pez: *Micropogonias ectenes*. Sinónimo oficial: Berrugato; Chano; Rocardulce.

corvinón gurrubato. Designación oficial española del pez: *Micropogonias altipinnis*. Sinónimo oficial: Barbosa; Berrugata; Berrugato; Bocadulce; Chano; Cococó; Corvina; Corvina agria; Corvina alona; Corvina de piedra; Corvina dorada; Corvinata; Corvinón; Dorada; Guavina; Gurrubata; Herrero; Tambor dorado; Torno.

corvinón negro. Designación oficial española del pez: *Pogonias cromis*; *Sciaena fusca*; *Sciaena gigas*. Sinónimo oficial: Corvina negra; Miragaia; Tambor: Tambor negro.

corvinón nibe. Designación oficial española del pez: *Argirosomus miiuy*; *Miichthys imbricatus*; *Miichthys miiuy*; *Nibea imbricata*; *Nibea mitsukurii*; *Otolithus fauvelii*.

corvinón ocelado. Designación oficial española del pez: *Sciaena imberbis*; *Sciaenops ocellata*; *Sciaenops ocellata*. Sinónimo oficial: Corvina; Pescado colorado.

corvinón rayado. Designación oficial española del pez: *Micropogon argentatus*; *Micropogon crawfordi*; *Micropogon furnieri*; *Micropogonias furnieri*; *Ophioscion adustus*; *Ophioscion woodwardi*. Sinónimo oficial: Acoupa; Corvina; Corvinata; Curvinata; Roncador; Ronco negro; Tambor rayado; Truite de mer.

Corvinus grypota. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina de dussumier**.

corvo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pardete**.

Corvula batabana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta azul**.

Corvula eurymesops. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **roncos**.

Corvula macrops. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta ojona**.

Corvula sanctaeliciae. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta caimuire**.

Corvula sialis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta azul**.

Corytoichthys brevirostris. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **aguja de río**.

Corylus avellana. Familia: betuláceas. Se designa con este nombre el conjunto de frutos secos indehiscentes, originarios de diversas especies de *Corylus* que se cultivan en las regiones templadas o templado-húmedas de América, Europa y Asia. La especie más abundante es *Corylus avellana*, un arbusto en forma de matorral, que emite abundantes brotes basales y que en España crece espontáneo en bosques mixtos de planifolios (castaños, hayas, etc.) La parte comestible de esta especie es la semilla contenida en un fruto llamado aquenio, con pericarpio leñoso que a su vez está cubierto, mientras se

encuentra en la planta, por una característica cúpula foliácea de color verde y tomentosa. Esta especie es la más abundantemente cultivada en España, mientras que *Corylus colurna* es típica de Asia Menor, de las costas del Mar Negro y de parte de China. Existen numerosos cultivares, y en el mercado las avellanas se venden siempre secas, con cáscara y sin ellas. Al exprimir la semilla se obtiene un aceite utilizado en perfumería; es la fruta que contiene mayor cantidad de materias grasas nitrogenadas, hasta un 48,66% de grasa. Aparte de su valor nutritivo, es rico en calcio, fósforo y vitamina B. De gusto agradable: es el más digerible de todos los frutos neutros. En algunas regiones, se añade a la harina de trigo y de centeno para fabricar un pan rico en sustancias grasas. Perteneció al grupo de las frutas neutras. La materia grasa se compone de un 88% de ácidos insaturados. Nombre vulgar: **avellana**. Según el Código Alimentario, 3.27.07. Es la fruta seca o de cáscara procedente del *Corilus avellana*, L. Véase: fruta seca.

Coryphaenoides rupestris. Familia: macrónidos. Cabeza grande y pesada, ojos también grandes. El cuerpo se estrecha mucho tras el ancho y corto vientre. Ribete de aleta continuado. Longitud máxima 1 m. Habita en el Atlántico nororiental, en profundidades de 300 m. Está considerado como pesca complementaria, sin valor, ya que sus rígidas escamas no permiten su aprovechamiento para la elaboración de harina de pescado. Pese a que su carne es deliciosa, tiene sólo importancia local como pescado de mesa. Nombre vulgar: **granadero**.

coryphaena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dorado común**.

Coryphaena aurata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lampuga**.

Coryphaena azorica. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dorado**.

Coryphaena equiselis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **dorado**.

Coryphaena equisetis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lampuga**.

Coryphaena hippurus. Familia: corifénidos. Cuerpo alargado y aplanado a los lados, perfil de la cabeza afilado, abertura bucal ancha, mandíbula inferior sobresaliente aleta dorsal desde la cabeza hasta la cola, claramente dividida en dos. Dorso verdoso azulado, vientre blanco plateado. Laterales con intenso brillo dorado. Puede alcanzar 1,80 m de largo y 30 kg de peso. Es un veloz nadador, capaz de capturar peces voladores; también se alimenta de crustáceos y calamares. Tiene una carne exquisita y es, por ello, un pescado de mesa muy apreciado que, sin embargo, aparece sólo en escasas cantidades en el mercado. Nombre vulgar: **llampuga**, dorado, austríaco. Designación oficial: **dorado común**.

Coryphaena imperialis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lampuga**.

Coryphaena novacula. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **raor**.

Coryphaena perciformis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chocho de mar**.

Coryphaenidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinoptergios. Superorden: teleósteos. Orden: perciformes. Suborden: percoides. Cuerpo muy comprimido y alargado, con una sola dorsal, que se extiende desde la nuca hasta muy cerca de la caudal, blanda y uniformemente decreciente, anal también blanda, baja y mucho más corta que la dorsal. Opérculo liso. Suelen presentar coloraciones con reflejos verde – dorados. Esta familia está extendida por todos los mares

templados y tropicales, así como en el Mediterráneo. De estos peces tan llenos de colorido hay dos tipos. Sinónimo: lampugas. Consideramos: llampuga ó dorado (*Coryphaena hippurus*).

***Coryphaenoides acrolepis*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **granadero del Pacífico**.

***Coryphaenoides ariommus*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **granadero ario**.

***Coryphaenoides carminifer*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **granadero carminífero**.

***Coryphaenoides delsolari*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **granadero pichirrata**.

***Coryphaenoides holotrachys*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gaiba**.

***Coryphaenoides pectoralis*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **granadero del Pacífico**.

***Coryphaenoides rupestris*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ganadero de roca**.

***Coryphopterus flavescens*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gobio nadador**.

corzo. Nombre vulgar del mamífero: *Capreolus capreolus*. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Corzo	espalda	pierna
Energía (kJ)	509,96	405,46
Potasio (mg)	342,00	309,00
Fósforo (mg)	220,00	220,00
Energía (kcal)	122,00	97,00
Colesterol (mg)	110,00	110,00
Sodio (mg)	84,00	60,00
Calcio (mg)	75,00	5,00
Agua (g)	72,20	75,70
Proteína (g)	22,40	21,40
Grasas totales (g)	6,60	1,30
Hierro (mg)	3,00	3,00

Riboflavina (B ₂) (mg)	0,25	0,25
Grasa poliinsaturada (g)	0,10	
Ácido ascórbico (C) (mg)		0,00
Carbohidratos (g)	tr.	tr.
Fibra (g)		
Flúor (mg)		
Magnesio(mg)		
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)		
Piridoxina (B ₆) (mg)		
Tiamina (B ₁) (mg)		
Vitamina A (µg eq. retinol)		0,00
Vitamina E (mg)		

corzo estofado. Plato de la cocina de Cantabria “Corrales de Buelna” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** pierna de corzo, cebolla, zanahoria, ajo, aceite, nuez moscada, laurel, vino tinto, sal. Véase: cocina de Cantabria.

cosméticos. Véase: prohibiciones de cosméticos y productos de tocador.

cosméticos. Según el Código Alimentario, 5.38.02. Son aquellos preparados que se elaboran empleando productos naturales químicos o biológicos con arreglo a las normas científicas, destinados al embellecimiento y protección del cuerpo humano y que, por su arte de confección, aunque en el mismo se utilicen productos farmacéuticos, como igualmente por su dosificación, no llegan a alcanzar la categoría de medicamento. 5.38.04 **Prohibiciones.** Véase: prohibiciones en cosméticos y productos de tocador. 5.38.05 **Envasado y rotulación.** Véase: artículos higiénicos y de uso doméstico.

***Cossyphus scrofa*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez perro**.

costa de plata. Nombre vulgar de un cultivar de la acelga (*Beta vulgaris* var. *rapa* for. *Cycla*)

costero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **aguja azul**.

costilla. Véase: pecho y costilla.

costilla de cerdo. Corte de la canal de cerdo consistente en trozos de costilla adheridos a la panceta. Ideal para preparar al estilo chino, con guindilla y especias, marinada y asada a la brasa, o cocida, en una salsa barbacoa picante. Véase: canal de porcino; despiece de la canal de porcino. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Costillas de cerdo	
Energía (kJ)	1173,74
Energía (kcal)	280,80
Potasio (mg)	260,00
Fósforo (mg)	240,00
Colesterol (mg)	80,00
Sodio (mg)	75,00
Porción comestible	72,00
Grasa (g)	23,60
Magnesio (mg)	22,00
Proteína (g)	17,10
Grasa moninsaturada (g)	9,59
Grasa saturada (g)	8,41
Calcio (mg)	7,00
Niacina (mg eq. niacina)	4,90
Ácido fólico (µg)	4,00
Grasa poliinsaturada (g)	1,98
Cinc (mg)	1,30
Hierro (mg)	1,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,87
Vitamina D (µg)	0,80
Tiamina (B ₁) (mg)	0,62
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,42
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,27
Vitamina E (mg)	0,05
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Yodo (mg)	

costilla de cordero. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Costillas de cordero	
Energía (kJ)	940,50

Potasio (mg)	300,00
Energía (kcal)	225,00
Fósforo (mg)	190,00
Sodio (mg)	80,00
Colesterol (mg)	78,00
Porción comestible	50,00
Magnesio (mg)	24,00
Proteína (g)	18,00
Grasa (g)	17,00
Calcio (mg)	10,00
Grasa saturada (g)	8,72
Grasa moninsaturada (g)	6,02
Niacina (mg eq. niacina)	5,00
Ácido fólico (µg)	3,00
Hierro (mg)	2,70
Cinc (mg)	1,90
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,56
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,25
Tiamina (B ₁) (mg)	0,20
Fibra (g)	0,00
Carbohidratos (g)	
Vitamina A (µg eq. retinol)	
Vitamina D (µg)	
Vitamina E (mg)	
Yodo (mg)	

costilla de matanza. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Carnes, aves y caza. **Ingredientes:** costillas, asadura, sal, pimentón, vinagre, ajo, orégano, manteca blanca.

costilla de ternera. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Costillas de ternera	
Energía (kJ)	469,41
Potasio (mg)	380,00
Fósforo (mg)	200,00
Energía (kcal)	112,50
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	90,00
Colesterol (mg)	70,00

Proteína (g)	21,10
Magnesio (mg)	17,00
Calcio (mg)	12,00
Niacina (mg eq. niacina)	6,70
Ácido fólico (µg)	5,00
Grasa (g)	3,10
Hierro (mg)	2,80
Cinc (mg)	2,10
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,50
Grasa moninsaturada (g)	1,33
Grasa saturada (g)	1,17
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,44
Grasa poliinsaturada (g)	0,27
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,26
Tiamina (B ₁) (mg)	0,15
Vitamina E (mg)	0,08
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Carbohidratos (g)	0,00
Fibra (g)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Yodo (mg)	

costilla de tudanca sobreasada. Plato de la cocina de Cantabria “Rionansa” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** costilla de tudanca, aceite de oliva, vino blanco, pimienta blanca, sal. Véase: cocina de Cantabria.

costillar. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado porcino. La parte baja de las chuketas con hueso. Generalmente se emplea en guisos y asados. Lo más rentable es adobar las costillas, así como el espinazo. Véase: despiece de la canal de porcino.

costillar de cerdo. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** costillas de cerdo, ajo, vinagre, ají panca, achiote, aceite, comino, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

costillar de cordero. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** costilla de cordero, papa, ajo, vinagre, ají panca, achiote, comino, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

costillar de cordero. Corte de la canal de cordero, de tipo francés, consistente en el costillar presentado con las costillas limpias.

costillar de cordero desgrasado y con los huesos pulidos. Corte de la canal de cordero. Constituye un excelente corte para asar. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

costillar de cordero recubierto con ajo y perejil. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cordero”. **Ingredientes:** cuarto delantero de cordero, sal, pimienta, aceite vegetal, caldo de ternera oscuro, atado de berro para decorar, ratatouille Niçoise. Para la **capa de perejil y ajo:** pan blanco rallado, mantequilla, perejil, sal, pimienta, ajo, mostaza Dijon. Nombre en Francia: carre d’agneau persille. Véase: cordero en la cocina de Francia.

costillar deshuesado. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. La guitarra, deshuesada y troceada, se suele utilizar para hacer guisos. También da excelentes resultados con caldos y sopas suculentos. Véase: pecho y costilla.

costillas con papas. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** costillas saladas de cochino, papas, millo tierno, ajo, agua.

costillas de cerdo al vapor y asadas con salsa de porotos amarillos. Plato de la “cocina de Tailandia” perteneciente al grupo de “carnes”. Como tantos otros platos populares tailandeses, tiene una fuerte influencia china. La salsa contiene ajíes muy picantes y tamarindo. **Ingredientes:** Costillas de cerdo, agua caliente, sal, pimienta negra. **Para la marinada/salsa:** Salsa de porotos amarillos, ajo, chile rojo fresco, clavo, canela, jugo de jengibre, agua de tamarindo, salsa de soja oscura, salsa de pescado, azúcar de palma. Nombre en Tailandia; *gradook moo nueng tao jeaw*.

costillas de cerdo a la crema. Plato de la cocina del Valle de Méjico. **Ingredientes:** costillas de cerdo, manteca, crema ácida, mostaza, perejil, sal, pimienta. Véase: carnes en la cocina de Méjico.

costillas de cerdo con salsa de barbacoa. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. Se acompaña con arroz o fideos, simplemente con una ensalada. **Ingredientes:** Agua, sal, costilla de cordero, aceite vegetal, jengibre, chalota, salsa de soja oscura, salsa de soja clara, salsa hoisin, azúcar, pimienta negra, agua caliente, vino Shaohsing, caldo de pollo, cebolleta. Nombre en China; *char siu paaih gwat*.

costillas de cerdo con zanahoria. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** Costillas de cerdo, salsa de soja, aguardiente de arroz, jengibre fresco, zanahoria, sal.

costillas grasas de cordero. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Costillas grasas de cordero	
Energía (kcal)	312
Potasio (mg)	246
Fósforo (mg)	162
Colesterol (mg)	90
Sodio (mg)	75
Agua (mg)	54,9
Porción comestible	50
Grasa (g)	20,3
Proteínas (g)	14,9
Calcio (mg)	10,5
Hierro (mg)	1,6
Grasa poliinsaturada(g)	0,8
Riboflavina (mg)	0,15
Tiamina (mg)	0,12
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Carbohidratos (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0

Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

costillas magras de cordero. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Costillas magras de cordero	
Potasio (mg)	350
Fósforo (mg)	195
Energía (kcal)	158
Sodio (mg)	91
Agua (mg)	71,4
Colesterol (mg)	65
Porción comestible	50
Proteínas (g)	19,3
Calcio (mg)	12,6
Grasa (g)	8,3
Hierro (mg)	1,7
Grasa poliinsaturada(g)	0,8
Tiamina (mg)	0,18
Riboflavina (mg)	0,16
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Carbohidratos (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

costillas saladas. Otra especialidad en Hierro (Islas Canarias) de derivado cárnico. Véase: derivados cárnicos de Canarias.

costilleja. Otra especialidad murciana de derivado cárnico. Costillar de cerdo adobado. Véase: derivados cárnicos de Murcia.

costilleja en adobo. Otra especialidad murciana de derivado cárnico. Conserva de huesos

o costillar. Véase: derivados cárnicos de Murcia.

costra de azúcar. cierta porción que sale más dura o queda pegada en la caldera cuando se cuece en los ingenios de azúcar.

***Costreus maracaiboensis*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata amarilla**.

cot. Véase: uva cot.

cotengo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **burro rompepaila**.

cotgero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

cóticos. Véase: *Cottidae*.

cotjero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

coto azul. Nombre vulgar del pez: *Ictalurus furcatus*.

coto blanco. Nombre vulgar del pez: *Ictalurus catus*.

coto de cuatro cuernos. Designación oficial española del pez: *Cottus quadricornis*; *Myoxocephalus quadricornis*; *Oncocottus quadricornis*.

coto de Lilljeborg. Designación oficial española del pez: *Acanthocottus lilljeborgi*.

coto de mar. Nombre vulgar del pez: *Taurulus bubalis*.

coto de Siberia. Nombre vulgar del pez: *Cottus poecilopus*.

coto del canal. Nombre vulgar del pez: *Ictalurus punctatus*.

coto escorpión. Nombre vulgar del pez: *Myoxocephalus scorpius*.

coto menor. Designación oficial española del pez: *Cuttunculus microps*.

coto negro. Nombre vulgar del pez: *Ictalurus melas*.

coto pardo. Nombre vulgar del pez: *Ictalurus nebulosus*.

coto siberiano. Designación oficial española del pez: *Cottus poecilopus*.

cotonera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sargo fino**.

cotongo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **burro rompepaila**.

cotorro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo cunaro**.

***Cottidae*.** Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinoptergios. Infraclass: teleósteos. División: euteleósteos. Superorden: acantopterigios. Orden: escorpeniformes (escleropáreos) Suborden: cotoideos. Agrupa alrededor de doscientas especies de peces marinos y de agua dulce. El cuerpo suele presentar un aplastamiento dorsoventral, su gruesa piel está desprovista de escamas pero lleva una fila de espinas óseas. La mayoría de los cóticos viven en el Norte del Pacífico y tan solo cinco especies pueblan las aguas dulces de Europa y América del Norte. Sinónimo: cóticos. Consideramos: espinoso pacífico (*Scorpaenichthys marmoratus*), charrasco (*Cottus gobio*), coto de cuatro cuernos (*Myoxocephalus quadricornis*), coto de mar (*Taurulus bubalis*), coto de Siberia (*Cottus poecilopus*), coto escorpión (*Myoxocephalus scorpius*), escorpión enano (*Icelus bicornis*)

***Cottoberca gobio*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **torito de los canales**.

***Cottus anostomus*.** Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rata**.

Cottus bairdi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **espinoso de lago**.

Cottus bubalis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabracho venenoso**.

Cottus cataphractus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ratón de mar**.

Cottus gobio. Familia: cótidos. Se trata de un pez pequeño de cuerpo fusiforme terminado en una cabeza aplastada en sentido dorso-ventral y recubierto de una piel lisa desprovista de escamas. El cuerpo es generalmente gris o pardo, con un jaspeado regular más oscuro y cuatro estrías transversales oscuras poco marcadas. Las aletas son grises, con manchas. La carne del charrasco es sabrosa. Los pescadores se sirven a veces de ella como cebo y constituye una parte importante de la alimentación de los salmónidos. Longitud: 12-14 cm, máximo: 16 cm. Nombre vulgar: **charrasco**.

Cottus maculatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabracho venenoso**.

Cottus massiliensis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rascacio**.

Cottus poecilopus. Familia: cótidos. Se parece enormemente al charrasco (*Cottus gobio*). Entre sus diferencias, destacan la boca más ampliamente hendida del coto de Siberia (*Cottus poecilopus*), su línea lateral incompleta y sus largas aletas ventrales que llegan por lo menos hasta el ano. El borde de la primera dorsal está, sobre todo en el macho, delimitado por una vistosa banda de color anaranjado. Los machos se distinguen de las hembras por su cabeza más ancha, la mayor longitud de las aletas y su coloración más oscura. Nombre vulgar: **coto de Siberia**. Designación oficial: **coto siberiano**.

Cottus quadricornis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **coto de cuatro cuernos**.

Cottus scorpio. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **charrasco**.

Cottus scorpius. Otro nombre del pez: *Myoxocephalus scorpius*. Designación oficial: **charrasco**.

Cottus uncinatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **platija ártica**.

cotubillo. Otra especialidad extremeña de derivado cárnico. De Llerena. Véase: derivados cárnicos de Extremadura.

Coturnix coturnix. Familia: faisánidos. Ave orden galliforme, la representante más pequeña en Europa de la familia faisánidos. Pequeña de aspecto redondo y compacto, macho y hembra similares, 1 primero de tonos algo más contrastados pardo-beige, castaño y gris; la hembra más uniforme y apagada, menos rojiza. Migradora africana. Canto distintivo de 3 notas que permite localizarlas en el herbazal y los campos de forrajeras, en primavera –y verano, ya que rara vez se consigue hacerlas levantar el vuelo, que suele ser corto, bajo y con rápido batir de alas. La hembra esconde su nido entre la vegetación del suelo, en el que pone de 7 a 12 huevos. Los diminutos pollos acompañan pronto a la madre a través del herbazal. Especie en regresión poblacional debido a la gran presión humana en sus zonas de nidificación, transformando el hábitat. Es fácil de criar en cautividad. La especie doméstica pesa entre 150 y 300 g y constituye un manjar delicioso. Se cocina asada al horno, a la brasa, a la cazuela o a la parrilla. En un ejemplar bien cocido se pueden comer hasta los huesos. La uva, las cerezas, las aceitunas, las ciruelas pasas y el limón son buenos acompañantes de la codorniz. Se emplea una pieza por ración. Disponible todo el año, ya que se crían en granjas. Nombre vulgar: **codorniz**. Según el Código Alimentario, 3.11.03. Véase: ave; caza.

coubali. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **jurel común.**

Couchia edwardii. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **barbada.**

Couchia minor. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **madre de la anguila.**

coulis de tomate. Puré de tomate de consistencia más o menos espesa, a base de tomates triturados, ajo, cebolla, chalota y hierbas aromáticas. El coulis de tomate, frío o caliente, con frecuencia hace las veces de salsa en los platos de pescado y de verdura. Aunque es mejor si se sirve recién preparado, se puede congelar hasta dos meses. Véase: puré, pasta y concentrado de tomates, salsas y condimentos.

coulisou. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chicharro ojón.**

coulure. Enfermedad que ocasiona un deficiente cuajado en la flor de la vid.

counoise. Variedad de uva tinta. Sinónimo: uva aubum.

couronné. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero colorado.**

court bouillon. Líquido aromático, llamado *nage* en francés, se usa para cocinar pescados y mariscos. La comida cocida en este líquido absorbe el sabor de sus ingredientes. **Ingredientes:** agua, vino blanco seco, zanahoria, cebolla, cebollino, bouquet garni, tallo de apio, pimienta negra.

couscous al samak. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: cuscús de pescado.

couscous aux sept legumes. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: cuscús con siete verduras.

couves a mineira. Nombre brasileño del plato: berzas a la minera.

cova. Nombre vulgar del pez: *Pomatomus saltatrix*. Designación oficial: **anjova.**

cox orange. Véase: manzana cox orange.

coyaca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: sábaló; saboga.

coyotes. Nombre vulgar de la planta: *Acrocomia culeata*.

craba. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **serrano.**

crabuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **raya de clavos.**

crabudo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez clavo.**

crabutet noir. Variedad de uva tinta. Véase: uva merlot noir.

cracker de mandioca. Elaborado con tapioca y condimentada con mandioca, que le da sabor agri dulce. Al freírlos en aceite muy caliente, los crackers se inflan. Se sirven como aperitivo, o para acompañar para varios platos. Véase: ingredientes de la comida asiática.

cracker de pescado. Se elabora con tapioca y se aderezan con pescado. Al freírlos en aceite muy caliente los crackers se inflan. Se sirven como aperitivo o para acompañar varios platos. Véase: ingredientes de la comida asiática. Sinónimo: krupuk.

Crambe maritima. Familia: crucíferas. Esta col, más conocida en Gran Bretaña y Francia, tiene las hojas de un color verde pálido y peciolo largos y carnosos, que suelen estar recubiertos, como la endibia, para retrasar su desarrollo. Crece salvaje en tierras arenosas de las costas de Inglaterra. Los delicados tallos blancos con hojas rizadas se pueden consumir crudos, como el apio, acompañada de una vinagreta. La col marina está deliciosa hervida y con una salsa picante o salteada con ajo. Sus tallos blanquecinos se cocinan como los espárragos. Véase: coles. Nombre vulgar: **col marina.**

crana. *Maja squinado*. Véase: centollo.

cranc. Nombre vulgar catalán de la seta:
Clathrus cancellatus.

cranc. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: cangrejo de río; cangrejo verde; cangrejo.

cranc bou. Nombre vulgar catalán del crustáceo: *Cancer canguroscangrejo buey*

cranc de mar. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo verde**.

cranc de riu. Nombre vulgar catalán del crustáceo: *Carcinus sp.***cangrejo de río**

cranc de roca. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo**.

cranc reial. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo real**.

cranc verd. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo verde**.

cranca. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **centolla**.

***Crangon crangon*.** Familia: crangónidos. Caparazón casi rectangular, visto dorsalmente, con una espina central y otra a cada lado. Antenas principales casi tan largas como el cuerpo. Rostro corto reducido a un pequeño diente. Las patas marchadoras del 1º par son aplanadas y terminan en forma de gancho las del 2º par menores que las demás, el 3º y 4º par son los más largos. Color grisáceo con bandas más oscuras. Bastante común y tan apreciado como la quisquilla. Los animales, que por término medio miden de 5 a 7 cm de longitud, tienen un cuerpo gris transparente, y en el tórax disponen de un solo cuerno corto y chato. Se distinguen enseguida de otras gambas por su primer par de pinzas muy desarrolladas. Las tenazas no tienen forma de pinza, sino que está equipada

das con un objeto para golpear. Estas gambas viven tanto a 20 km de las costas como también en las aguas profundas, desde el Mar Blanco, el Atlántico Oriental, el Mar del Norte y el Mar Báltico, hasta el Mediterráneo y el Mar Negro. Pequeñas gambas de color marrón que sólo se venden cocidas y se sirven como aperitivo. Pelados y mezclados con mantequilla a la cayena, sirven para elaborar un tipo de paté. Nombre vulgar: camarón, quisquilla, quisquilla de arena, quisquilla gris, esquila, camarón alemán del Mar del Norte, granate, quisquilla gris, quisquilla. Designación oficial: **quisquilla**. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Crustáceo, decápodo macruro, *Crangon crangon*, Linneo. Véase: marisco.

***Crangon franciscorum*.** Familia crangónidos. Clase de gamba pequeña, emparentada con la gamba del Mar del Norte alemana que se asienta en la zona Norte del Pacífico. Se pesca especialmente en la costa que hay entre San Francisco y Vancouver. Comercialmente hablando, es una de las gambas más importantes en los mercados de pescado en torno a San Francisco. Nombre vulgar: **gamba de arena americana**. Designación oficial: **quisquilla rabo negro**.

***Crangon nigricauda*.** Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **quisquilla rabo negro**.

***Crangon nigromaculata*.** Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **quisquilla de caleta**.

***Crangon septemspinosus*.** Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **quisquilla rabo negro**.

***Crangon vulgaris*.** Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **quisquilla**.

crangónidos. Véase: *Crangonidae*.

Crangronidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: protostomas. Tipo: artrópodos. Subtipo: mandibulados (antenas) Clase: crustáceos. Subclase: malacostráceos. Serie: eumalacostráceos. Superorden: eucáridos. Orden: decápodos. Suborden: macruros. La familia de las gambas de arena juega en Alemania un papel significativo, pues a su grupo pertenece también la gamba del Mar del Norte, importante desde el punto de vista comercial. La familia *Crangon* con sus 30 especies, se extiende, en su mayor parte, por las zonas nórdicas frías y más templadas, tanto por el Norte del Atlántico como por el Pacífico Norte. Aparte de las dos que nombramos, apenas se explotan actualmente otras especies de gambas de arena, lo que seguramente guarde relación con el hecho de que son muy pequeñas. Esta situación, sin embargo, podría cambiar en el futuro, cuando la existencia de otras clases de gambas descienda por la pesca excesiva. Consideramos: gamba de arena americana (*Crangon franciscorum*), camarón (*Crangon crangon*) Sinónimo: gambas de arena.

crapaud. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: rascacio de fondo; rascacio negro; rascacio rubio; sapo barbudo; sapo bocón; sapo caño; sapo guayanés; sapo lagunero; sapo linterna.

crápula. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

Crassodoma gigantea. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira canadiense**.

Crassostrea madrasensis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostiión indio**.

Crassostrea angulata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostiión**.

Crassostrea columbiensis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostra negra**.

Crassostrea commercialis. Familia ostreidos. Esta ostra cambia su sexo y es especialmente fértil. Al cabo de 3 años alcanza una longitud de unos 7 cm y un peso normal para el comercio de 55 g. Una desventaja de esta ostra de muy buen sabor es que se abre con mucha dificultad. Australia es uno de los mayores productores de ostras del mundo. Se examina la posibilidad de cultivar ostras jóvenes australianas en bancos de ostras europeos. Nombre vulgar: **ostra australiana**, ostra de roca Sydney. Véase: ostras.

Crassostrea cristagalli. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostiión indio**.

Crassostrea folium. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostiión indio**.

Crassostrea gigas. Familia ostreidos. Esta clase de ostra es natural de las aguas que están en torno a Japón y en el Mar de China. Subclases parecidas las encontramos en la región Indopacífica y en los arrecifes de coral del Mar del Sur. Se cría en grandes cultivos, entre otros lugares, en Hong-Kong, China, Japón y Corea. Por su considerable tamaño (puede conseguir una longitud de por lo menos 30 cm) se le llama también ostra gigante. En la forma se parece a la ostra de roca portuguesa, sin embargo, es mucho más abombada y compacta y recuerda, así, a la forma de una góndola. Por su tamaño y valor nutritivo suele cocerse y servirse en platos calientes. En Asia también se seca de muchos modos. Nombre vulgar: ostra de roca del Pacífico, ostión, ostra japonesa, **ostra gigante**. Designación oficial: **gigas**. Véase: ostras.

Crassostrea gryphoides. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostiión indio**.

Crassostrea rhizophorae. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostiión de mangle**.

Crassostrea rivularis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostiión indio**.

Crassostrea virginica. Familia ostreidos. A pesar de que, desde un punto de vista zoológico, esta ostra pertenece a las ostras de roca, debido a su forma redonda presenta un notable parecido con la ostra europea, y en especial (por su forma de góndola) con la Colchester inglesa. Se da en toda la costa atlántica de los EE.UU., desde el Golfo de San Lorenzo hasta Florida. Cubre un 85% del consumo de ostras en la zona Este de los EE.UU. Allí se la conoce con una serie de nombres distintos, que suelen delatar su lugar exacto de origen: Blue Point, Cape Cod, Kent Island, Chincoteague, Apalachicola. La carne tiene el color de la ostra europea. El peso de la carne por unidad es mayor, pero no alcanza a la calidad de la europea. Los intentos de asentar la ostra americana en Europa fracasaron, en parte a causa de las bajas temperaturas del agua. Nombre vulgar: ostra americana, **osti6n americano**, chincoteague, Kent Island, apalachicola. Designaci6n oficial: osti6n americano; ostra virgínica.

Crassulaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) Divisi6n: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: monocotyledoneae. Orden: rosales. La familia comprende 1300 especies de las regiones templadas y cálidas, muchas de ellas rupícolas, pero pocas rupícolas, pero pocas xerófilas extremadas. Son plantas herbáceas o arbustivas, de hojas suculentas, sin estípulas, con las flores dispuestas en cimas, cíclicas, hermafroditas, actinomorfas, heteroclamídeas y fruto en cápsula, con semillas pequeñas, alargadas, de albumen reducido. Consideramos: *curry* (*Murraya koenigii*)

crasuláceas. Véase: crassulaceae.

Crataegus azarolus. Familia: rosáceas. Fruto del acerolo. Árbol de 1,5 a 10 m de altura, con la corteza negruzca y agrietada; hojas lobadas, algo vellosas por el envés, flores

blancas, olorosas, en corimbos terminales, y fruto en pomo. Se conocen tres variedades del fruto (acerola); la rosada, de fruto mayor que una avellana grande; la amarilla, muy apreciada, y la blanca o moscatel. Madura en verano o a principios de otoño, según los climas. Se consume al natural, o bien se emplea para preparar compotas y confituras. Nombre vulgar: **acerola**. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Crataegus azarolus*, L. Véase: frutas carnosas.

Crataegus pubescens. Familia: rosáceas. Nombre vulgar: **manzanilla**. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Crataegus pubescens*, Stued. Véase: frutas carnosas.

Craterellus cinereus. Otro nombre de la seta: *Cantharellus cinereus*.

Craterellus clavatus. Familia: cantareláceas. Género: craterellus. Características: Pie pleno. Aspecto de *Clavaria*. Seta con carne siempre blanca; blanda y tierna, de olor a almendra y sabor agradable. Es un hongo comestible de gran calidad, cuya carne gruesa firme y quebradiza tiene un ligero sabor dulce cuando el ejemplar es joven, haciéndose amarga hacia la vejez. La carne es blanca, pero toma tintes violetas en las partes atacadas por insectos, limacos, etc. Lo que ocurre muy frecuentemente. En vasculencia: **iltze ubel**. Sinónimo: *Nevrophyllum clavatum*, *Gomphus clavatus*.

Craterellus cornucopioides. Familia: cantareláceas. Género: craterellus. Características: Pie totalmente hueco, incluso en la base. Aspecto de *Cantharellus*. Seta comestible excelente, que se puede conservar muy bien guardada en seco, ya que seca fácilmente sin deterioro ni pérdida de sus cualidades culinarias. Carne bastante fina, tiene una consistencia elástica y membranosa, un olor suave pero agradable y un sabor

vagamente dulzón. A pesar de su color gris negruzco a marrón, poco atractivo, es una seta apreciada. No obstante, es necesario cocerla de forma prolongada para ablandar la carne. Se presta a ser desecada o pulverizada para utilizarla como condimento en las comidas más variadas. Es una seta silvestre que se da en otoño. Se corta a lo largo para limpiarla mejor de los restos de tierra. Su sabor a tierra combina muy bien con huevos y aves. La variedad seca añade aroma a los guisos. Sinónimo: cuerno de la abundancia. Véase: champiñones y hongos. Nombre vulgar: cuerno de la abundancia, trompeta de los muertos, trompeta de la muerte, **trufa del pobre**. En catalán: **orella d'ase; orella de ruc; rossinyol negro; tassa de bruch; trompeta**. En vasco: **saltzaperretxiko beltz**. Sinónimo: *Cantharellus cornucopioides*.

Cratinus agassizii. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **mero cabeza de zorro**.

crayeux de roncq. Véase: queso crayeux de roncq.

crego. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **borracho**.

creixen. Nombre vulgar catalán de la planta: *Roripa nasturtium-aquaticum*. Sinónimo: **berro**.

crema. Véase: café crema.

crema. Según el Código Alimentario, 3.30.30. a. Cuando su contenido en azúcares sobrepasa los 350 g/l. Expresado en sacarosa. Véase: denominaciones de bebidas espirituosas.

crema catalana. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “postres”. Un postre tradicional y delicioso, que ha conquistado a toda España. Puede cubrirse con caramelo o dejarlo sin él. La frescura de la leche y los huevos es básico para su exquisitez. Véase: cocina de España.

crema de aceite de colza. Elaborada con aceite de colza, esta crema es predominantemente monoinsaturada, con pequeñas cantidades de grasas saturadas y ácidos grasos Ω -6 y Ω -3. Se consume untada sobre pan o se emplea para guisar y en la repostería. Véase: aceites, margarinas y grasas.

crema de aceite de oliva. Mezcla de aceite de oliva y margarina, con un suave sabor a aceituna, utilizada tanto en frío como para guisar. Véase: aceites, margarinas y grasas.

crema de aceite de soja. Obtenida del aceite de soja, esta crema es básicamente poliinsaturada, con una cantidad razonable de grasas monoinsaturadas y una pequeña proporción de grasas saturadas. Se usa para untar sobre pan o tostadas, para guisar y para repostería. Véase: aceites, margarinas y grasas.

crema de aceite vegetal. Es una alternativa de la margarina y la mantequilla, elaborada a partir de mezclas de aceites vegetales ricos en grasas poliinsaturadas. Utilizada en repostería donde los gramos se sustituyen por mililitros, para preparar grasa líquida, en salteados y para untar moldes. Véase: aceites, margarinas y grasas.

crema de aguacates. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 10 minutos. **Ingredientes**: aguacates, caldo, crema de leche, pimienta blanca, cayena, cebollino. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de ajo y champiñones. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 25 minutos. **Ingredientes**: champiñones, ajetes, caldo de carne, crema de leche, harina de maíz, aceite de oliva, sal. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de alcachofas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. Puede emplear alcachofas envasadas, ahorrándose la cocción inicial. **Ingredientes**: alcachofas, agua, leche, harina, mante-

quilla, nata líquida, yema de huevo, aceite, rebanadas de pan del día anterior, sal, pimienta. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de almendras. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de almendras envasada, sin reconstituir	
Energía (kJ)	1571,68
Energía (kcal)	376,00
Potasio (mg)	186,00
Fósforo (mg)	168,00
Porción comestible	100,00
Magnesio (mg)	63,00
Carbohidratos (g)	59,70
Calcio (mg)	49,00
Grasa (g)	13,20
Ácido fólico (µg)	8,00
Grasa moninsaturada (g)	7,29
Vitamina E (mg)	5,20
Proteína (g)	4,60
Sodio (mg)	3,00
Grasa poliinsaturada (g)	2,10
Niacina (mg eq. niacina)	1,14
Grasa saturada (g)	0,90
Hierro (mg)	0,80
Cinc (mg)	0,70
Fibra (g)	0,50
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,02
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,00
Vitamina D (µg)	0,00
Yodo (mg)	

crema de andaricas. Plato de la “cocina de España” perteneciente al grupo de “sopas, caldos y cremas”. Cocina de Asturias. **Ingredientes:** andaricas (nécoras), pescado blanco (rape, merluza, etc), cabeza de merluza, zanahoria, cebolla, ajo, vino blanco,

brandy, crema de leche, yemas de huevo, piñones, tomates, perejil, aceite, sal. Véase: cocina de España.

crema de apio preparado enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de apio Campbell	
Energía (kJ)	367,97
Sodio (mg)	121,80
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	88,03
Potasio (mg)	87,68
Vitamina A (µg eq. retinol)	52,82
Fósforo (mg)	38,03
Calcio (mg)	17,61
Colesterol (mg)	9,51
Carbohidratos (g)	7,04
Grasa (g)	6,16
Magnesio (mg)	5,99
Ácido fólico (µg)	2,20
Proteína (g)	1,76
Grasa saturada (g)	0,97
Grasa poliinsaturada (g)	0,95
Grasa moninsaturada (g)	0,68
Vitamina E (mg)	0,46
Fibra (g)	0,30
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,15
Cinc (mg)	0,07
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,01
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Hierro (mg)	0,00
Niacina (mg eq. niacina)	0,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,00
Tiamina (B ₁) (mg)	0,00
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

crema de arroz. Plato integrante de la cocina con arroz. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 30 minutos. **Ingredientes:** arroz integral, agua fría, sal. Véase: arroz integral.

crema de avellanas. Plato de la cocina de Cantabria “Pesagüero” perteneciente al grupo de “entrantes y guisos”. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** avellanas tostadas, chocolate de hacer, mantequilla, leche condensada. Véase: cocina de Cantabria; cocina fresca.

crema de berros fría. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. **Ingredientes:** aceite vegetal, puerro, patata, berro, ajo, caldo de pollo, sal, pimienta. Para **decorar:** crema, jugo de lima, cáscara de lima. Nombre en Francia: creme cressoniere frappe. Véase: sopas en la cocina de Francia.

crema de brécol. Esta crema es un puré de verduras básico con huevo para adquirir firmeza. Se puede usar el mismo método con otras verduras y es especialmente delicioso con alcauciles, espinacas y zanahorias. **Ingredientes:** mantequilla, yema, huevo entero, crema, nuez moscada, sal, pimienta.

crema de brécol con ostras. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. **Ingredientes:** ostras, mantequilla, cebollita, puerro, patata, brécol, caldo de pollo, caldo de pescado, crema, sal, pimienta molida. Para **decorar:** coronas de brécol, ramitas de cebollita. Nombre en Francia: crème de brocoli aux huitres. Véase: sopas en la cocina de Francia.

crema de cacahuete. Véase: mantequilla de cacahuete.

crema de calabaza. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. **Ingredientes:** calabaza, puerro, mantequilla, caldo de pollo, sal, pimienta, nuez moscada, crema, almorta, atado de acedera cortado en juliana. Nombre en Francia: crème cendrillon. Véase: sopas en la cocina de Francia.

crema de camarón preparado enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de camarón

Campbell	
Sodio (mg)	714,80
Energía (kJ)	331,18
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	79,23
Potasio (mg)	61,97
Fósforo (mg)	35,92
Colesterol (mg)	10,49
Carbohidratos (g)	7,04
Magnesio (mg)	6,51
Grasa (g)	5,28
Ácido fólico (µg)	2,75
Proteína (g)	1,76
Grasa saturada (g)	1,65
Grasa moninsaturada (g)	0,77
Vitamina E (mg)	0,42
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,33
Cinc (mg)	0,31
Fibra (g)	0,10
Grasa poliinsaturada (g)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,10
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Calcio (mg)	0,00
Hierro (mg)	0,00
Niacina (mg eq. niacina)	0,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,00
Tiamina (B ₁) (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

crema de champiñones preparado enlatado.

La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de champiñones Campbell	
Sodio (mg)	721,80
Energía (kJ)	367,97
Potasio (mg)	109,20
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	88,03
Fósforo (mg)	63,03
Colesterol (mg)	7,99
Magnesio (mg)	7,99
Carbohidratos (g)	7,04
Grasa (g)	6,16
Ácido fólico (µg)	4,01
Tiamina (B ₁) (mg)	3,00
Grasa saturada (g)	1,86

Proteína (g)	1,76
Grasa poliinsaturada (g)	1,67
Grasa moninsaturada (g)	1,08
Vitamina E (mg)	0,65
Calcio (mg)	0,35
Niacina (mg eq. niacina)	0,35
Cinc (mg)	0,26
Fibra (g)	0,20
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,20
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,06
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,03
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Hierro (mg)	0,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	0,00
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

crema de espárragos. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. La temporada de los espárragos frescos es muy corta. Lo normal es tener que utilizarlos envasados. Pero hay marcas que los ofrece de calidad excelente. **Ingredientes:** lata de espárragos, puerros, cebolla, mantequilla, caldo de ave, patata, perejil, sal, pimienta blanca molida. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de espárragos preparado enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de espárragos Campbell	
Sodio (mg)	721,80
Energía (kJ)	294,36
Potasio (mg)	108,10
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	70,42
Fósforo (mg)	39,08
Vitamina A (µg eq. retinol)	35,21
Calcio (mg)	17,61
Ácido fólico (µg)	10,49
Carbohidratos (g)	8,80
Colesterol (mg)	5,49
Magnesio (mg)	5,00

Grasa (g)	3,52
Proteína (g)	1,76
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,06
Grasa saturada (g)	0,79
Grasa poliinsaturada (g)	0,75
Grasa moninsaturada (g)	0,56
Cinc (mg)	0,37
Vitamina E (mg)	0,37
Niacina (mg eq. niacina)	0,35
Hierro (mg)	0,32
Fibra (g)	0,25
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,14
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,03
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,01
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

crema de espinacas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. Si utiliza la olla de presión no la tendrá al fuego más de 10 minutos y no olvide enfriarla antes de abrir. Siempre que use la batidora debe pasar después la crema por el chino para eliminar las posibles hebras. **Ingredientes:** espinacas, cebolla, patata, mantequilla, caldo de pollo, nata líquida, sal, pimienta. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de frutas. Según el Código Alimentario, 3.22.17.12. El producto procedente de la molturación de frutas secas, sanas, limpias y maduras que han sufrido una homogeneización posterior y que se conservan por procedimientos físicos. Véase: zumos y néctares. Según 3.22.28.11. Es el producto obtenido mediante la cocción de pulpa tamizada, con adición o no de azúcar, especias y otros aromas autorizados, hasta obtener una masa semisólida de consistencia homogénea. * El azúcar puede utilizarse en la elaboración en proporción máxima del 60%. Se autoriza la adición de aromas en proporción no superior al 1%. Véase: confecciones de frutas.

crema de frutas diluida. Según el Código Alimentario, 3.22.17.13. Producto obtenido a partir de la crema de frutas mediante adición de agua, jarabe o zumo natural y conservable por procedimientos físicos. Véase: zumos y néctares.

crema de gambas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 40 minutos. Es una buena ocasión para ahorrar, compra las gambas congeladas, el resultado será igual de bueno. En algunos casos vienen peladas, lo que facilita la tarea. Reserva las gambas frescas para hacerlas a la plancha o cocidas. **Ingredientes:** gambas, mantequilla, leche evaporada, puré de tomate, harina, ramita de apio, tomillo, laurel, perejil, sal. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de garbanzos. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 2 horas. **Ingredientes:** patata, garbanzos cocidos, tomate, cebolla, leche, yema, sal, aceite de oliva. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de hígado de pollo. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “patés y terrinas”. **Ingredientes:** mantequilla, hígado de pollo, leche, foie-gras de ganso, ajo, huevo, yema, leche, crema, sal, pimienta, nuez moscada. Se sirve con salsa Madeira y guarnición: elote, tomate pelado, perejil. Nombre en Francia: petits gateaux de foies blonds. Véase: patés y terrinas en la cocina de Francia.

crema de judías con bacón preparado enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cremas de judías con bacón Campbell	
Sodio (mg)	739,40
Energía (kJ)	514,14
Potasio (mg)	159,20
Vitamina A (µg eq. retinol)	132,00
Energía (kcal)	123,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	52,82

Fósforo (mg)	52,11
Carbohidratos (g)	18,49
Magnesio (mg)	17,99
Ácido fólico (µg)	12,61
Proteína (g)	5,28
Grasa (g)	3,52
Fibra (g)	3,40
Hierro (mg)	1,58
Colesterol (mg)	1,00
Grasa moninsaturada (g)	0,77
Grasa poliinsaturada (g)	0,65
Grasa saturada (g)	0,54
Cinc (mg)	0,41
Niacina (mg eq. niacina)	0,35
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Vitamina E (mg)	0,04
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,03
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,02
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,02
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

crema de judías mungo. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “postres”. **Ingredientes:** Cáscara de naranja seca, azúcar moreno, judías mungo (o lentejas verdes), azúcar blanco.

crema de leche. Véase: nata. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de leche 10% grasa	
Energía (kJ)	514,14
Potasio (mg)	132,00
Energía (kcal)	123,00
Calcio (mg)	101,00
Fósforo (mg)	85,00
Agua (g)	81,70
Vitamina A (µg eq. retinol)	74,00
Sodio (mg)	40,00
Magnesio (mg)	11,00
Grasas totales (g)	10,50
Carbohidratos (g)	4,10
Colesterol (mg)	3,40
Proteína (g)	3,10
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00
Grasa poliinsaturada (g)	0,40

Vitamina E (mg)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,16
Hierro (mg)	0,10
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,04
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03
Flúor (mg)	0,02
Fibra (g)	0,00

crema de leche para café. Véase: nata de leche para café.

crema de lentejas. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “legumbres y hortalizas”. Tiempo de preparación: 20 minutos; tiempo de cocción 30 minutos. Sírvese con curry de cerdo o de buey. **Ingredientes:** lentejas rojas o amarillas, sal, cúrcuma, guindilla en polvo, agua, cebolla, ghee, ajo, jengibre rallado, tomate, garam masala, crema de leche, hojas de cilantro o menta o alholva picadas. Véase: cocina de India; legumbres y hortalizas en la cocina de India.

crema de limón. Es una salsa suave hecha con limón, mantequilla y huevos. No se debe confundir con la mantequilla de limón que, de hecho, no contiene mantequilla. Se usa para bocadillos y para rellenar tartas. Véase: miel, mermelada y confitura.

crema de mariscos. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** carabineros, cangrejos, gambas, cebolla, puerros, tomate, zanahoria, guindilla, ajo, lúcul, estragón, tomillo, harina, vino blanco, brandy, caldo de pescado (fumet) Véase: cocina de Asturias.

crema de mariscos. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Entrantes y Sopas. **Ingredientes:** mejillones, almejas, gambas, mantequilla, harina, leche, perejil, vino blanco.

crema de naranja. Plato de la “cocina de China” perteneciente al grupo de “postres”.

Ingredientes: Azúcar, naranjas, fécula de maíz, fruta escarchada roja y verde.

crema de nata. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de nata 40% grasa fresca	
Energía (kJ)	1580,04
Energía (kcal)	378,00
Colesterol (mg)	131,00
Potasio (mg)	105,00
Calcio (mg)	73,00
Fósforo (mg)	59,00
Agua (g)	54,50
Grasas totales (g)	40,00
Sodio (mg)	39,00
Magnesio(mg)	8,00
Carbohidratos (g)	2,50
Proteína (g)	2,00
Grasa poliinsaturada (g)	1,60
Vitamina E (mg)	1,10
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,11
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03
Flúor (mg)	0,01
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,01
Fibra (g)	0,00
Hierro (mg)	+
Niacina (B ₃)(mg eq. niacina)	+
Vitamina A (µg eq. retinol)	-

crema de nécoras. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** nécoras (anadarcas), cabeza de merluza, cabeza de rape (pixín), cebolla, ajo, zanahoria, tomate, jerez seco, yema de huevo, mantequilla, puerro, perejil, laurel, sal. Véase: cocina de Asturias.

crema de patatas preparado enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de patatas Campbell	
Sodio (mg)	767,60
Energía (kJ)	294,36

Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	70,42
Potasio (mg)	55,99
Vitamina A (µg eq. retinol)	35,21
Fósforo (mg)	19,01
Carbohidratos (g)	10,56
Grasa (g)	2,64
Colesterol (mg)	2,00
Ácido fólico (µg)	1,20
Magnesio (mg)	1,00
Proteína (g)	0,88
Grasa saturada (g)	0,45
Cinc (mg)	0,26
Grasa moninsaturada (g)	0,21
Fibra (g)	0,20
Grasa poliinsaturada (g)	0,15
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,02
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,01
Vitamina E (mg)	0,01
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Calcio (mg)	0,00
Hierro (mg)	0,00
Niacina (mg eq. niacina)	0,00
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,00
Tiamina (B ₁) (mg)	0,00
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

crema de pepino. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 50 minutos. **Ingredientes:** pepino, patata, agua, leche, nata líquida, cebolla, eneldo, sal, pimienta. Véase: cocina fresca en la cocina clásica.

crema de pescado malagueño. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 10 minutos. **Ingredientes:** cebolla, tomate, pimiento, chirlas, camarones, patatas, fideos finos, pimentón dulce, azafrán, perejil, sal, pimienta, agua, aceite. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de pimientos. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 45 minutos. **Ingredientes:** pimiento del piquillo, patata, nata líquida, mantequilla, ajo, caldo de ave, sal, pimienta, costrones de

pan frito. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de pollo preparado enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de pollo Campbell	
Energía (kJ)	1295,38
Sodio (mg)	725,40
Potasio (mg)	405,60
Energía (kcal)	309,9
Fósforo (mg)	161,30
Calcio (mg)	116,20
Yodo (mg)	107,70
Porción comestible	100,00
Colesterol (mg)	35,21
Vitamina A (µg eq. retinol)	30,85
Carbohidratos (g)	26,69
Magnesio (mg)	19,01
Grasa (g)	18,38
Ácido fólico (µg)	14,08
Proteína (g)	9,72
Grasa poliinsaturada (g)	6,84
Grasa moninsaturada (g)	6,46
Grasa saturada (g)	3,27
Niacina (mg eq. niacina)	1,89
Hierro (mg)	1,29
Fibra (g)	0,78
Cinc (mg)	0,63
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,58
Vitamina D (µg)	0,44
Tiamina (B ₁) (mg)	0,21
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,11
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,07
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,04
Vitamina E (mg)	

crema de pollo y champiñón preparado enlatado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de pollo y champiñón Campbell	
Fósforo (mg)	792,30
Piridoxina (B ₆) (mg)	792,30
Potasio (mg)	792,30
Sodio (mg)	792,30
Vitamina E (mg)	792,30
Vitamina A (µg eq. retinol)	397,90

Vitamina D (µg)	397,90
Energía (kJ)	294,36
Porción comestible	100,00
Energía (kcal)	70,42
Calcio (mg)	17,61
Carbohidratos (g)	11,44
Fibra (g)	11,44
Ácido ascórbico (C) (mg)	3,17
Proteína (g)	2,64
Colesterol (mg)	1,76
Grasa (g)	1,76
Grasa moninsaturada (g)	1,76
Grasa poliinsaturada (g)	1,76
Grasa saturada (g)	1,76
Ácido fólico (µg)	0,70
Niacina (mg eq. niacina)	0,70
Cinc (mg)	0,63
Hierro (mg)	0,63
Magnesio (mg)	0,63
Yodo (mg)	0,63
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,03
Vitamina B ₁₂ (µg)	

crema de puerro y patata fría sobre gelatina de consomé. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”.
Ingredientes: puerro, cebolla, ajo, mantequilla, patata, caldo de pollo, crema, sal, pimienta, cebolla, gelatina de consomé. Nombre en Francia: vichyssoise. Véase: sopas en la cocina de Francia.

crema de salmón. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** salmón o truchas, cebolla, zanahoria, tomate, cola de pescado (gelatina), jerez seco, nata líquida, mantequilla. Véase: cocina de Asturias.

crema de tomate. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 45 minutos. **Ingredientes:** tomate, puerro, patata, arroz, mantequilla, crema de leche, yema de huevo, azúcar, sal, pimienta. Véase: cocina fresca en la cocina clásica. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Crema de tomate	
Energía (kJ)	204,82
Potasio (mg)	140,00
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	69,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	68,00
Energía (kcal)	49,00
Fósforo (mg)	16,00
Calcio (mg)	8,00
Magnesio (mg)	8,00
Ácido ascórbico (C) (mg)	7,00
Colesterol (mg)	7,00
Ácido fólico (µg)	6,00
Carbohidratos (g)	5,50
Grasa (g)	2,70
Azúcares	2,50
Grasa saturada (g)	1,40
Grasa moninsaturada (g)	1,10
Niacina (mg eq. niacina)	0,61
Hierro (mg)	0,40
Cinc (mg)	0,20
Fibra (g)	0,20
Vitamina E (mg)	0,20
Proteína (g)	0,10
Grasa poliinsaturada (g)	0,06
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,06
Tiamina (B ₁) (mg)	0,03
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,02
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Yodo (mg)	

crema de trigo. Véase: sémolas y semolinas.

crema de truchas. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** truchas, cebolla, zanahoria, tomate, cola de pescado (gelatina), jerez seco, nata líquida, mantequilla. Véase: cocina de Asturias.

crema de verduras. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 45 minutos. La mejor sopa de verduras se obtiene con las variedades de temporada, que encontraremos en el mercado frescas y a buen precio. Pero durante todo el año tenemos además la posibilidad de utilizar

verduras congeladas porque se han sometido al frío muy poco tiempo después de la recolección. **Ingredientes:** zanahoria, judías verdes, guisantes, puerro, tomate, patata, aceite, mantequilla, queso rallado, orégano, sal. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de zanahorias. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 15 minutos. Si tritura la crema con la batidora, convendrá colarla después para eliminar las fibras que hayan quedado. **Ingredientes:** zanahorias, cebolla, aceite, caldo suave, mantequilla, sal, pimienta. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

crema de zapallo. Plato de la cocina de Perú del grupo de sopas. **Ingredientes:** zapallo, queso parmesano, caldo de pollo, cebolla, mantequilla, harina, ajo, pan, sal, pimienta. Véase: sopas en la cocina de Perú.

crema parmentier. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora. **Ingredientes:** patata, puerro, caldo de pollo, crema de leche, mantequilla, sal, perifollo. Véase: cocina fresca en la cocina clásica.

cremas. Véase: sopas y cremas.

cremas de afeitar. Véase: pastas de afeitar.

cremas en la cocina clásica. Véase: sopas, cremas y consomés en la cocina clásica.

cremas en la cocina de España. Véase: sopas, caldos y cremas en la cocina de España.

crème brûlée. Véase: maria luisa (*Aloysia triphylla*)

crème cendrillon. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. Nombre español: **crema de calabaza**. Véase: sopas en la cocina de Francia.

crème cressoniere frappe. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de

“sopas”. Nombre español: **crema de berros fría**. Véase: sopas en la cocina de Francia.

crème de brocoli aux huitres. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “sopas”. Nombre español: **crema de brécol con ostras**. Véase: sopas en la cocina de Francia.

crémor tártaro. Tartrato ácido de potasio (2,3-dihidroxisuccinato monopotásico. $\text{HOOC}-\text{CH}(\text{OH})-\text{CH}(\text{OH})-\text{COK}$) que se halla en la uva, el tamarindo y otros frutos. En el comercio se presenta como un polvillo blanco, subproducto de la fabricación del vino. Culinariamente, se emplea para aumentar volúmenes, estabilizar las claras de los huevos batidos en bizcochos y *mousses*, merengues y *soufflés*, y para impedir la cristalización del azúcar en confitería. Es un componente de la levadura en polvo. Se debe guardar en un lugar fresco, seco y oscuro. Para obtener 1 y $\frac{1}{2}$ cucharadita de levadura, se mezcla 1 cucharadita de cremor tártaro con $\frac{1}{2}$ cucharadita de bicarbonato sódico. Véase: ingredientes para la cocción; ativos y productos para repostería.

cremoso. Véase: vino cremoso.

Crenilabrus bailloni. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **durdo**.

Crenilabrus boryanus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **vaqueta**.

Crenilabrus caeruleus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **llambrega**.

Crenilabrus caninus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez perro**.

Crenilabrus cornubicus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bodión**.

Crenilabrus couchi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **porredana**.

Crenilabrus exoletus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tae rocas**.

Crenilabrus griseus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bodión**.

Crenilabrus guttatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca**.

Crenilabrus littoralis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca**.

Crenilabrus luscus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tae rocas**.

Crenilabrus marginatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tabernero**.

Crenilabrus mediterraneus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **vaqueta**.

Crenilabrus melops. Otro nombre del pez: *Symphodus melops*. Designación oficial: **porredana**.

Crenilabrus morelli. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca**.

Crenilabrus nigrescens. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **vaqueta**.

Crenilabrus ocellata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca**.

Crenilabrus olivaceus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo de roca**.

Crenilabrus pavo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

Crenilabrus pennanti. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **porredana**.

Crenilabrus pirca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **durdo**.

Crenilabrus quinquemaculatus. Otro nombre del pez: *Symphodus quinquemaculatus*. Designación oficial: **planchita**.

Crenilabrus roissali. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **planchita**.

Crenilabrus rostratus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tordo picudo**.

Crenilabrus suillus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tabernero**.

Crenilabrus tigrinus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **planchita**.

Crenilabrus tinca. Otro nombre del pez: *Symphodus tinca*. Designación oficial: **zor-zal**.

Crenimugil chelo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa**.

Crenimugil labrosus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa**.

Crenimugil provenzalis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa**.

Creolophus cirrhatus. Otro nombre de la seta; *Dryodon cirrhatum*.

crêpes de mejillones. Plato correspondiente al grupo de mejillones. Tiempo de preparación 10 minutos. Cocción: 10 minutos. **Ingredientes**: mejillones cocidos sin valvas, salsa blanca, queso rallado, mantequilla, sal, pimienta. Véase: mejillones.

crêpes de setas. Plato integrante de la cocina clásica. Tiempo de realización 1 hora y 20 minutos. **Ingredientes**: **Crêpes**: harina, huevo, mantequilla, leche, sal. **Relleno**: setas negrasnata, brandy, ajo, sal, pimienta, aceite. Véase: verduras y setas en la cocina clásica.

Crepidotus fragilis. Familia: pleurotáceas. Género: crepidotus. Características: Sombrero sin capa gelificada. Carne frágil. Sombrero de 2 a 6 cm. Terrícola, sobre humus. Carne blanquecina, muy frágil y sin valor comestible.

Crepidotus mollis. Familia: pleurotáceas. Género: *crepidotus*. Características: Sombrero con capa gelífica. La carne es blanquecina, blanda elástica, floja y acuosa, de olor y sabor casi nulos, no tiene ningún valor comestible. Nombre vulgar: **crepidoto blanco**. En vascuence: **txirla bigun**.

Crepidotus variabilis. Familia: pleurotáceas. Género: *crepidotus*. Características: Sombrero sin capa gelificada. Sombrero de 0,5 a 2 cm. Lignícola, sobre ramitas. Carne delgada y frágil que no tiene valor comestible. Nombre vulgar: **crepidoto variable**. En vascuence: **txirla arrunt**.

Crepidula cerithicola. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pique onix**.

Crepidula excavata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pique del Pacífico**.

Crepidula onyx. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pique onix**.

crépinetes. Plato de la cocina de Francia. Carne picada de cerdo, o mezcla de cerdo y ternera, condimentada y en forma de salchicha o empanadilla. Véase: telilla.

Crepipatella dilatata. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **pichacho señorita**.

crepón. Corte de la carne de ave. Véase: despiece de pollo. Sinónimo: mitra; obispillo.

crespillos. Nombre usual de una pieza de pan en Murcia. Piezas de masa de pan muy finas, casi traslúcidas, tostadas y crujientes, enriquecidas con aceite, huevo y azúcar. Véase: panes de España.

cresponi. Véase: chorizo cresponi.

cresta de gall. Nombre vulgar catalán de la seta: *Guepinia helvelloides*.

cresta de gallo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **cobo cresta de gallo**.

cresthaven. Véase: melocotón cresthaven.

crevette. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón café norteño**.

crevette couac. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón cuac**.

cría completa. Véase: cultivo de caracoles.

cría de anguilas. Véase: cultivo de anguilas.

cría de caracoles. Véase: cultivo de caracoles.

cría de carpas. Véase: cultivo de carpas, *Cyprinus carpio*.

cría de ostras. Véase: cultivo de ostras.

cría de percas. Véase: cultivo de percas.

cría de sabalote. Véase: cultivo de sabalote. *Chanos chanos*.

cría de truchas. Véase: cultivo de truchas.

cría de vacuno. Véase: cultivo de vacuno.

cría extensiva. Véase: cultivo de caracoles.

cría parcial. Véase: cultivo de caracoles.

cría propia. Véase: cultivo de caracoles.

cría verdadera. Véase: cultivo de caracoles.

criadero de anguilas. Véase: cultivo de anguilas.

criadero de caracoles. Véase: cultivo de caracoles.

criadero de mejillones. Véase: cultivo de mejillones.

criadero de ostras. Véase: cultivo de ostras.

criadero de pez limón. Véase: cultivo de pez limón. *Seriola dumerili*.

criadero de sabalote. Véase: cultivo de sabalote. *Chanos chanos*.

criadero de truchas. Véase: cultivo de truchas.

criadilla. Despojo cárnico. Sinónimo: testículos.

criadilla de ciervo. Nombre vulgar de la seta: *Elaphomyces cervinus*.

criadilla de ternera. Despojo de ternera. Se suelen consumir rebozadas y fritas o pochadas en caldo corto. Se sirven con vinagreta. Véase: despojos cárnicos.

criadilla de tierra. Nombre vulgar de la seta: *Terfezia arenaria*; *Tuber cibarium*; *Tuber aestivum*; *Tuber brumale*; *Tuber melanosporum*.

crianza. La indicación “crianza” queda reservada a los vinos que han seguido un proceso de envejecimiento de bodega y/o botella, según las prácticas tradicionales de cada zona vitícola, durante un período suficientemente largo. Por ejemplo para la D.O. Rioja se exige que el vino esté al menos en su 3º año y haya permanecido al menos 1 año en bodega de roble. Véase: reserva, gran reserva.

crianza de bebidas espirituosas. Véase: prohibiciones de bebidas espirituosas.

crianza de cervezas. Véase: manipulación de cervezas.

crianza de mostos de manzana. Véase: prohibiciones de sidras.

crianza de peradas. Véase: prohibiciones de sidras.

crianza de sidras. Véase: prohibiciones de sidras.

crianza de vinagre. Véase: manipulación de vinagre.

criba. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **oreja de mar**.

crica. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: almeja lisa; berberecho.

criodeshidratación. Véase: liofilización.

Criptotaenia japonica. Familia: umbelíferas. En el Japón, las hojas y los tallos de mitsuba se usan para sazonar sopas, platos de pescados y verduras, además de natillas saladas. Una cocción débil permite conservar el sabor. A menudo se hacen ramitos de tallos atados justo debajo de las hojas y se fríen para hacer una *tempura* o se usan como guarnición. Véase: hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **perejil japonés**, mitsuba.

criptoxantina. (E-161 c) Colorantes La cantidad autorizada de este aditivo es: Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Véase: xantofilas.

crisantemo. Nombre vulgar de la planta: *Tanacetum vulgare*.

Cristallogobius nilssonii. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gobio de cristal**.

Cristiceps argentatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **rabosa plateada**.

Cristivomer namaycush. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **trucha lacustre**.

Cristula reticulata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **diablico reticulado**.

croaker atlántico. Nombre vulgar del pez: *Micropogonias undulatus*.

croaker blanco. Nombre vulgar del pez: *Genyonemus lineatus*.

croaker de aleta amarilla. Nombre vulgar del pez: *Umbrina ronchus*.

croaker manchado. Nombre vulgar del pez: *Pseudosciaena diacanthus*.

croca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato croca**.

crocante. Según el Código Alimentario, 3.23.40. a). Es la pasta de frutos secos endurecida con caramelo. Véase: pastas de confitería.

croco. Nombre vulgar del estigma de la planta: *Crocus sativus*.

Crocodylidae spp. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Clase: ciclóstomos. Superclase: tetrápodos. Clase: reptiles. Subclase: arcosaurios. Orden: cocodrilos. Su carne blanca, parecida a la del pollo o a la del cerdo es bastante jugosa y blanda, pero fibrosa. Al marinarla mejora su sabor. Se cuece poco, para evitar que se endurezca. Se puede picar para hacer pequeñas empanadillas para freír. Véase: caza. nombre vulgar: **cocodrilo**.

crocro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corocoro crocro; ronco blanco.

Crocus sativus. Familia: iridáceas. Tribu: crocoideas. Originaria de Grecia y Asia Menor, se cultiva en la actualidad en varias partes de Europa (España), India y China. Plantas con flores cuyo estigma anaranjado sirve para teñir y para condimentar manjares. El azafrán es un bulbo que se planta de mediados a finales de verano. Crece hasta unos 15 cm y requiere un clima soleado y un terreno arenoso bien drenado. Una vez que los pétalos se han abierto, lo que generalmente sucede en otoño, las flores se recogen a mano y los estigmas se ponen a secar. Tiene un aroma persistente y particular y un sabor penetrante y amargo, aunque ligeramente aromático. Una pequeña cantidad dará sabor a una gran fuente, coloreándola de un resplandeciente dorado. Para extraer el sabor y el color naranja brillante de las hebras, deben tostarse ligeramente, luego se deben desmenuzar y sumergir en una cucharada de leche templada. Verter luego la leche en el plato a condimentar. También se puede encontrar en polvo, más concentrado que

las hebras. El azafrán se usa menos hoy día que en el pasado, cuando se añadía a las salsas, sopas y otros platos durante la Cuaresma. En España se cultiva en Castilla-La Mancha (Mota del Cuervo) y es un ingrediente clave de los platos de pescado y arroz, como la zarzuela y la paella. Se utiliza en Francia en la *bullabesa*, y en Italia en el *risotto*. Se utilizó mucho en Inglaterra para hacer bizcochos de azafrán. Los licores como el *Chartreuse* contienen azafrán. Modernas investigaciones han revelado que es rico en vitamina B₂ y en riboflavina. Se extrae la tintura de los estilos y de los estigmas de las flores. Véase: *Scolymus hispanicus* (su flor adultera al azafrán; cardo zarfranero); romín (azafrán bastardo); especia. Nombre vulgar: **azafrán**, croco. Nombre hindú: *kesar*. Véase: especias y hierbas en la cocina védica. Según el Código Alimentario, 3.24.25. Es el constituido por los estigmas desecados del *Crocus sativus*, L., con las tolerancias máximas de estilos y restos florales que se especifiquen para las diversas calidades en la reglamentación correspondiente. * No sobrepasará las cifras máximas siguientes: Humedad y materias volátiles, 15%; cenizas, 8%; sílice, 2%; fibra bruta, 6%; extracto etéreo, entre 35 y 145 por 1.000. Véase: clasificación de especias.

croissant. Pasta amasada en forma de triángulo y enrollada para formar una media luna. Este producto de repostería francés, muy rico en mantequilla, Surgió en Budapest en 1686. María Antonieta la introdujo después en la corte francesa. El croissant se suele servir caliente con mantequilla, pero también se puede encontrar cubierto de chocolate, pasta de almendras o compota de frutas. Un croissant con mantequilla contiene 400 kcal. Véase: denominaciones de pan. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Croissant	
Energía (kJ)	1502,81
Sodio (mg)	390,00
Energía (kcal)	359,53
Potasio (mg)	140,00

Fósforo (mg)	130,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	80,00
Ácido fólico (µg)	73,00
Carbohidratos (g)	38,40
Magnesio (mg)	26,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	21,00
Grasa (g)	20,30
Proteína (g)	8,30
Niacina (mg eq. niacina)	3,80
Hierro (mg)	2,00
Fibra (g)	1,60
Cinc (mg)	0,90
Tiamina (B ₁) (mg)	0,18
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,16
Vitamina D (µg)	0,13
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,11
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Grasa saturada (g)	
Vitamina B ₁₂ (µg)	tr.
Vitamina E (mg)	tr.
Yodo (mg)	

Cromileptes altivelis. Familia: serránidos. Llega a medir 60 cm de largo, se utiliza en sopas de pescado o se asa a la parrilla en forma de rodajas. Es de color marrón pálido o marrón violáceo y está salpicado con pequeños puntos negros. Vive en aguas del Sudeste Asiático. Su carne es de calidad superior. Es uno de los 3 parientes asiáticos de los meros. Los otros dos son: el mero marrón (*Cephalopholis pachycentrum*) y la perca de roca leopardo (*Plectropomus leopardus*). Nombre vulgar: **pez pantera**.

Cromogomphus rutilus. Otro nombre de la seta: *Gomphidius viscidus*.

croque. Molusco. Designación oficial: **berberecho**.

croque bravo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **berberecho macho**.

croquet pudent. Nombre vulgar catalán de la seta: *Tricholoma sulfureum*.

croquets d'agneau a l'infusion de menthe. Plato de la "cocina de Francia" perteneciente al grupo de "cordero". Nombre español: croquetas de cordero con una infusión de menta fresca. Véase: cordero en la cocina de Francia.

croquetas de arroz con foie-gras. Plato integrante de la cocina con arroz. Tiempo de preparación 20 minutos. Cocción: 15 minutos. **Ingredientes:** foie-gras, arroz cocido, huevo, perejil, pan rallado, aceite, sal, pimienta, ketchup. Véase: arroz y carne.

croquetas de atún. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** lata de atún, huevo, ajo, pan, queso parmesano, perejil, cebollita china, pan seco, sal, pimienta. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

croquetas de bacalao congelado comercial. Véase: minicroquetas de bacalao comerciales. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Croquetas de bacalao	Findus	La cocinera
Sodio (mg)	528,00	1213,20
Energía (kJ)	527,62	565,68
Potasio (mg)	136,00	234,10
Energía (kcal)	126,23	135,33
Calcio (mg)	101,00	22,20
Porción comestible	100,00	100,00
Fósforo (mg)	65,00	246,30
Carbohidratos (g)	23,50	21,89
Magnesio (mg)	14,20	24,20
Vitamina A (µg eq. retinol)	11,00	9,02
Ácido fólico (µg)	6,00	8,34
Proteína (g)	4,80	3,72
Grasa (g)	2,10	4,24
Fibra (g)	0,60	1,18
Grasa saturada (g)	0,50	0,59
Hierro (mg)	0,50	0,89
Vitamina E (mg)	0,50	1,00

Niacina (mg eq. niacina)	0,40	
Cinc (mg)	0,30	0,44
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,13	0,23
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,06	7,13
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05	0,13
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,04	0,05
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00	0,00
Vitamina D (µg)	0,00	
Colesterol (mg)		
Grasa moninsaturada (g)		1,21
Grasa poliinsaturada (g)		2,43
Yodo (mg)		

croquetas de calabacines con queso. Plato integrante de la cocina con verduras. Tiempo de preparación 15 minutos. Cocción: 20 minutos. **Ingredientes:** calabacines, pan rallado, queso rallado, huevo, aceite, sal, pimienta. Véase: verduras fritas, croquetas y buñuelos.

croquetas de carne asturiana. Plato de la cocina asturiana. **Ingredientes:** salsa be-samel, carne cocida, huevo, harina, pan molido, aceite. Véase: cocina de Asturias.

croquetas de carne de puchero. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** carne del puchero, leche, harina, ajo, cebolla, perejil, sal, aceite de oliva, pan rallado, huevos.

croquetas de chicharrones: Plato realizado fundamentalmente con chicharrón ibérico. **Ingredientes:** Pasta de croquetas, chicharrones fritos, cebolla picada, harina, leche, sal. **Rebozado:** Pan rallado, huevo batido, aceite. Véase: chicharrones.

croquetas de cordero con una infusión de menta fresca. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “cordero”. **Ingredientes:** filete de cordero, aceite vegetal, sal, pimienta, masa, clara, atado de menta, champiñón, mantequilla, jugo de limón, espinaca. Para la **salsa:** miel, vermut seco, caldo de pollo, mantequilla, hojas de menta, mostaza en grano. Nombre en Francia: croquets d’agneau a l’infusion de menthe. Véase: cordero en la cocina de Francia.

croquetas de dhal al yogur. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de entremeses. **Ingredientes:** urad dhal; guindillas; asafétida; bicarbonato sódico; sal; agua; ghee; yogur; comino. Véase: entremeses en la cocina védica. Nombre hindú: *urad dhal bara*;

croquetas de dhal en salsa de yogur. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de entremeses. El dahi vada es una variante del *urad dhal vara*. En la India emplean la hoja húmeda de un platanero para sujetar el vada antes de echarlo al *ghee*. En ausencia de esta hoja puede usar su mano. Debe tan solo, asegurarse de que ña mezcla esté lo suficientemente espesa como para que no pierda su forma. **Ingredientes:** urad dhal; comino; guindillas; jengibre; asafétida; sal; ghee; coco rallado; hojas de cilantro; pimienta de Cayena. Véase: entremeses en la cocina védica. Nombre hindú: *dahi vada*;

croquetas de guisantes. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de entremeses. **Ingredientes:** yogur; guisantes secos; hojas de cilantro; jengibre fresco; cilantro molido; canela molida; comino; guindilla fresca; cúrcuma; pimienta de Cayena; asafétida; sal; agua; ghee. Véase: entremeses en la cocina védica. Nombre hindú: *matar dal bara*;

croquetas de huevo. Plato integrante de la cocina con huevo. Tiempo de preparación 18 minutos. Cocción: 5 minutos. **Ingredientes:** huevo duro, salsa besamel espesa, yema, huevo batido, pan rallado, aceite para freír. Véase: huevos en preparaciones varias.

croquetas de jamón congelado comercial. Véase: minicroquetas de jamón comerciales. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Croquetas de jamón	Findus	La cocinera
Energía (kJ)	644,66	582,86
Energía (kcal)	154,23	139,44

Potasio (mg)	109,00	214,30
Porción comestible	100,00	100,00
Calcio (mg)	77,00	24,30
Fósforo (mg)	62,00	168,70
Sodio (mg)	44,00	997,30
Vitamina A (µg eq. retinol)	32,00	3,20
Carbohidratos (g)	22,30	22,23
Magnesio (mg)	12,60	28,20
Ácido fólico (µg)	6,00	9,33
Grasa (g)	5,80	4,56
Proteína (g)	4,60	3,70
Grasa saturada (g)	1,30	0,94
Vitamina E (mg)	1,30	0,06
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00	0,00
Fibra (g)	0,60	2,00
Hierro (mg)	0,60	1,10
Niacina (mg eq. niacina)	0,40	
Cinc (mg)	0,30	0,48
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10	0,25
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,08	5,41
Tiamina (B ₁) (mg)	0,06	0,19
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,04	0,07
Vitamina D (µg)	0,00	
Colesterol (mg)		
Grasa moninsaturada (g)		1,52
Grasa poliinsaturada (g)		2,09
Yodo (mg)		

croquetas de marisco congelado comercial.

La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Croquetas de marisco Findus	
Energía (kJ)	560,43
Sodio (mg)	395,00
Potasio (mg)	164,00
Energía (kcal)	134,08
Calcio (mg)	103,00
Porción comestible	100,00
Fósforo (mg)	96,00
Tiamina (B ₁) (mg)	6,30
Carbohidratos (g)	23,30
Vitamina A (µg eq. retinol)	19,00
Magnesio (mg)	17,40
Ácido fólico (µg)	6,00
Proteína (g)	5,60
Grasa (g)	2,70
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,66

Fibra (g)	0,60
Grasa saturada (g)	0,60
Hierro (mg)	0,60
Niacina (mg eq. niacina)	0,60
Vitamina E (mg)	0,60
Cinc (mg)	0,40
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,18
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,05
Vitamina D (µg)	0,00
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Yodo (mg)	

croquetas de mejillón. Plato correspondiente al grupo de mejillones. **Ingredientes:** mejillones. Mantequilla, leche, harina. Pimienta, nuez moscada, sal. Véase: mejillones.

croquetas de merluza. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Croquetas de merluza	
Sodio (mg)	613,20
Energía (kJ)	494,20
Potasio (mg)	297,40
Fósforo (mg)	173,30
Energía (kcal)	118,21
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	34,10
Magnesio (mg)	25,00
Proteína (g)	14,32
Ácido fólico (µg)	8,43
Vitamina B ₁₂ (µg)	6,19
Ácido ascórbico (C) (mg)	2,80
Grasa (g)	2,46
Vitamina A (µg eq. retinol)	1,99
Fibra (g)	1,81
Carbohidratos (g)	1,35
Grasa moninsaturada (g)	1,13
Hierro (mg)	1,11
Grasa saturada (g)	0,96
Cinc (mg)	0,39
Grasa poliinsaturada (g)	0,37

Tiamina (B ₁) (mg)	0,14
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,12
Vitamina E (mg)	0,12
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,08
Colesterol (mg)	
Niacina (mg eq. niacina)	
Vitamina D (µg)	
Yodo (mg)	

croquetas de pescado. Plato típico de la cocina de Canarias. **Ingredientes:** pescado, cebolla, leche, harina sin levadura, huevo, ajo, perejil, aceite de oliva, sal gruesa. Para envolverlas: pan rallado, huevos.

croquetas de pescado. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Huevos y frituras. **Ingredientes:** merluza, leche, harina fina, cebollas, ajo, perejil, sal, aceite de oliva, pan rallado, huevo, caldo de pescado. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Croquetas de pescado frito	
Energía (kJ)	777,48
Sodio (mg)	400,00
Potasio (mg)	230,00
Fósforo (mg)	220,00
Energía (kcal)	186,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	45,00
Colesterol (mg)	40,00
Magnesio (mg)	22,00
Proteína (g)	13,50
Ácido fólico (µg)	13,00
Carbohidratos (g)	10,20
Grasa (g)	10,10
Grasa moninsaturada (g)	3,80
Grasa poliinsaturada (g)	3,30
Grasa saturada (g)	2,60
Niacina (mg eq. niacina)	1,50
Vitamina B ₁₂ (µg)	1,00
Hierro (mg)	0,70
Fibra (g)	0,50
Cinc (mg)	0,40
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,14
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Tiamina (B ₁) (mg)	0,09
Ácido ascórbico (C) (mg)	tr.

Azúcares	tr.
Vitamina A (µg eq. retinol)	tr.
Vitamina D (µg)	tr.
Vitamina E (mg)	tr.
Yodo (mg)	

croquetas de pollo congelado comercial.

Véase: minicroquetas de pollo comerciales.

La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Croquetas de pollo	Findus	La cocinera
Energía (kJ)	521,25	617,01
Sodio (mg)	472,00	719,20
Potasio (mg)	147,00	173,40
Energía (kcal)	124,70	147,61
Porción comestible	100,00	100,00
Fósforo (mg)	78,00	173,30
Calcio (mg)	76,00	22,40
Vitamina A (µg eq. retinol)	75,00	5,49
Carbohidratos (g)	20,80	20,43
Magnesio (mg)	15,40	26,30
Ácido fólico (µg)	6,00	8,93
Proteína (g)	5,60	5,78
Grasa (g)	2,70	5,32
Niacina (mg eq. niacina)	1,20	
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00	0,00
Grasa saturada (g)	0,70	0,89
Fibra (g)	0,60	2,45
Hierro (mg)	0,60	1,13
Vitamina E (mg)	0,50	0,09
Cinc (mg)	0,40	0,29
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10	0,20
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,08	4,01
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,07	0,06
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05	0,12
Vitamina D (µg)	0,00	
Colesterol (mg)		
Grasa moninsaturada (g)		1,73
Grasa poliinsaturada (g)		2,68
Yodo (mg)		

croquetas de queso congelado comercial. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Croquetas de queso Findus	
Energía (kJ)	570,67
Sodio (mg)	469,00

Energía (kcal)	136,53
Potasio (mg)	109,00
Porción comestible	100,00
Calcio (mg)	84,00
Fósforo (mg)	62,00
Carbohidratos (g)	23,90
Vitamina A (µg eq. retinol)	17,00
Magnesio (mg)	13,60
Ácido fólico (µg)	6,00
Proteína (g)	4,30
Grasa (g)	3,30
Ácido ascórbico (C) (mg)	1,00
Grasa saturada (g)	0,80
Vitamina E (mg)	0,70
Fibra (g)	0,60
Hierro (mg)	0,50
Cinc (mg)	0,40
Niacina (mg eq. niacina)	0,40
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,10
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,04
Tiamina (B ₁) (mg)	0,04
Vitamina D (µg)	0,00
Colesterol (mg)	
Grasa moninsaturada (g)	
Grasa poliinsaturada (g)	
Yodo (mg)	

croquetas de zanahoria con especias. Plato de la cocina védica, perteneciente al grupo de entremeses. Con este entremés impresionará a sus invitados. Debe poner especial cuidado en que la mezcla esté bien consistente. **Ingredientes:** zanahoria; harina; nueces; coco fresco; hojas de cilantro; guindillas frescas; garam masala; cúrcuma; sal; levadura en polvo; ghee. Véase: entremeses en la cocina védica. Nombre hindú: *gajar vada*;

crostini di fegato. Plato de la “cocina del Mediterráneo”. Nombre español: tostadas toscanas de hígado de pollo.

crostons. Nombre usual de una pieza de pan en Cataluña. Hogaza de miga esponjosa y oscura. Corteza mate, rugosa y crujiente, gene-

ralmente espolvoreada de harina. Véase: panes de España.

crottin. Véase: queso crottin.

crottin de chavignol. Véase: queso crottin de chavignol.

croupia. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **burro pompón**.

croupia grande mer. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **paguala**.

croûtes. Rebanadas de pan con formas atractivas. Las croûtes son un atractivo y crocante acompañamiento para guisados, sopas y ensaladas. Pueden tostarse en el horno o freirse en aceite de oliva. La forma de corazón es sólo una de las muchas que se pueden hacer. Véase: pollo dorado en vino blanco.

crualga morada. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula sardonia*.

crucíbulo común. Nombre vulgar de la seta: *crucibulum laeve*.

Crucibulum imbricata. Pez. Designación oficial: **picacho corrugado**.

Crucibulum laeve. Familia: nudilariaceae. Género: crucibulum. Características: Carpóforo en forma de copa baja. Pared constituida por una sola capa. Varios peridiolos. Subcaracterísticas: Parte externa del carpóforo no hirsuta y de color marrón. Parte interna es de color ceniza y no está estriada. El cuerpo fructífero de esta seta es esférico y después, cilíndrico. Cerrado en la parte superior por una especie de membrana de color anaranjado de aspecto escamoso. En la fase terminal de su desarrollo se dilata en forma de copa, la membrana se exfolia y deja al descubierto entre 10 y 15 peridiolos lenticulares de color blanco grisáceo que contienen las esporas. Cada uno de ellos

queda encerrado en una minúscula copa a la que se fija mediante un fino filamento. No es apreciada para el consumo. Nombre vulgar: **crucíbulo común**. En vascuence: **habi hori**. Sinónimo: *Crucibulum vulgare*.

Crucibulum scutellatum. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: pichacho señorita; picacho corrugado.

Crucibulum vulgare. Otro nombre de la seta: *Crucibulum laeve*.

Cruciferae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: archichlamydeae (apetalae, choripetalae o dialypetalae) Orden: rhoeadales. Gran familia de dicotiledóneas herbáceas pertenecientes al orden de las camparales. Se caracteriza por la presencia de placentación parietal, flores hipóginas, por lo común, regulares, y ovario bilocular con los primordios seminales fijos a los bordes del tabique. Nombre vulgar: crucíferas. Consideramos: Berro (*Nasturtium officinale*), berro de jardín (*Lepidium sativum*, berro de primavera o rústico (*Barbarea verna*, Berza (*Brassica oleracea* var. *acephala* forma *viridis*), Berza común *Brassica oleracea* var. *acephala* y *Brassica fimbriata*, bok choy var. rosette (*Brassica chinensis* var. *rosularis*), bok choy (*Brassica chinensis*), Brécol (*Brassica oleracea* fma. *botrytis*), Bretón (*Brassica oleracea* fma. *sabauda*), bróculi *Brassica oleracea* var. *Italica*, Cimas de naba (*Brassica campestris*), Col (*Brassica oleracea* var. *capitata*), Col de Bruselas (*Brassica oleracea* var. *gemmifera*), Col de lechuga (*Brassica oleracea* var. *acephala*), Col marina (*Crambe maritima*), Col rizada (*Brassica oleracea* var. *acephala*), Coliflor (*Brassica oleracea* fma. *botrytis*), Colinabo, (*Brassica oleracea* var. *gongylodes*), colza (*Brassica campestris*), lepidio (*Lepidium latifolium*), Lombarda (*Brassica oleracea* fma. *capitata*), Mostaza blanca (*Sinapis alba*), Mostaza negra (*Brassica nigra*), Mostaza (*Brassica juncea*), Naba (*Brassica rapa* fma. *esculenta*),

Oruga de huerto (*Eruca sativa*), Oruga de muros (*Diplotaxis tenuifolia*), pe-tsai (*Brassica Pekinensis*) pakchoi (*Brassica chinensis*, Rabanito (*Raphanus sativus* fma. *radicula*), Rábano (*Raphanus sativus* var. *radicula*), rábano daikon (*Raphanus sativus*), Rábano de invierno (*Raphanus sativus* var. *niger*), Rábano negro (*Raphanus sativus* fma. *niger*), Rábano picante *Armoracia rusticana*, Rapini (*Brassica rapa* var. *ruvo* o *italica*), Repollo (*Brassica oleracea* var. *capitata* forma *alba*), Rutabaga (*Brassica napus* var. *napobrassica*).

crucíferas. Véase: *Cruciferae*.

crudo. Véase: vino crudo.

cruela. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula xerampelina*; *Russula sanguinea*.

crujidera. Variedad de uva tinta. Véase: uva moravia.

crustáceos con forma de bogavante. Véase: *Nephropsidae*. Sinónimo: nefrópsidos.

crustáceos de agua dulce. Véase: cangrejos de río.

crustáceos en la cocina clásica. Véase: crustáceos y moluscos en la cocina clásica.

crustáceos reptiles. Véase: cangrejos de suelo de cola larga.

crustáceos y moluscos en la cocina clásica.

Consideramos: Almejas a la marinera; Almejas a la sanluqueña; All-i-pebre de llangostins (langostinos con ajo y pimienta); Bogavante al ajoarriero; Cachelada; Calamares rellenos; Cigalas gratinadas; Chipirones en su tinta; Galeras a la parrilla; Gambas a la sal, estilo Denia; Gambas al ajillo; Gambas con gabardina; Gratinado de cigalas y langostinos; Langostinos en salsa de ajo; Mejillones a la marinera; Mejillones en salsa de vino; Pulpo a la granadina; Pulpo en salsa; Saplucón de marisco; Sepia estofada; Sepias con judías blancas;

Sepiolas con mejillones; Vieiras al albariño. Véase: cocina clásica.

Cryphiops caementarius. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **camarón changallo**.

Cryptopsaras couesi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pescador de profundidad**.

Crysanthemum morifolium. Familia: compuestas. Planta perenne originaria de China, y de la que derivan las distintas variedades que se cultivan en los jardines por sus hermosas flores. Se utiliza en cocina para adornar platos. Véase: flores comestibles.

Crysanthemum vulgare. Otro nombre de la planta: *Tanacetum vulgare*.

csabai. Véase: salchicha Csabai.

Ctenochrichthys longimanus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pescador soñador**.

Ctenolabrus iris. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **doncel**.

Ctenolabrus marginatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tabernero**.

Ctenolabrus rupestris. Familia: lábridos. Cuerpo relativamente esbelto, con altura máxima menor que la longitud cefálica. Mandíbula inferior algo prominente; en ambas mandíbulas hay una fila externa de dientes ganchedos, en los que destacan los 4-6 frontales por su mayor tamaño y, otra mandíbula interior de dientes pequeños en banda. Preopérculo con borde exterior dentellado. Aleta caudal de borde posterior algo redondeado. Coloración rosa, anaranjada, marrón o verde, que se degrada en sentido descendente, para ser blanquecina en el abdomen. Talla 10-12 cm; hasta 18 cm. Muy común en el

Atlántico y más raro en el Mediterráneo. Nombre vulgar y designación oficial: **tabernero**.

Ctenolabrus suillus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tabernero**.

Ctenopharyngodon idella. Familia: ciprínidos. Su alargado cuerpo tiene la cabeza grande y la boca abollada, pequeñas barbillas y grandes escamas. Es de color verde oscuro tirando a negro verdoso; los laterales son de un verde más claro y el vientre blanco. Procede de lagos tranquilos y profundos, y de ríos de curso lento de China y la región del Amur (río fronterizo) Se cría en estanques desde el siglo X. Desde hace varios siglos se ha extendido a Europa, en reservas. Se alimenta de plantas. Puede llegar a alcanzar 1,20 m de longitud. Nombre vulgar: **carpa de la hierba**.

Ctenopteryx sicula. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **calamarín alidentado**.

Ctenosciaena gracilicirrhus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **verrugato maroto**.

Ctenosciaena peruviana. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **berechito barbón**.

cua de cavall. Nombre vulgar vascoence de la seta: *Amanita rubescens*.

cuadril de venado marinado con castañas. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pollo y animales de caza”. **Ingredientes**: cuadril de venado, mirepoix de verduras, bouquet garni, aceite vegetal, vinagre de vino tinto, vino blanco seco, caldo de ternera, pimienta negra, mantequilla, crema entera. Para el **marinado**: vino tinto, bouquet garni, mirepoix de verduras, ajo, sal, pimienta. Para la **guarnición**: castañas, caldo de pollo, tallo de apio, azúcar, manzana, jugo de limón, mantequilla, arándano. Nombre en

Francia: gigue de chevreuil sauce diane.
Véase: pollo y animales de caza en la cocina de Francia.

cuagra. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula xerampelina*.

cuagrás. Nombre vulgar de la seta: *Russula alutacea*.

cuajada. Es la parte sólida de la leche coagulada. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cuajada	
Energía (kJ)	355,30
Potasio (mg)	251,00
Calcio (mg)	168,00
Fósforo (mg)	125,00
Porción comestible	100,00
Sodio (mg)	98,00
Energía (kcal)	85,00
Vitamina A (µg eq. retinol)	44,00
Colesterol (mg)	19,00
Magnesio (mg)	17,00
Carbohidratos (g)	6,00
Proteína (g)	4,80
Grasa (g)	4,60
Ácido fólico (µg)	4,00
Grasa saturada (g)	2,82
Grasa moninsaturada (g)	1,26
Cinc (mg)	0,50
Vitamina B ₁₂ (µg)	0,30
Riboflavina (B ₂) (mg)	0,26
Hierro (mg)	0,20
Niacina (mg eq. niacina)	0,10
Vitamina D (µg)	0,10
Vitamina E (mg)	0,10
Piridoxina (B ₆) (mg)	0,08
Grasa poliinsaturada (g)	0,06
Tiamina (B ₁) (mg)	0,05
Ácido ascórbico (C) (mg)	0,00
Fibra (g)	0,00
Yodo (mg)	

cuajada de almendras. Plato típico de la “Cocina de Sevilla” perteneciente al grupo: Postres y repostería.

cuajada de Briviesca. La leche de oveja con la que se fabrica se hierva recién ordeñada y se

le añade el cuajo. Se utilizan potes de barro en los que se obtienen las piezas de color blanco con la consistencia de flan. Se toma habitualmente como postre endulzado con azúcar. Véase: quesos de España (Castilla y León)

cuajada de cabra. Véase: queso cuajada de cabra.

cuajada o Mammia o Gatzatua. Está elaborada con leche de oveja recién ordeñada. La leche se calienta introduciendo en ella unas piedras calentadas al rojo vivo, que le dan un sabor tostado muy peculiar. Se vierte, una vez mezclada con el cuajo, en tarros de barro. Es de color blanco y de textura parecida al flan. Se consume como postre endulzado con azúcar o miel. Véase: quesos de España (Navarra y País Vasco)

cuajaleche. Nombre vulgar de la planta: *Galium verum*; *Scolymus hispanicus*.

cuajar. Reservorio gástrico de los rumiantes. Véase: callos.

cuajo. Reservorio gástrico de los rumiantes. Véase: callos.

cuajo. Materia contenida en el cuajar de los rumiantes que aún no pacen y que sirve para coagular la caseína de la leche. Este mismo efecto de coagulación de leche es provocado por algunas plantas, como el galio (*Galium verum*) o el cardillo (*Scolymus hispanicus*); reciben por ello, entre otros, el nombre de **cuajaleches** o **cuajos vegetales**. Esta propiedad se emplea en la fabricación de algunos quesos. Según el Código Alimentario, Capítulo XV. Sección 3ª. Comprende: 3.15.42 **Cuajo**. Véase: leche y derivados. 3.15.42. Es el extracto líquido, pastoso o en polvo procedente de la maceración de los cuajares de los rumiantes lactantes. 3.15.43 **Características**. 3.15.44 **Manipulación**. 3.15.45 **Prohibiciones**. 3.15.46 **Envasado y rotulación**. se distingue; Cuajo líquido; Cuajo sólido.

cuajo líquido. Según el Código Alimentario, 3.15.43. Es aquel cuyo poder coagulante o "título mínimo" es del uno partido por diez mil (1/10.000) No deben existir más de 25 coliformes por gramo. Véase: características de cuajo.

cuajo sólido. Según el Código Alimentario, 3.15.43. Es aquel cuyo poder coagulante o "título mínimo" es del uno partido por cuarenta mil (1/40.000) No deben existir más de 25 coliformes por gramo. Véase: características de cuajo.

cuajo vegetal. Véase: cuajo, cuajaleche.

cualbra. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula integra*.

cualbra llora. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula heterophylla*.

cualbra morada. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula sardonica*.

cualbra pudent. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula foetens*.

cualbra sanguinea. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula sanguinea*.

cualbra vinosa. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula xerampelina*.

cualbre llora. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula alutacea*.

cualdra vermella escalda. Nombre vulgar catalán de la seta: *Russula fragilis*.

cuallarga. Véase: cereza cuallarga.

cuarto de pato. Para asar o emplear en platos orientales. Véase: oca y pato.

cuarto de pollo. De un pollo entero se sacan 2 piezas de pechuga y 2 muslos. Se usan para preparar pollo a la cazuela o al ajillo. Cortar cada cuarto en dos para preparar el *coq au*

vin (plato típico francés) Véase: despiece de pollo.

cuasia. Nombre vulgar de la planta: *Picraena excelsa*.

cuasia de Surinam. Nombre vulgar de la planta: *Quassia amara*.

cuasia japonesa. Nombre vulgar de la planta: *Picraena ailanthoides*.

cuatete. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: Bagre cuate; bagre cuatete; bagre tete.

cua-ton-to. Nombre vulgar de la planta: *Solanum quitoense*.

cuatro especias. Es una mezcla de especias tradicional de Francia, utilizada para carnes frías o, en general, como condimento. Es bastante picante. Ingredientes: Pimienta blanca, clavos enteros, jengibre molido, nuez moscada molida. Véase: recado de especias.

cubanita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: chucho pintado; gavián negro.

cubebea. Nombre vulgar de la planta: *Piper cubebea*.

cupera. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pargo cupera**.

cupera snapper. Nombre vulgar del pez: *Lutjanus cyanopterus*.

cupeta. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cabete**.

Cubiceps carinatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez medusa**.

Cubiceps coerulens. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez medusa**.

cuca serp. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **culebrita marina de arena.**

cuch. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lorcha.**

cucharero. Soporte para complementos de cocina. Véase: molinillo.

cucharita. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **casabe orqueta.**

cuchí. Voz con que se llama al cerdo. Véase: cerdo.

cuchilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: arenquillo cuchilla; arenquillo machete.

cuchillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: zapatero raspa balsa; zapatero sierrita; zapatero sietecueros (Pacífico).

cuclet. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucleto.**

cucillo. Nombre vulgar del pez: *Aspitrigla cuculus*. Designación oficial: arete; borracho.

cuco. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: bígaro; lapa.

cuco. Nombre vulgar del pez: *Aspitrigla cuculus*. Designación oficial: arete; bejel; garneo.

cuco americano. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **borracho.**

cuco de altura. Nombre vulgar del pez: *Trigla gurnardus*. Designación oficial: **borracho.**

***Cucumaria* sp.** Familia: holotúridos. Esta holoturia Norteamericana, que proviene de la familia cucumáridos *Cucumariidae*, tiene sobre el lomo numerosas patitas y papilas dispuestas en largas hileras. Los tentáculos alrededor de la abertura de la boca, forman una corona ricamente ramificada. Este género también se cría en el Atlántico Norte y en

el Pacífico. Véase: holoturoideos. Nombre vulgar: **holoturia Norteamericana.**

cucumáridos. Véase: *Cucumariidae*.

***Cucumariidae*.** Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: equinodermos. Clase holoturias. Consideramos: holoturia Norteamericana (*Cucumaria* sp.) véase: holoturias.

cucumela. Nombre vulgar de la seta: *Amanita vaginata*.

***Cucumis anguria*.** Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucumis. Son muy adecuados para poner en vinagre. Nombre vulgar: **pepinillo de las indias occidentales.**

***Cucumis citrullus*.** Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: citrullus. Originaria del África tropical y del Sur. Esta especie se adscribe según los autores a tres géneros distintos, aunque todos ellos pertenecientes a una misma familia. Algunos autores la consideran como *Citrullus vulgaris*, otros como *Cucumis vulgaris* y hay también quien la clasifica como *Cucurbita citrullus*. Se trata de una planta herbácea, anual, con tallos de algunos metros de longitud, aunque rastreos. Presenta hojas palmeadas y flores con sexos separados, aunque dispuestas sobre un mismo individuo. Aparecen primero las masculinas, que son también las más numerosas, y la fecundación de las femeninas tiene lugar por mediación de las abejas. El fruto, que botánicamente se define como un pepónide, es bastante variable en color, forma y tamaño. Existen variedades de color verde claro manchado a verde oscuro uniforme y brillante; puede ser esférico u ovoide, más o menos alargado y de tamaño pequeño, medio o grande (desde un mínimo de 2 kg a un máximo de 20 kg e incluso más) La pulpa, de un bello color rojo intenso al llegar a la completa maduración, es crujiente y azucarada, y en su seno encierra numerosísimas y fastidiosas pepitas negras y bri-

llantes. Debe distinguirse entre las variedades “domésticas, de forma esférica, de las “americanas”, que suelen ser oblongas. En general, los distintos cultivares existentes se dividen en tres grupos diferentes en función del período de maduración. Entre los precoces puede mencionarse “sugar baby” esférica, más bien pequeña con la piel de color verde oscuro y la pulpa de color rojo intenso, muy azucarada. También pertenecen a esta categoría la “micayo” y “new asuka”, todas ellas de forma alargada, y entre los cultivares tardíos merece una cita aparte “floride giant”, alargada. Grande y con la piel manchada. En los mercados las sandías se encuentran desde comienzo hasta finales de verano o principios de otoño. Tiene una pulpa dulce y jugosa, cuyo valor varía de rosa a rojo intenso y presenta abundantes pepitas negras. La capa de pulpa blanca que la envuelve sirve para preparar un encurtido que se consume en curries o carnes frías. Las sandías no maduran después de recolectarlas, por lo que se deben escoger las piezas de aroma dulce, que ceden ligeramente al apretar el extremo del tallo. Una vez cortada, se debe guardar en la nevera. Se consume cruda, sola o en ensalada de fruta. En forma de puré, se emplea para bebidas, sorbetes y mousses. La sandía debe consumirse lo más fresca posible, pues una vez abierta se degenera rápidamente y produce toxinas. Al contacto con el oxígeno produce hasta 0,5% de arsénico. Véase: melones. Nombre vulgar: **sandía**, melón de agua, patilla. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Citrullus vulgaris*, Schered. Véase: frutas carnosas.

Cucumis melo. Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucumis. Los melones son los frutos de plantas herbáceas anuales, rastro, y su forma y características cambian según las variedades. En conjunto, éstas pueden agruparse en dos o tres tipos botánicos.

Derivan de la variedad *Cucumis melo* var. *cantalupensis* los frutos esféricos, de tamaño medio, piel gruesa y rugosa y pulpa amarilla. En cambio de la variedad *Cucumis melo* var. *reticulatus* proceden los frutos de naturaleza más bien ovoide, con la piel delgada caracterizada por estrías típicas en forma de red, y pulpa amarilla verdosa. Ambos tipos estivales, mientras que *Cucumis melo* var. *inodurus* corresponde a los llamados melones de invierno, variedad ampliamente cultivada en algunas zonas. Poseen la piel verde y lisa y la pulpa blanca. Su maduración es tardía y se adaptan, por tanto, a una prolongada conservación. Los melones suelen estar presentes en el mercado durante el verano. Los verdes se conservan en lugares adecuados para retrasar su venta hasta Navidad. En el momento de la adquisición deben preferirse los ejemplares más pesados y duros, aunque deben ceder ligeramente en el punto de inserción del pedúnculo. Nombre vulgar: **melón**. Según el Código Alimentario, 3.22.06. Es la fruta carnosa procedente del *Cucumis melo*, L. Véase: frutas carnosas.

Cucumis melo* var. *cantalupensis. Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucumis. Melón de pulpa naranja que no se suele encontrar en América. El Charentais es la variedad que más se cultiva. Apenas presenta retículas y tiene la cáscara de un color verde pálido. Constituye la casi totalidad de la producción francesa de melones. El melón que los Norteamericanos suelen denominar “cantalupo” es una variedad del melón moscado. Nombre vulgar: **cantalupo**.

Cucumis melo* var. *reticulatus. Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucumis. La cáscara está cubierta de líneas sinuosas. Es redondo y, en general, de cáscara lisa, aunque algunos híbridos combinan las caracte-

rísticas del cantalupo y el moscado (alargados, reticulados, de cáscara lisa o rugosa). Todos son sabrosos y tienen una pulpa de color rosa salmón o amarillo anaranjado. Se denominan según el lugar de cultivo. Nombre vulgar: **melón moscado**.

Cucumis metuliferus. Familia: cucurbitáceas. Es una fruta tropical cuya piel, no comestible, presenta unas protuberancias en forma de pequeños cuernos. Cuanto más brillante es su color naranja, más maduro está el fruto. La pulpa contiene semillas comestibles. Tiene un sabor parecido al del melón y el pepino, con unas notas de lima y plátano. Se puede ingerir como zumo o en aliño. También se emplea para elaborar una bebida refrescante con un poco de zumo de lima, azúcar y licor de naranja. La pulpa del kiwano se añade a salsas, ensaladas y sorbetes. Esta fruta tiene un alto contenido de vitamina C. Nombre vulgar: **pepino silvestre africano**, kiwano

Cucumis sativus. Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucumis. Como la mayoría de las cucurbitáceas, es una especie anual trepadora o rastrera que produce frutos representados por pequeños pepónides oblongos, cilíndricos, algo angulosos y curvados, provistos de una piel color verde con verrugas y pulpa de color blanco, acuosa, en la que se encuentran inmersas numerosas pequeñas semillas blancas y deprimidas. Su tamaño varía en función del cultivar; en general se trata de frutos que se cosechan más bien antes de alcanzar la madurez, a fin de que se pueda gustar mejor su calidad. Según el tipo de cultivo pueden distinguirse pepinos mejor adaptados a las estructuras de protección y pepinos más indicados para prosperar al aire libre. Hoy en día los más abundantes son los cultivares precoces y resistentes a los parásitos, como “cubit” muy productivo y con frutos de tamaño medio, “marketer” y “largo de China” muy sabroso y con poquísimas semillas. Los cultivares más pequeños “**pepini-llos**”, como por ejemplo “pequeño blanco” y “cornichon de Paris” son los más indicados para la conservación en vinagre. Se trata de

frutos típicamente estivales, pero que se encuentran en el mercado durante gran parte del año. El pepino, muy refrescante, es una fuente excelente de potasio, ácido fólico y vitamina C. Puede ser algo difícil de digerir, aunque las variedades europeas son menos indigestas. Nombre vulgar: **pepino**. Según el Código Alimentario, 3.21.09. Es el pepónide de la planta *Cucumis sativus*, L. Véase: productos hortícolas.

cucura. Nombre vulgar de la planta: *Pourouma cecropiaefolia*.

Cucurbita maxima. Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucurbita. Originaria de los países americanos subtropicales. Alcanzan hasta 50 kg de peso y 1 m de diámetro. Es una especie anual y sarmentosa, que da frutos indistintamente cilíndricos, claviformes o globosos. Los más frecuentes son los primeros, característicos a veces por su considerable desarrollo en longitud, como ocurre con la “calabaza violín”. La pulpa de esta variedad es harinosa y, por lo tanto, menos compacta. Se utiliza tanto como fruta que como verdura; la pulpa es de color amarillo de variable intensidad. Los frutos se consumen cocidos, tanto en preparaciones saladas como dulces, en sopas, purés, cremas, tortas. Tiene muchas variedades y es muy diferente de la calabaza de verano, como el calabacín o el pepino, ya que tiene la piel muy dura y no es comestible. Elija las calabazas pesadas para su volumen y cómprelas enteras, ya que una vez partidas no se conservan bien. Se emplean en sopas, cocidos, pasteles y como verdura asada, cocida o en puré. Nombre vulgar: **ahuyama**, auyama, calabaza, churi, uyama, zapallo, Véase: calabazas de verano e invierno.

Cucurbita melopepo* f. *Clypeiformis) Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucurbita. Calabaza de forma redondeada con una piel de color verde claro menos tierna que la del calabacín. Cuando está muy madura, la piel se pone blanca y es más dura, por lo que se debe retirar. La pulpa blanquecina es tierna,

ligeramente dulce y tiene un sabor parecido al de la alcachofa. Las mejores son las que miden entre 8 y 10 cm de diámetro. Las minicalabazas boneteras se pueden conservar en vinagre. Nombre vulgar: **calabaza bonetera**.

Cucurbita melopepo f. *Torticolis*) Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucurbita. Lo interior y exterior de esta calabaza suelen ser amarillos, pero la piel también puede ser verde; tiene pequeñas protuberancias y la base hinchada. La calabaza de cuello o de Italia presenta un cuello estrecho y curvado que la hace parecerse a un ganso. Es más sabrosa cuando mide entre 20 y 25 cm de largo. Nombre vulgar: **calabaza de cuello**.

Cucurbita moschata. Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucurbita. Planta anual y rastrera, que produce grandes frutos esféricos, aplanados, con la corteza de color gris verdoso, lisa o rugosa con estrías blancas. Tiene la forma de un melón; Su pulpa se cuece con azúcar para utilizar en pastelería. Nombre vulgar: **cabello de ángel**. Una variedad de esta planta tiene forma de pera enorme. Es mejor cuando mide entre 20 y 30 cm de largo y su base tiene unos 12 cm de diámetro. Su carne anaranjada tiene un alto índice de caroteno y la piel lisa de color crema se retira con facilidad. Si presenta un color verdoso, aún no está madura. Nombre vulgar: **calabaza almizclera**.

Cucurbita pepo. Familia: cucurbitáceas. Subfamilia: cucurbiteae. Supergénero: cucumerinae. Género: cucurbita. Calabacita cilíndrica de corteza verde y carne blanca. Se caracteriza porque está desprovista de cavidad en su interior. Esto es debido a que se cosecha cuando aún está bastante inmaduro, razón por la cual las semillas apenas se entrevén, y la pulpa es blanca, consistente aunque también muy tierna, como tierna es la

parte exterior (de hecho, la piel no se elimina, sino que se come) A veces en el mercado se encuentran calabacines en los que las flores siguen presentes en la extremidad opuesta del pedúnculo. Las flores son también comestibles y se utilizan de formas muy diversas. Los calabacines se cuentan entre las hortalizas más cultivadas, y de ellos se conocen numerosos cultivares que dependen de las condiciones concretas de cada región climática. Entre las novedades americanas con frutos cilíndricos y piel de color verde oscuro pueden citarse “ambassador”, “black Jack” y “super diamond”. De un tiempo a esta parte, se observa en el mercado cierta preferencia por los calabacines de menor tamaño con inferior contenido en agua, ideales para cualquier utilización culinaria. Los calabacines están presentes en el mercado todo el año, aunque los meses más propicios son los que van desde la primavera hasta finales de verano. Según el Código Alimentario, 3.21.09. Es las pepónides de la planta *Cucurbita pepo*, L. Variedad; *medullusa*, Alef. Véase: productos hortícolas.

Cucurbita pepo zucchini. Hortaliza que tiene una gran variedad de colores, de verde a gris y de amarillo a verde muy oscuro. Su sabor suave mejora en combinación con el ajo, el tomate y las hierbas. Véase: calabazas de verano e invierno. Nombre vulgar: **calabacín**.

Cucurbitaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: magnoliophyta (angiospermas; plantas con flores) Clase: Dicotyledoneae. Subclase: metachichlamydeae (sympetalae – gamopetalae-monopetalae) Orden: cucurbitales. Única familia del orden cucurbitales, con 760 especies, en su gran mayoría intertropicales, plantas herbáceas o arbustivas raramente arbolitos, y por lo común trepadoras mediante zarcillos, los cuales pueden tener origen caulinar o foliar, es

decir, ejes axilares con sus perfiles e incluso con hojas pertenecientes a los propios ejes. Las hojas son alternas, pecioladas, palminervias, generalmente palmatilobuladas, y las más veces cordiformes; las flores son entomógamas, de uno a cinco estambres, pero típicamente tres, y corola simpétala. El fruto es una pepónide hueca (fruto carnoso con una sola celda), en cuyo interior se alojan las semillas, blancas y aplanadas, de tamaño discreto. La pulpa, dura y bastante compacta, es de color anaranjado más o menos intenso, mientras que la corteza, casi leñosa, puede adoptar diversas tonalidades que van desde el color verde (a veces jaspeado) al amarillo, anaranjado, pardo rojizo, etc. En los países de clima templado, esta familia apenas está representada por algún que otro género y muy pocas especies. Se caracteriza por la presencia de ovario ínfero. El género *cucurbita* se caracteriza por una gran variabilidad en el fruto; para los botánicos, independientemente de que sean grandes o pequeños, circulares u ovoides, son siempre pepónides, un tipo especial de baya muy consistente, cuya parte externa (exocarpo) es a veces leñosa y de aspecto y coloración muy variables. En su interior encierra una masa pulposa (formada por el mesocarpo y el endocarpo) comestible, en cuyo centro puede formarse una cavidad por reabsorción de las paredes de los ovarios y de la placenta al final del proceso de formación de la pulpa, cavidad en la que se incluyen las numerosas semillas. Véase: calabazas, Los cultivares más abundantes son la “calabaza marina” de corteza muy rugosa, la “amarilla grande mam-mouth” con muchas costillas, y la “romana de invierno”. En el mercado las calabazas se encuentran desde octubre a finales de invierno, enteras o troceadas. En este último caso la elección es más fácil, ya que debe dirigirse hacia las de pulpa de mayor consistencia y color más intenso. Nombre vulgar: **cucurbitáceas**. Consideramos: ayote (*Cucurbita pepo*), cabello de ángel (*Cucurbita moschata*), calabacín (*Cucurbita pepo*), calabaza Acorn (*Cucurbita pepo*), calabaza almizclera (*Cucurbita moschata*),

calabaza blanca (*Benincasa hispida*), calabaza bonetera (*Cucurbita melopepo* f. *Clypeiformis*), calabaza Buttercup (*Cucurbita maxima* var. *turbaniformis*), calabaza cerosa (*Benincasa hispida*), calabaza común (*Cucurbita maxima*), calabaza confitera (*Cucurbita maxima*), calabaza culebrina (*Trichosanthes cucumerina*), calabaza de cuello (*Cucurbita melopepo* f. *torticolis*), calabaza de peregrino (*Lagenaria vulgaris*), calabaza espagueti (*Cucurbita pepo*), calabaza turbante de moro (*Cucurbita maxima* var. *turbaniformis*), calabaza (*Cucurbita moschata*), cantalupo (*Cucumis melo* var. *cantalupensis*), chayote (*Sechium edule*), esponja lisa (*Luffa cylindrica*), esponja vegetal (*Luffa acutangula*), mate (*Legenaria vulgaris*), melón casaba (*Cucumis melo*), melón de miel brasileño (*Cucumis melo*), melón de Ogen (*Cucumis melo*), melón honeydew (*Cucumis melo*), melón moscado (*Cucumis melo* var. *reticulatus*), melón persa (*Cucumis melo*), melón (*Cucumis melo*), pepinillo de las Indias occidentales (*Cucumis anguria*), pepinillo (*Cucumis sativus*), pepino amargo (*Momordica charantia*), pepino silvestre africano (*Cucumis metuliferus*), pepino (*Cucumis sativus*), sandía (*Citrullus lanatus*), sandía (*Cucumis citrullus*).

cucurbitáceas. Véase: *Cucurbitaceae*.

cuclillo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bejel, borracho.

cuello de cerdo deshuesado, para asar. Corte de la canal de cerdo consistente en el cuello bridado. Parte del cerdo muy económica. Véase: canal de porcino; despiece de la canal de porcino.

cuello de cordero. Corte de la canal de cordero bueno para guisar o brasear. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino. La cantidad de nutrientes contenida en cada 100 g de porción comestible, es:

Cuello de cordero	
Energía (kcal)	326
Fósforo (mg)	220

Potasio (mg)	186
Porción comestible	100
Colesterol (mg)	80
Sodio (mg)	66
Calcio (mg)	50
Grasa (g)	24,4
Proteínas (g)	24,2
Hierro (mg)	6,8
Riboflavina (mg)	0,1
Tiamina (mg)	0,1
Ácido ascórbico (mg)	0
Ácido fólico (µg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	0
Agua (mg)	0
Carbohidratos (g)	0
Cianocobalamina (µg)	0
Fibra vegetal (g)	0
Retinol (mg)	0
Grasa poliinsaturada(g)	
Ácido graso saturado (g)	
Ácido linoléico (g)	
Ácido linolénico (g)	

cuello sin filetes. Corte de la canal de cordero ideal para caldos de cordero. Véase: canal de ovino; despiece de la canal de ovino.

cuenca de oro. Véase: *Eriobotrya japonica*.

cuerno. Designación oficial española del Molusco: *Cerithium vulgatum*.

cuerno. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracola**.

cuerno de la abundancia. Nombre vulgar de la seta: *Craterellus cornucopioides*.

cuerno de Tritón. Véase: Gasterópodos.

cuerno ondulado. Véase: caracol de cuerno ondulado.

cuernos. Nombre usual de una pieza de pan en Chinchón (Madrid) y Gijón. Pieza individual de conformación tetrafálica y silueta abierta. Véase: panes de España.

cuero. Véase: vino aroma cuero.

cuero. Pellejo que cubre la carne de algunos animales. Véase: textiles, papeles y cueros.

cuero. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **águila marina chilena**.

cueros. Véase: textiles, papeles y cueros.

cuervo. Término incluido en la lista de palabras que utilizan los catadores de vino para designar los aromas y sabores. Vino con fuerza vinosa, un sabor marcado, una sustancia carnosa; lo contrario de un vino ligero, flojo, frío. Véase: cata del vino.

cuerva. Nombre vulgar del pez: *Scomber japonicus*.

cuervas. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **estornino**.

cuesco. Nombre vulgar de la planta: *Acrocomia culeata*.

cuesco de lobo. Nombre vulgar de la seta: *Lycoperdon saccatum*.

cuesco de lobo erizado. Nombre vulgar de la seta: *Lycoperdon echinatum*.

cuesco de lobo espinoso. Nombre vulgar de la seta: *Lycoperdon echinatum*.

cuesco de lobo gigante. Nombre vulgar de la seta: *Calvatia gigantea*.

cuesco de lobo grande. Nombre vulgar de la seta: *Calvatia caelata*.

cuesco de lobo oscuro. Nombre vulgar de la seta: *Lycoperdon umbrinum*.

cuesco de lobo pequeño. Nombre vulgar de la seta: *Bovista nigrescens*.

cuesco de lobo perlado. Nombre vulgar de la seta: *Lycoperdon perlatum*.

cuesco de lobo piriforme. Nombre vulgar de la seta: *Lycoperdon piriforme*.

cuete. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno.

cuezo. Nombre vulgar de la planta: *Prunus avium* ó *Malpighia puniceifolia*.

cuino. Voz con que se llama al cerdo. Véase: cerdo.

cuisse de dinde farcies boulangere. Plato de la “cocina de Francia” perteneciente al grupo de “pollo y animales de caza”. Nombre español: patas de pavo rellenas con patatas boulangere. Véase: pollo y animales de caza en la cocina de Francia.

cuitlacoche. Ingredientes de la cocina de Méjico. Hongo que le sale al elote. Entre los mexicanos se considera como “excremento del dios de los mantenimientos” Véase: Condimentos e ingredientes en la cocina de Méjico.

cuji. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ronco jeniguano**.

cul-blanc. Nombre vulgar catalán de la seta: *Amanita ovoidea*.

culantro. Nombre vulgar de la planta: *Coriandrum sativum*.

culata de contra. Corte de carne, obtenido en el despiece de ganado vacuno. Los filetes de esta pieza son muy jugosos, aunque no tienen muy buena presentación, son propios para empanar. Se utiliza la carne para toda clase de guisos y es más sustanciosa que la de contra. Véase: tapa.

culebra. Designación oficial española del pez: *Entelurus aequoreus*; *Nerophis aequoreus*; *Sygnathus aequoraesus*. Sinónimo oficial: Aguja; Akuila; Enteluro; Fusta; Orratz; Serp.

culebra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: congrio pintado; culebrita roja marina; morena de California; safio tigre.

culebra de mar. Designación oficial española del pez: *Echelus oxyrhynchus*; *Muraena serpens*; *Ophichthys serpens*; *Ophisurus serpens*; *Oxysthomus serpens*; *Sphagebranchus serpens*. Sinónimo oficial: Aserp; Bicha marina; Congre serpenter; Lirión; Látigo; Serp; Serp de mar; Sierpe de mar; Sierpe marina.

culebra de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: morena anguila; morena chilena; morena Juan Fernández; morena lentejuela; morena modesta.

culebra marina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: safio tigre; tieso chiro.

culebra murena. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morena congrio**.

culebra picuda. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **congrío pintado**.

culebra plateada. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **sable peludo**.

culebrita ciega de mar. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morenata**.

culebrita marina de arena. Designación oficial española del pez: *Caecula imberbis*; *Leptocephalus spallanzani*; *Spagebranchus imberbis*. Sinónimo oficial: Cuca serp; Doncella; Donsella; Fill de morena; Julia; Serp de mar.

culebrita roja marina. Designación oficial española del pez: *Centrurrophis remicaudatus*; *Echelus rufus*; *Ophichthus rufus*; *Ophisurus hispanicus*; *Ophisurus hispanus*. Sinónimo oficial: Congre serpenter; Culebra; Látigo; Serp de mar; Serpiente de mar.

culengue. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **colengue**.

culgros. Nombre vulgar catalán de la seta: *Amanita ovoidea*.

cultivo de anguilas. La anguila, trasladada al agua dulce, es uno de los tipos de peces que la acuicultura japonesa, altamente desarro-

llada, ha situado en primer plano. Casi el 40% de 100.000 peces de agua dulce, dentro de la cría de peces en Japón, en 1982, lo constituían las anguilas. Prácticamente todas las anguilas consumidas en Japón proceden de la acuicultura. Para su cría los cultivadores prefieren recoger las huevas que las anguila deposita durante el remonte de los ríos. La necesidad de huevas de anguila es tan grande en Japón que no son suficientes las propias capturas, con lo que se ha de recurrir a la importación de huevas de anguila de Europa. Por eso en Japón se puede comer anguila como pescado de mesa, con especificación expresa de si es japonesa o europea.

* Para la cría se preparan estanques con agua no corriente y sistemas artificiales de agua corriente, con cubetas de cemento o de plástico. La producción de anguilas en estanques se basa en fertilizantes y cebo intensivos. Los peces para la repoblación pesan, aproximadamente, 20 g y se relacionan con ciertas actividades especializadas en la cría de huevas de anguila de alevines. La a de las anguilas se pescan medio año después, con un peso aproximado de 150 g. Las anguilas grandes no son muy apreciadas en Japón por lo que se dedican, casi exclusivamente, a la exportación hacia Europa.

cultivo de caracoles. El consumo de caracoles de tierra supera, en cantidad, a las aportaciones que pueden obtenerse por recolección natural. Por ello es necesario recurrir a la cría de los caracoles con el objeto de dar satisfacción al mercado. Las formas de organizar la cría pueden ser: **Cría verdadera, propia o completa.** (Desde el nacimiento hasta el momento del consumo) Cuando se colocan reproductores idóneos en lugares que reproducen lo más fielmente posible las condiciones ambientales naturales, con el fin de que los sujetos se multipliquen varias generaciones. **Cría parcial.** Cuando se limita a introducir en el recinto (llamado criadero) en la estación primaveral o veraniega, y posteriormente tantas veces como sea posible

abastecerse de materia prima, individuos recogidos en estado salvaje con el fin del engorde y mejora de las carnes, con vistas a la venta otoñal o invernal. **Cría extensiva.** (Efectuada en vastas áreas de terreno) consiste en individualizar zonas que por sus características climáticas pueden asegurar el desarrollo de la repoblación de los caracoles. Véase: caracoles terrestres.

cultivo de carpas. Las carpas (*Cyprinus carpio*) son peces a los que les gusta el calor. Los estanques para carpas son, por ello, aguas de una profundidad constante, que no sobrepasan 1,5 m. En la mayoría de los casos se trata de estanques sin notables corrientes de agua fresca. Bajo las condiciones climáticas centroeuropeas, las carpas alcanzan, al final de su 1º año de vida, un peso que oscila entre los 30 y 50 g; el final del 2º año su peso oscila de 250 a 400 g y, tras el 3º año, de 1.200 a 1.500 g. Al contrario que los criadores europeos, los japoneses prefieren los estanques con fuertes corrientes de agua fresca. Estos estanques, con agua corriente, alcanzan, por lo general, entre 50 y 150 m², con una profundidad de entre 1,5 y 2 m. Es habitual el vertido de agua entre unos 300 y 500 l/s. Mediante la renovación continuada del agua del estanque se consigue una repoblación de éste extremadamente elevada.

cultivo de mejillones. El mejillón se cría en muchas partes del mundo, pero a gran escala sólo en Europa. España ocupa el primer lugar con unas 150.000 toneladas por año, seguida de Holanda con unas 100.000 toneladas/año. A los mercados europeos llegan cada año un total de 300.000 toneladas de mejillones. De esta cantidad, tan solo los franceses consumen 80.000 toneladas. Holanda exporta, principalmente a Francia y Bélgica; los mejillones españoles van a parar principalmente a las ollas italianas. Los propios holandeses parecen no apreciar su riqueza en mejillones; casi la totalidad de la

cosecha se exporta fresca o en conserva. En España, sólo en la costa gallega, hay más de 3.000 balsas firmemente ancladas de las que cuelgan las amarras repletas de mejillones. Gracias a la extraordinariamente propicias condiciones de vida, los mejillones crecen rápidamente en las rías, de modo que ya a los 8 o 9 meses (después de experimentar 2 o 3 cambios durante su crecimiento) los mejillones alcanzan su tamaño normal para el comercio, es decir, unos 7 cm de longitud o más. Un tamaño para el que los mejillones de otras zonas, por ejemplo, los de Canadá o Inglaterra, necesitan de 4 a 5 años. Las amarras, que entonces llegan a pesar unos 120 kg, se izan a los botes y se recogen. Los mejillones, que han de llegar frescos al mercado, se lavan a bordo inmediatamente y, por lo general también se empaquetan. Los otros son llevados a las fábricas conserveras de la costa, donde se cuecen, seleccionan y, finalmente, se pelan a mano. Por principio, este proceso de trabajo no está mecanizado, dado que la fina carne del mejillón es muy delicada.

cultivo de ostras. El cultivo de las ostras requiere tiempo y un trabajo intensivo. Dura de 3 a 4 años, y son necesarias 35 operaciones antes de que una ostra haya madurado para el mercado. Al principio está la “**captura**” de las minúsculas larvas, que después del desove (en los meses de junio a agosto) se mueven algún tiempo nadando libremente en el agua, antes de buscar un lugar donde anclar. Los criadores de ostras les ayudan a ello, ofreciéndoles sitios apropiados en forma de los denominados “**colectores**”. Estos pueden ser planchas de pizarra o tejas cubiertas de cal, valvas de conchas alineadas con alambres o bien barras o cubos de plástico. Tras unas ocho semanas se recogen las jóvenes ostras de los colectores y se llevan a los llamados “**parques de ostras**”. Estos consisten en parcelas alineadas en las zonas de marea que por medio de rejas bajas suelen estar protegidas de las tormentas y de los enemigos naturales de las ostras (como los cangrejos, las estrellas de mar, los caracoles ladrones, los calamares), y por las que fluye

agua rica en plancton. Las ostras jóvenes se dejan libres en cajas de alambre planas o se colocan en sacos de plástico de malla gruesa en el fondo del mar. Aquí permanecen de 2 a 3 años hasta que han alcanzado su tamaño de mercado. En este tiempo han de ser alimentadas y cuidadas. No deben de crecer muy juntas las unas de las otras, las vegetaciones de algas y los mejillones han de ser alejados. Ahora puede pasarse al siguiente estadio (en el caso de las “Marennes” o “Fines de Claires” francesas, por ejemplo, esto es una obligación) que consiste en cebarlas y refinarlas en los llamados “Claires”, cuencas planas o antiguas salinas de mar en las que el agua es muy rica en plancton, pero ya no tan saladas como en los parques. Aquí, durante los siguientes 10 a 12 meses, consiguen las ostras su calidad óptima y su gusto “típico”, que depende de las condiciones del agua y la alimentación dadas en el respectivo Claires. Los Claires más famosos son los de las Marennes francesas, que no sólo le otorgan a las ostras un fino sabor a nuez, sino también un delicado color verde. Este es causado por una diatomea cobriza de la que se alimentan principalmente las ostras allí. Por último, antes de ser vendidas, las ostras han de ser puestas aún durante algunos días en **piscinas limpias** y controladas continuamente por las autoridades, en las que puede eliminar también arena y cualquier tipo de impurezas. En Marennes las ostras “aprenden” también enseguida en estas piscinas cómo pueden sobrevivir en tiempo de sequía. Para ello se vacían las piscinas por la noche. Los animales “comprenden” en seguida que deben mantener sus valvas herméticamente cerradas, a fin de que no se pierda nada del agua almacenada dentro de la concha. Este “entrenamiento” es importante para el transporte y el consiguiente almacenamiento, que, de este modo (con una refrigeración adecuada) puede llegar a durar hasta 2 semanas. En Europa, la estación tradicional de la ostra se sitúa en los meses que tienen una “r”, o sea, que dura de septiembre hasta abril. Por supuesto, esto es distinto en otras partes del mundo, donde varía el ciclo de las estaciones del año. El cultivo de las

ostras se practica actualmente en las costas de la mayoría de los países industriales. Los EE.UU. están a la cabeza en esta área, seguidos de Japón, Francia, Dinamarca, Holanda, Inglaterra, Irlanda, Australia, Nueva Zelanda y Canadá. Tan sólo el 20% de la “producción” americana se come crudas, el resto se elabora de distintos modos: ahumadas, congeladas, incluso secadas al aire, pero principalmente se elaboran en conservas. En Europa esta proporción es justamente la contraria. Aquí se consume un 80% vivas y frescas.

cultivo de percas. Las percas se crían en sus incontables especies en estanques de Asia y África, en especial. El tipo más fácil de hallar en los criaderos es la perca de Mozambique. * En el caso de las percas, los machos crecen más rápidamente que las hembras, ya que, como éstas incuban en la boca durante la etapa reproductora les es imposible ingerir alimento alguno. Puesto que resulta difícil diferenciar el género de los alevines en reserva, los granjeros han preferido la cría de híbridos. Mediante determinados cruces se consigue, con escasas excepciones, la producción de individuos exclusivamente masculinos. El crecimiento de los peces depende, en extremo, del tamaño de la repoblación. Por lo general, se alcanzan pesos de 100-150 g, con lo que, en 1 año, son aptos para el mercado.

cultivo de pez limón. Para la cría de la serviola (*Seriola dumerili*) Se utiliza el sistema de compartimentos de redes, que consiste en mantener a los peces encerrados en un área delimitada por redes colocadas sobre el suelo y a los lados en el mar. El pez limón es un pescado de mesa, muy apreciado en el Sureste asiático. La gran demanda de Japón y Taiwán se cubre, casi exclusivamente, con las acuiculturas que se encuentran en bahías marinas protegidas. El aumento artificial del pez limón todavía no ha sobrepasado el estado experimental. La

acuicultura de este tipo de pez queda, por ello, limitada por la cantidad de huevos que se capturan en el mar. El pez limón es un pez voraz. Incluso los alevines deben separarse por tamaños para la repoblación de los compartimentos, porque, de lo contrario, los mayores se comen a los pequeños.

cultivo de sabalote. El sabalote (*Chanos chanos*) se cría en granjas marinas; consisten en cercar bahías marinas, lagunas o fiordos enteros, convirtiéndolos en lagos abiertos, llamados “pens”. El sabalote es un pescado de mesa muy apreciado, sobre todo en el Sureste Asiático pese a que tiene muchas espinas. En gastronomía son los especialistas los que quitan las espinas antes de rehogar o asar el pescado. Para la cría del sabalote es necesario obtener las huevos del mar. La temporada de captura oscila entre los meses de marzo y agosto. Durante este tiempo se pueden ver, en las playas de filipinas e Indonesia, multitud de pescadores ocupados en la obtención de freza de sabalote. Para la obtención de las larvas, que son de una longitud entre 15 y 25 mm, y que se encuentran justo por debajo de la superficie acuática, se utiliza una red de malla fina cuya relinga superior está sujeta a una estructura flotante, que es la que recibe el empuje del agua y la que soporta el peso de la red. * Las huevos se crían en estanques costeros, los llamados “Tambaks, hasta que se convierten en peces aptos para su comercialización. Las áreas preparadas para las huevos recién pescadas tienen sólo unos cm de profundidad. Son alimentadas con yema de huevo cocido pulverizada, harina de arroz o de trigo. Unos 30 días después los peces habrán alcanzado una longitud de entre 5 y 7 cm, la necesaria para trasladar los alevines a los “Tambaks” y granjas marinas donde crecen hasta convertirse en peces aptos para ser comercializados.

cultivo de salmón y trucha marisca. Se utiliza el sistema de compartimentos de redes,

que consiste en mantener a los peces encerrados en un área delimitada por redes colocadas sobre el suelo y a los lados en el mar. La cría de salmones y truchas mariscas (*Salmo trutta trutta*) se ha desarrollado especialmente en Noruega. Allí ya existen sistemas extraordinariamente automatizados. En estos sistemas se gradúa, con ayuda del ordenador, la cantidad de comida, el tiempo y la intensidad de la alimentación mediante la observación de la duración de la luz solar, la temperatura del agua, la cantidad y el tamaño de los peces. Incluso el transporte de la comida y la alimentación de los peces se realizan de forma automatizada. La mayor parte de la producción de salmón noruego procede de criaderos. * Últimamente se han llegado a realizar interesantes cruces de salmón y trucha de mar, dando lugar a las llamadas y conocidas **truchas asalmonadas**, tan comercializadas.

cultivo de setas. No se conoce con exactitud la fecha en que comenzó a cultivarse el champiñón, pero sí que ya era conocido desde tiempos anteriores a J.C., y que fueron sin duda los romanos los primeros en iniciar una serie de cultivos muy primitivos con este hongo, posteriormente se fue extendiendo a toda Europa y hoy día su cultivo es universal. Además del champiñón (*Psalliota bispora*) y el champiñón cultivado (*Agaricus hortensis*), en Europa se cultivan ya a escala industrial el *Pleurotus ostreatus*; *Pleurotus cornucopiae*; *Agrocybe aegerita* y se hacen intentos con el *Pleurotus eryngii*. De entre los países del resto del mundo, Japón es, sin lugar a dudas, el que practica el cultivo de mayor número de especies de hongos. Y de ellos el más empleado es el *Lentinus edodes*, conocido como *Shiitake*, después en menor intensidad también cultiva otras especies tales como *Auricularia polytricha*; *Flammulina velutipes*; *Pholiota nameko*; *Tremella fuciformis*; *Volvariella volvacea*; *Auricularia auricula-judae*, etc. Véase: setas.

cultivo de trucha marisca. Véase: cultivo de salmón y trucha marisca.

cultivo de truchas. Los estanques para truchas están acondicionados para las necesidades de vida naturales de estos peces. Son estanques estrechos y alargados, con corriente de agua. La comida es especialmente rica en proteínas. En la cría de truchas se prefiere a menudo, la alimentación por medio de una pala. Con ello los criadores pueden acomodar la cantidad de comida a las necesidades y, con ello, controlar regularmente la salud de los peces mejor que si se hace con aparatos automáticos dispensadores de comida. Las truchas arco iris (*Salmo gairdneri*), las más utilizadas para la cría, alcanzan, en sólo 15 meses, un peso normal de 330 g, convirtiéndose así en pescados de mesa con el tamaño mínimo exigido. En una hectárea de superficie acuática, se pueden producir, en los criaderos de truchas, entre 30.000 y 50.000 kg de pescado de mesa al año.

cultivo de vacuno. Durante el periodo de engorde a las reses se les suministran grandes cantidades de alimentos para mejorar la masa cárnica y la formación de grasa intramuscular. * En Europa el objetivo de la cría de bovino, esto es, la obtención de una determinada calidad de la carne basada en las razas y los tipos de cruces, se alcanza preferentemente mediante la cría intensiva. Este método implica la estabulación permanente de las reses y su alimentación artificial mediante dosis alimenticias (calculadas en función de la edad), en las que se combinan diferentes forrajes, piensos compuestos y aportes de vitaminas y minerales. El principio económico fundamental es alcanzar un peso final óptimo (engrasamiento adecuado) en el menor periodo de tiempo a través de un alto engorde diario. Con el fin de aumentar los beneficios, algunos ganaderos recurren a complejos hormonales que aceleran el desarrollo muscular y aumentan la proporción de carne. En Europa el empleo de hormonas (tanto en forma sintética como natural) está severamente prohibido. No se toleran siquiera casos en los que pudieran aducirse motivos de salud. A cambio, otros complementos de la dieta, como las vitaminas y los minerales,

no plantean ningún peligro para la salud humana. En el caso de animales enfermos las leyes establecen unos criterios estrictos en la administración de sustancias como los antibióticos o fármacos de acción hormonal. Los periodos de espera y las normas sobre el uso de compuestos químico-farmacéuticos aseguran que la carne llegue a los mercados cuando ya no se detecte ningún tipo de restos de esas sustancias. El cumplimiento de la normativa vigente se vigila en los países de la Unión Europea mediante inspecciones por sorpresa cada vez más rigurosas. * En Europa también se practica la cría en pastos al aire libre, aunque en una escala menor. Con este tipo de alimentación el tiempo necesario para alcanzar el peso final varía en función de las épocas del año; las terneras nacidas en primavera requieren unos 24 y ½ meses, mientras que para las nacidas en otoño son suficientes 19 meses. Las reses acostumbradas al ejercicio físico presentan una masa adiposa menor que las de cría estabulada. La carne es más succulenta y tiene un veteado de grasa ligero y bien distribuido. * Las razas de carne se crían fundamentalmente en Estados Unidos, Argentina y Australia, países todos ellos con grandes espacios abiertos y son relativamente raras en Europa, donde predomina el vacuno mixto. La creciente demanda de carne de vacuno joven y magra (menos succulenta al gusto que la de los vacunos mayores) y los aspectos de orden puramente económico, como el precio de los terneros, han operado en Europa una serie de cambios en la cría de bovinos. En numerosos países se ha extendido la cría de toros y novillos, sensiblemente más rentable, en detrimento de los terneros. En cuanto a las terneras hembras, se aprovechan para la producción de carne los animales excedentarios para el rendimiento lácteo. Las terneras sometidas a una cría intensiva alcanzan al cabo de 11 a 13 semanas un peso final medio de 180 kg. A las terneras de engorde se las somete

a partir de la fase de lactancia (alimentación de alto valor energético y proteico durante la primera semana de vida) a una alimentación basada en piensos. La carne tiene una coloración clara, es magra, tersa y jugosa, se digiere fácilmente y es válida para las dietas. Si se utiliza pienso compuesto, el peso final alcanza entre 300 kg y 350 kg (animales de cría intermedia); la carne presenta un brillo rosado o rojo claro (*baybeef*). Este método, especialmente común en Suiza, se aprovecha para la obtención de vacas nodrizas. Las terneras son amamantadas directamente por la madre, la cual, dado su elevado rendimiento lácteo, puede actuar como nodriza para otras terneras. El sacrificio se efectúa a los 8 a 10 meses y la carne resultante combina la ternura de la ternera y el sabor aromático del vacuno mayor. Consideramos para la cría del vacuno: método Kobe; método Du-graisse.

cultivos microbianos (autorizados) Se emplea como aditivo alimentario del grupo de: Reguladores de la maduración; Potenciadores del aroma. La cantidad autorizada de este aditivo es: Embutidos crudos curados BPF. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Productos cárnicos tratados por el calor BPF. Lomo embuchado BPF. Panceta doble o enrollada BPF. Panceta salada BPF.

culua negra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pardete**.

cumaná. Nombre vulgar de la planta: *Arachis hypogea*.

cúmel. m. Bebida alcohólica que se toma en Alemania y Rusia, muy dulce, hecha con

comino. Véase: aguardientes compuestos.
Nombre original: kümmel.

cuminate. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: bagre cajeta; bagre chili.

cuminate colorado. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bagre chili.**

cuminate volador. Pez, Designación oficial: bagre rojo; bagre chihuil.

Cuminum cyminum. Familia: umbelíferas. Orden: umbelifloras. Planta herbácea, cuyas semillas de color pardo, olor aromático y sabor acre, se usan como condimento. Es una importante especia que da un cálido y característico sabor a numerosos platos salados. Planta anual de clima cálido, el comino crece hasta unos 30 cm y tiende a extenderse. Se cortan los tallos cuando las semillas comienzan a volverse amarillas, entonces se trillan y las semillas se secan al sol. Su olor es bastante pronunciado; fuerte y pesado, intensamente acre o cálido. Las semillas del comino saben ligeramente amargas, fuertes y cálidas y su picante sabor persiste durante un tiempo. En España se combina con la canela y el azafrán en los estofados. Suele confundirse con el ajenuz, una pequeña semilla triangular de color negro. El **comino negro** auténtico se usa bastante menos que el blanco debido a su sabor fuerte. El comino tostado espolvoreado sobre la fruta fresca le da un sabor muy especial. Véase: especias; especias y semillas. Nombre vulgar: **comino**, comino hortense, comino fino, comino común, comino negro, comino real, comino ordinario. Según el Código Alimentario, 3.24.32. Constituido por los frutos sanos, limpios y desecados del *Cuminum cyminum*, L., o de la *Margotia gummiifera*, Lge.; Respectivamente, “**comino ordinario**” y “**comino romano**” o “**comino largo**” y “**comino rústico**”, No sobrepasará de las cifras siguientes: Humedad, 14%; cenizas, 12%; sílice, 4%; fibra bruta, máximo, 7%; aceite esencial, mínimo, 1,5%. Véase: clasificación de especias.

cuna aguaji. Designación oficial española del pez: *Myctoperca microlepis*. Sinónimo oficial: Aguají.

cuna amarilla. Designación oficial española del pez: *Myctoperca interstitialis*. Sinónimo oficial: Abadejo; Bacalao.

cuna blanca. Designación oficial española del pez: *Myctoperca cidi*. Sinónimo oficial: Badejos.

cuna bonaci. Designación oficial española del pez: *Myctoperca bonaci*. Sinónimo oficial: Abadejo; Aguajil; Aguají; Boacé; Bonací cardenal; Bonací gato; Cuna guarei; Sirigado.

cuna cabrilla. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: cherna enjambre; cuna de piedra.

cuna cucaracha. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cuna de piedra.**

cuna de piedra. Designación oficial española del pez: *Myctoperca venenosa*. Sinónimo oficial: Arigua; Bonaci cardenal; Bonací de piedra; Cuna cabrilla; Cuna cucaracha; Guajil; Mero pinto.

cuna garopa. Designación oficial española del pez: *Myctoperca falcata*; *Myctoperca falcata phenax*; *Myctoperca phenax*. Sinónimo oficial: Abadejo.

cuna gata. Designación oficial española del pez: *Myctoperca tigris*. Sinónimo oficial: Abadejo; Bonaccí gato; Velador.

cuna guarei. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cuna bonaci.**

cuna lucero. Designación oficial española del pez: *Paranthias furcifer*; *Paranthias furcifer pinguis*; *Paranthias pinguis*. Sinónimo oficial: Cabinza; Cabinza serránida; Cuna-ro de piedra; Doncella; Indio lucero; Pargo rojizo; Rabirrubia; Rabirrubia de lo alto.

cuna negra. Designación oficial española del pez: *Myctoperca rubra*. Sinónimo oficial: Abadejo; Aguají; Scirenga.

cunaro. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: panchito ojón; pargo cunaro.

cunaro de piedra. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **cuna lucero**.

cuncha. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **ostión**.

cuncha das señoras. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **oreja de mar**.

cuncha dos pelengrinos. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira**.

cunchelo. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **vieira**.

cunco. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **lapa**.

cundi. Otro nombre de la pieza de pan: bollo. Véase: panes de España.

cuplá. Variedad de avellana. Utilizada en la Denominación: Avellana de Reus.

Cupresaceae. Familia botánica. Reino: plantae. Subreino: embryobionta (embryophitas) División: pinophyta (gimnospermas) Subdivisión: pinicae. Clase: Pinopsida (coniferae) Orden: pinales (coníferas) Árboles y arbustos abundantemente ramificados, con las hojas dispuestas en verticilos trímeros; las juveniles, aciculares; las de la planta mayor o adulta, generalmente escuamiformes. Las cupresáceas se dividen en tres tribus: *thujoideae*, *cupressoideae* y *juniperoideae*. Nombre vulgar: **cupresáceas**. Consideramos: enebro (*Juniperus communis*)

cupresáceas. Véase: *Cupresaceae*.

cuquillo. Véase: aceituna cuquillo.

Prof. Dr. Dr. Felicísimo Ramos Fernández (D.I.C.)

cura. Nombre vulgar del fruto de la planta: *Persea gratissima*.

cura. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **miracielo brasileño**.

curaca. Designación oficial española del pez: *Parapsettus panamensis*. Sinónimo oficial: Barbero; Caambo; Chavelita; Chopá; Filipina; Gamba; Negro; Palma; Peluquero; Pez pala de Panamá; Pollera colorada; Zapatero.

curadera. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprínico; eretismo cardiovascular.

curadillo. Véase: bacalao.

curagua. Nombre vulgar del fruto de la planta: *Persea gratissima*.

curbina. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvina**.

curbinata. Designación oficial española del pez: *Johnius aurata*; *Plagioscion auratus*; *Plagioscion heterolepis*; *Plagioscion macdonghi*; *Plagioscion microps*; *Plagioscion squamosissimus*; *Plagioscion ternetzi*; *Sciaena rubella*; *Sciaena squamosissimus*.

curbinata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pacora**.

cúrcuma. Nombre vulgar de la planta: *Curcuma longa*. Nombre hindú: *haldi*, Véase: especias y hierbas en la cocina védica.

Curcuma angustifolia. Familia: zingiberáceas.

cúrcuma fresca. (*Curcuma longa*) Aunque en la cocina occidental se utiliza sobre todo seca y molida, la cúrcuma fresca se emplea en muchos platos asiáticos como colorante, más que como condimento. Esta raíz de color amarillo naranja se parece al jengibre

y debe pelarse y rallarse antes de pelar. Véase: ingredientes de la comida asiática.

Curcuma leucorrhiza. Familia: zingiberáceas.

Curcuma longa. Familia: zingiberáceas. La cúrcuma se utiliza en todo el Sur de Asia por su sabor almizclado y su atractivo color dorado. Es un arbusto perenne que alcanza 1 m de altura. La cúrcuma normalmente se reproduce a partir de los “dedos” o de pequeñas secciones de rizomas desde el último año de crecimiento. Los rizomas se desarrollan mejor en un clima cálido y húmedo. Toda la mata del rizoma se levanta cuidadosamente para prevenir cualquier daño, y los dedos se cortan desde los rizomas más grandes. La cúrcuma es hervida o cocida al vapor y a continuación se deja secar. La cáscara de fuera se desprende y los ásperos dados marrones se vuelven de un amarillo anaranjado y de textura cerosa, ligeramente aromática, el olor de la cúrcuma es picante y fresco, con una pizca de naranja y jengibre. Sabor picante, amargo y almizclado. La cúrcuma se comercializa entera y molida. Se puede encontrar fresca en algunas tiendas asiáticas en Occidente. A menudo se usa como sustituto barato del azafrán. Ya sea como raíz entera o en polvo se usa como colorante para la mantequilla, el queso y la mostaza. Se debe conservar en un lugar fresco y oscuro. Añadir un poco al arroz para darle un color dorado. Véase: especias. Nombre vulgar: **cúrcuma**, azafrán de las Indias.

Curcuma rubescens. Familia: zingiberáceas.

Curcuma zedoaria* – *Curcuma zerumbet. Familia: zingiberáceas. El rizoma de la planta o tallo subterráneo es grande, carnoso y amarillo y constituye el núcleo de la especie. La raíz amarga y aromática se corta en rodajas y se seca; en el Sureste de Asia se utiliza para cocinar y como sucedáneo del jengibre. El rizoma produce también un aceite esencial de color amarillo claro. Existen 2 tipos de cedoaria: la larga (*Curcuma zerumbet*) y la redonda y de punta roma (*Curcuma zedoaria*) La planta se reproduce a partir de

pequeñas secciones del rizoma, que son trasplantadas a un terreno rastrillado al comienzo del monzón. Crece hasta 1 m y tarda 2 años en alcanzar su desarrollo completo. Se recolecta como la cúrcuma; los rizomas se cortan en rodajas y se ponen a secar. El aroma es almizclado y agradable, con un poco de alcanfor; recuerda ligeramente al romero. El sabor es picante y recuerda al del jengibre, aunque no tan amargo. Véase: especias. Nombre vulgar: **cedoaria**. Según el Código Alimentario, 3.24.52. Rizoma sano y desecado de la *Curcuma zedoaria*, Rosc. El producto no sobrepasará las cifras siguientes: Humedad, máximo, 18%; cenizas, máximo, 5%; fibrabruta, máximo, 5%; fécula, máximo, 50%. Véase: clasificación de especias.

Curcuma zerumbet. Véase: *Curcuma zedoaria*.

curcumina. (E-100) Colorante **amarillo** de origen natural (es un extracto de la cúrcuma, rizoma procedente de la India que se parece al jengibre, huele como él y es algo amargo) que también puede obtenerse por medios químicos. Constituye una parte del curry. Se encuentra en embutidos crudos, frutas y hortalizas elaboradas, mantequillas, quesos, leche, yogur, mostaza, té y productos de pastelería. La cantidad autorizada de este aditivo es. Chorizo fresco BPF. Embutidos crudos curados BPF. Fiambre de jamón, fiambre de magro de cerdo envasado o enlatado y fiambre de paleta envasada o enlatada. BPF. Fiambre de lomo BPF. Jamón cocido, magro de cerdo y paleta cocida BPF. Productos cárnicos tratados por el calor BPF. Salchichas crudas BPF. No es tóxica. Véase: modificadores del color.

curda. Relacionado con alcoholismo. Véase: alcohólico; síndrome coprícnico; eretismo cardiovascular.

curema. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa criolla**.

curiche. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: trambollito curiche; trambollo curiche.

curisma. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lisa pardete**.

curo. Nombre vulgar del fruto de la planta: *Persea gratissima*.

curo manso. Nombre vulgar del fruto de la planta: *Persea gratissima*.

curruca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corocoro curruca, corocoro coche; corocoro mapache.

curruca de peña. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corocoro curruca**.

curruco. Designación oficial española del molusco: *Gerastoderma tuberculatum*. Sinónimo oficial: Berberecho macho; Berbexetxo tuberkulatua; Carneirolo; Conchelo; Corruco; Marolo; Ou ratllat; Pixa.

curruco. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **burro curruco**.

Currupiscis kumu. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arete**.

curry. Nombre vulgar de la planta: *Murraya koenigii*. Véanse: salsa picante curry, hojas de curry, curry en polvo.

curry de calamares fritos. Plato de la “cocina de la Sri Lanka” perteneciente al grupo de “pescados y mariscos”. En Asia aprecian mucho los platos de cocción lenta, especialmente el curry, pues al reducirse lentamente incrementan su sabor y quedan más apetitosos. **Ingredientes:** Calamar, aceite de cacahuete, chalota, ajo, jengibre, limoncillo, hojas de curry, chile en polvo, canela en rama, cilantro molido, comino molido, semilla de alholva, semilla de hinojo, clavo, cardamomo verde, agua caliente, vinagre blanco, sal, pimienta negra,

leche de coco. Nombre en la Sri Lanka; *dhallo badun*.

curry de carne con patatas. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “carnes”. Este curry se suele preparar con cordero, pero en otros lugares de Asia usan carne vacuna o de pollo. Se acompaña con roti (pan) o arroz. **Ingredientes:** Patata, chuleta de cordero, tomate en lata, agua caliente, yogur natural, sal, pimienta negra. **Para la pasta:** Chalota, ajo, pimienta blanca, chile en polvo, cilantro, comino, cúrcuma, sal, aceite vegetal, agua. Nombre en India; *aloo gosht*.

curry de carne de cerdo picante. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “carnes”. Tiempo de preparación: 15 minutos más 24 horas en marinada; tiempo de cocción 1 ¼ horas. **Ingredientes:** pierna o paletilla de cerdo, guindillas rojas secas sin semillas, semillas de cilantro, semillas de comino, pimienta negra en grano, semillas de mostaza, semillas de alholva, clavos de olor, ramitas de canela, pasta de tamarindo, cebolla rallada, ajo, cebolla en aros, ghee, vainas de cardamomo, jengibre bien picado, hojas de laurel, yogur. Véase: cocina de India; carnes en la cocina de India.

curry de carne vacuna. Plato de la “cocina de Tailandia” perteneciente al grupo de “carnes”. **Ingredientes:** Aceite vegetal, cebolla, carnaza común, galanga, cáscara de lima kaffir, limoncillo, clavo, canela en rama, sal, agua caliente, leche de coco, patata nueva, agua de tamarindo, azúcar de palma, cacahuete tostado. **Para la pasta:** Chile rojo fresco, ajo, cilantro, comino, nuez moscada, tallo de cilantro, salsa de pescado. Nombre en Tailandia; *massaman*.

curry de coliflor, tomate y guisantes. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “legumbres y hortalizas”. Tiempo de preparación: 25 minutos; tiempo de

cocción 20 minutos. **Ingredientes:** coliflor en ramilletes; guisantes, cebolla en aros, ajo, jengibre rallado, ghee, cúrcuma, cilantro molido, pasta de vindaloo, azúcar, cardamomos abiertos, yogur, tomate. Véase: cocina de India; legumbres y hortalizas en la cocina de India.

curry de cordero con espinacas. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “carne”. Tiempo de preparación: 25 minutos más 20 minutos en reposo; tiempo de cocción 35 minutos. Use espinacas congeladas o frescas y hervidas. **Ingredientes:** magro de pierna de cordero, jengibre rallado, ajo majado, espinacas congeladas trituradas, ghee o mantequilla sin sal, guindilla en polvo, garam masala, vainas de cardamomo peladas y picadas, ramita de canela, pimienta blanca, yogur, harina de almenbras, nuez moscada, nata líquida. Véase: cocina de India; carne en la cocina de India.

curry de cordero con leche de coco. Plato de la “cocina de Malasia” perteneciente al grupo de “carne”. Este curry es muy similar al korma musulmán de cordero del centro de India, con la diferencia de que no contiene yogur. Como en India, generalmente se lo sirve con roti (pan), sobre todo cuando se prepara para la comida del mediodía, si se trata de una cena, se sirve con arroz. **Ingredientes:** Paleta de cordero, sal, ghee, chalota, ajo, jengibre, limoncillo, canela en rama, hojas de curry, agua caliente, leche de coco espesa, pimienta negra. **Para la mezcla de especias secas:** Cilantro, comino, hinojo, cardamomo, clavo, pimienta negra. Nombre en Malasia; *kambing korma*.

curry de gambas frescas. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “pollo y pescado”. Tiempo de preparación: 10 minutos; tiempo de cocción 15 minutos. Sírvese este cremoso curry acompañado de un delicioso arroz condimentado. **Ingredientes:** gambas, ajo, raíz de jengibre, cebolletas troceadas, guindillas verdes, aceite, cilantro molido, semillas de hinojo, se-

millas de mostaza, crema de coco, hojas de cilantro picadas. Véase: cocina de India; pollo y pescado en la cocina de India.

curry de langostinos. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “pescados y mariscos”. Servir con un pilaf de arroz, como el *navratan pullao*. **Ingredientes:** Aceite de cacahuete, cebolla, chile verde, canela en rama, clavo, agua caliente, yogur, sal, pimienta, langostino, perejil. **Para la pasta:** Ajo, jengibre, chile en polvo, cúrcuma, cilantro, agua de tamarindo, agua fría. Nombre en la India; *jingha kari*.

curry de patatas. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “legumbres y hortalizas”. Tiempo de preparación: 20 minutos; tiempo de cocción 18 minutos. **Ingredientes:** patata en dados, cebolletas (reserva los tallos para decorar), ajo, jengibre, guindillas verdes, ghee, tomate, ramita de canela, semillas de mostaza, garam masala, cardamomo abierto, yogur, zumo de limón. Véase: cocina de India; legumbres y hortalizas en la cocina de India.

curry de pato. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “aves”. Este curry es una variante del clásico *vindaloo* (carne de cerdo con salsa agria de ají picante) de Goa; lleva bastante ajo y chile picante y tiene poca grasa. Se sirve con arroz. **Ingredientes:** Pechuga de pato, aceite vegetal, cebolla roja, agua caliente, sal, pimienta negra. Para la marinada: Vinagre de vino tinto, chile en polvo, sal, para la pasta: Chalota, ajo, jengibre, chile rojo, pimiento morrón, comino, cilantro, canela en rama, clavo, azúcar de palma, aceite vegetal, vinagre blanco, agua de tamarindo. Nombre en India; *batakh vindaloo*.

curry de pescado. Plato de la “cocina de Birmania” perteneciente al grupo de “pescados y mariscos”. Es un curry básico, sin leche de coco ni yogur. Vale la pena prepararlo con el pescado entero, con cabeza y espinas, de este modo se acentúa el sabor de la salsa. Servir con arroz y verduras. **Ingredientes:** Mero, agua, cúrcuma moli-

da, sal, salsa de pescado, limoncillo, pimienta negra, hojas de cilantro. **Para la pasta:** Chalotes, ajo, chile rojo, limoncillo, agua de tamarindo, aceite vegetal, salsa de pescado, tomate. Nombre en Birmania; *nga wehin*.

curry de pescado. Plato de la “cocina de Malasia” perteneciente al grupo de “platos clásicos”. Para los malayos, las cabezas de pescado son un manjar exquisito; el curry de cabeza de pescado es un plato popular clásico. En esta receta se emplea el pescado entero para ofrecer la cabeza al invitado de honor, como es tradición, deferencia que es aceptada con agradecimiento. Se sirve con Curry Bandakka y arroz hervido. **Ingredientes:** Leche de coco espesa, sal, pimienta negra, pagro (o trucha) **Para acompañar:** cebolla frita crocante, perejil. **Para pasta de curry:** Guindilla roja, chalota, jengibre, galanga fresca, nuez vela, limoncillo, cúrcuma molida, agua de tamarindo, sal. Nombre malasio: *ikan masak molek*.

curry de pescado al aroma de coco. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “pollo y pescado”. Tiempo de preparación: 20 minutos; tiempo de cocción 12 minutos. Un plato de curry rico. **Ingredientes:** pescado blanco en filetes gruesos, zumo de limón, semillas de comino, semillas de hinojo, coco desecado, guindillas rojas secas (15 minutos en remojo), raíz de jengibre, ajo, cebolla, cúrcuma, pasta de tamarindo, mantequilla, agua, cilantro picado. Véase: cocina de India; pollo y pescado en la cocina de India.

curry de pollo con limas. Plato de la “cocina de Birmania” perteneciente al grupo de “aves”. Este curry lleva lima, lo que indica que está más vinculado a los currys de Tailandia que a los de India. **Ingredientes:** aceite vegetal, aceite de sésamo, cebolla, ajo, cúrcuma, cilantro, canela en rama, cla-

vos, hojas de lima kaffir, muslo de pollo, pechuga de pollo, *balachaung*, limoncillo, tomate en lata, pimienta negra, salsa de pescado, jugo de lima, sal, lima en gajos. Nombre en Birmania; *kyet thar hin*.

curry de pollo cremoso. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “pollo y pescado”. Tiempo de preparación: 10 minutos; tiempo de cocción 50 minutos. Un pollo succulento en suave salsa al curry. Puede tostar las almendras escaldadas en el microondas a temperatura alta durante 1 ½ minutos, **Ingredientes:** pollo troceado, ghee o aceite, cebolla, ajo, raíz de jengibre, harina de almendras, cúrcuma, guindilla en polvo, cilantro molido, crema de leche de coco, garam masala, huevo duro, almendras, lima, ramitas de menta o cilantro. Véase: cocina de India; pollo y pescado en la cocina de India.

curry de pollo rápido. Plato de la “cocina de India” perteneciente al grupo de “pollo y pescado”. Tiempo de preparación: 10 minutos; tiempo de cocción 50 minutos. **Ingredientes:** muslos de pollo con hueso, aceite o ghee, cebolla, ajo, jengibre rallado, rama de canela, hoja de laurel, clavo de olor, cardamomo, guindilla seca, cilantro molido, garam masala, cúrcuma, pimienta, zumo de limón, Véase: cocina de India; pollo y pescado en la cocina de India.

curry de quimbombó. Plato de la “cocina de Sri Lanka” perteneciente al grupo de “vegetales y ensaladas”. Este plato se prepara en todo el subcontinente indio y también en Malasia. Combina muy bien con el *ikan masak molek*, el clásico curry malayo de pescado. Si se sirven juntos estos dos platos, no hace falta preparar la salsa para el quimbombó, pues la salsa de pescado es suficientemente para ambos. **Ingredientes:** Quimbombó, cúrcuma, chile en polvo, pimientón dulce, sal, aceite vegetal. **Para la salsa de curry:** Aceite vegetal, cebolla,

chile verde fresco, cúrcuma, cilantro, comino, canela en rama, hojas secas de curry, sal, leche de coco, pimienta negra. Nombre en Sri Lanka; *bandakka curry*.

curry de verduras tailandés. Plato de la “cocina clásica con hierbas aromáticas” perteneciente al grupo de “platos clásicos”. **Ingredientes:** Leche de coco espesa, leche de coco liviana, poroto verde, calabacín, flor de brécol, brotes de bambú, hijas de lima kaffir, limoncillo, berenjena, salsa de pescado. **Pasta de curry verde:** Limoncillo, galanga, lima de kaffir, cilantro, chalota, ajo, pasta de camarón, cilantro, comino, chile serrano, albahaca. **Guarnición:** hoja de tulsí, chile verde.

curry en polvo. El curry en polvo puede contener cualquiera de estos ingredientes molidos: cúrcuma, comino, cilantro, chile, semilla de hinojo, clavos, fenogreco, tamarindo, semillas de adormidera, azafrán, pimienta, nuez moscada, macis, hojas de curry, ajo y jengibre. Véase: especias y semillas.

curry massaman. Una de las tres clases de curry “selvático” que se elabora en Tailandia. (rojo, verde y massamam)

curry rojo. Una de las tres clases de curry “de la ciudad” que se elabora en Tailandia. (rojo, verde y massamam)

curry rojo de pollo. Plato de la “cocina de Tailandia” perteneciente al grupo de “aves”. En Tailandia existen 3 clases principales de curry: el verde, el rojo y el massaman. Los 2 primeros “de la ciudad”, y se contraponen con el último, que es “selvático”, mucho más fuerte y condimentado. Acompañar con arroz hervido. **Ingredientes:** muslo de pollo, pechuga de pollo, leche de coco, patata nueva. **Para la pasta:** Chalota, ajo, limoncillo, galanga, cáscara de lima kaffir, pimienta negra, cilantro, comino, macis, nuez moscada, chile rojo fresco, pimienta rija, sal, pasta de camarones secos, agua, aceite vegetal, agua de tamarindo. **Para acompañar:** chile rojo

fresco, hoja de cilantro, cacahuètes. Nombre en Tailandia; *gaeng ped kai*.

curry verde. Una de las tres clases de curry “de la ciudad” que se elabora en Tailandia. (rojo, verde y massamam)

curry verde de pollo. Plato de la “cocina de Tailandia” perteneciente al grupo de “platos clásicos”. Los cocineros tailandeses comparten con sus vecinos del Sudeste de Asia la pasión por cocinar con leche de coco y también por el ajo, las hierbas de sabor agrio e intenso, la pasta de camarones y los ajíes picantes. En esta receta, con todos esos ingredientes se prepara un curry verde. Las berenjenas enanas le dan un sabor único, pero se pueden reemplazar por pequeñas patatas nuevas, también muy populares en Tailandia. Sírvese con arroz hervido y ajíes. **Ingredientes:** Aceite vegetal, muslo y pechuga de pollo, leche de coco, berenjenas enanas, cilantro fresco. **Para la pasta:** Hojas de cilantro, tallo de cilantro, ajo, chalota, limoncillo fresco, galanga fresca, lima kaffir, pimienta negra, cilantro, comino, nuez moscada, macis, guindilla, pimienta verde, sal, pasta de camarones secos, agua. Nombre tailandés: *gaeng keo wan kai*.

curuba. Nombre vulgar de la planta: *Passiflora mollissima*.

curuba antioqueña. Nombre vulgar de la planta: *Passiflora mollissima*.

curuba de Castilla. Nombre vulgar de la planta: *Passiflora mollissima*.

curuba de indio. Nombre vulgar de la planta: *Passiflora mollissima*.

curuba quiteña. Nombre vulgar de la planta: *Passiflora mollissima*.

curubelo (joven) Pez. Designación oficial: abadejo; bacalao.

curumuta. Nombre vulgar de la planta: *Acrocomia culeata*.

curvinata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: corvinata blanca; corvinata cambucú; corvinata dorada; corvinón rayado; pacora.

curvinata blanca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvineta ruyo.**

curvo. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pardete.**

cusús. Término que designa tanto el grano como el plato típico de algunos países del Norte de África. El cusús se elabora con sémola mezclada con harina, rociada con agua fría con sal y prensada o enrollada. Se utiliza como el arroz o como cualquier otro cereal. Acompaña muchos platos y se añade a las ensaladas- la manera tradicional de prepararlo es cocerlo al vapor. Contiene niacina, ácido fólico, ácido pantoténico, potasio y tiamina. Consideramos: **cusús con siete verduras; cusús de pescado; cusús israelí; cusús libanés; cusús marroquí.** Véase: cereales.

cusús con siete verduras. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “granos en la cocina del Mediterráneo”. La clave del cusús no es el fino grano de la semolina en sí mismo, sino la sabrosa salsa con que se sirve. Esta versión de la ciudad mágica marroquí de Fez reúne los productos del mercado de verduras en un caldo con delicado aroma a hierbas. Usted puede usar todas las verduras que encuentre a su disposición, pero siempre deben ser 7 para tener suerte. **Ingredientes:** Garbanzo seco, huesos de cordero, alas de pollo, ajo, canela en rama, azafrán, cúrcuma, pimienta negra, mantequilla, cilantro, perejil, cebolla, tomate, zanahoria, nabo, uva pasa, sal, calabaza, zapallito, habas y almortas frescas, cusús de cocción rápida, harissa para servir. Nombre francés: *couscous aux sept legumes.*

cusús de hortalizas. Plato de la cocina de Marruecos. Tiempo de preparación 40 minutos más toda la noche a remojo; tiempo de cocción 2 horas. **Ingredientes:** garbanzos secos, aceite vegetal, cebolla picada fina, ramita de canela, berenjenas cortadas en dados, zanahoria en rodajas, patatas nuevas cortadas en dados, calabaza en dados, pimienta de Jamaica, harissa, agua hirviendo, judías verdes en rodajas diagonales, calabacines sin pelar en rodajas, tomate maduro cortado en octavos, perejil picado, cilantro fresco picado, pimienta molido, cusús. Véase: hortalizas, pan y ensaladas en la cocina de Marruecos.

cusús de pescado. Plato de la “cocina del Mediterráneo” perteneciente al grupo de “granos en la cocina del Mediterráneo”. Los marroquíes no son los únicos que comen cusús; ésta es la clásica versión turca. También encontrará cusús de pescado en la parte Oeste de Sicilia, particularmente en Trapani. Es un legado de la ocupación árabe de la isla, hace más de mil años. **Ingredientes:** Garbanzo, mezcla de pescado (salmonete rojo, salmonete gris, robalo de mar), zanahoria, cebolla, nabo, tomate, azafrán, pimienta de cayena, sal y pimienta negra, cusús de cocción rápida, mantequilla. Nombre árabe: *couscous al samak.*

cusús israelí. Obtenido igual que el cusús marroquí, esta variedad tiene el tamaño de los granos de pimienta. Se prepara de manera tradicional (no instantánea), igual que el cusús marroquí o se sofríe como el arroz para *risottos*. Véase: granos, cereales y harinas.

cusús libanés. Obtenido de la misma manera que el cusús marroquí, esta variedad tiene gránulos del tamaño de un guisante. Se cocina de manera tradicional (no instantánea) o se sofríe como el arroz para *risottos*. Véase: granos, cereales y harinas. Sinónimo: mograbeyeb; mougharbiye.

cuscús marroquí. Obtenido a partir de sémola de trigo duro y harina, este tipo de pasta granulada tiene una variedad instantánea que se prepara en 5 minutos. El auténtico cuscús marroquí tarda 1 hora en cocerse. La variedad instantánea resulta más económica y se puede utilizar igualmente. Véase: granos, cereales y harinas.

cuscusera. Recipiente tradicional para cocer el cuscús, compuesto de una olla de metal con tapa y vaporera. La carne y las hortalizas se cuecen en la parte inferior, mientras que la sémola se cuece dentro de la vaporera. Véase: utensilios para preparación de salteados.

cuspiritu. Nombre vulgar de la planta: *Pouroma cecropiaefolia*.

Cuttunculus microps. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **coto menor**.

cuy chactado. Plato de la cocina de Perú del grupo de segundos platos. **Ingredientes:** cuy, ajo, aceite, sal, pimienta, salsa criolla para acompañar. Véase: segundos platos en la cocina de Perú.

Cyathus hirsutus. Otro nombre de la seta: *Cyathus striatus*.

Cyathus olla. Familia: nudilariaceae. Género: cyathus. Características: Carpóforo en forma de copa alta. Pared constituida por varias capas distintas. Varios peridiolos. Sub-características: Parte externa del carpóforo no hirsuta. Parte interna no acanalada. El cuerpo fructífero de este pequeño hongo al principio tiene forma cilíndrica o ligeramente cónica, cerrado por la parte superior por una fina membrana blanquecina y lanuginosa. No es apta para el consumo. En vascuence: **habi leun**.

Cyathus striatus. Familia: nudilariaceae. Género: cyathus. Características: Carpóforo en forma de copa alta. Pared constituida por varias capas distintas. Varios peridiolos. Sub-características: Parte externa del carpóforo hirsuta. Parte interna acanalada.

Pequeño hongo de cuerpo fructífero inicialmente en forma de cono redondeado e invertido, cerrado por su parte superior con una membrana de color blanquecino. No apto para el consumo. Nombre vulgar: **nido de pájaro**. En catalán: **nivets**. En vascuence: **habia idaskatu**. Sinónimo: *Cyathus hirsutus*.

Cybium altipinnis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carita oeste-africana**.

Cybium bonaparti. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tasarte**.

Cybium commersoni. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carita estriada del Indo-Pacífico**.

Cybium guttatum. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carita del Indo-Pacífico**.

Cybium solandri. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

Cybium verany. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **peto**.

Cychorium intybus var. *folioosum*. Familia: compuestas. Es una variedad de achicoria roja procedente de la provincia de Véneto, en el Norte de Italia. Añade una nota crujiente y de color a las ensaladas y tiene un sabor ligeramente amargo, por lo que es mejor acompañarlo de otras lechugas para apreciarlo mejor. Es mejor si tiene la base consistente y hojas compactas, de color vivo y sin tonos pardos en las puntas. Se emplea en ensaladas y también para hacer salsas, pastas y arroces; troceada y asada a la plancha sirve de guarnición para platos de carne. Véase: hortalizas de hoja y lechugas; lechugas. Nombre vulgar: **radicchio**.

Cycleptus elongatus. Familia: Catastómidos. Son los peces de agua dulce más comunes y populares de EE.UU. tiene un cierto parecido con las carpas y que se utilizan como sucedáneo, ya que las de allí son muy pequeñas. Este aparece desde Missouri hasta Pennsylvania y en el golfo de Méjico.

Cyclopsetta chittendini. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **lenguado aleta manchada**.

Cyclopsetta decussata. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **lenguado aleta manchada**.

Cyclopsetta panamensis. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **lenguado bocado de Dios**.

Cyclopsetta querna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lenguado dentón**.

Cyclopteridae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinoptergios. Superorden: teleósteos. Orden: escorpeniformes ó escleropáreos. La característica más notable son sus aletas ventrales, que se han desarrollado formando un ancho disco succionador. La familia comprende alrededor de veinticinco especies marinas. Consideramos: lumpo (*Cyclopterus lumpo*). Nombre vulgar; **cicloptéridos**; peces con vientre en forma de disco.

Cyclopterus bimaculatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chafarrocas**.

Cyclopterus callyodon. Familia: *Liparidae*. Especie emparentada con el *Liparis liparis* que vive cerca de las costas pacíficas norteamericanas. Mide alrededor de 2 cm de longitud y su aleta dorsal presenta en su parte anterior una escotadura triangular.

Cyclopterus lepadogaster. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucladit**; **chucladit**.

Cyclopterus liparis. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **caracol de mar**.

Cyclopterus lumpus. Familia: cicloptéridos. Su cuerpo es pesado y redondeado con pequeñas formaciones óseas y cuatro líneas de espinas o pinchos. Las aletas dorsales están cubiertas por un grueso tejido dérmico (“peine”) Aletas ventrales ampliadas en forma de disco aspirante. Colores pardos, azul grisáceos. Aparece en territorios costeros de ambos lados del Atlántico Norte. Se sitúa en el fondo, por lo que se alimenta de cangrejos, peces pequeños y especialmente de medusas. Llega a medir 60 cm de largo. En los países nórdicos se vende fresco, ahumado o en salazón. La carne contiene mucho agua. Sus huevos se utilizan como **sucedáneo del caviar**. Nombre vulgar: **lumpo**, liebre de mar, ciclóptero. Designación oficial: **ciclóptero**.

Cyclopterus ocellata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucladit**.

Cyclopterus purpureus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **chucladit**.

Cyclothone acclinidens. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **boca cerdosa**.

Cyclothone braueri. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez luminoso**.

Cyclothone pallida. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez luminoso bicolor**.

Cyclothone signata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez luminoso**.

Cycloxanthops sexdecimdentatus. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: **cangrejo lobo**.

Cymatium corrugatum. Anfibio. Designación oficial: **tritón fruncido**.

Cymatium cutaceum. Anfibio. Designación oficial: **tritón levantino**.

Cymatium parthenopus. Anfibio. Designación oficial: **tritón napolitano**.

Cymbiola ancila. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **voluta ancila**.

Cymbiola brasiliana. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **voluta del Brasil**.

Cymbiola magellanica. Molusco, nombre vulgar. Designación oficial: **voluta magellánica**.

Cymbopogon citratus. Familia: gramíneas. Esta hierba alta de color verde pálido es originaria de la zona tropical de Asia. Ahora se cultiva en Australia y Florida, por lo que es más fácil de encontrar. Protegida puede cultivarse en climas más fríos. Hierba frondosa perenne con tallos duros y llenos, con muchas hojas estriadas, flores pequeñas, rojizas y raíz blanca, aromática y medicinal. La citronela crece en matas densas y se desarrolla en climas cálidos, soleados y con algunas lluvias. Prefiere el terreno arenoso, que produce mayor contenido de aceite esencial. Las plantas se recogen cada 3 o 4 meses. Muy parecida al limón; la citronela contiene citral, sustancia presente también en la cáscara del limón y que se utiliza en la producción del preparado de limón artificial. La citronela seca no tiene el limpio y refrescante sabor de la variedad fresca. La hierba de limón o hierba limonera posee un dulce sabor a limón y un bulbo firme; sólo se consume la parte más tierna, es decir, de 6 a 7 cm a partir de la base. Su perfume a cáscara de limón, con un dejo dulzón, confiere un sutil fragancia a la cocina de Indonesia a Vietnam, donde es muy apreciada. Combina a la perfección con el jengibre, el coco, el cilantro, el ajo, el chalota, la guindilla, y las variedades orientales de albahaca. * Popular en los platos asiáticos, esta hierba cada vez es más popular. Se emplea sólo la parte más tierna de los tallos (10 cm de la base) Antes de picarla o trocearla se deben quitar las hojas externas más duras y aplastar la parte más tierna con la hoja de un cuchillo. Las hojas se utilizan en infusión para la cocción del pescado o el pollo a fuego len-

to o al vapor, para el jarabe de las compotas de fruta o para la preparación de flanes, cremas quemadas o cremas caramelo. En caso de no encontrar limoncillo, utilícese bálsamo o cáscara de limón en sustitución. Véanse: especias; hierbas; hierbas aromáticas. Nombre vulgar: **limoncillo**, citronela, hierba de limón, hierba limonera, esquenanto.

Cynara cardunculus. Familia: compuestas. Subfamilia: tubulifloras. Esta especie pertenece al mismo grupo que la alcachofa (*Cynara scolymus*); sin embargo, en este caso se favorece el engrosamiento del peciolo y de la nerviación foliar, y se acentúan sus cualidades organolépticas gracias al emblanquecimiento de algunas de sus partes. Hortaliza de cultivo muy extendido; es una planta perenne, provista de hojas muy grandes, pinnadas, reducidas en su parte basal al raquis, que se hace carnoso, blanco, especialmente dulce y aromático. El emblanquecimiento determina la pérdida de la envuelta más externa de hojas, y la parte comestible constituye el corazón de la planta; dada la proporción de la parte perdida, se justifica el elevado precio que alcanza esta hortaliza. La recogida de los cardos se inicia en septiembre – octubre y continúa hasta febrero. Nombre vulgar: **cardo**. Según el Código Alimentario, 3.21.06. Es la hoja y tallo tiernos de la planta *Cynara cardunculus*, L. Véase: productos hortícolas.

Cynara scolymus. Familia: compuestas. Subfamilia: tubulifloras. La especie cultivada procede de la espontánea (*Cynara cardunculus*) Planta perenne difundida y cultivada en toda en gran escala en Europa meridional, Asia y África. Tiene el aspecto de un arbusto que en el estado natural puede llegar a medir más de un metro de altura y a partir de cuyo rizoma subterráneo, se desarrollan talos erguidos, ramificados, y hojas grandes, de color gris verdoso, pennatífidas. Tanto el taprincipal como los laterales, terminan en una inflorescencia a modo de capítulo, formada por flores tubulares que se implantan sobre un talamo carnoso rodeado

de brácteas verdes o violetas, provistas o no de espina terminal. Es esta parte floral lo que se come (el receptáculo más las brácteas, que en botánica recibe el nombre de calátide) Debe cosecharse mucho antes de que la flor llegue a formarse por completo. Una vez alcanzado el punto de desarrollo deseado, los capítulos se cosechan en momentos distintos; primero se cosechan las cabezas terminales (las más precoces), después las laterales, y por último las alcachofas situadas en la axila de las hojas interiores y menos desarrolladas, y que son las más adecuadas para la conservación. Aparecen en el mercado en verano y se mantienen hasta bien entrado el invierno. Se distinguen numerosas variedades, que difieren sobre todo por el color verde o violeta de las escamas y por la presencia de un número mayor o menor de espinas. Entre las variedades más reconocidas internacionalmente se encuentran la “verde de Provenza”, la “grande de Bretaña” y la “alcachofa francesa”, aunque cada región posee sus propias variedades autóctonas. Escoger las plantas de hojas verdes o moradas brillantes, compactas y pesadas en proporción a su volumen. se cuecen enteras y se consume la parte tierna de la base de las hojas (pétalos) hasta llegar al corazón. Para preparar de otra manera, se quitan las hojas más duras, se parten en mitades o cuartos, se quita la pelusa del centro y se brasean ligeramente. Éase: verduras de brotes. Nombre vulgar: **alcachofa**. Según el Código Alimentario, 3.21.07. Es la inflorescencia de la planta *Cynara scolymus*, L. Sinónimo: alcaucil. Véase: productos hortícolas.

Cynoglossidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase osteíctios. Subclase actinoptergios. Superorden: teleósteos. Orden pleuronectiformes. Suborden pleuronecto-

des. Consideramos: cinoglósido (*Symphium nigrescens*).

Cynoglossus bengalensis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lenguado bengalí**.

Cynoglossus cynoglossus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lenguado bengalí**.

Cynoglossus sumatranus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lenguado bengalí**.

Cynoponticus coniceps. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **bio-bio**.

Cynoponticus savanna. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **morenocio guayanés**.

Cynoscion acoupa. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata amarilla**.

Cynoscion albus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata alba**.

Cynoscion altipinnis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lorna peruana**.

Cynoscion analis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **ayanque**.

Cynoscion arenarius. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata de arena**.

Cynoscion bairdi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata dorada**.

Cynoscion jamaicensis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata goete**.

Cynoscion leiarchus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata blanca**.

Cynoscion maracaiboensis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata amarilla**.

Cynoscion microlepidotus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata dorada**.

Cynoscion nebulosus. Familia: esciénidos. Esta denominación, aplicada a una especie de la familia de los tímbalos, es sumamente confusa. Este pez, parecido también a la trucha, aparece desde Nueva York hasta el golfo de Méjico. Su peso en el mercado es, por término medio, de aproximadamente 1 kg, al igual que el pez débil (*Cynoscion regalis*) también llamado trucha gris. Tiene una carne muy buena, pero perecedera. Nombre vulgar: **pez tímbalo moteado**. Designación oficial: **corvinata pintada**.

Cynoscion nothus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata plateada**.

Cynoscion obliquatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tambores**.

Cynoscion othonopterus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata del Golfo**.

Cynoscion parvipinnis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata azul**.

Cynoscion petranus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata goete**.

Cynoscion praedatorius. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata bocona**.

Cynoscion regalis. Familia: esciénidos. Tiene una carne muy buena, pero perecedera. Nombre vulgar: pez débil, **trucha gris**, pez tímbalo moteado.

Cynoscion squamipinnis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata aguada**.

Cynoscion steindachneri. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata pescada**.

Cynoscion stolzmanni. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata pelona**.

Cynoscion striatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata pescadilla**.

Cynoscion virescens. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata cambucú**.

Cynoscion xathulus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata aleta amarilla**.

Cynoscion macdonaldi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata totoaba**.

Cynoscion nobilis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata mejicana**.

Cynoscion phoxocephalus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata rolliza**.

Cynoscion regalis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata real**.

Cynoscion reticulatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata rayada**.

Cynoscion similis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **corvinata tonquicha**.

Cyperus esculentus. Familia: ciperáceas. Subfamilia: cyperus. Cada uno de los tubérculos que, a modo de nudos, tienen las raíces de una especie de juncia; son amarillentos por fuera, blancos y dulces por dentro, y se usan para hacer horchata. Véase: tubérculos. Nombre vulgar: **chufa**. Según el Código Alimentario, 3.19.20. Son los tubérculos de la planta *Cyperus esculentus*, sanos, maduros, limpios de tierra u otras impurezas, sometidos o no a un proceso de calibrado y selección, que resulten aptos para el consumo humano o elaboración de horchata. 3.19.21 **Clases de chufas**. Véase: otros tubérculos y sus derivados.

Cyphomandra betacea. Fruta originaria de América del Sur; se trata de una baya uniforme de tamaño mediano, liso, brillante, de color ladrillo (cuando está maduro) y de sabor agridulce. La piel del tamarillo no es comestible y la pulpa es consistente y ácida. Si está muy maduro, el tamarillo se come crudo, cortado por la mitad, con sal o con azúcar y, a veces, rociado con zumo de limón o de lima. También se puede triturar para dar aroma al yogur, los helados, los sorbetes y las bebidas. Si no está maduro, se suele cocer como una verdura y se prepa-

ra como el tomate. Nombre vulgar: **tamarillo**, tomate de árbol, tomate francés, cifo-mandra, tomate de la paz. Véase: otras frutas.

Cyprinidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase: osteíctios. Subclase: actinopterygios. Infraclass: teleósteos. División: euteleósteos. Superorden: ostariofisios. Orden: cipriniformes. Los cipriniformes constituyen el mayor grupo de peces de agua dulce de Europa. Tienen forma típica de pez, con el cuerpo cubierto de escamas y una sola aleta dorsal, situada hacia la mitad del dorso. Los miembros de la familia ciprínidos, poseen una boca protáctil, reducida, sin dientes en las mandíbulas y con labios gruesos. Sólo 1 o 2 pares de barbillas. Aletas escapulares de inserción baja y dorsal única. Vive en aguas dulces, estancadas o de débil corriente. Nombre vulgar: **ciprínidos**. Consideramos: alburno (*Alburnus alburnus*), alburno bimaclado (*Alburnoides bipunctatus*), alburno del Danubio (*Chalcarbumus chalcoides*), alburno rayado (*Leucaspis delineatus*), aspío (*Aspius aspius*), ballerus (*Abramis ballerus*), barbo (*Barbus barbus bocagei*), barbo de Graells (*Barbus meridionalis graellsii*), barbo de montaña (*Barbus meridionalis*), barbo del Sur (*Barbus barbus plebejus*), bermejuela (*Rutilus arcasi*), boga de río (*Chondrostoma polylepis*), brema común (*Abramis brama*), brema de Bjoerkn (*Blicca bjoerkna*), brema del Danubio (*Abramis sapa*), cacho (*Leuciscus cephalus*), carpa (*Cyprinus carpio*), carpa de la hierba (*Ctenopharyngodon idella*), carpa orgullosa (*Hypophthalmichthys nobilis*), carpa plateada (*Hypophthalmichthys molitrix*), carpín (*Carassius carassius*), carpín dorado (*Carassius auratus gibelio*), condrostoma común (*Chondrostoma nasus*), condrostoma italiana (*Chondrostoma soetta*), escardino (*Scardinius erythrophthalmus*),

escardino griego (*Scardinius graecus*), gobio (*Gobio gobio*), gobio de aletas blancas (*Gobio albipinnatus*), gobio dálmata (*Aulopige hügelii*), idus (*Leuciscus idus*), leucisco cabezudo (*Leuciscus cephalus*), leucisco común (*Leuciscus leuciscus*), leucisco de danilewski (*Leuciscus danilewskii*), leucisco del Adriático (*Leuciscus squalice*), macho (*Barbus barbus sclateri*), madrilla (*Chondrostoma toxostoma*), peleco (*Pelecus cultratus*), picón (*Barbus comiza*), pigo (*Rutilus pigus*), pigo del Danubio (*Rutilus pigus virgo*), piscardo (*Phoxinus phoxinus*), piscardo de los pantanos (*Phoxinus phoxinus*), rutilo común (*Rutilus rutilus*), rutilo del Mar Negro (*Rutilus frisii*), rutilo del Mar Negro perla (*Rutilus frisii meidingeri*), rutilo Sureuropeo (*Rutilus rubilio*), tenca (*Tinca tinca*), vimba (*Vimba vimba*).

Cyprinidon fasciatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **fartet italiano**.

Cyprinodontoidae. Familia zoológica. Reino: animal. Rama: eumetazoos. División: bilaterales. Subdivisión: deuterostomas. Tipo: cordados. Subtipo: vertebrados. Superclase: peces. Clase osteíctios. Subclase: acantodios. División: euteleósteos. Orden: ateri-niformes. Suborden: ciprinodontoides. Tamaño pequeño odiminuto; boca protáctil; línea lateral débil; eletas pélvicas abdiminales o ausentes; principalmente en América tropical, África y Asia, en aguas dulces o salobres; se alimentan principalmentede pequeños animales o plantas; algunos realizan actos decortejo aprentes. Nombre vulgar: **ciprinidóntidos**. Consideramos: fartet común (*Aphanius iberus*), samarugo (*Fundulus hispanicus*)

Cyprinus auratus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

Cyprinus carassius. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpín**.

Cyprinus carpio. Familia: ciprínidos. Pez de agua dulce. Cuerpo fusiforme comprimido, algo alto, dos pares de barbillas, un par más largo situado en las comisuras de la boca y otro más corto sobre el labio superior. Aleta dorsal con base de longitud superior a la de la cabeza. Todos los radios de las aletas son segmentados y blandos, salvo el primero de la dorsal y de la anal, que son duros y dentellados. El borde superior de la aleta dorsal es cóncavo en su primera porción. El color depende del lugar donde viva. Puede ser dorado tirando a verde oliva oscuro o marrón. Según las escamas, pueden distinguirse: la **carpa espejo**, con pocas e irregulares escamas grandes (parecidas a un espejo); la **carpa de línea**, con una franja de escamas grandes a lo largo de la línea lateral; la **carpa desnuda** o **carpa de cuero**, sin escamas o muy pocas, pero cubierta, en cambio, de una fuerte piel parecida al cuero; la carpa de escamas, forma originaria, tiene una cubierta regular de escamas. La carpa es, en su origen, un pez asiático. Actualmente se puede encontrar en todo el mundo. Las carpas prefieren aguas cálidas, de curso lento, especialmente las aguas mansas con fondos fangosos y ricos en sustancias vegetales. Se alimentan de pequeños animales de los fondos y de plantas. Una carpa silvestre puede llegar a vivir 40 años, pudiendo adquirir una longitud de 1 m y un peso de 30 kg. Económicamente se consideran más rentables y de mejor sabor los ejemplares de factoría, con una longitud entre 25 y 30 cm y un peso entre 25 y 30 cm y un peso entre 1 y 2 kg, de unos 3 años de edad. Dentro de las piscifactorías se crían distintos tipos de carpas. Huevos tóxicos. Las carpas se han convertido en todo el mundo en peces de factoría muy rentables. Es una fuente excelente de niacina, fósforo y vitamina B₁₂. Su carne blanca es consistente y semigrasa. Para eliminar el posible sabor a lodo, se limpia, se escama y se deja en remojo en agua ligeramente salada durante 3 ó 4 horas. Nombre vulgar: **carpa**. Designación oficial: **carpa común**. Véase: cría de carpas.

Según el Código Alimentario, 3.12.02. Pescado teleósteo, cipriniforme. *Cyprinus carpio*, Linneo. Véase pescado.

Cyprinus carpio royal. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa real**.

Cyprinus elatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común**.

Cyprinus esca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **arenque**.

Cyprinus iberus. Familia: ciprinodóntidos. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **fartet**.

Cyprinus kollari. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común**.

Cyprinus nudus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común**.

Cyprinus phoxinus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **piscardo**.

Cyprinus specularis. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **carpa común**.

Cyprinus tinca. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **tenca**.

Cyprinus toxostoma. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **madrilla**.

Cypselurus fasciatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **golondrina de mar**.

Cypselurus polyethmus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez volador**.

Cypselurus pulchellus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez volador**.

Cypselurus rondeletii. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **golondrina de mar**.

Cypselurus speculiger. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **pez volador**.

Cypselurus comatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **volador holandés**.

Cypselurus angusticeps. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **volador isleño**.

Cypselurus atrisignis. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **volador planeador**.

Cypselurus callopterus. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **volador pequeño**.

Cypselurus cyanopterus. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **volador bordiblanco**.

Cypselurus dorosomaculata. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **volador lomo manchado**.

Cypselurus exiliens. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **urañola**.

Cypselurus exsiliens. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **volador bandiblanco**.

Cypselurus furatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **volador manchado**.

Cypselurus heterurus. Otro nombre del pez:
Cheilopogon heterurus.

Cypselurus heterurus. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **juriola**.

Cypselurus heterurus. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **volador mediterráneo**.

Cypselurus lineatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **aranyola**.

Cypselurus lutkeni. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **volador atlántico**.

Cypselurus melanurus. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **volador atlántico**.

Cypselurus papilio. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **volador papilio**.

Cypselurus pinnatibarbatus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: urañola; volador de Bennet.

Cypselurus spilonotopterus. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **volador espejuelo**.

Cypselurus xenopterus. Pez, nombre vulgar.
Designación oficial: **volador gorrión**.

cyrique. Crustáceo, nombre vulgar. Designación oficial: jaiba azul; jaiba de máscara; jaiba gris; jaiba roma; jaiba rugosa; jaiba sirí.

Cystoderma amianthinum. Familia: lepiotáceas. Género: cystoderma. Características: sombrero pardo a menudo arrugado radialmente. Esporas amiloides. Carne delgada y frágil, de color amarillento que es más marcado y de color azufre en la base del pie. El olor recuerda al de un lugar húmedo y el sabor no es muy señalado. No tiene valor comestible. En vascuence: **galanperna zokousain**.

Cystoderma aureum. Otro nombre de la seta:
Pholiota aurea.

Cystoderma carcharias. Familia: lepiotáceas. Género: cystoderma. Características: sombrero rosa encarnado o lila muy pálido. Esporas amiloides. Carne delgada, blanquecina, con poco olor o algo desagradable y sin sabor muy señalado. No tiene ningún interés culinario. En vascuence: **galanperna arrosa**.

Cystoderma cinnabarinum. Familia: lepiotáceas. Género: cystoderma. Características: sombrero marrón cinabrio o pardo-naranja cinabrio. Esporas no amiloides. Carne frágil, blanquecina, sin sabor ni olor muy señalados, para algunos comestible mediocre y, para otros sospechoso de toxicidad. En vascuence: **galanperna zinabrio-kolore**.

Cystoderma granulosum. Familia: lepiotáceas. Género: cystoderma. Características: sombrero como enladrillado de color pardo canela o rojizo. Esporas no amiloides. Carne blanquecina amarillenta con olor poco marcado pero desagradable y sin sabor muy señalado. Es comestible mediocre.

Cytharichthys platophrys. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **lenguado zingua**.

Cytherea chione. Familia: venéridos. Concha lisa, brillante, irregular y ovoide, muy fuerte, con el borde anterior más corto que el posterior y ambos redondeados. 2 sífonos largos y carnosos; soldados entre sí en la mitad proximal de su longitud. Color externo pardo oscuro, rojizo o rosáceo y hasta blanco, a veces con líneas concéntricas o radiales más oscuras. Talla hasta 12 cm.

Mediterráneo. Nombre vulgar: **almejón de sangre**, concha, saverina, mariposa, almejón brillante, almejón de sangre. Designación oficial: **almejón**. Según el Código Alimentario, 3.13.02. Es un marisco. Molusco, bivalvo, *Callista chione*, Linneo. Véase: marisco.

Cyttus australia. Familia: escoftálmidos. Pescado de las aguas de Australia, con escamas finas y aletas de color rosado. Tiene carne blanca de textura medio consistente. Se suele pochar o freír ligeramente. Rebozándolo antes de cocinar. Véase: pescados. Nombre vulgar: gallo plateado, **dorna plateada**.

Cyttus traversi. Pez, nombre vulgar. Designación oficial: **gallo australiano**.